

# fitbit charge 5

Aiuta il tuo corpo a dare il meglio di sé con Fitbit Charge 5, il tracker Fitbit più avanzato per fitness e benessere. Utilizzalo con un abbonamento Premium di 6 mesi per scoprire come attività, sonno e stress sono collegati e prendi decisioni più consapevoli su corpo, mente e benessere.<sup>1</sup>

## Ridefinisci la tua routine

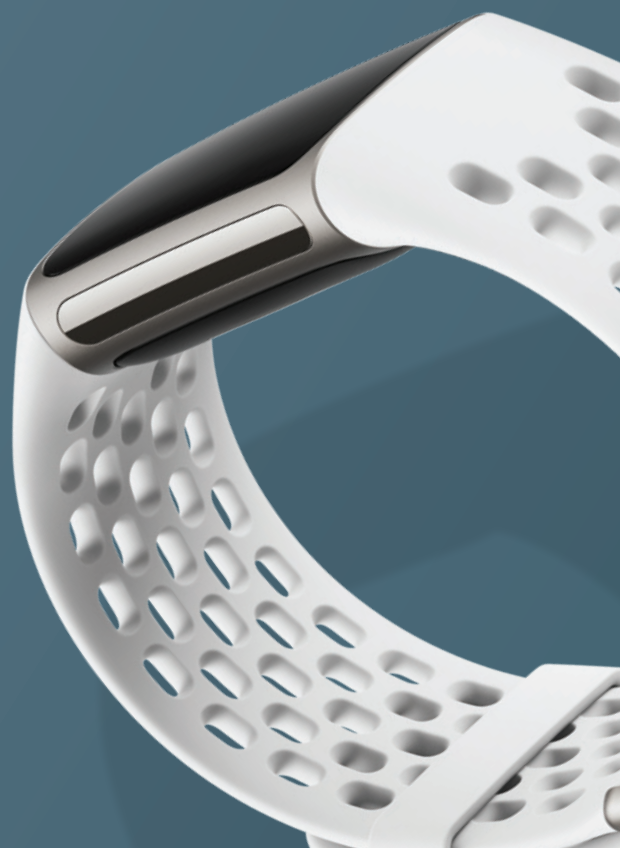
Ottimizza la tua routine di allenamento con il Recupero Giornaliero, un punteggio disponibile per i membri Premium nell'app Fitbit che analizza i segnali del tuo corpo e ti dice se è pronto a dare il massimo o se dovresti concentrarti sul recupero.<sup>2</sup>

## Allenati in modo smart

Dai nuovo slancio ai tuoi allenamenti con funzioni al polso come il GPS integrato per ritmo e distanza in tempo reale e i Minuti in Zona Attiva che ti aiutano a raggiungere il livello di intensità ottimale. In più, controlla la mappa intensità allenamento sull'app Fitbit per tracciare il ritmo e le zone cardio durante allenamenti di corsa all'aperto, trekking e bici.<sup>3</sup>

## Connettiti con il tuo benessere

Accedi a pratici strumenti al tuo polso come EDA Scan per gestire lo stress, un'app ECG e le notifiche di battito cardiaco alto e basso.<sup>4</sup> Inoltre, monitora i livelli di saturazione ossigeno (SpO2), variazione della temperatura cutanea e altro ancora con il pannello delle Metriche di salute sull'app Fitbit.<sup>5</sup>



# Aiuta il tuo corpo a dare il meglio di sé

Solo Fitbit Premium

- 6 MESI DI ABBONAMENTO PREMIUM**  
Premium ti permette di scoprire come attività, sonno e stress sono collegati, e ti offre suggerimenti personalizzati per aiutarti a prendere decisioni più consapevoli sul tuo benessere.<sup>1</sup>
- PANNELLO METRICHE DI SALUTE**  
Traccia le variazioni del tuo stato di benessere con il pannello delle Metriche di salute che ti offre una panoramica delle tue tendenze e dei cambiamenti rispetto al mese precedente.<sup>5</sup>
- RECUPERO GIORNALIERO**  
Ottimizza la tua routine di allenamento con il Recupero Giornaliero, un punteggio che analizza i segnali del tuo corpo e ti dice se è pronto a dare il massimo o se dovresti concentrarti sul recupero.<sup>2</sup>
- CONSIGLI AVANZATI**  
Premium trasforma i dati e le statistiche Fitbit in consigli e suggerimenti personalizzati di benessere e forma fisica per aiutarti a prendere decisioni più consapevoli e ottimizzare la tua routine.
- STRUMENTI PER IL RILASSAMENTO**  
Migliora il tuo benessere mentale, rilassati e ritrova l'equilibrio con una libreria di suoni e sessioni di meditazione guidata di Fitbit e brand famosi per ridurre lo stress, dormire meglio e altro ancora.
- STRUMENTI PER IL SONNO**  
Scopri nuove opportunità per migliorare il tuo riposo con l'analisi del Punteggio del sonno e dormi meglio con una raccolta di suoni.
- NOTIFICHE DI BATTITO CARDIACO ELEVATO O BASSO**  
Il battito cardiaco è un indicatore fondamentale della salute. Quando Charge 5 individua un battito superiore o inferiore alla tua soglia abituale, ti avvisa con una notifica.
- APP ECG**  
Traccia la salute del cuore con l'app compatibile ECG per monitorare potenziali segnali di fibrillazione atriale – un'irregolarità del ritmo cardiaco – e condividi i risultati con il tuo medico.<sup>4</sup>
- RILEVAZIONE CONTINUA DEL BATTITO CARDIACO CON PUREPULSE**  
Traccia le calorie bruciate e ottimizza gli allenamenti con la rilevazione continua del battito cardiaco PurePulse, quindi visualizza le tendenze del battito cardiaco a riposo e il livello di attività cardio nell'app Fitbit.
- PUNTEGGIO GESTIONE STRESS**  
Ottieni un punteggio giornaliero che mostra la risposta fisica del tuo corpo allo stress. Puoi scoprire come la tua routine di allenamento, pratica di rilassamento e il sonno ti aiutano a gestire i livelli di stress.
- RILEVAZIONE TEMPERATURA CUTANEA**  
Traccia la variazione notturna della temperatura cutanea per osservare cambiamenti rispetto al tuo valore basale che potrebbero indicare variazioni ambientali o del tuo stato di benessere.<sup>6</sup>
- APP EDA SCAN**  
Gestisci i tuoi livelli di stress con un'app EDA Scan al polso e sessioni di rilassamento che ti aiutano a tracciare la risposta del tuo corpo allo stress.
- GPS INTEGRATO**  
Vedi ritmo e distanza in tempo reale senza telefono utilizzando il GPS integrato durante le attività all'aperto, quindi visualizza una mappa del tuo percorso nell'app Fitbit.<sup>3</sup>
- MINUTI IN ZONA ATTIVA**  
Ottieni il massimo da ogni allenamento. I Minuti in Zona Attiva sfruttano i dati del battito cardiaco per aiutarti a raggiungere e mantenere l'intensità desiderata.
- MONITORAGGIO SATURAZIONE OSSIGENO (SP02)**  
Monitora l'SpO2 – i livelli di ossigeno nel sangue – per tracciare e monitorare potenziali variazioni significative nel tuo benessere.<sup>5</sup>
- 20 MODALITÀ DI ALLENAMENTO + SMARTTRACK**  
Imposta obiettivi per allenamenti di corsa, bici e altri ancora, quindi ottieni statistiche in tempo reale. Hai dimenticato di avviare un esercizio? SmartTrack riconoscerà e registrerà automaticamente la tua attività.
- MAPPA INTENSITÀ ALLENAMENTO**  
Dopo esserti allenato all'aperto con il GPS integrato, visualizza nell'app Fitbit la mappa di intensità dell'allenamento per tracciare le variazioni del battito cardiaco durante il tuo percorso e scoprire dove ti sei impegnato di più.
- FINO A 7 GIORNI DI AUTONOMIA**  
Muoviti tutta la settimana grazie alla batteria che dura fino a 7 giorni.<sup>3</sup>
- FITBIT PAY**  
Carica le tue carte di credito e debito sul tuo Wallet nell'app Fitbit, quindi utilizza Charge 5 per pagare in movimento. Non è richiesto un telefono o il portafogli.<sup>7</sup>
- DISPLAY A COLORI E MODALITÀ SCHERMO SEMPRE ACCESO**  
Guarda le statistiche con un nuovo brillante display touch-screen a colori e controlla i tuoi progressi con un solo colpo d'occhio attivando il display sempre acceso.<sup>3</sup>
- NOTIFICHE**  
Ricevi notifiche di chiamate, messaggi, calendario e delle app smartphone come Gmail, WhatsApp e Facebook. In più, invia risposte rapide dal polso.  
*Funzione disponibile quando il telefono si trova nelle vicinanze; risposte rapide solo per utenti Android.*
- PUNTEGGIO E FASI DEL SONNO**  
Comprendi meglio la qualità del tuo riposo con il Punteggio del sonno quotidiano e grafici che ti mostrano il tempo trascorso nelle fasi di sonno leggero, profondo e REM.
- SVEGLIE SILENZIOSE E SVEGLIA INTELLIGENTE**  
Svegliati più dolcemente durante la fase ottimale del tuo sonno con una leggera vibrazione al polso.
- ASSOCIAZIONE RAPIDA CON GOOGLE**  
L'Associazione rapida con Google permette agli utenti Android di semplificare la configurazione del dispositivo e iniziare a raggiungere i loro obiettivi.

## Fitbit Charge 5

Grigio blu/Grigio platino  
Nero/Grafite  
Bianco lunare/Oro chiaro



## Trova un look per ogni occasione

Venduti separatamente. Gli accessori Charge 5 non sono compatibili con Charge 4.



**Cinturino infinity**  
Canale online e Fitbit.com:  
Nero



**Cinturino in pelle Horween®**  
Canale online e Fitbit.com:  
Nero



**Cinturino hook-and-loop**  
Canale online e Fitbit.com:  
Antracite



**Cinturini Sport**  
Nero, Bianco ghiaccio  
Canale online e Fitbit.com:  
Oceano, Rosa

<sup>1</sup>Solo utenti Premium nuovi e di ritorno. È richiesto un metodo di pagamento valido. La prova deve essere attivata entro 60 giorni dall'attivazione del dispositivo. Disdici prima del termine del periodo di prova per evitare costi ricorrenti. Vedi T&C. Il contenuto e le funzioni di Premium sono soggetti a cambiamenti. <sup>2</sup>In arrivo. La funzione Recupero Giornaliero richiede un abbonamento Fitbit Premium. I suggerimenti dei contenuti Premium non sono disponibili in tutti i paesi e potrebbero essere in inglese. <sup>3</sup>La durata della batteria varia in base all'uso e ad altri fattori. Fino a 5 ore con GPS continuo. La modalità schermo sempre acceso richiede ricariche più frequenti. <sup>4</sup>L'app ECG Fitbit sarà presto disponibile per Charge 5 in alcuni paesi. L'utilizzo della funzione non è destinato ai minori di 22 anni. Per ulteriori informazioni consulta [fitbit.com/it/ecg](https://fitbit.com/it/ecg). <sup>5</sup>Il pannello delle Metriche di salute e le metriche visualizzate nel pannello non sono disponibili in tutti i mercati. Questa funzione non è destinata ad essere utilizzata per qualsiasi scopo medico. La funzione SpO2 richiede ricariche più frequenti. <sup>6</sup>Non disponibile in tutti i paesi. Cambiamenti significativi della temperatura ambientale possono avere un impatto negativo sul rilevamento della temperatura cutanea. <sup>7</sup>Verifica disponibilità banche e trasporto pubblico su [fitbit.com/it/fitbit-pay/banks](https://fitbit.com/it/fitbit-pay/banks).