

厳しい環境下でのスポーツにも対応できる新機能を搭載した 本格アウトドアウォッチ「Polar Grit X Pro / Grit X Pro Titan」を発表

来た道に戻るルート表示や、現在位置の確認、標高プロファイル表示など



スポーツ用ウェアラブルデバイスのパイオニアであるポラール・エレクトロ・ジャパン株式会社(本社:東京都中央区築地、代表取締役:榊原伸司)は、本格アウトドアウォッチ「Polar Grit X Pro / Grit X Pro Titan」(ポラール グリット エックス プロ / グリット エックス プロ チタン。以下 Grit X Pro/Titan)を発表しました。登山などの際のルートの途中切り替えや、来た道に戻るルートの表示、標高プロファイル、座標位置の確認、日の出・日の入の確認などの新機能を搭載しました。Polar Grit X Pro Titan は、ベゼルに航空宇宙産業用チタンを使用して、Grit X Pro の機能性にさらに軽量性・耐久性を高めたモデルです。

ルートナビゲーション機能やトレーニング分析機能など、昨年発表した Polar Grit X のアウトドア機能はそのままに、新たに急な天候の悪化などでルート変更が必要な際に、Grit X Pro/Titan に事前に登録した別ルートを選択できるようになりました。また、ルートを登録すれば、ゴールまでの距離や標高プロファイルを確認できるため、疲労度がたまった際にそのままゴールを目指すのか、無理をせずにショートカットコースを選ぶか引き返すかなどの判断ができるようになります。ルートを登録していない場合でも、通ってきたルートを Grit X Pro/Titan が記録しており、途中でUターンしてスタート地点に戻るルートを表示することができます(トラックバック機能)。

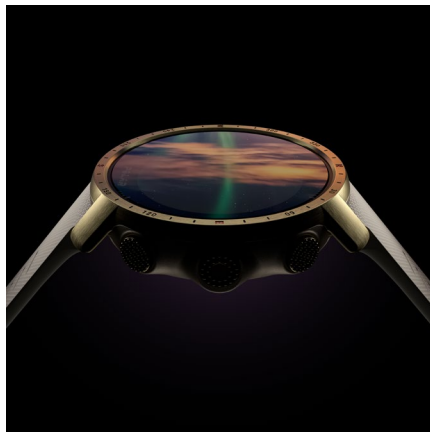
そのほか、夜明け・日の出・日の入・夕暮れの時間や、GPS で座標位置(緯度・経度)を確認でき、状況を判断するための情報を手に入れることができます。登山やトレイルランニングなどで予定とは異なる天気や体調になってしまった際に、最適な判断をするための情報を Grit X Pro/Titan から確認することができます。



ウォッチフェイスには、強度に優れるサファイアガラスを新たに採用し、さらに耐久性を高めています。Grit Xと同様、アウトドアで重視される高い堅牢性(耐衝撃、防水、防塵など)を備え、ミルスペック「MIL-STD-810G」に準拠しています。耐久温度はマイナス 20 度～プラス 50 度で、高度は最高 9,000m まで対応できます。心拍数の計測には 3 色(グリーン・オレンジ・レッド)10 個の LED と加速度センサー、接触型センサーを高度に組み合わせた Precision Prime™ 心拍センサーを搭載しています。バッテリーは、登山やトレーニング時に GPS や心拍計測を高精細で記録する場合は最大 40 時間、心拍計測をオフ・GPS の記録間隔を変更できる省電力設定にした場合は最大 100 時間の連続使用が可能です。

Grit X Pro/Titan には加えて、昨年発表した Polar Vantage V2 に搭載された「ランニングパフォーマンステスト」「サイクルパフォーマンステスト」「脚力回復度テスト」といったテスト機能や、スマートフォンの音楽再生コントロール機能、週間トレーニングサマリーの表示などの機能も搭載しています。

また Grit X に搭載されたルートナビゲーション機能も、Grit X Pro/Titan でご利用いただけます。ご利用には Komoot というアプリが必要となります。無料版では、ご希望の 1 地域(region)の地図のみ利用でき、有料版を使用することでその他の地域の制限が解除されます。



Grit X Pro のカラーはノルディックカッパー(M/L サイズ)、ブラック(M/L サイズ)、アークティックゴールド(S-L サイズ)の 3 色で、重さは 79g(リストバンド込み)です。アークティックゴールドのみ 2 サイズ(S と M/L)のリストバンドが同梱されています。希望小売価格は 73,700 円(税込)。発売日は 11 月 25 日(木)で、オンラインストアを含む全国のポラール製品正規取扱店で販売を開始します。併せて、Polar Grit X Pro Titan (M/L サイズ)も販売します。リストバンドは Grit X Pro と同じ FKM(フッ素ゴム)と、より軽量のパーフォレーションレザー(穴あき加工レザー)の 2 つを同梱しています。重さは 53g(パーフォレーションレザーバンド込み)で、希望小売価格は 82,500 円(税込)です。

同時発売の交換リストバンドは、FKM リストバンドのブラック(S-L サイズ)が 7,480 円(税込)。ブラック、ブラウンのハーフリストバンド(S サイズ)が 2,178 円(税込)です。またパーフォレーションレザーリストバンドは、ブラック・レッド(M/L サイズ)、別カラーのグレー・オレンジ(M/L サイズ)が 7,480 円(税込)です。



Polar Grit X Pro Titan

<Grit X Pro/Titan に搭載された主な新機能>

- ルートガイダンス機能でのルートの途中変更
- 通ってきたルートを戻れる「トラックバック」機能
- 設定したルートと現在位置がわかる「標高プロファイル」表示
- ルート表示の拡大・縮小
- ダッシュボードでのコンパス、座標位置、標高の表示
- ウォッチフェイスにサファイアガラスを採用

また、同日にフラッグシップモデル Polar Vantage V2 に新色レッドを追加発売します。希望小売価格は 76,780 円(税込)。胸ストラップ型心拍センサーPolar H10 とのセットは、希望小売価格 83,380 円(税別)。サイズはいずれも M/L サイズです。また、Polar H10 とのセットはポラールオンラインストアと Amazon での限定販売となります。交換リストバンドは、レッド・ブラック(S-L サイズ)は 5,478 円(税込)、ハーフリストバンドのレッド・ブラック(S サイズ)は 1,848 円(税込)です。



Polar Vantage V2 レッド

<Polar Grit X Pro 製品概要>

製品名	Polar Grit X Pro
色	ノルディックカッパー(M/L サイズ)、ブラック(M/L サイズ)、 アークティックゴールド(S-L サイズ)
バッテリー	GPS の高精度記録によるトレーニング連続使用で最大 40 時間 (GPS 記録間隔 1 秒、心拍計測オン) 省電力設定によるトレーニング連続使用で最大 100 時間 (GPS 記録間隔 2 分、心拍計測オフ) 24 時間心拍計測使用で最大 7 日間
操作	カラータッチディスプレイ+5 ボタン
重さ	79g(リストバンド含む)
サイズ	直径 47mm×厚さ 13mm
防水	100m 防水(WR100)
耐久温度	-20℃~50℃
最大高度	9,000m
希望小売価格	73,700 円(税込)
発売日	2021 年 11 月 25 日
セット内容	Polar Grit X Pro、USB ケーブル、スタートガイド
製品ページ	https://www.polar.com/ja/grit-x-pro

<Polar Grit X Pro Titan 製品概要>※Polar Grit X Pro との相違点のみ

製品名	Polar Grit X Pro Titan
色	チタンエディション(M/L サイズ)
重さ	53g(レザーリストバンドの場合)
希望小売価格	82,500 円(税込)
セット内容	Polar Grit X Pro、FKM(フッ素ゴム)リストバンド、パーフォレーションレザーリストバンド、USB ケーブル、スタートガイド

<22mm 交換ベルト概要> 既存の Vantage M2、Grit X の交換ベルトも使用可能

種類	カラー	サイズ	希望小売価格 (税込)	発売予定日
FKM リストバンド	ブラック	S-L サイズ	7,480 円	11 月 25 日
	ブラック	ハーフ S サイズ	2,178 円	
	ブラウン	ハーフ S サイズ	2,178 円	
パーフォレーションレザー リストバンド	ブラック・レッド	M/L サイズ	7,480 円	
	グレー・オレンジ			

<Polar Vantage V2 レッド製品概要>

製品名	Polar Vantage V2
色	レッド(M/L サイズ)
バッテリー	24 時間心拍計測使用で最大 7 日間 高精細記録によるトレーニング連続使用で最大 40 時間 (GPS1 秒毎、心拍計測オン) 省電力設定によるトレーニング連続使用で最大 100 時間 (GPS2 分毎、心拍計測オフ)
操作	カラータッチディスプレイ+5 ボタン
重さ	52g(リストバンド含む)

サイズ	直径 47mm×厚さ 13mm
防水	100m 防水(WR100)
希望小売価格	単体 76,780 円(税込)、H10 心拍センサーセット 83,380 円(税込)
発売日	2021 年 11 月 25 日
セット内容	Polar Vantage V2、USB ケーブル、スタートガイド
製品ページ	https://www.polar.com/ja/vantage/v2

<Polar Vantage V2 交換ベルト概要>

種類	カラー	サイズ	希望小売価格 (税込)	発売予定日
シリコンリストバンド	レッド・ブラック	S-L サイズ	5,478 円	11 月 25 日
		ハーフS サイズ	1,848 円	

※Polar Vantage V2 レッド(H10 心拍センサーセット)は、ポラールオンラインストアと Amazon のみでの販売となります。

※S-L サイズは、S と M/L の 2 サイズが同梱されています。

ポラールについて

Polar Electro(本社:フィンランド、設立:1977 年)は、1982 年に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、心拍トレーニングのスペシャリストです。同分野のリーディングカンパニーとして約 40 年にわたり、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、優れた心拍数モニター機能はトップアスリートや専門家に認められ、世界中で使われています。現在、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>

添付資料

<Polar Grit X Pro/Titan に搭載の主な機能>

■新アウトドアダッシュボード

通常ディスプレイにアウトドアで役立つダッシュボードが追加されました。高度、コンパス、座標位置情報が確認できるナビゲーションダッシュボードで、現在地をいつでも確認できます。またデイライトダッシュボードでは、夜明け、日の出、日の入、夕暮れの時刻がわかり当日の計画に役立ちます。

■標高プロフィール

計画ルートの進捗状況と標高情報から現在地を割り出し、これまでの獲得標高(上り・下り)や、ゴール地点までの距離、残りの上り、下りがわかるので、ペース調整にも役立ちます。また標高や現在地がわかりやすく視覚化されています。

■トラックバック

ルートを事前に設定せずに記録を開始した場合にも、通ってきたルートと同じルートを辿ってスタート地点へ戻ることができます。またルートを設定してルートガイダンスを使っていた際にも、この機能を使うと実際に通ってきたルートを辿って戻ることができます。その際にはゴール地点の手前のルートの途中でも一時停止することでこの機能を使うことができます。道をロストした場合でも、もともと来た場所へ戻ることができる安心の機能です。

■ランニングパフォーマンステスト

徐々にスピードを上げていくビルドアップ走を行い、最大有酸素スピード(MAS)、最大有酸素パワー(MAP)、最大酸素摂取量(VO2max)を計測します。時計画面に表示されたスピードに合わせて走っていき、表示されるスピードは時間がたつにつれ少しずつ早くなっていきます。表示されるスピードについていけなくなると計測は自動で終了し、MAS、MAP、VO2maxなどの数値をフィードバックします。テスト結果によって、心拍ゾーン、スピード、パワーゾーンの数値が最適化(更新)され、より現状の能力に合ったトレーニングを行うことができます。

■サイクルパフォーマンステスト

FTP(1時間全力で走り切ったときに出せる平均パワー値)と、VO2max、パワーウェイトレシオ(W/kg)を計測します。設定した時間(20、30、40、60分)、ロードバイクなどの自転車に乗り続けます。計測には別売りのパワーメーターが必要になります。

■脚力回復度テスト

ジャンプを3回行うことで、脚の疲労回復度を数値化します。プロのアスリートでもトレーニング前にジャンプの高さを測って回復度を確認しますが、これをGrit X Proで計測できるようになりました。

■起立試験(Polar H10 胸心拍センサーが必要)

心拍数と心拍変動を測定し、心血管系の自律神経調整における変化を調べます。現在の体調を知るのに、とても簡単で信頼性の高いテストです。定期的にテストを行うことで、疲労やオーバートレーニングなどの体調を管理することができます。

■高い精度を誇る Polar Precision Prime™ センサー

グリーンとレッドにオレンジを加えた3色のLEDを計10個と4個のフォトダイオードを使用して血管の状態をより正確に把握することができます。皮膚の接触状況を把握する電極センサー、手の動きで発生する誤差(モーション・アーチファクト)の補正を行う3D加速度センサーも搭載。LEDとフォトダイオードの相互干渉

を最小化し、新開発のアルゴリズムにより、最高精度※の心拍数計測へと高めることに成功しました。

(※当社比較)

■手首でのランニングパワー計測

時計本体のみでランニングパワーを計測できます。ランニングパワーがリアルタイムに分かることで、走っている状況を確認でき、より力が入るフォームの確認ができます。また、トレーニングを続けていけば、同じパワーでも心拍数が低くなっていることが分かるなど、トレーニング効果を確認することもできます。

■FuelWise™ 栄養補給リマインダー

一回に補給する炭水化物量とトレーニング時間、平均心拍ゾーンを設定することで、エネルギー補給回数が事前に分かり、適切な量の補給食を用意できます。トレーニング中の心拍数の状況に応じて適切なタイミングでエネルギー補給のアラート(アラーム音+振動)で通知します。また、水分補給についてもトレーニング中に摂取が必要な総水分量が事前に分かり、設定した時間ごとにアラートで通知します。これによって、エネルギー不足による低血糖状態になるハンガーノックや脱水症状を起こす可能性を抑えることができます。

■Hill Splitter™ 上昇・下降自動計測

アップヒル(上り)、ダウンヒル(下り)、平坦という道の状況を、内蔵の気圧計で自動判別します。セクションごとにスピードや距離などを表示するため、「上り区間のみのスピード」などトレーニングに必要なデータを抽出して見るすることができます。

■ルートナビゲーション(要 Komoot アプリ)

ドイツの Komoot 社が提供するルート作成アプリ「Komoot」(一部有料)と連携しており、Komoot で作成したルート情報(GPX、TCX ファイル)を時計と同期することで利用できます。表示画面にルートが表示されるとともに、進路変更前にアラート(アラーム音+振動)があり、「何メートル先を左折」など次の進路変更までの距離と曲がる方向が表示されます。途中で別のルートに切り替えることもできます。Komoot アプリにご登録いただくと Komoot 無料版では、ご希望の 1 地域(region)の地図が利用でき、有料版を使用することでその他の地域の制限が解除されます。

■三大栄養素別消費エネルギー

トレーニング時に消費したエネルギー源(脂肪、炭水化物、タンパク質)の割合を表示します。トレーニングセッション中に様々なエネルギー源をどれだけ使用したかを確認することで、トレーニング強度の変動によるエネルギーの使い分けの内訳を知ることができます。また、長時間のトレーニングセッション時に、主要エネルギー源にどのような変化が生じるかを把握できます。

■Sleep Plus Stages™ 睡眠分析

睡眠時の体の動きに加えて心拍数を計測し、詳細な睡眠データを計測します。睡眠時間や、就寝・起床時間といった情報に加え、レム睡眠や深い睡眠の時間、睡眠サイクルの回数などが分かります。これらの睡眠データを分析し、睡眠スコアとして数値化します。睡眠スコアは、過去 4 週間のユーザの平均値と比較することができ、睡眠の改善、悪化などの状況を確認することができます。

■Nightly Recharge™ 睡眠・自律神経分析

睡眠時の平均心拍数や、心拍間隔時間、平均心拍数変動、1 分間の平均呼吸数などを計測・分析し、自律神経ステータスとして数値化します。睡眠中の自律神経が、交感神経と副交感神経のどちらが優位に働いたかを見ることで、睡眠の質が分かります。この自律神経に関わる内容と Sleep Plus Stages™ の睡眠スコアをもとに、前日の身体・メンタルの疲れの回復具合が分かり、6 段階で回復状況を評価します。

■FitSpark™ デイリートレーニングガイド

過去のトレーニング履歴や、Nightly Recharge™ のデータから分かる体の回復状況などを基に、その日の

うちに実施が推奨されるトレーニングメニューを提供します。トレーニングは大きく、「筋力」「カーディオ(心肺機能)」「サポータティブ(体幹・可動性)」「プログラム」の4つに分けられています。推奨されたトレーニングメニューは、心拍数を見ながら実施します。「プログラム」は自分でトレーニング内容を作ることができます。

■Serene™呼吸エクササイズ

自律神経の副交感神経を優位にして、自律神経を安静な状態にするため行う、呼吸のエクササイズです。ディスプレイの表示を見ながら息を深く吸って、深く吐くを繰り返します。睡眠前に行うことで、睡眠の質を高める効果も期待できます。

■GPS 機能(みちびき対応)

GLONASS、Galileo、QZSS(みちびき)に対応しています。距離、スピード、平均速度などの計測ができます。トレーニング終了後には、Polar Flow アプリやパソコンとデータを同期し、ルートの確認や走行データの管理を行えます。

■トレーニング負荷 Pro™

トレーニング負荷 Pro™は、筋肉の疲労度「筋肉負荷」と、心肺機能の疲労度「カーディオ負荷」、自身が感じる疲労度「自覚的負荷」の3種類の負荷を計測します。筋肉負荷は、ランニングパワーや自転車のパワーメーターなどでパワー計測をした際に、負荷状況を数値化します。カーディオ負荷は、トレーニングで心拍数を計測し、その結果から負荷を数値化します。自覚的負荷はトレーニング後に自分でトレーニングの疲労度を10段階評価することで得られます。カーディオ負荷は、直近と過去のトレーニング量を数値化し比較することで、体の状況をオーバートレーニングか適正なトレーニング量かのバランスを見ることができます。これにより怪我につながりやすい危険性を確認することができます。

■リカバリー Pro™

H10 心拍センサーをつけて心電を計測することで、トレーニングによるストレスだけでなく、日常でのストレスも計測し、体の回復状況をより正確に計測します。短期的な回復は起立試験で確認し、このデータと自覚的な回復状況(ユーザが回復に関する質問に回答)、長期的なトレーニング負荷を総合的に評価し、トレーニングのアドバイスを行います。

■ランニングプログラム

レース当日の日程と距離を登録するだけで、今までのトレーニング実績や、最近の運動量に基づき、すぐにユーザに合わせたランニングプログラムを作成します。時計画面にプログラム内容が表示され、ユーザは設定された距離や心拍ゾーンに合わせたトレーニングを行います。Polar Flow 上では、ランニングメニュー以外にストレッチや体幹トレーニングの動画を見ながら行うことができます。

■ランニングインデックス

ランニング中の心拍数とランニングスピード・安静時の心拍数・最大心拍数からランニング走力を確認することができる数値です。継続的に計測することで走力の向上を確認できます。

■光学式心拍センサーでのフィットネステスト(VO2max(最大酸素摂取量))の実施

有酸素能力を評価し、数値で確認できます。継続的に計測し数値の変動を確認することで、有酸素能力の向上を確認できます。胸ストラップ心拍センサーが不要で、手首の光学式心拍センサーで測定ができます。

■130 種類以上のスポーツに対応

130 種類以上の多彩なスポーツプロフィールを搭載しています。Polar Flow アプリまたはウェブサービスから、お気に入りのスポーツ種目を最大20種類まで選ぶことができ、時計に保存できます。さらに種目別に画面のカスタマイズや、設定の編集も可能です。

■スイム計測(スイミングメトリクス)

スイミングのスポーツプロフィールを選んでトレーニングを開始した際に、心拍数と共に室内でも屋外でもスイミングのストローク数や距離を計測します。また、平泳ぎやクロールなどの泳法を自動認識します。

■Smart Coaching 機能

トレーニング効果： トレーニング直後にトレーニング効果をフィードバックします。有酸素運動、心肺機能、瞬発力の強化などのさまざまな効果を確認することができます。

心拍ゾーン： 初期設定時は最大心拍数の50パーセント(50%HRmax)以上から、10%ごとに最大心拍数(100%HRmax)までをトレーニングの有効ゾーンとして5段階に分けたものが心拍ゾーンです。心拍ゾーンはPolar Flow サービスにて任意に変更が可能です。5段階ゾーンを指標にすることで、効率の良いトレーニングができるだけでなく、運動強度が過度に上がっていることも分かるので、安全なトレーニングが可能となります。

スマートカロリー： 身長、体重、年齢、性別、最大心拍数、実施しているトレーニングの強度に基づいてトレーニング中に消費されたカロリー数を正確に算出します。

■24 時間心拍計測と活動量計

24 時間心拍計測機能です。睡眠中や安静時の心拍数が計測できるため、一日の心拍数の変動が可視化できます。また、3D 加速度センサーにより、活動量を常時計測しています。

■スマートフォン連携でデータ管理や通知受信(iOS、Android 対応)

Bluetooth® でスマートフォン上のアプリ「Polar Flow App」に連携し、日々のアクティビティ・トレーニングを記録管理できます。ウェブサービス「Polar Flow」上でも同様に管理できます。また、スマートフォンの音楽再生を時計画面からコントロールできたり、電話の着信やメール受信、SNS をバイブレーションで通知したり、天気が表示ができたりします。会議やプレゼンなどの状況に応じて通知機能はオン・オフの切り替えが可能です。