

UP2[™]
by JAWBONE®

ФИТНЕС-ТРЕКЕР

5 ЭЛЕМЕНТ
ЭЛЕКТРОНИКА • БЫТОВАЯ ТЕХНИКА



СИСТЕМА UP: КРУГЛОСУТОЧНО, 7 ДНЕЙ В НЕДЕЛЮ



ПРИЛОЖЕНИЕ UP

Простого ведения статистики вашей активности недостаточно. Поэтому мы создали Smart Coach, наш уникальный интеллектуальный движок, превращающий необработанные данные в личного фитнес-тренера. Никаких забот. Прекрасные результаты.

ТРЕКЕР АКТИВНОСТИ UP

Датчики мирового уровня считывают данные о том, как и сколько вы двигаетесь, спите и т. д. А поскольку микропрошивка браслета легко обновляется, вам всегда доступны самые новые и лучшие функции.

ПОДКЛЮЧАЕМЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ И УСТРОЙСТВА

UP® является открытой платформой. Ваш трекер совместим с сотнями устройств и приложений сторонних разработчиков, предоставляя удобный доступ к необходимым вам функциональным возможностям..

ДОСТИЖЕНИЕ ВАШИХ ЦЕЛЕЙ

Уже скоро вы заметите, что принимаете правильные решения изо дня в день. И каждая из этих маленьких побед уже сама по себе является целью. UP: вот как достигнуть поставленных целей.

ДОРОГА К ЛУЧШЕМУ БУДУЩЕМУ НАЧИНАЕТСЯ ЗДЕСЬ



ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Smart Coach – ключ к достижению целей

Данные может показывать любой трекер активности. Но только Smart Coach позволяет понять весь процесс.

Чем больше вы используете систему и чем больше информации вы ей предоставляете, тем умнее становится функция Smart Coach, узнавая вас ближе. Со временем указания и мотивирующие рекомендации Smart Coach становятся все более персонализированными и точными.

Для того, чтобы помогать вам в приложении UP персонализированными советами, функция Smart Coach использует приведенные ниже инструменты.

Сегодня я...

TODAY I WILL 10:48 am
30g of Fiber
You ate 10g of fiber yesterday. Based on your age and gender, 30g of fiber can help lower blood cholesterol, and your waist trim. Log your meals with UP today to stay heart happy.
Not Today I'M IN

DID YOU KNOW? 12:00 am
Fat-Free Crazy
During the fat-free food craze, carbs were often substituted for fat. But one Harvard Med School doctor points out that carbs "worsen glucose and insulin." Forget fads! Aim for balance in your diet.
Learn more

Достижения



Уведомления об активности

Activity Alert
3:12 PM

Еженедельное электронное сообщение

You got the most sleep
Wednesday 6h 55m

This week's average sleep
5h 48m

You hit your goal
0 times

Day	Sleep
SUN 27	5h 48m
SAT 26	5h 48m
FRI 25	5h 48m
THU 24	5h 48m
WED 23	6h 55m
TUE 22	5h 48m
MON 21	5h 48m

Average bedtime: 12:51 am
Uninterrupted Sleep: 5 nights
Average wake time: 6:43 am

Будильник Smart Alarm

Smart Alarm

Сигнал о бездействии

Idle Alert

Напоминания

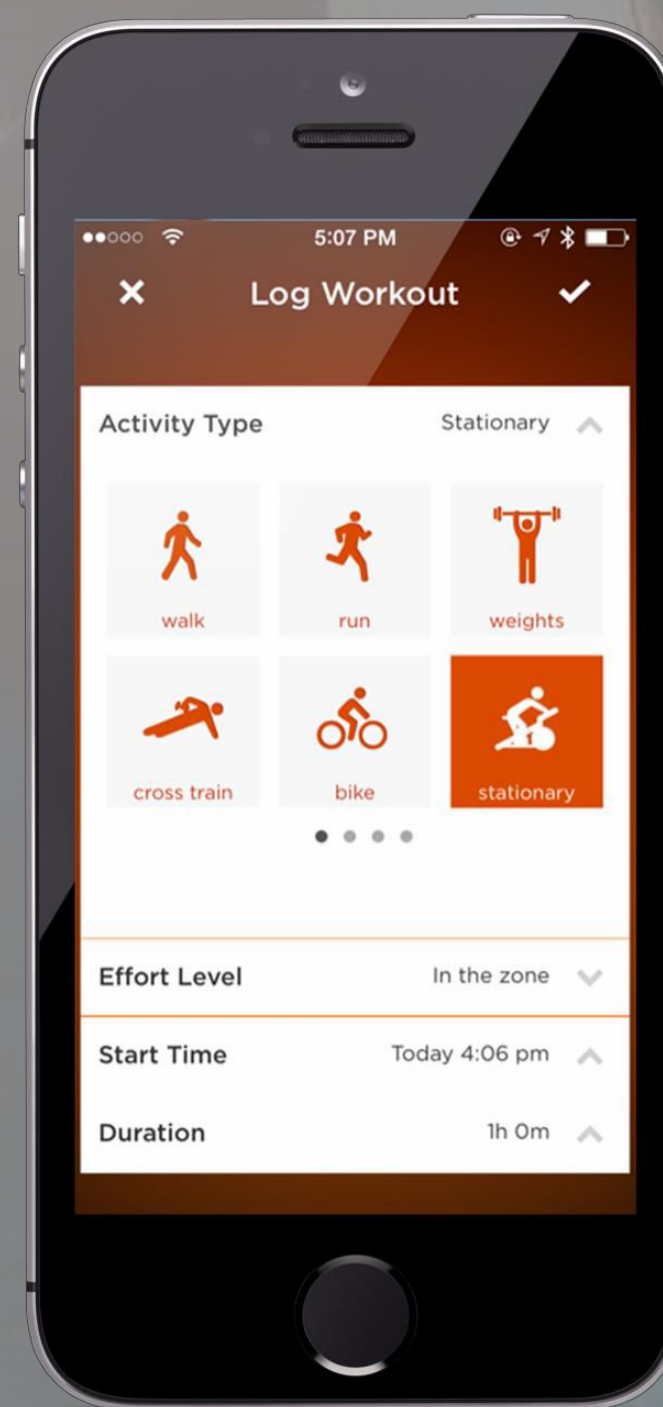
Reminders
11:34 AM

ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

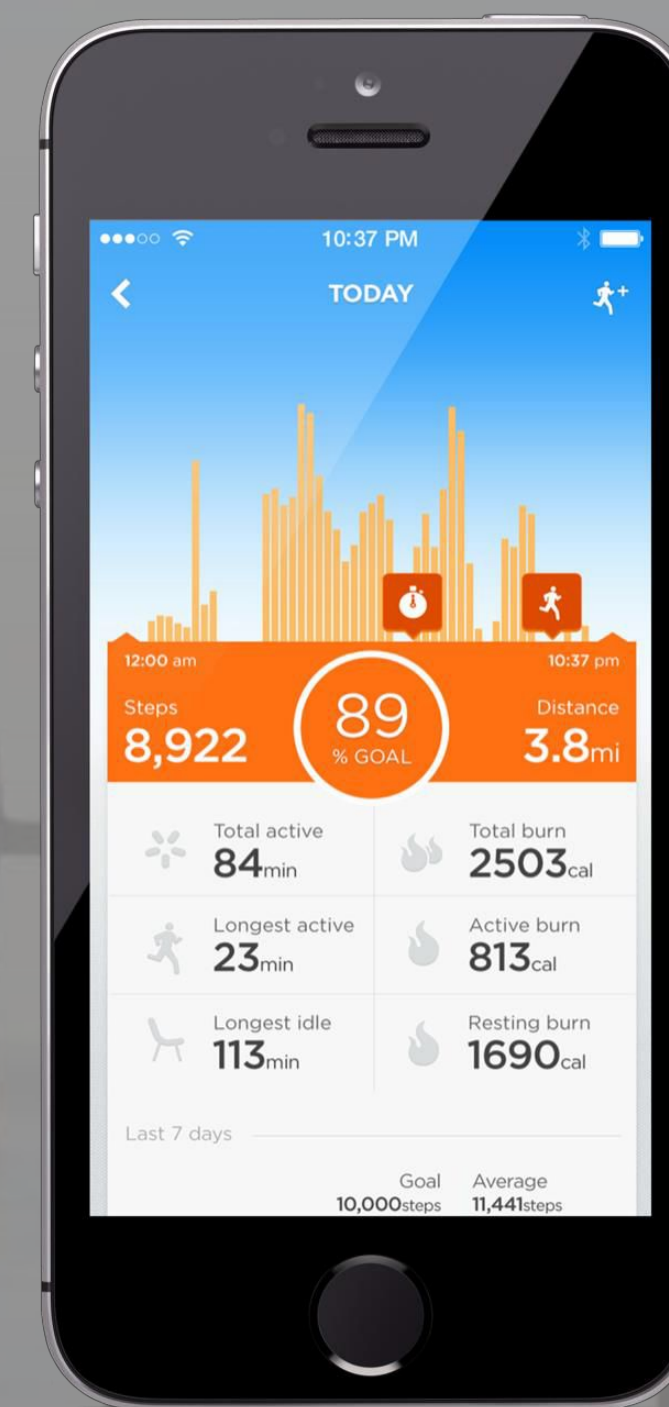
Отслеживание активности

Фиксируйте всю вашу активность для получения полного представления

Smart Coach учитывает шаги, упражнения и количество сожженных за день калорий. Знание этих показателей — это первый шаг на пути к мотивированному достижению целей. Smart Coach знает, когда нужно поднажать, а когда можно отдохнуть, поэтому вы сможете достигать поставленных целей быстрее.



ФИКСИРУЙТЕ ДАННЫЕ
О ТРЕНИРОВКАХ



СВОДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ
ОБ АКТИВНОСТИ

ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Отслеживание сна

Спите крепче. Чувствуйте себя лучше.

Ваше самочувствие напрямую зависит от того, как хорошо вы спите. Позвольте Smart Coach немного скорректировать ваш график дня, если вы отслеживаете свой сон в приложении UP. Научившись спать нужное количество времени и соблюдая правильные интервалы каждой фазы сна, вы взглянете на жизнь по-новому.

Отслеживание сна



Советы по сну

HIGH FIVE 12:30 am

Love your Zzzz's

You got 2h 50m of sound sleep last night. Jawbone research shows that sound sleep increases productivity and optimism.

[Learn More >](#)

A CLOSER LOOK 3:00 am

Insight Report: May 2014

Most female UPsters step more when they go to bed earlier. Your data from the past 43 days supports that!

When you go to bed 30m after your average bedtime of 11:37pm, you tend to step 971 fewer steps the next day. Get to bed earlier!

ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Регистрация потребляемой пищи



Ведите дневник питания и отслеживайте калории

Можно вносить данные о съеденном и выпитом в вашем любимом ресторане по названию или же легко и быстро получать доступ к нашей базе данных продуктов с помощью сканера штрихкодов UP. Smart Coach анализирует эту информацию и дает вам персонализированные советы и рекомендации, помогая вырабатывать полезные привычки. Кроме того, функция Smart Coach даст вам возможность понять, насколько полезно то или иное выбранное вами блюдо по простой 10- бальной шкале оценки питания.



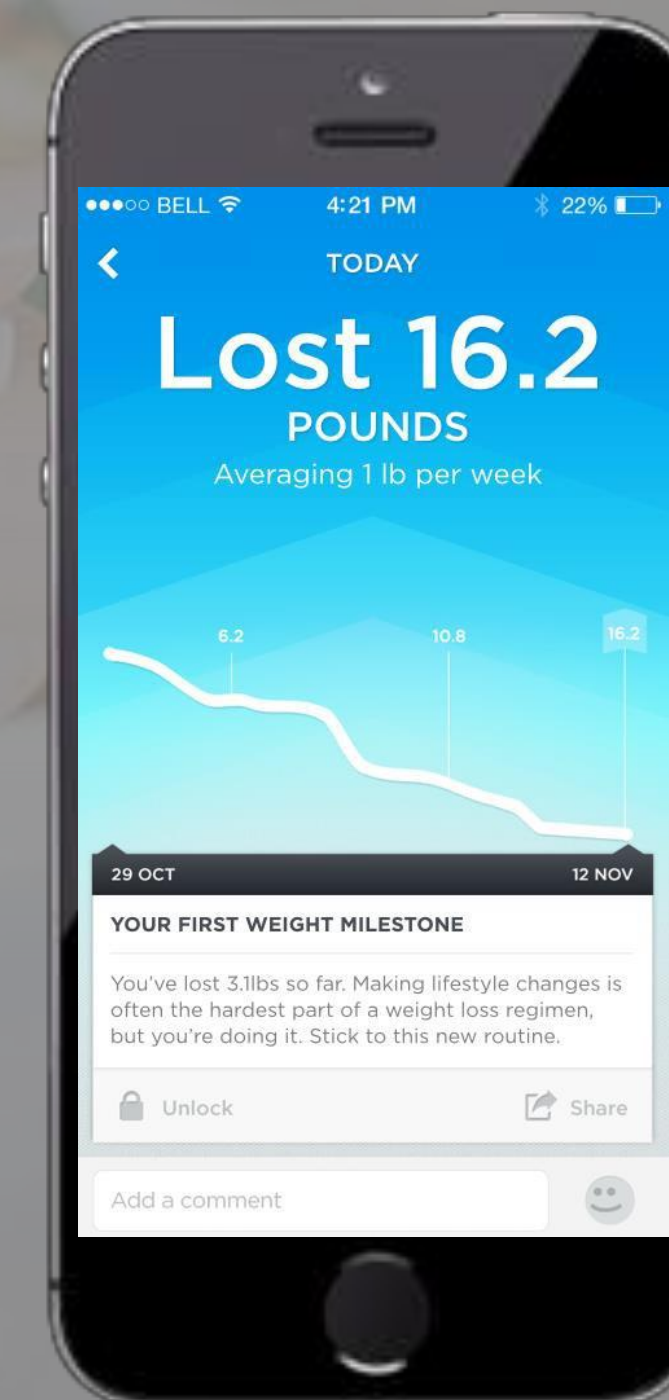
ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Похудение



Ставьте цели, фиксируйте ваш вес, следите за прогрессом и отмечайте достижения

Вы удивитесь тем изменениям, которые произойдут, если вы станете внимательно относиться к своему питанию. Ставьте цели, фиксируйте приемы пищи и используйте шкалу оценки питания, чтобы получать информацию, необходимую для улучшения своего питания и достижения идеального веса. А когда вы поймете, насколько увеличивается количество сожженных калорий благодаря упражнениям и тренировкам, вы сможете эффективнее достигать поставленных целей. Знание — это сила.

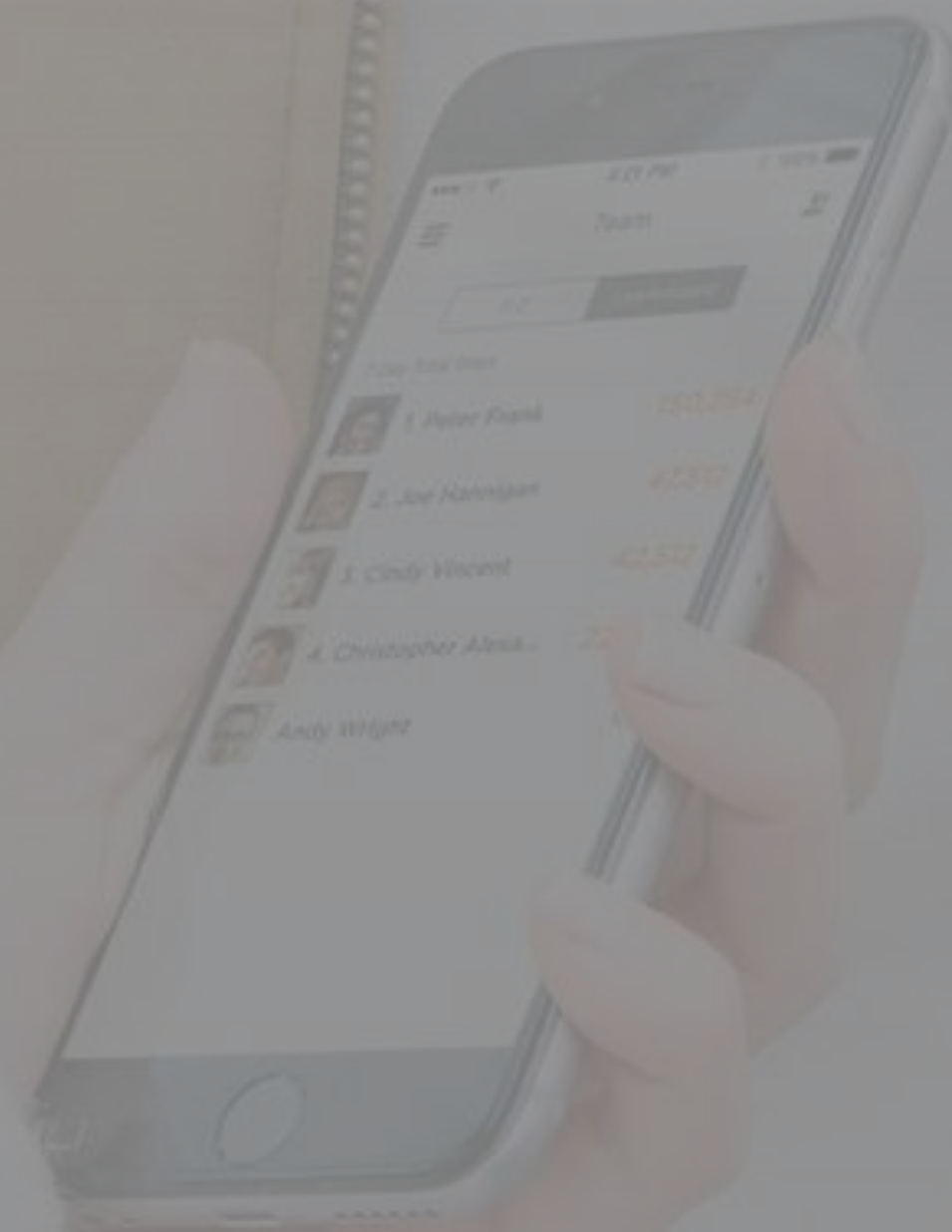


ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Друзья и близкие

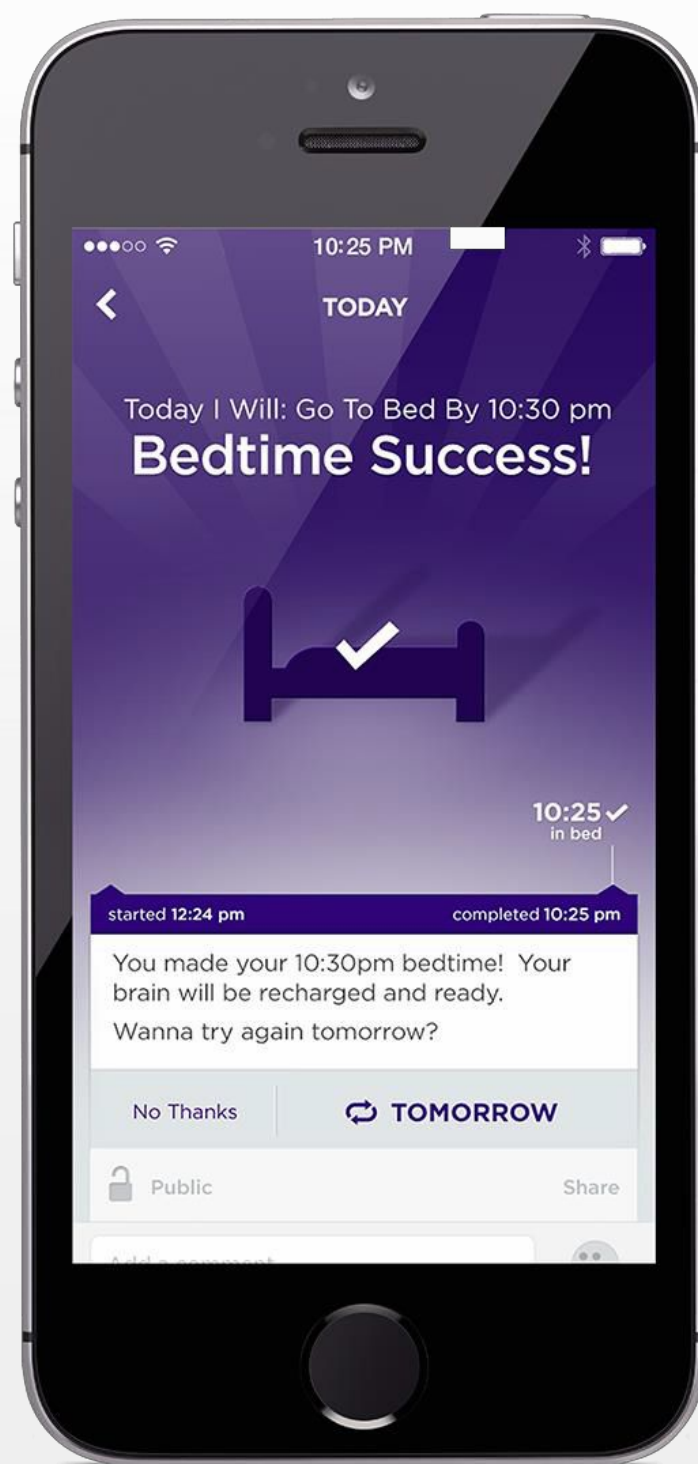
Ваши друзья делают вас сильнее.

Совершенствуйтесь вместе, создавайте команды и еще больше мотивируйте друг друга. Когда владельцы браслетов UP соревнуются в командах из трех и более друзей, они ежемесячно проходят как минимум на 16 км больше. Это огромное количество сожженных калорий.



ПРИЛОЖЕНИЕ UP®

Цели дня — изменение привычек



На **23**
минуты
больше

Количество времени, на которое владельцы UP спят больше по сравнению с членами контрольной группы.

Увеличение на

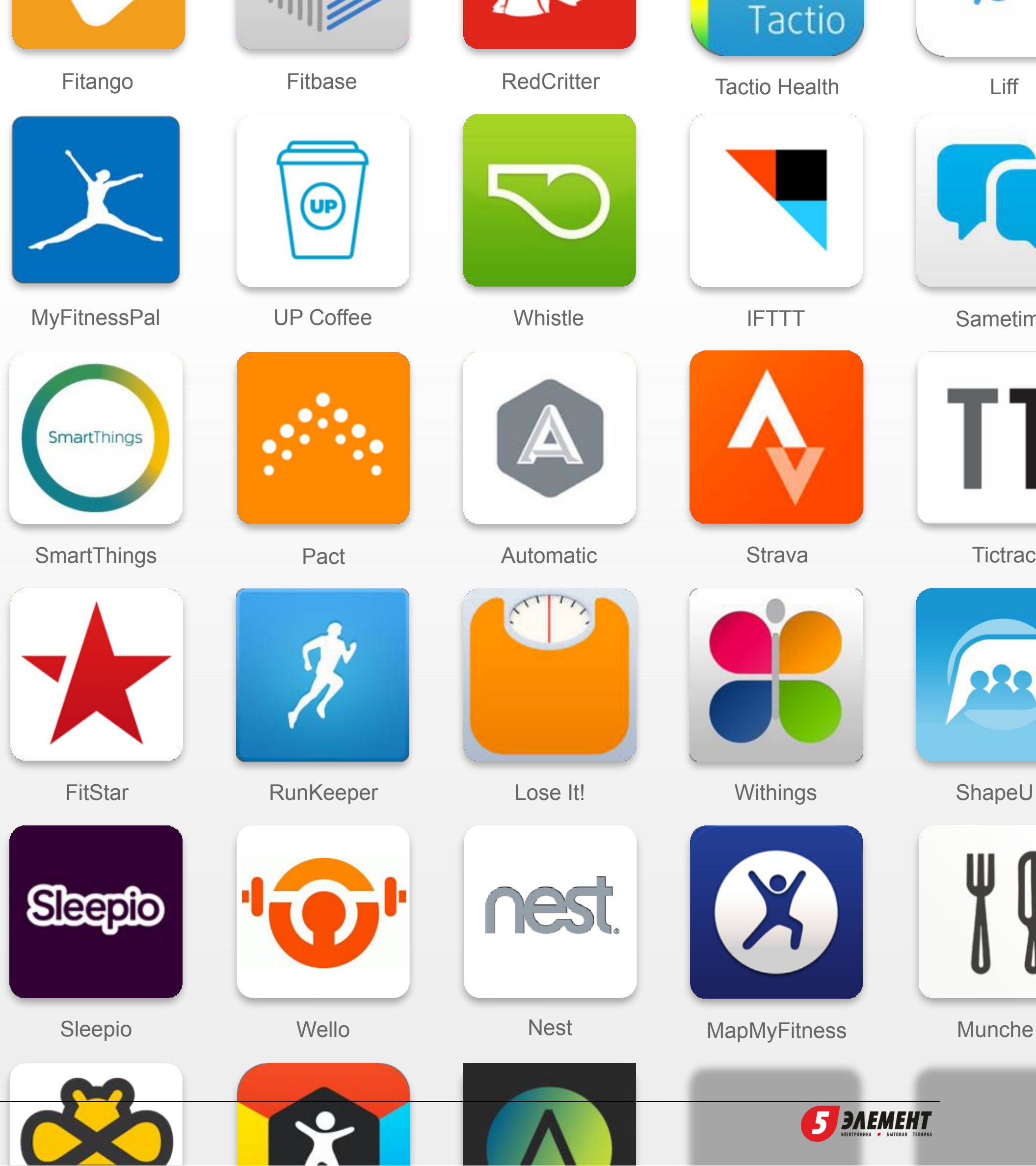
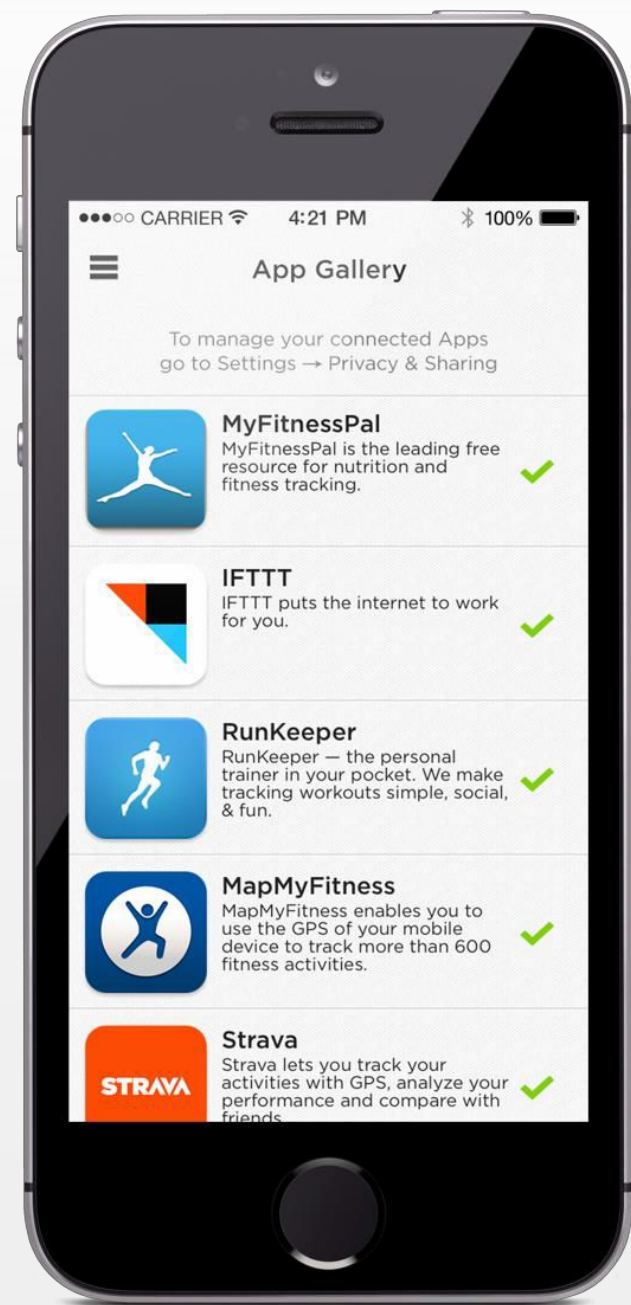
72%

С большой долей вероятности пользователи UP выполняют поставленную на день цель по сну.

Основано на результатах 40 000 пользователей

СОВМЕСТИМОСТЬ С UP

Более 3000 ваших любимых приложений



ПРИЛОЖЕНИЕ UP™

подробные сведения

Попробуйте UP. Бесплатно.

- Отслеживание шагов с помощью датчика движения в смартфоне
 - Ведение дневника питания в приложении
 - Совместимость с Apple Health, HealthKit и другими платформами для работы с данными о состоянии здоровья
- Поддерживаемые платформы:
 - iOS
 - Android с Android Wear
 - Pebble
 - Windows



Отслеживание активности



Регистрация потребляемой пищи



Smart Coach

Цена: скачивание бесплатно.



ФИТНЕС-БРАСЛЕТ UP2™

целевой покупатель

UP2™ — это вторая модель в линейке трекеров активности Jawbone. Тонкий, изящный и стильный дизайн снаружи, передовые технологии Jawbone внутри. UP2 позволяет достигать целей легко и стильно.

Он отлично подходит для тех, кто:

- уделяет внимание стилю, поскольку отличается небольшими размерами, а также изящным и элегантным дизайном;
- ведет довольно активный образ жизни — бегают или занимается йогой раз в неделю;
- хочет знать, как сон и питание влияют на общее самочувствие;
- может что-то делать или тренироваться, только если его поддерживать, мотивировать или даже иногда заставлять.

ФИТНЕС-БРАСЛЕТ UP2™

функции



Smart Coach

Забудьте о простом подсчете шагов и бессмысленном предоставлении данных. Smart Coach — это ваш персональный тренер, который дает советы по упражнениям и тренировкам, а также мотивирует вас и помогает в достижении целей.



Ведение Дневника Питания

Сканер штрихкодов, система поиска по ресторанным меню и база данных продуктов UP® позволяют мгновенно делать записи в дневнике питания и подсчитывать полученные калории. Smart Coach помогает вырабатывать полезные привычки и оценивает полезность потребляемой пищи по шкале оценки питания, поскольку необходимо есть здоровую пищу, а не просто подсчитывать калории.



Отслеживание сна

Легко контролируйте продолжительность и качество сна. Функция Smart Coach изучает ваши привычки, а затем предлагает персональные рекомендации в отношении того, как ложиться спать вовремя.



Отслеживание активности

Самый простой способ отслеживать шаги, упражнения и количество сожженных за день калорий. Получая все эти сведения, вы делаете первый шаг к более активному образу жизни, лучшему самочувствию и более высокой мотивации.

ФИТНЕС-БРАСЛЕТ UP2™

подробные сведения

Образец стиля в мире фитнес-трекеров.

- Беспроводной трекер активности и сна
- Один размер для всех
- Bluetooth Smart, автоматическое беспроводное обновление без участия пользователя
- Брызгозащита
- Дисплей со светодиодной подсветкой
- Вибромотор для подачи сигналов, предупреждений и уведомлений
- Время работы аккумулятора: до 10 дней
- Сигнал датчика: акселерометр



Отслеживание активности



Отслеживание сна



Регистрация потребляемой пищи



Smart Coach

Цвета:

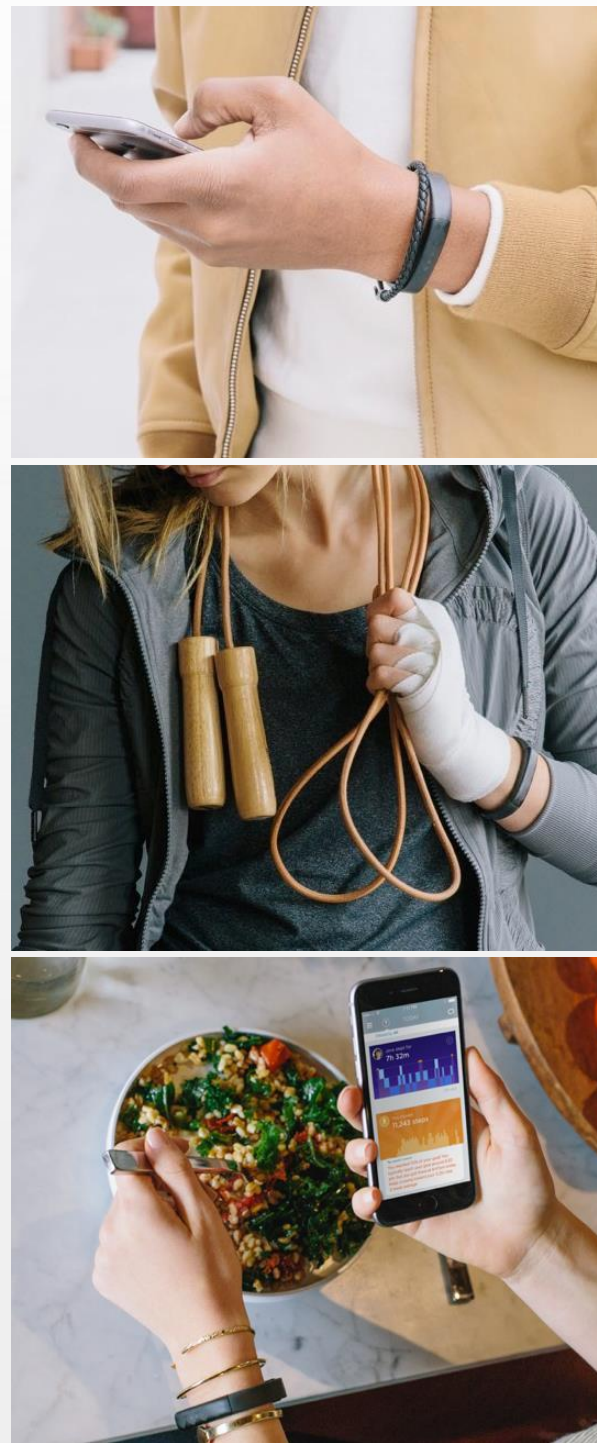


Цена: 4 490 руб. - 5 990 руб.



ФИТНЕС-БРАСЛЕТ UP2™

заклучение



Образец стиля в мире фитнес-трекеров.

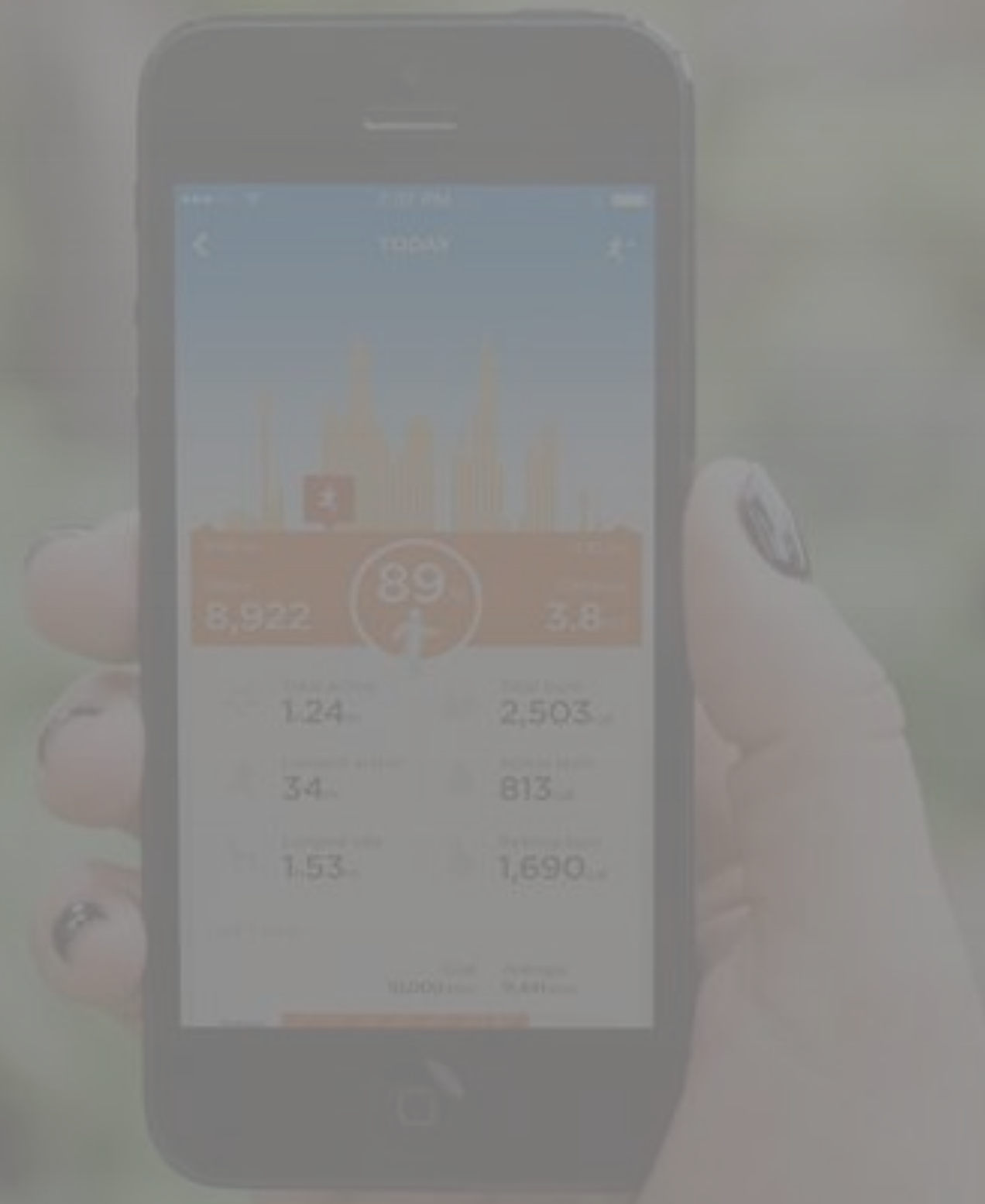
- Отлично подходит для довольно активных пользователей, которые уделяют внимание стилю
- Будит вас, заставляет двигаться и напоминает о необходимости вести более здоровый образ жизни с помощью бесшумных вибрационных сигналов
- Аккумулятор, обеспечивающий 10 дней постоянной круглосуточной работы

ПОПРОБУЙТЕ ПРИЛОЖЕНИЕ UP® БЕСПЛАТНО!

Приложение UP® также позволяет использовать ваш телефон в качестве трекера. Можете воспринимать это как тест-драйв: вы сможете ознакомиться с некоторыми функциями, способами предоставления данных и общим видом приложения UP.

Трекеры Jawbone гарантируют наиболее эффективное использование и предоставляют значительно более подробные данные. С помощью БЕСПЛАТНОГО приложения UP® можно показать покупателям в магазине, как работает это решение.

Приложение UP® доступно в Apple Store и Google Play. Скачайте уже сегодня, чтобы встать на путь к совершенству.



ПРЕИМУЩЕСТВА JAWBONE UP2 ПО СРАВНЕНИЮ С XIAOMI MI BAND 2

Принципиальное отличие в том, что Xiaomi Mi Band 2:

- ✓ не синхронизируется с такими программами, которые считают количество сожженных и съеденных калорий;
- ✓ не ведёт учет тренировок;
- ✓ нет возможности «соревноваться» с другими пользователями (это есть в специальных программах для Jawbone).