

TEST

Aktivitetsure

Et aktivitetsur er ikke bare et godt redskab til at komme i gang med en sundere livsstil. Det kan også holde dig til ilden med din træning. Men hvor meget skal det kunne? **Vi har testet ni modeller – fra de simple til de avancerede.**



3 typer ure til forskellige behov

1 DET SIMPLE

Uret til dig, der blot har brug for basale fakta. Du skal kunne måle dine skridt og dine resultater inden for gængse træningsformer som løb og cykling. Derudover kan uret fortælle dig, hvor mange kalorier du forbrænder i løbet af dagen, og antal pulsslag i minuttet. Prisen ligger under 1.000 kr.

2 DET MELLEM-AVANCEREDE

Du motiveres af at kunne måle dine præstationer op mod hinanden. På den mellem-avancerede urmodel kan du se, hvor langt og hvor hurtigt du løber, og hvordan dine pulszone bevæger sig. Via appen kan du tilføje endnu mere værdi til din træning. Her er vi på under 2.000 kr.

3 DET AVANCEREDE

Modellen er for ambitiøse sportsudøvere. Du træner målrettet for hele tiden at forbedre din træning. Du vil have GPS og de allermest avancerede træningsfunktioner og -statistikker. Du smider gerne mere end 2.000 kr. efter et godt ur med en tætpakket software-del.

Aktivitetssure – simple modeller

TIP Det anbefales, at voksne går 10.000-15.000 skridt hver dag.

iFORM
TEST-
VINDER



Samsung

Galaxy Fit, 799 kr.

Hvad er du for en lille ven? Den smalle gummirem giver letvægtsuret et feminint look. Det sidder meget behageligt om håndledet, men vi bøvlér lidt med at lukke remmen, da enden skal føres om bag lukkemekanismen for at sidde fast.

Den tydelige farveskærm i høj kvalitet kan justeres i lysstyrken, fx hvis du sover med det om natten. Uret har touchskærm, som du scroller både op og ned på for at navigere i uret.

Opbygningen er så brugervenlig, at selv teknikforskrækkede kan navigere det i søvne! Igangsætning af en sportsaktivitet er kun to scrolls væk, og via knappen på siden kan du aktivere en forudindstillet aktivitet ved et enkelt tryk. Praktisk! Uret måler søvn, puls, stressniveau og registrerer automatisk din træning, og så kan du læse sms'er på det. En smart stressfunktion minder dig om at komme ned i tempo, hvis din puls er høj. Batteriet holder en uge.

↑ Diskret, behageligt og nemt at bruge.

↓ Remmen driller lidt, når den skal lukkes.



Huawei

Band 3 Pro, 649 kr.

Den kinesiske teknologigigant står bag dette imponerende letvægtsaktivitetsur. Uret har indbygget GPS og kvalitetsfarveskærm, der med sine flotte, klare farver fremstår overskuelig og letlæselig. Skærmen har touchfunktion, som dog er lidt sløv til at reagere på vores – ellers meget insisterende – bevægelser.

Når du sætter en aktivitet i gang, kan du vælge mellem otte sportsgrene, og for hver træning kan du indstille dit mål og en alarm. Fx et mål om at løbe 5 km og en notifikation for hver kilometer, hvor uret så vibrerer. Smart, for så slipper du for at glo på uret under træningen.

Via uret kan du desuden finde din telefon, stille et stopur og sætte en timer. De mange funktioner er gennemtænkte og fungerer virkelig godt i praksis uanset sportsgren. Designet toppes med en batteritid på hele ti dage. Med den brugerflade ligger uret et nøk højere på ranglisten end sine konkurrenter.

↑ Velfungerende funktioner og letlæseligt farvedisplay.

↓ Reaktionstiden på skærmen kan drille.



Sportsbuddy

Veryfit V1, 499 kr.

Noget nær det nemmeste ur at betjene. Én knap til alle funktioner! Kort klik, langt klik – sådan bladrer du i funktionerne. Desværre sidder remmen uflexibelt om håndledet.

Uret tracker din daglige aktivitet, forbrændte kalorier, søvnkvalitet, distance, puls og antal skridt. Løber, cykler eller træner du, måler uret din indsats. Indstillingsmulighederne er begrænsede, men dem, der er, fungerer upåklageligt. Vil du have flere oplysninger, så brug den medfølgende app til telefonen.

Får du et opkald eller en sms, kan du se det på skærmen. Men da skærmen er forholdsvis lille, er det svært at læse beskederne. Der er kamera i uret, hvilket nok er en mere sjov end anvendelig funktion.

Batterilevetiden er omkring ti dage. Vil du slukke undervejs, kan du lede længe efter knappen – uret kan nemlig ikke slukkes. Til gengæld glæder det os, at det kun koster en plovmand. Her kan alle være med.

↑ Billig pris, ultranemt at betjene og velfungerende funktioner.

↓ Lidt uflexibel rem og ingen sluk-knap.



Aktivitetsure — mellem-avancerede modeller

TIP Alle urene i testen er vandtætte, men på nogle af dem skal du aktivere urets vandlås, inden du kaster dig i bølgen.

iFORM
**TEST~
VINDER**



Withing

Steel HR Sport, 1.699 kr.

Er det et almindeligt armbandsur? Hele urskiven ser analog ud, men den er elektronisk og koblet op med appen Health Mate på mobilen.

Trykker du én gang på knappen i siden, ser du bl.a. dato, pulsslag, antal skridt og telefonnotifikationer i det lille display foroven. Holder du knappen inde, kan du vælge mellem fire aktivitetsgenveje. Det er vældig nemt. Viseren i displayet fornedet angiver, hvor mange skridt du har gået i procent i forhold til det mål, du forinden har sat dig i appen.

Uret er tilsluttet GPS via mobilen, så den skal du have med til træningen for at måle din præstation præcist. Det gør det ikke nemmere, at displayet er så småt, at det reelt er svært at se tallene. Når du er færdig med dagens indsats, får du derimod et flot overblik i appen.

Alt i alt skal du kunne leve med, at du først får info efter træningen. Ellers skal du nok finde en anden model. Batteriet holder i 25 dage.



Ligner et hverdagsur og høj batteritid.



Svært at se dine resultater undervejs i træningen.



Polar

Ignite, 1.799 kr.

Her er et grafisk og stilfuldt ur, der har potentiale til at blive din nye yndlingstræningsmakker. Det bløde gummi føles rart om håndledet.

Hvis du har det med på løbeturen eller en af de 100 andre integrerede sportsprofiler, får du klar besked om hastighed, distance og pulsrytme. Det sker på den store touchskærm med letlæselige tal og bogstaver. Både knapper og touchskærm er nemme at bruge og navigere i, selvom det ville klæde skærmen at reagere lidt hurtigere.

Til gengæld må vi bøje os i støvet over FitSpark. Det er en funktion, der guider dig til den rette mængde motion og restitution. Imponerende!

Uret har GPS-måler, men desværre oplevede vi, at dens opmåling af distancer er en smule upræcis. Selvom det kan lyde mærkeligt, så er det detaljer i forhold til urets resterende indmad. Dét ur fortjener en pris! Batteriets levetid er fire dage med daglig aktivitet.



FitSpark-funktion, nemt at aflæse og behageligt at have på.



Lidt upræcis GPS og træg reaktionstid på touchskærmen.



Fitbit

Versa 2, 1.599 kr.

Den opdaterede Versa 2 ligner til forveksling sin forgænger – bare med en mere raffineret søvnrhythmesensor. Uret kan måle din sundhed baseret på puls, aktivitet og søvn. Det er tilsluttet GPS via din telefon, så den skal du have med, hvis resultaterne skal måles præcist.

Til gengæld sørger en intuitiv menu-struktur for, at det er nemt at aflæse bl.a. skridt, puls og antal forbrændte kalorier. Derudover kan du indtaste din kost og dit vandindtag og modtage sms'er.

Mens du træner, kan uret et par tricks: Du kan slå "always on"-knappen til, så skærmen ikke slukker imens. Det er let at skifte musik, fordi Spotify er integreret i uret. Med coach-funktionen kan du blive guidet gennem en række træningspas via skærmen. Sidst, men ikke mindst har uret relax-funktion, der tilbyder åndedrætsmeditation. Skønt! Hele herligheden holder i seks dage, før batteriet skal lades op.



Lækkert design og nem menu-struktur.



Vi savner en indbygget GPS.



Aktivitetsure – avancerede modeller

TIP Jo mere avanceret uret er, jo mere er der at sætte sig ind i. Brug derfor god tid på manualen, og se evt. videoer på YouTube.

iFORM
TEST-
VINDER



Suunto

Suunto 5, 2.500 kr.

Robuste, store ure er noget af det, Suunto gør bedst. Uret emmer af ambitiøs sport. Det har indbygget GPS og et hav af funktioner. Til trods for urets fem knapper er det nemt at betjene, og efter kort tid ligger funktionerne i fingrene. Skærmen måtte dog gerne være lettere at læse under træning.

Aktivitetstrackingen er værd at fremhæve, da den måler antal skridt, puls og til enhver tid fortæller dig, hvor mange kalorier du forbrænder ved en given aktivitet. Gennem appen guider uret dig til dit næste træningspas. Du kan også få en syvdages træningsplan, hvor du bliver vejledt ud i intensitet og varighed og får liveopdateringer, mens du træner. Det er relativt simpelt og fint motiverende. Uret har hele 80 integrerede sportsprofiler.

Desværre oplever vi, at synkroniseringen til appen er lidt ustabil, så det påvirker vurderingen af træningen. Batteritiden er op til 40 timer.



Robust, god tracking og funktionelt uanset sportsgren.



Tvivlsom synkronisering med appen.



Garmin

Fenix 6S Pro, 5.899 kr.

Ud over at måle på det gængse som skridt, puls, stressniveau og søvnkvalitet får du også PacePro. Den fortæller dig i realtid, præcis hvor hurtigt du skal løbe for at gennemføre til en ønsket tid – sådan!

Uret giver dig fine anbefalinger til, hvilken træning du skal lave for at forbedre din form. Du får anvist anaerob-, høj aerob- og lav aerob-træning samt anbefalinger af restitutionstid. Der er indbygget GPS, og du får pistekort til skituren og anbefalede løbe- og cykelruter. Blæret! Uret kan vise op til seks datafelter pr. side (pace, distance, tid osv.), og batteritiden er på ni dage.

Det kræver lidt tilvænnning at finde rundt i urets mange funktioner, og vi savner en touchskærm, men når du først er blevet fortrolig med knapperne, åbner der sig en verden af muligheder. Et slankt og smart ur med en god læsbar skærm til dig, der hverken går på kompromis med kvalitet eller funktioner. Bravo!



Lækkert design, fede træningsguider og overskuelig skærm.



Tilvænningstiden og manglende touch-funktion.



Samsung

Galaxy Watch Active 2, 3.599 kr.

Det afføder benovelse at stå med uret her i hænderne. Materialer af metal, glas og en rem i kernelæder – så diskret og lækkert, at det kan bruges som almindeligt ur.

Pulsmåleren er på stikkerne og aflæser hurtigt hjertets slagkraftighed. Der er indbygget GPS og batteritid på to dage. Der er to knapper og touchskærm, og som om det ikke var (nemt) nok, så viser digitale pile dig, hvor du skal trykke undervejs. Det er ligetil at sætte en aktivitetsmåling i gang, og under træningen giver uret dig løbende statusopdateringer. Desværre vibrerer det lidt rigeligt, uden at vi er helt klar over hvorfor ...

Det er en stor fordel, at det er tilsluttet mobilen. Den indbyggede 4G-hastighed gør, at mail, beskeder og opkald hurtigt registreres på uret, og har du overskud til at tage telefonen under træning, går samtalen klart igennem, selvom du står med telefonen et stykke derfra.



Lækkert look, nem menu-struktur og præcis pulsmåler.



Mange vibrationer under træning.

