

Vi tester og sammenligner hver måned nyt og sæsonrelevant udstyr til aktive og træningsglade mænd og kvinder. Denne måned: **GPS-ure til under 2.000 kr.**



▲ Den seneste generation af GPS-ure er yderst kompetent og har funktioner nok til at tilfredsstille selv den meget kræsne atlet.

Tal på træningen

Hvor meget træningsur kan man få, hvis budgettet er på et par tusind kroner? Rigtig meget, faktisk. Udviklingen er gået hurtigt, og dagens budget-ure er bedre end fortidens luksure. **Vi kårer de bedste GPS-ure til under 2.000 kr.**

Ud over et par gode, velegnede sko er GPS-uret efterhånden blevet løberens vigtigste træningsredskab. Muligheden for at holde øje med distance, pace og intensitet er ikke mindst at dele anstrengelserne på sociale medier er noget, de færreste løbere kan undvære. Traditionelt er GPS-uret en stor udskrivning, og

de nyeste og mest avancerede modeller koster da også op mod 5.000 kr. Men mindre kan også gøre det. Meget mindre, faktisk. Med årene er de dyre ures teknologi og features sevet ned igen - men modellerne, ligesom topmodeller med et par år på bagen er blevet markant billigere end ved lanceringsdatoen.

Det er med andre ord decideret imponerende, hvor meget GPS-ur man kan få for under 2.000 kr. her i 2020. Det er højst avancerede ure, der kan tilfredsstille selv den mest kræsne atlet. Og det er ikke kun giganterne fra Garmin, der leverer. Nye spillere som Coros, Sigma og gode, gamle Polar gør amerikanerne rangen stridig – både på pris, kvalitet og funktioner.

SÅDAN TESTER AKTIV TRÆNING:

Alle urene er testet med den nyeste firmware på testtidspunktet (juni og juli). Vores testere har både brugt urene i dagligdagen, mens de har sovet, og til træning. Vi har primært testet urene til løbetræning og cykelt træning og kun i begrænset omfang testet andre træningsformer. Vores testere har dels skullet tage stilling til, hvordan urene fungerer i dagligdagen, dels **hvordan de er at bruge til træning. Det sidste har vi lagt mest vægt på** – herunder hvor godt man kan betjene dem, når det går stærkt, og sveden drypper. Desuden har vores testere set på, hvor gode muligheder man har for at nørde igennem med sine træningsdata, når man kommer hjem fra træningsturen.

PRIS:

Vi angiver den typiske pris, som vi har set urene til i butikker og på nettet. Typisk er den vejledende udsalgspris noget højere.

VURDERING:

Skærm:

Funktion under træning:

Smartwatchfunktioner:

Foruden den afsluttende karakter giver vi urene karakterer for, hvor god skærmen er, hvor gode de er at betjene og aflæse under træning, og hvor gode smartwatchfunktionerne i uret er. Med hensyn til skærmen er det ikke nødvendigvis ensbetydende med en højere karakter, hvis den er fuld af farver. Vi lægger mere vægt på, at den er tydelig og nem at se, når det går løs i træningsskoene. Når vi tester træningsfunktionerne, lægger vi vægt på, om man fx kan føle sig vej til knapperne, eller om man skal stoppe op og se på uret, før man kan betjene det.

KARAKTERSKALAEN:

 = forrygende	 = rigtig godt	 = over middel
 = middel	 = under middel	 = dårligt
 = elendigt		

STEMPLERNE:

TESTVINDER-stemplet tildeler vi det bedste produkt i forhold til testkriterier, kvalitet og pris.

GODT KØB er et rigtig godt produkt i forhold til prisen. Her er udskrivningen meget lille, men kvaliteten høj.

VORES FAVORIT er det produkt, vi elsker højest. Her skeler vi ikke til pris eller allroundegenskaber. Tildeles ikke altid.

Uret fås i to størrelser. Det lille er 39,5 mm i diameter. Det store er 42 mm.



GARMIN
FORERUNNER 45

Pris: 1.299 kr. / Skærmstørrelse: 39/42 mm / Vægt: 32/36 gram / Mobilbeskeder: Ja / Barometrisk højdemåler: Nej / Multisport: Nej

Info: garmin.com

Er du primært løber, og er du primært interesseret i at vide, hvor langt du løber, og hvor hurtigt det går, så kan FR45 være et godt køb. Det lille ur er let i hånden, sidder fremragende om håndledet og er – omend meget klejnt – pænt med sit meget enkle, diskrete design.

Brugerfladen er – som vi kender den hos Garmin – fantastisk intuitiv, og styringen med fire gode knapper eksemplarisk. Uret kan en del, men det er alligevel uhyre nemt at gå til.

Uret er Garmins mest basale, men det har alligevel en lang række funktioner. Det er ikke som med Garmins gamle indstigningsmodeller, som man meget hurtigt voksede ud af. Her får du lap-funktion, der er meget egnet, hvis du løber intervaller, og du har også muligheden for at bygge et træningspas i Garmins Connect-app og uploade den til uret, der herefter vil styre dig sikkert igennem.

Det fungerer alt sammen helt perfekt – når vi alligevel er lidt vaklende i vores anbefaling, skyldes det, at der trods alt mangler noget. Du har ingen navigationsfunktioner, ingen svømmefunktioner, ingen løbedynamik, der giver dig data på din løbestil, og kun begrænsede cykelfunktioner. Alt sammen noget, du får i fx det lidt dyrere FR735XT eller det billigere Polar M430.

Skærm:

Træningsfunktioner:

Smartwatchfunktioner:

Kort sagt: Et virkelig godt begynderur til løberen. Enkelt at sætte op og bruge og med fine funktioner. Målt på features får du mere for pengene i andre modeller.





GARMIN VIVOACTIVE 4S

Pris: 1.999 kr. / **Skærmstørrelse:** 40 mm / **Vægt:** 40 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Nej / **Multisport:** Nej
Info: garmin.com

Nyeste version af Vivoactive er klart bedre end sin forgænger. Det lille, lette ur er stadig lige dele smartwatch og lige dele træningsur, men begge elementer fungerer bare bedre i denne 4. version.

Det store scoop er musikfunktionen, der lader dig uploade musik til uret og bruge det som musikafspiller. Det tager lidt tid at uploade via wi-fi, men når det er gjort, fungerer det godt. Dertil har uret payfunktion og et par sundhedsfeatures, hvor du fx kan bygge og uploade yoga- og pilates-sessioner til uret og få øvelserne vist med animerede figurer på den flotte touchskærm. Fancy, men i praksis ikke specielt brugbart.

Uret har alle de sportsfunktioner, du finder i Garmins træningsure, og mangler kun Strava Live-segmenter og at kunne måle løbedynamik for funktionsmæssigt at kunne måle sig med de rendyrkede træningsure.

I praksis fungerer det også. Det skyldes ikke mindst tilføjelsen af knapper på siden på denne nye model. Dem bruger du til at starte og stoppe en træning, til at markere en omgang og til at gå tilbage. Det lyder måske ubetydeligt, men i forhold til tidligere modeller, der kun havde touchskærmen, er det en kæmpe forbedring af brugeroplevelsen.

Uret fås i to størrelser, og det er kun den lille, S, der passer med prisrammen for testen her. Den opleves lidt klejn om håndledet.

Skærm: ██████████
Træningsfunktioner: ██████████
Smartwatchfunktioner: ██████████

Kort sagt: Et glimrende kompromis mellem et smartwatch og et træningsur. Men som næsten alle kompromiser er det også lidt hverken-eller.



Vægt

Urene her er alle relativt små og lette. Men vælger du et top-outdoor-ur fra Polar, Garmin, Coros eller Suunto, er det en tung enhed, der mærkes om håndledet.



SIGMA ID.TRI

Pris: 1.300 kr. / **Skærmstørrelse:** 25 x 30 mm / **Vægt:** 42 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Ja / **Multisport:** Ja
Info: sigmasport.com

Point for at kaste sig ud på et nådesløst marked og point for at gøre det med et produkt, der måske ikke er perfekt, men bestemt kan noget.

Med sit firkantede plastdesign og rappe farver ligner Sigmas ID.TRI umiddelbart et børneur, men bag det lidt spøjse ydre er et sandt lille powerhouse med masser af kræfter og funktioner. Uret har barometrisk højdemåler og udmærkede navigationsfunktioner og er kompatibelt med Bluetooth og ANT+, så du kan slutte fx wattmålere og eksterne pulssensorer til. Dertil kan du uploade ruter og træningspas til uret. Det er ganske enkelt imponerende, prisen taget i betragtning.

ID.TRI er, som navnet indikerer, et tri-ur. Her er løbe-, cykel- og svømme-funktioner og en udmærket feature, der kombinerer de tre i en enkelt event og registrerer dine skift osv. En fin detalje er, at der følger en lille holder med uret. Den kan monteres på cykelstyret, og uret kan dermed bruges som en – dog meget lille – cykelcomputer.

GPS'en er både præcis og hurtig, og pulsmåleren virker fint til cykling og fitness. Under løb har den det med at fange skridtfrekvensen frem for pulsen. Skærmen er lille og sort-hvid, men kontrasten er god, selvom enkelte datafelter står lidt småt. Knapperne er gode at trykke på, og den bløde silikonerem er behagelig om håndledet.

Skærm: ██████████
Træningsfunktioner: ██████████
Smartwatchfunktioner: ██████████

Kort sagt: Målt på funktioner til prisen er Sigma testens bedste. En lidt lille skærm og en kedelig app trækker dog fra i den endelige bedømmelse.



Batteri, GPS og puls

Så godt klarer urene sig på centrale områder som batteri, puls og GPS.

En markant forskel på ældre og nyere ure er batteritiden. Mens de ældre modeller i testen har svært ved at klare 10 timer med GPS og Bluetooth, kan de nyeste levere det dobbelte. Det skyldes i høj grad en ny GPS-chip i ure fra omkring 2018 og frem. Den trækker mindre batteri end den, der blev brugt for år tilbage. Hvorvidt lang batteritid er vigtigt, må være op til dig. De fleste ure holder i hvert fald strøm til selv meget lange træningspas, hvis de er fuldt opladet fra start.

SÅ GODT KLARER DE SIG

	Garmin Forerunner 45	Garmin Vivoactive 4S	Sigma ID.TRI	Polar M430	Polar Vantage M	Coros Pace	Garmin Forerunner 735XT
Batteritid timer	8,5	6	9	7,5	12	22	8
GPS-præcision	4	4	4	5	5	5	4
GPS-stabilitet	5	4	4	4	4	5	4
Puls-præcision	4	4	3	4	5	5	4
Puls-stabilitet	3	3	3	3	4	4	3
Puls-reaktion	3	3	3	3	4	4	3

Urene scorer fra 1-6, hvor 6 er det bedste og udtryk for, at de ikke afviger fra referencen på noget tidspunkt.

GPS og puls er centrale funktioner, som mange af urets andre funktioner (fx beregning af hastighed og træningsbelastning) afhænger af. Derfor skal de være præcise. Vi har delt vurderingen op i 5 kategorier. GPS-præcision: Hvor præcist måler GPS'en? GPS-stabilitet: Måler GPS'en stabilt, eller er der udfald fra gang til gang? Pulspræcision: Måler pulsfunktionen præcist? Pulsstabilitet: Måler den stabilt eller med mange udfald? Pulsreaktion: Hvor hurtigt reagerer pulsmåleren på stigninger og fald i puls, fx under intervaller?



Skærm

Skærmen skal kunne læses under aktivitet, i solskin og evt. af et par lettere alderssvækkede øjne. Tjek derfor, om displayet står skarpt og stort nok til dine øjne, inden du køber.



POLAR M430

Pris: 1.100 kr. / **Skærmstørrelse:** 27 x 33 mm / **Vægt:** 51 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Nej / **Multisport:** Ja
Info: polar.com

Den bedste netpris, vi har kunnet finde på Polars 3,5 år gamle ur, er 900 kr. Det er billigt, og kan du finde modellen til den pris, er det et godt køb.

Umiddelbart har alderen ellers ikke været mild ved M430. Det firkantede design virker gammeldags og skriger fitness-ur, ladestikket er irriterende vanskeligt at få til at sidde, remmen er klodset, og skærmen er lille. Især sammenlignet med Polars suveræne Vantage M, der kun koster 800-900 kr. mere, virker M430 altså bedaget.

Men funktionelt er der ikke noget at komme efter. Det antikvarisk udseende ur byder på masser af moderne features. GPS'en er hurtig og præcis, og pulsfunktionen er hæderlig – især ved moderate intensiteter (den har dog lidt svært ved at fange pludselige stigninger i intensitet som fx under intervaller). Du får alle de træningsprofiler, du skal bruge. Du kan få smartbeskeder i displayet, og via Polars glimrende app, Flow, kan du uploade træningspas og hele træningsprogrammer til uret.

Du kan koble uret med moderne wattmålere og andre sensorer, der kan give endnu flere data på træningen.

Batteriet er dog ikke imponerende: 7,5 timer med GPS blev det til. Og så sidder uret ikke særlig godt. Remmen er meget tyk og bliver hurtigt varm, og den skal strammes til, for at pulsen måles korrekt.

Skærm: ██████████
Træningsfunktioner: ██████████
Smartwatchfunktioner: ██████████

Kort sagt: Du får mange funktioner for pengene, og kan du leve med designet og den lille skærm, er uret et godt køb. Vi vil dog anbefale Polars nye Vantage M.



Hvad kan du ellers få?

I sagens natur kan vi kun teste et udsnit af de tilgængelige GPS-ure. Der er meget andet at vælge imellem, hvis budgettet er større eller mindre, eller behovet lidt anderledes.

LUKSUSURE. Fordobler du budgettet i forhold til urene her, nærmer du dig luksusmodellerne fra Garmin, Polar og Suunto. Her får du flere funktioner, typisk i form af diverse form- og restitutionsberegnere, barometrisk højdemåler samt flere smartwatchfunktioner som pay og musik. Enkelte ure har også kortfunktioner. De dyre ure har dog ikke mere præcis GPS- eller pulssensor, men batteritiden er noget bedre. Går du all in og køber de allerdyreste modeller, får du en lækre byggekvalitet – titanium, safirglas og mulighed for remme i læder eller stål.

SMARTWATCHES. En anden mulighed er et decideret smartwatch fra fx Apple eller Samsung. De fleste af dem har efterhånden fået GPS og pulsmåler og udmærkede træningsfunktioner. Du får en fremragende skærm og suveræn integration med telefonen. Men batteritiden er typisk meget ringere end på træningsuret (3-5 timer med GPS), og styringen med touchskærm fungerer ikke nær så godt som rigtige knapper. Dertil er smartwatchene typisk dyrere og mindre robuste end et rigtigt træningsur.

ÆLDRE MODELLER. Er budgettet stramt, kan det give mening at gå efter et ældre ur. Indstigningsmodeller med et par år på bagen (fx Garmin FR30 eller Polar M200) kan fås for langt under 1.000 kr. Bruger du alene urene til løb, og skal du bare tracke fart og distance, er de fine. Du vil dog mangle en god integration med mobilen, ligesom du må se langt efter avanceret intervaltræning, øvrige træningsfunktioner samt diverse beregnere af form, restitution osv.

FITNESSTRACKERE. Et sidste alternativ er en fitnessstracker. Tanken bag den er, at den registrerer, hvor mange skridt du går, hvor meget din puls svinger, hvor godt du sover osv. Trackerne er diskrete og billige og et godt valg, hvis du vil have et overblik over dit aktivitetsniveau. De dur dog sjældent som deciderede træningsure. De færreste er forsynet med GPS, og du skal derfor have telefonen med ud, hvis du vil have præcis opmåling af distance. Dertil er skærmen lille, og data under træning begrænset og vanskelige at se på den lille skærm. **AT**

AT
**TEST-
VINDER**
GPS-URE PÅ
BUDGET



POLAR VANTAGE M

Pris: 1.799 kr. / **Skærmstørrelse:** 46 mm / **Vægt:** 45 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Nej / **Multisport:** Ja

Info: polar.com

Vantage er testens nyeste ur. Det blev lanceret sammen med sin storebror, Vantage V, i 2019 og er et multisportsur til dig, der løber, cykler, svømmer, sejler eller laver alt muligt andet. Det er også testens flotteste med knapper og uring i stål. Det kommer med en velsiddende silikonerem, der dog nemt kan udskiftes til en i læder eller lærred for et lidt mere stilet look.

Udbuddet af funktioner er helt i top. Du kan bygge og uploade træningsprogrammer til uret og i det hele taget bruge det til at monitorere træning, formudvikling og restitution via Polars fremragende Flow-app.

Skærmen er testens bedste med klare farver og lysstærkt, læsbart display. Knapperne er gode, og menuen er fin, omend ikke så intuitiv som Garmins og Coros' (flere af knapperne har dobbeltfunktioner, afhængigt af om de trykkes på eller holdes inde). GPS'en er hurtig og præcis og har igennem testen ligget godt til med en afvigelse på 1-2 pct. i forhold til referencen.

Pulsmåleren er en af testens bedste, målt på præcision og reaktion. Den skal ofte bruge nogle minutter på at fange pulsen, men det ændrer dog ikke på, at uret er et suverænt træningsur, hvis eneste lille minus er fraværet af en barometrisk højdemåler.

Skærm:

Funktion under træning:

Smartwatchfunktioner:

Kort sagt: Et fremragende træningsur med et hav af funktioner og en velfungerende app, der følger ekstra dimensioner til uret. Dertil et flot design og en god skærm.



Mobilbeskeder

Alle urene i testen kan give dig mobilbeskeder i displayet. Det lyder måske lidt overflødigt, men det er faktisk rart at se, hvem der ringer, uden at skulle fiske mobilen op af lommen.



COROS PACE

Pris: 1.499 kr. / **Skærmstørrelse:** 45 mm / **Vægt:** 49 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Ja / **Multisport:** Ja

Info: coros.com

Coros er en ny spiller, hvis mål er at tage markedsandele fra Garmin. Det ses af både urenes fysiske design og deres intuitive menustruktur, der minder meget om de dominerende amerikaneres.

Modellen Pace her ligner således til forveksling Forerunner 735XT og 235. Uret skiller sig dog også positivt ud fra forbilledet. Først og fremmest takket være en imponerende batteritid. 22 timer med GPS og Bluetooth fik vi ud af Pace. Det er næsten 3 gange så meget som FR735XT, som vi også tester. Prisen for dette er en lidt lyssvag skærm samt en større urkasse til at rumme det større batteri.

Funktionelt er Pace rigtig godt med, men man savner muligheden for at bygge og uploade træningsprogrammer til uret. Alt andet fungerer dog upåklageligt. GPS- og pulsfunktionerne er rigtig gode. Pulsen måler generelt præcist og med få udfald og fejlmålinger. 1-2 pct. fra referencen lå den på i gennemsnit og målte konsistent både på cyklen og i løbeskoene.

Læg dertil en barometrisk højdemåler (uret her er det eneste i testen ud over Sigmas iD.TRI med den feature), og du har et rigtig solidt træningsur til atleten, der kan leve med den lidt simple app, der ikke giver så mange muligheder.

Skærm:

Funktion under træning:

Smartwatchfunktioner:

Kort sagt: Testens runner-up, som kun taber til Polar pga. Polars flottere design og bedre app. Et supersolidt ur til prisen og et suverænt valg, især hvis du går op i batteritid.



GARMIN FORERUNNER 735XT

Pris: 1.799 kr. / **Skærmstørrelse:** 44,5 mm / **Vægt:** 41 gram / **Mobilbeskeder:** Ja / **Barometrisk højdemåler:** Nej / **Multisport:** Ja

Info: garmin.com

For 4 år siden var 735XT Garmins bedste ur til triatleten, og selvom alderen mærkes, er det stadigvæk et virkelig godt køb til dig, der cykler, svømmer og løber. Bevares, processoren er lidt langsommere end i de nyeste ure, og skærmen savner også lidt på opløsning og belysning. Men udbuddet af funktioner er helt suverænt, og til trods for alderen er det et af de mest imponerende i testen her. Uret har alle de løbefunktioner, du kan drømme om (inkl. avancerede løbestilsberegninger). Det kan kobles til ANT+-baserede wattmålere og give dig uundværlig cykeldata, ligesom det kan vise Strava Live-segmenter. Det kan bruges til både indendørs og udendørs svømning og har enkle, men meget brugbare navigationsfunktioner. Du kan uploade træningspas til uret, og har du ikke funktioner nok, kan du hente flere via Garmin Connect IQ.

Det hele er pakket ind i Garmins enkle og intuitive styresystem, og vi har – trods problemer med andre Garmin-enheder – oplevet integrationen med appen som sømløs.

Sammenlignet med Garmins dyreste ure mangler du pay- og musikfunktioner, men krone for krone er det altså svært at slå den seje gamling her. Eneste reelle minus er batteritiden. Uret klarer kun godt 8 timer med GPS og Bluetooth.

Skærm:

Funktion under træning:

Smartwatchfunktioner:

Kort sagt: Et af testens mest avancerede ure og perfekt til selv den seriøse triatlet. Kun fraværet af højdemåler og batteritiden indikerer høj alder.

