

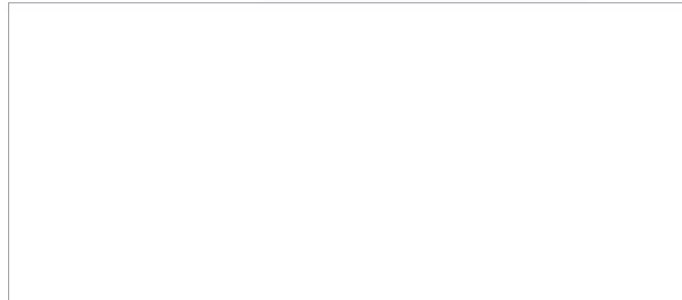
Health. Care. Anywhere.™



Arzt - Berater



Sie finden das Armband bei:



Informationen und Service:

**RESMED**

ResMed  
Viaduktstrasse 40  
4051 Basel  
Switzerland  
Tel. +41 61 564 70 00  
Fax +41 61 564 70 10  
info@ResMed.ch  
www.resmed.ch  
www.aktivesschlafen.ch

**BODYMEDIA®**

4 Smithfield Street  
11th Floor  
Pittsburgh, PA 15222  
USA  
P.412.288.9901  
F.412.288.9902  
www.bodymedia.com

BodyMedia International Srl  
Via G. Balzaretti, 15  
20133 Milan, Italy  
P.+39-02-2774121  
F.+39-02-27741250  
www.bodymedia.eu

Aktivitäts-Monitoring für  
einen gesundheitsbewussten  
Lebensstil

**Heute**

Gesamter Energieumsatz  
**2.146 Kalorien**

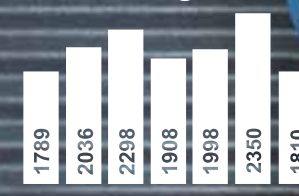
Dauer physischer Aktivität  
**0 Stdn 25 Min**

Mittlere METs  
**1,4**

Gesamtzahl Schritte  
**6.498**

Schlafdauer  
**7 Stdn 48 min**

**Letzte 7 Tage**



Tägliches Mittel  
**2.027 Kalorien**



## Das neue SenseWear® Armband

**Ein bequemer, tragbarer Körper-Monitor, der genaue Bilanz führt, über Ihren Kalorienverbrauch, Ihre Bewegungsdauer, Schrittzahl, Schlafdauer und vieles mehr.**

Viele Faktoren machen einen gesunden Lebensstil aus, vor allem Bewegung, ausgewogene Ernährung, ausreichender Schlaf, Stressbewältigung und Gewichtskontrolle. Wissenschaftliche Studien belegen: Das einfachste und effektivste Mittel, um Ihren Lebensstil heute zu verbessern, ist mehr Bewegung! Wenn Sie Ihren Tagesablauf verändern und aktiver gestalten, dann hat das nachweislich Vorteile für Ihr Körpergewicht, für Herz und Kreislauf und führt zu Stressreduktion, besserem Diabetes-Management und vielen anderen gesundheitlichen Vorteilen.

Aber wie können Sie und Ihr Arzt oder Berater herausfinden, wie viel tägliche oder wöchentliche Aktivität Sie für einen gesünderen Lebensstil benötigen? Das SenseWear® Armband gibt Ihnen die Antwort: Ein genaues Abbild Ihres tag-täglichen Verhaltens, wie viele Kalorien Sie verbrennen, die Dauer Ihrer physischen Aktivität und mehr. Dabei ist das Armband bequem zu tragen und stört praktisch überhaupt nicht bei Ihrer täglichen Routine. Vor allem aber ist es super einfach zu benutzen. Über den Arm streifen und los geht's!

Sprechen Sie noch heute mit Ihrem Arzt oder Berater, wie Ihnen das SenseWear® Armband helfen kann, zu einem ausgeglichenen, gesünderen Lebensstil durch Körper-Monitoring zu gelangen.

**Das SenseWear® Armband überwacht bei Ihnen fortlaufend:**

- Kalorien und Energieumsatz
- Aktivitätsniveau
- Dauer physischer Aktivität
- Anzahl der Schritte
- Schlafdauer

### Einfache Anwendung

Streifen Sie das Armband über Ihren rechten Oberarm und schon geht's los. Das Armband schaltet sich selbsttätig ein und nimmt Ihre Körperdaten auf.

### Höchstpersönlich

Jetzt wissen Sie, wie viele Kalorien SIE persönlich jeden Tag verbrauchen, nicht irgendeine vage Zahl, die auf einer Berechnung beruht oder von einem Fitnessgerät stammt, das absolut nichts von Ihnen weiß. Das Armband erfasst individuell und exakt die einzigartige Charakteristik Ihres Körpers.

### Informativ

Wenn genau feststeht, wie viele Kalorien Sie verbrennen und wie intensiv Ihre physische Aktivität an einem beliebigen Tag ist, kann Ihnen Ihr Arzt oder Berater die Informationen und Ratschläge geben, die Sie zur Verbesserung Ihrer Gesundheit benötigen.

### Genau

Das SenseWear® Armband hat vier physiologische Sensoren integriert, die Ihren Kalorienverbrauch und die Dauer Ihrer Aktivität exakt messen. Schrittzähler verwenden nur einen Sensor. Das Armband wurde umfassend klinisch getestet und wird weltweit in Kliniken, Forschungseinrichtungen und Universitäten eingesetzt.

### Motivierend

Wenn Ihnen Fitnessclubs eigentlich nicht liegen, Sie wenig Zeit für sportliche Betätigung haben, dann ist das SenseWear® Armband genau richtig für Sie. Das Armband ist so leicht und komfortabel, dass Sie es immer und überall tragen können. Jetzt können Sie Ihr tägliches Aktivitätspensum selbst festlegen. Die Treppe nehmen, statt den Lift, zum Laden um die Ecke laufen, statt mit dem Auto zu fahren, den Hund ausführen. Alles zählt! Und das Armband registriert alles ganz genau.

### Vielseitig

Ganz nebenbei kann das Armband auch noch die Dauer und Qualität Ihres Schlafs erfassen. Tragen Sie das Armband auch im Schlaf und Sie wissen, wie lange es dauert, bis Sie einschlafen, wie lange Sie tatsächlich schlafen und wann Sie aufwachen.

