

TEST: AKTIVITETSARMBAND



Bara en knapp

Beurer AS 80
649 kronor

Ett diskret armband som är mycket lätt att använda. Med den enda knappen växlar man mellan klocka, stegräknare och procent av dagens mål.

Man kan följa med i hur långt man går, hur många kalorier man förbränner under dagen och hur länge och bra man sover på natten. Den tillhörande appen ger en bra överblick, men vi saknar möjlighet till pulsmätning, och så önskar vi att armbandet i större utsträckning hade motiverat till mer aktivitet på ett roligare sätt.

Appen ger möjlighet att följa blodtryck och blodsocker genom Beurers andra apparater, vilket kan vara intressant för diabetiker.



Mycket enkelt, diskret, ger bra överblick.



Motiverar inte så bra, ingen pulsmätning.



Mycket motiverande

Fitbit Charge 2
1 599 kronor

Fitbit Charge 2 är som att ha en personlig tränare på handleden. Den påminner om att det är dags att röra på sig, guidar till bra andning, utmanar med tävlingar och ger belöning när man gör det bra. Sammantaget är det mycket motiverande.

Appen är överskådlig och har många möjligheter att gå på djupet med puls, andning, sömn och träning, oavsett om det är gång, löpning, cykling eller yoga.

Armbandet har en stilren design och har många läckra detaljer. Exempelvis tänds skärmen automatiskt när handleden vänds. Touch-funktionen är dock lite utmanande och man måste trycka på ett särskilt sätt.



Stilren design, mycket motiverande.



Touch-funktionen kräver tillvänjning.



Inga sladdar

Garmin Vivo Fit 3
1 099 kronor

Vivo Fit 3 är ensam i testet om att ha ett batteri som gör att man slipper både sladdar och laddning. Producenten lovar att batteriet håller i upp till ett år.

Armbandet har ingen pulsmätning, men kan räkna steg, aktiva minuter och hålla koll på sömnkvaliteten. Det mäter kaloriförbrukning och distans. Allt fungerar bra. Funktionerna är enkla och överskådliga. Armbandet piper dock lite då och då utan att berätta varför.

Man belönas med stjärnor och pip om man når dagens mål, och det är mycket motiverande att kunna utmana andra via appen.

Armbandet är stort och klumpigt. Men skärmen är lite för liten.



Ingen laddning, lätt att använda, motiverande.



Lite klumpigt, liten skärm, ingen pulsmätning.



Mycket avancerat

Garmin Vivosmart HR+
2 399 kronor

Dyrast i testet och även avancerat. Vi är särskilt imponerade av mängden data man kan få ut. Inbyggd tempomätning i löpfunktionen, GPS, pulsmätare, sömnmätare och höjdmätare. Aktivitetsarmbandet är vattentätt och har lång batteritid – fem dagar.

Armbandet motiverar genom att visa rekord och mål som uppnås. Funktionen "intensitetsminuter" motiverar också: De minuter då pulsen har varit rejält hög registreras så att man hela tiden kan förbättra sig.

Diskret design, men lite för stort armband. Funktionerna är enkla och appen ger bra överblick och möjlighet att se detaljer i mätningarna.



Många funktioner, vattentätt, GPS, motiverande.



Lite för stort och dyrt.



En bra träningspartner kan mycket väl sitta på armen i form av ett aktivitetsarmband som mäter och analyserar dina resultat och dessutom motiverar och belönar dig. Vi har testat åtta av marknadens bästa.

Så här har vi testat

Vi har testat marknadens relevanta modeller och uppdaterat armbanden med den senaste programvaran och parat ihop dem med den tillhörande smartphone-appen. Därefter har vi sprungit och cyklat med armbanden och även haft dem i vardagen för att testa skärm, användning och funktioner.



Lätt att använda

Idomove GO Pulse 895 kronor

Vi utser Idomove GO Pulse till bästa köp eftersom det är billigt och levererar det en motionär behöver: enkla funktioner, bra överblick, och det registrerar puls, sömn och distans vid löpning, gång och cykling.

Armbandet är härligt smalt och skärmen har en bra storlek. Och så har mätaren mycket lång batteritid: upp till 10 dagar. Pulsmätningarna tar lite för lång tid på sig att bli korrekta, men det kan man leva med.

Appen har en animerad figur som motiverar till träning, och man kan köpa träningsprogram. Vi tycker dock att sömnregistreringen i appen saknar detaljer om sömnkvaliteten.



Lång batteritid, lätt att använda, motiverande.



Korrekt pulsregistrering tar lång tid.



Snygg design

Polar A360 1 999 kronor

Polar-mätaren har en sportig design som är trevlig. Skärmen är stor och pulszonerna har färger som ger en snabb överblick över träningsintensiteten. Remmen av silikon är inte bara snygg, den är också skön.

Det används med en knapp på sidan och touchskärmen. Knappen är dock mycket liten och lite svår att använda. Men själva mätningen fungerar bra och är enkel att få koll på. Det ger bra koll på puls, steg, sömn och kaloriförbrukning. Och armbandet motiverade också med meddelanden och uppiggande tillrop.

På natten lyste det ibland kraftigt – vilket var irriterande. Och det har relativt kort batteritid, bara två dagar.



Läcker design, behaglig rem, stor skärm.



Irriterande liten knapp, kort batteritid.



Genomtänkt teknik

Samsung Gear Fit2 1 635 kronor

Samsung Gear Fit2 är en genomtänkt produkt med en modern design som är iögonfallande. Det har tydliga bokstäver och ikoner på en stor skärm som man själv kan välja utseendet på. Armbandet är behagligt och enkelt att ta av och på. Det blir snabbt en integrerad del av armen, trots att skärmen är stor.

Det är en mycket aktiv mätare som kräver lite för mycket uppmärksamhet för vår smak. Den lägger sig i för mycket under dagen.

Men mätning- och analysdelen, där puls, sömn, distans, steg och kalorier beräknas, fungerar bra. Och det är smart att armbandet själv kan identifiera om man springer, cyklar eller går.



Läcker design, lätt att använda, smarta detaljer.



Lägger sig i lite för mycket.



Bra nybörjarmätare

TomTom Touch 1 499 kronor

Här är en bra nybörjarmätare som dock inte är så billig. Den är enkel att komma igång med och superenkel att använda.

TomTom Touch ser inte mycket ut för världen, men skiljer sig från de andra testade armbanden i att den har en kropps-kompositionsmätare som visar användarens fett- och muskelmassa – särskilt motiverande om man vill gå ner i vikt. Personer med stor muskelmassa ska dock inte räkna med en korrekt mätning. Dessutom mäter och analyserar armbandet och appen allt när man springer, går och cyklar. En liten stjärna är belöningen när dagens mål är nått.

Det är dock svårt att använda knappen med för torra fingrar.



Lätt att använda, mäter fettprocent.



Lite dyr, knappen fungerar inte bra med torra händer.

