

1日のアクティビティを常時記録する、GPS内蔵型ウェアラブルデバイス  
「Polar M400」を10月末に発売予定  
スタイル、パフォーマンス、そして快適さを兼ね備えた多機能デバイス

心拍トレーニング製品の先駆けでウェアラブルデバイスを提供するポラール・エレクトロ・ジャパン株式会社（本社：東京都渋谷区幡ヶ谷／代表取締役：齋藤宜伸）は、最新のGPS内蔵型トレーニングコンピュータ「Polar M400」を10月末に発売を予定しております。

新発売の「Polar M400」は、1日24時間のアクティビティを常時記録でき、アクティブで屋外でのトレーニングが多い方々に最適なウェアラブルデバイスです。自分の限界にチャレンジする都会のランナーやトレイルランナーには最適なパートナーです。

「Polar M400」はGPS内蔵型で1日24時間のアクティビティを常時記録でき、Bluetooth Smart®を活用した高度な技術を搭載しております。とても軽量でコンパクトなデザインは都会的でトレーニング中または、日常生活でもご使用いただけます。色はブラックとホワイトの2色展開で男女兼用となります。「Polar M400」は耐水性（30m）に優れ、ハイコントラストで高解像度なディスプレイは、様々な天候でも使用できる理想的なディスプレイです。

**GPS内蔵、日本語対応**



M400 ブラック

「Polar M400」は自己ベストを記録し、自己ベストを更新すると通知してくれるので、継続的にチャレンジできるようにモチベーション維持を手助けしてくれます。また、ランニングまたはサイクリングを行うとき、スピードに基づいて終了時間を予想してくれるフィニッシュ予想機能を搭載しております。ランナーにとっては、特にランニングインデックスが有用な機能です。ランニングインデックスはランニング中の心拍数と速度のデータを基にランニングパフォーマンスの向上を計算してくれます。

更に Polar 独自の Smart Coaching 機能を搭載。トレーニング全体へのガイダンスを提供し、セッション終了後にトレーニング効果を教えてくれます。また、アクティブでいることが健康であるために効果的であることの理解を深めてくれます。「Polar M400」の1日24時間のアクティビティを常時記録する機能は、5段階強度で毎日のアクティビティを記録。また、歩数、カロリー、睡眠時間を記録し、長時間活動していないときに通知してくれます。

その他にもペース、距離、高度を内蔵GPSが計測してくれます。スタート地点に戻る(BACK TO START)機能はスタート地点までの最短ルートを表示してくれるので都会のランナーが今まで走ったことのないルートやはじめで走る場所でも不安になる必要はありません。

**GPS内蔵、日本語対応**



「Polar M400」は日本語表示に対応し、Polar Flow ウェブサービス



およびアプリ間でトレーニング詳細を簡単に同期できます。また、トレーニングの簡単な概要を視覚的に確認し、Polar Flow アプリで目標達成について分析することで自分のパフォーマンスをより深く知ることができます。このオンライントレーニングツールで自分が達成した詳細や次の目標を把握でき、目標達成のためのガイダンスを受けることができます。また、自分が走ったルートを追体験でき、Polar Flow ウェブサービス内の友達ともシェアすることができます。

## **Polar M400 販売情報**

- 希望小売価格：M400 心拍センサー付 27,700 円（税別）  
M400 心拍センサーなし 21,800 円（税別）
- セット内容： M400 本体、マイクロ USB ケーブル、H7 心拍センサー（心拍センサー付セットのみ）、スタートガイド
- 発売予定日：2014 年 10 月下旬
- 販売チャネル： ポラール・エレクトロ・ジャパン 正規販売店
- M400 特設ページ <http://www.polarm400.com/ja/>
- M400 画像ダウンロードURL <http://xfs.jp/92DF6>

## **技術仕様**

- 重量 56.6g
- 耐水性 (30m)
- 厚さ 11.5mm
- 高解像度ディスプレイ (128 x 128)
- テキストを 13 言語で表示
- 更新可能なソフトウェア
- メモリー容量、最長 30 時間のトレーニング (GPS と心拍センサーを使用)
- 充電式電池：トレーニングモードで最長 8 時間、時刻表示モード (アクティビティモニタリング有) で最長 24 日
- Bluetooth Smart で Polar Flow アプリを経由して簡単に同期。
- モバイルアプリとの互換性  
iPad (第 3 および第 4 世代)、iPad mini、iPhone 4S、iPhone 5、iPhone 5C、iPhone 5S、iPod Touch (第 5 世代)。
- micro USB ケーブルで PC と Mac にデータを転送  
Polar Flow ウェブサービス (Mac OS X 10.6、OS X 10.7、OS X 10.8 およびそれ以降、PC Windows XP、Windows 7、Windows 8 およびそれ以降に対応)

## **機能詳細**

### **スマートコーチング**

- 心拍数ゾーン  
デフォルトの心拍数ゾーンは、最大心拍数に対する割合 (%) を基にした 5 つのゾーンに分かれています： 低 (50-60 % HRmax)、軽 (60-70 % HRmax)、普通 (70-80 % HRmax)、高 (80-90 % HRmax)、最大 (90-100 % HRmax)。希望のゾーンを設定することもできます。
- トレーニング効果  
トレーニング直後に取得できるフィードバックで意欲を向上。セッション毎のトレーニング効果を知るのに、便利な機能です。各セッション後、そのトレーニング効果について簡単に説明を受けます。また、詳細なフィードバックについては、トレーニングファイルを確認するか、Polar ウェブサービスで詳細な分析を得ることもできます。
- フィットネステスト  
Polar フィットネステストは、わずか 5 分であなたの安静時の心肺機能の健康度を診断します。その結果 (Polar OwnIndex) は、最大酸素摂取量 (VO2max) を計測します。Polar フィットネステストを使うと、自動的に手間もかからず自分自身で有酸素能力を測ることができます。必要なものはトレーニングコンピュータだけです。テストは心拍数と、安静時の心拍数変動、そして個人の情報を基にしています。
- スマートカロリー  
市販されている製品の中で最も正確なカロリーカウンターは、燃焼したカロリー消費量を計算しま

す。計算は、個人のデータ（体重、身長、年齢、性別、運動強度）に基づいて行われます。

- ランニングインデックス  
ランニングインデックスは、ランニング中に計測された心拍数と速度のデータを基にした数値です。これは毎日の有酸素運動能力とランニング効率の両方から、あなたのランニングパフォーマンスのレベルを表示します。ランニング効率の向上は、あなたがより効果的に走れていることを示します。

### アクティビティ機能

- 1日24時間のアクティビティを常時記録  
1日24時間のアクティビティを常時記録する機能は、5段階強度で毎日のアクティビティを記録します：M400は、歩数、カロリー、睡眠時間を記録し、長時間活動していないときに通知してくれます。
- アクティビティガイド  
アクティビティガイドで、推奨される1日のアクティビティ目標を取得できます。1日の目標達成のための様々な方法を示し、一日においてどの程度アクティブに動いたかを示してくれます。
- 歩数と距離  
一日の歩数を計測。ダイアリー画面で前日の距離を確認することもできます。
- 低活動アラート  
座っている時間が長すぎる場合に通知。
- アクティビティゾーン  
アクティビティゾーンは5段階強度で毎日のアクティビティを記録します：休憩、座っている、低、中、高。Polar Flow ウェブサービスおよびアプリでこれらを確認できます。
- アクティビティ効果  
アクティビティ効果は、日、週、月毎でフィードバックを提供します。運動量が多ければ多いほど、健康への効果も大きくなります。スマートフォンまたはウェブサイトからも運動状況を確認できます。
- 睡眠時間とクオリティ  
横になり身体の動きが減ると自動的に睡眠時間を記録。熟睡している時間とそうでない時間を表示することで、Polar Flow では、日常生活での変化がどのように睡眠に影響しているかが分かります。

### トレーニング機能

- スポーツプロファイル  
お気に入りのスポーツのリストを作成し、スポーツ毎の設定ができます。例えば、そのスポーツで表示したい項目（心拍数、スピード、距離など）を選択すると、トレーニング中の表示項目がカスタマイズされます。
- トレーニングダイアリー
- トレーニング目標  
Polar Flow ウェブサービスで、インターバルトレーニングといった詳細なトレーニング目標を作成し、そのデータをデバイスと同期。トレーニング中にデバイスがガイダンスを提供してくれます。適切なHR（心拍数）ゾーンから外れると、トレーニングコンピュータが表示とアラームで通知してくれます。
- オートラップ  
あらかじめ設定した距離（例：1 km/mi）でラップタイムを計測するよう、トレーニングコンピュータを設定。
- 自己ベスト  
自己ベストを記録し、記録を更新すると通知。
- フィニッシュ予想機能  
ランニングまたはサイクリングを行うとき、M400は、スピードに基づいて終了時間を予想します。
- オートスタート/ストップ  
この機能をオンにすると、運動を開始または停止したときに、トレーニングコンピュータは、自動的にトレーニングの記録を開始または停止します。
- インターバルタイマー  
距離または時間に基づいて、インターバルトレーニングに2つのタイマーを設定できます。これら

のタイマーを組み合わせたたり、繰り返したりすることもできます。

- 瞬時な分析  
Polar Flow アプリで瞬時な分析。ルートとトレーニングデータをグラフで表示。
- 高度なトレーニング分析  
Polar Flow ウェブサービスで、トレーニングのあらゆる詳細を簡単に分析し、様々なことを学ぶことでトレーニングの理解を深めることができます。

#### GPS 機能

- 距離
- スピード/ペース
- 高度、上昇度、下降度  
高度は、上りと下りのメートル/フィート数と、上り/下りで表示されます。
- スタート地点に戻る (BACK TO START) 機能  
スタート地点までの方向を最短距離で表示してくれます。この機能により、通ったことのないルートでもボタンを押すだけでスタート地点の方角を示してくれます。

#### 対応センサー (別売)

- H7 心拍センサー : 8,900 円 (税別) (心拍センサー付には同梱)



H7 心拍センサー

#### POLARについて

Polar Electro (本社 : フィンランド / 設立 : 1977 年) は、世界ではじめてトレーニング用心拍計モニター装置を開発した、スポーツ機器ブランドです。心拍トレーニングのリーディングカンパニーとして 30 年以上にわたり、徹底的な研究・分析に基づく革新的な製品を世に送り出してきました。その製品の正確さと性能の高さはトップアスリートや専門家に認められ、数々の賞を受賞し、世界 80 カ国以上で販売されています。ポラール・エレクトロ・ジャパン株式会社は、ポラールの 100% 子会社として 2009 年 3 月に設立されました。心拍トレーニング講習会「ポラール・ランニング・アカデミー」などの日本国内における様々な活動を通じて、スポーツにおける心拍トレーニングの重要性をアスリートや一般の方へ広く訴求しています。

公式ホームページ <http://www.polar.com/ja>

#### **【本件に関するお問い合わせ先】**

##### **報道関係の問い合わせ先**

ポラール・エレクトロ・ジャパン株式会社 マーケティング 齊藤陽一郎  
E-mail: info.jp@polar.com TEL: 03-5308-5740 FAX: 03-3374-5850

##### **お客様の問い合わせ先**

ポラールサービスセンター TEL: 03-5308-5741