

Lähes
2 miljoonaa
19-65 -vuotiasta
suomalaista
harrastaa
kävelylenkkeilyä.
Oletko
yksi heistä?

Tutkittua tarkkuutta

Kun haluat varmistua siitä että askelmittarisi on luotettava, kannattaa sinun valita kiihtyvyyssanturiteknikalla varustettu Omron-askelmittari. Omronin teknologian tarkkuus mitata askelten määrää on tutkittu UKK-instituutissa (Omron Walking style II).

Mittarin tarkkuutta tutkittiin normaalilla ja ripeällä kävelyvauhdilla sekä porraskävelyssä. Walking Style II askelmittari mittasi luotettavasti askelten lukumäärää molemmilla kävelyvauhteilla. Mittarin sijainnilla (vyötärö, rintatasku, avainkaulanauha) ei ollut suurtakaan vaikutusta mittaus-tarkkuuteen.¹⁾

1) Katriina Ojala, LitM, UKK-instituutti, Tampere



Ota yhteyttä -autamme mielellämme!

Maahantuoja:

Normomedical Oy, Valimotie 2, 00380 Helsinki, puh. (09) 5617 760,
fax (09) 5617 7611, www.omaomron.fi, normomedical@normomedical.fi

OMRON



Omron-askelmittarit
Verkkokauppa
www.mshop.fi



Walking style Pro



Walking style II



Walking style One

A Good Sense of Health



PC-yhteensopiva,
mukana USB-kaapeli
ja tietokoneohjelma



Omron Walking style II Askelmittari

Omron Walking style II -askelmittari on kevyt ja tyylikäs apuväline tavoitteelliselle liikkujalle. Voit seurata askelten määrää, kulkemaasi matkaa ja energian kulutustasi sekä kaloreina että poltettuna rasvana. Aerobiset kuntoiluaskeleet tallentuvat, kun hölkkäät tai kävelet ripeästi yhtäjaksoisesti 10 minuuttia. Kaksoisnäyttö ja muistitoiminnot tehostavat Walking Style II:n käyttöä.

- Kiihtyvyyssanturiteknikalla varustettu askelmittari
- Laskee askeleet ja aerobiset askeleet
- Mittaa välimatkan, ajan ja energiankulutuksen
- 7 päivän muisti
- Pieni, kevyt ja tyylikäs
- Helppo käyttää
- Toimii luotettavasti taskussa, laukussa tai vyötäröllä
- UKK-Instituutti suosittelee



Omron Walking style One Askelmittari

Omron Walking style One-askelmittari on uuden sukupolven kevyt ja tyylikäs apuväline kuntoilijalle. Voit seurata askelten määrää, kulkemaasi matkaa ja energian kulutustasi sekä kaloreina että poltettuna rasvana. Aerobiset kuntoiluaskeleet tallentuvat, kun hölkkäät tai kävelet ripeästi yhtäjaksoisesti 10 minuuttia.

- Kiihtyvyyssanturiteknikalla varustettu askelmittari
- Laskee askeleet ja aerobiset askeleet
- Mittaa välimatkan, ajan ja energiankulutuksen
- Muisti 7 pv
- Pieni, kevyt ja tyylikäs
- Helppo käyttää
- Kiinnitys vyötärölle vyöklipsillä

Omron Walking style Pro Askelmittari

Omron Walking style Pro-askelmittari on uuden sukupolven kevyt ja tyylikäs apuväline tavoitteelliselle liikkujalle. Voit seurata askelten määrää, kulkemaasi matkaa ja energian kulutustasi sekä kaloreina että poltettuna rasvana. Aerobiset kuntoiluaskeleet tallentuvat, kun hölkkäät tai kävelet ripeästi yhtäjaksoisesti 10 minuuttia.

- Kiihtyvyyssanturiteknikalla varustettu askelmittari
- Laskee askeleet ja aerobiset askeleet
- Mittaa välimatkan, ajan ja energiankulutuksen
- Muisti: mittarin näytöllä 7 pv, tietokoneelle siirrettäessä 41 pv
- Pieni, kevyt ja tyylikäs
- Helppo käyttää
- Toimii luotettavasti taskussa, laukussa tai vyötäröllä
- Helppo liittää tietokoneen USB-väylään
- Monipuolinen ja selkeä tietokoneohjelma

Omron-askelmittari kannustaa liikkumaan!

- sopii kaikille ikäluokille
- on turvallista
- vaikuttaa sekä fyysiseen että psyykkiseen kuntoon
- auttaa painon hallinnassa
- sauvoilla maustettuna lisää lihasaktiivisuutta

Kävely on koko kansan liikuntaa



Voit kiinnittää mittarin kävelyn ajaksi vyötärölle tai sijoittaa sen taskuun, käsi-laukuun tai riippumaan kaulaan. Kiinnitä se kuitenkin niin, että mittari on kohtisuorassa maahan nähden. Käytä tukevia kenkiä ja kävele tai hölkkää tasaista vauhtia.

Reipas kävely tekee hyvää

- arkiaskareista kertyy päivittäin 3000-5000 askelta
- reipas puolen tunnin kävely lisää askelten määrää 3000-4000:lla
- 9000-10 000 askelta päivässä tukee hyvää terveyttä
- 12-15 000 askelta päivässä auttaa painon hallinnassa

**Omron-askelmittareiden käyttö on helppoa ja hauskaa.
Pakkauksesta löydät seikkaperäiset ohjeet.**