

# fitbit inspire 3

Ti presentiamo Inspire 3, il tracker che ti aiuta a trovare la tua energia, fare quello che ami e dare il meglio di te. Tutto ciò che devi fare è indossarlo.

## Muoviti di più

Il miglior allenamento è quello che fai ogni giorno: con il Livello di Recupero Giornaliero, sai sempre quando dare il massimo o concentrarti sul recupero.<sup>1</sup>

## Riduci lo stress

Tutti abbiamo momenti di stress differenza sta nel la differenza sta nel modo in cui lo gestiamo gestirlo. Il Punteggio gestione dello stress e le sessioni di respirazione guidata ti aiutano a ridurlo in modo sano.

## Dormi meglio

Meglio riposi, migliori saranno i tuoi livelli di energia. Traccia il tuo Punteggio del sonno, il sonno leggero, profondo e REM, il battito cardiaco mentre dormi e la regolarità del riposo. L'abbonamento Premium incluso ti permette di accedere al tuo Profilo di sonno, scoprire il tuo animale del sonno e visualizzare un'analisi personalizzata del sonno ogni mese.<sup>2</sup>



# Tutto ciò che devi fare è indossarlo

## FUNZIONI PRINCIPALI

- MONITORAGGIO CONTINUO DEL BENESSERE**  
Conosci meglio il tuo corpo e fai ciò che è meglio per il tuo benessere osservando le variazioni del battito cardiaco a riposo, dei livelli di ossigeno nel sangue, della temperatura cutanea e molto altro.<sup>3</sup>
- FINO A 10 GIORNI DI AUTONOMIA**  
Oltre una settimana di batteria per non perdere neanche un minuto della tua vita. *La durata della batteria varia in base all'uso e ad altri fattori.*
- RILEVAZIONE CONTINUA DEL BATTITO CARDIACO**  
Controlla il battito cardiaco durante l'allenamento per scoprire quando sei in zona Brucia grassi, Cardio o Picco e regola l'intensità necessaria per raggiungere i tuoi obiettivi.
- LIVELLI DI OSSIGENO NEL SANGUE (SPO2)**  
Monitora i livelli di ossigeno nel sangue per tracciare potenziali variazioni significative nel tuo benessere.<sup>4</sup>
- NOTIFICHE DI RITMO CARDIACO IRREGOLARE**  
Monitora i segnali di ritmo cardiaco irregolare che potrebbero indicare la presenza di fibrillazione atriale e condividi i risultati più importanti con il tuo medico.<sup>5</sup>
- NOTIFICHE DI BATTITO CARDIACO ELEVATO O BASSO**  
Se il battito è superiore o inferiore alla tua soglia abituale, il tuo Fitbit ti invierà una notifica per ricordarti di prestare attenzione.
- ADATTO AL NUOTO E COMODO DA INDOSSARE**  
Il cinturino leggerissimo e adatto al nuoto avvolge comodamente il tuo polso giorno e notte.
- GPS CONDIVISO**  
Connetti il tracker al GPS del telefono per vedere ritmo e distanza in tempo reale sul tracker durante corse, trekking e allenamenti in bicicletta, e quando hai finito visualizza la mappa del tuo allenamento. *Funzione disponibile quando il telefono si trova nelle vicinanze.*
- LIVELLO DI RECUPERO GIORNALIERO PREMIUM**  
Questo punteggio ti dice se il tuo corpo è pronto a dare il massimo o se ha bisogno di recupero per aiutarti a ottimizzare l'intensità dei tuoi allenamenti.<sup>1</sup>
- PROFILO DI SONNO PREMIUM**  
Scopri il tuo animale del sonno e visualizza un'analisi personalizzata del sonno ogni mese.<sup>2</sup>
- PUNTEGGIO DEL SONNO**  
Svegliati e scopri il Punteggio del sonno giornaliero che ti dice come hai dormito l'ultima notte. Con Premium puoi scoprire cosa influisce sul tuo punteggio e capire se non dormi a sufficienza o se il tuo sonno non è abbastanza ristoratore.
- SVEGLIA INTELLIGENTE**  
La sveglia con vibrazione si attiverà durante la fase di sonno ottimale per aiutarti a svegliarti fresco e riposato.
- SESSIONI DI RESPIRAZIONE**  
Con l'app Relax, hai un insegnante di meditazione sempre al polso per avviare sessioni di respirazione rilassanti che ti aiutano a ritrovare l'equilibrio.
- MONITORAGGIO SALUTE FEMMINILE**  
Utilizza Inspire 3 e l'app Fitbit per registrare cicli, tracciare sintomi, monitorare l'ovulazione e scoprire l'andamento del tuo ciclo.<sup>6</sup>
- QUADRANTI OROLOGIO E ACCESSORI**  
Scegli tra tantissimi quadranti orologio e accessori per rinnovare il tuo stile. Se preferisci più discrezione, la clip ti permette di agganciare il tracker a cinture, tasche o reggiseni.<sup>7</sup> Accessori venduti separatamente.
- MODALITÀ SCHERMO SEMPRE ACCESO**  
Tieni il display sempre acceso per controllare le statistiche con un colpo d'occhio mentre ti alleni o per sfoggiare un quadrante orologio alla moda. *Richiede ricariche più frequenti.*
- MODALITÀ SCERMO SEMPRE ACCESO**  
Tieni il display sempre acceso per controllare le statistiche con un colpo d'occhio mentre ti alleni o per sfoggiare un quadrante orologio alla moda. *Richiede ricariche più frequenti.*
- PUNTEGGIO GESTIONE STRESS**  
Scopri come il tuo corpo reagisce allo stress con un punteggio giornaliero personalizzato. Un punteggio alto significa che il tuo corpo è pronto ad affrontare grandi obiettivi, mentre un punteggio basso indica che dovresti ritrovare il giusto equilibrio.
- MINUTI IN ZONA ATTIVA**  
Traccia il battito cardiaco per scoprire quando sei in zona Brucia grassi, Cardio o Picco e regola l'intensità necessaria per raggiungere i tuoi obiettivi.
- SESSIONI DI RILASAMENTO**  
Le sessioni di rilassamento Fitbit ti aiutano a imparare modi più sani per rispondere allo stress e ritrovare l'equilibrio, la calma e il controllo.<sup>1</sup>
- PASSI, DISTANZA E CALORIE**  
Non importa cosa fai: se ti muovi, è sempre allenamento. Inspire 3 traccia passi, distanza, calorie bruciate e Minuti in Zona Attiva durante l'intera giornata.
- MODALITÀ DI ALLENAMENTO + SMARTTRACK**  
Scegli tra 20+ modalità di allenamento per ottenere statistiche in tempo reale come ritmo e calorie bruciate durante l'esercizio. Se hai dimenticato di avviare la registrazione, nessun problema: ci penserà SmartTrack a rilevare automaticamente gli esercizi più diffusi.
- NOTIFICHE DI CHIAMATE E MESSAGGI**  
Vivi il momento senza perdere nulla con le notifiche sul display del tracker. *Funzione disponibile quando il telefono si trova nelle vicinanze.*
- COMPATIBILE CON iOS E ANDROID**  
Compatibile con i principali telefoni aggiornati all'ultima versione di Android o iOS. *Vedi fitbit.com/it/devices per ulteriori informazioni.*
- 6 MESI DI ABBONAMENTO PREMIUM**  
Inspire 3 include 6 mesi di abbonamento Premium che ti offrono l'accesso a funzionalità chiave come il Recupero Giornaliero, il Punteggio e il Profilo di sonno, centinaia di allenamenti, sessioni di meditazione e altro ancora.<sup>8</sup>

**Fitbit Inspire 3**  
Nero notte/Nero  
Giallo senape/Nero  
Lilla tenue/Nero



## Sfoggia il tuo stile con gli accessori



**Cinturini Classic**  
Canale online e Fitbit.com: Nero notte



**Cinturini traslucidi**  
Canale online e Fitbit.com: Rosso vivo, Blu oceano



**Clip**  
Canale online e Fitbit.com: Nero notte

I livelli di ossigeno nel sangue e le Metriche di salute non sono disponibili in tutti i paesi. <sup>1</sup> Abbonamento a Fitbit Premium richiesto per accedere al Recupero Giornaliero, al Profilo di sonno e alla maggior parte delle sessioni di rilassamento su app. I suggerimenti di contenuti Premium non sono disponibili in tutti i paesi e potrebbero essere solo in inglese. <sup>2</sup> Richiede un abbonamento Fitbit Premium. Non destinato a finalità mediche. Consulta il tuo medico curante per domande sulla tua salute. <sup>3</sup> Disponibile solo in alcuni paesi. Questa funzione non è destinata alla diagnosi o al trattamento di qualsiasi condizione medica. È destinata a fornire informazioni che possono aiutarti a gestire il tuo benessere. <sup>4</sup> Questa funzione non è destinata alla diagnosi o al trattamento di qualsiasi condizione medica o per qualsiasi altra finalità medica. È destinata ad aiutarti a gestire il tuo benessere e tenere traccia dei tuoi dati. Richiede ricariche più frequenti. <sup>5</sup> Disponibile solo in alcuni paesi; funzione non destinata ai minori di 22 anni o con condizione di fibrillazione atriale nota. <sup>6</sup> Questa funzione non è destinata ad essere utilizzata per scopi contraccettivi o altri scopi medici. Potrebbe non prevedere con precisione i cicli mestruali o le informazioni correlate. Ha il solo scopo di aiutare gli utenti a monitorare e tenere traccia di alcune informazioni. <sup>7</sup> Utilizzando la clip, le funzioni basate sul battito cardiaco, tra cui la rilevazione del battito cardiaco, il monitoraggio del sonno, e il Punteggio gestione dello stress, non funzioneranno. <sup>8</sup> Solo utenti Premium nuovi e di ritorno. L'abbonamento deve essere attivato entro 60 giorni dall'attivazione del dispositivo (è richiesto un metodo di pagamento valido). L'abbonamento non può essere ceduto in regalo. Disidici prima del termine del periodo di abbonamento per evitare costi ricorrenti. Contenuti e funzionalità soggetti a modifiche. Vedi T&C.