

SROVNÁVACÍ TEST

Běžecké sporttestery s GPS

TEXT: JOSEF SMETANA

PODZIM JE OBDOBÍM DLOUHÝCH TRÉNINKOVÝCH KILOMETRŮ SPOJENÝCH S BĚŽECKOU SAMOTOU, KDY ROLI PARTNERA ČASTO PŘEBÍRÁ SPORTTESTER. TY VYBAVENÉ GPS NAVÍC KROMĚ MĚŘENÍ UMÍ I ZÁZNAM TRASY A VE SPOJENÍ S INTERNETEM OTVÍRAJÍ DŘÍVE NETUŠENÉ MOŽNOSTI. MŮŽETE SE TAK NA DÁLKU PODĚLIT O ZÁŽITKY S DALŠÍMI BĚŽECKÝMI NADŠENCI, NEBO VYHECOVAT PARTÁKA.

FOTO: SUUNTO



GARMIN FORERUNNER 610

Sporttester s GPS pro nejnáročnějšího uživatele, využití pro více sportů i na běžné nošení. Plně dotykový displej s širokým spektrem nastavení. Bezdrátový přenos dat a jejich podrobné vyhodnocení pomocí aplikace myConnect.

→ Nejvíce bodů získal dražší z dvojice testovaných Garminů - Forerunner 610, který sází na dobře propracovaný tréninkový program, od aerobních běhů až po intervalový trénink, a funkci virtuálního partnera. Druhý Suunto Ambit2 pak zaujme hlavně designem a využitím pro více sportů. Nike+ Sportwatch vás motivačními zprávami pohání k dalšímu tréninku, navíc s kvalitním režimem intervalového tréninku a dotykovým displejem, a žhavá novinka značky TomTom příjemně padne na zápěstí a celkový komfort podtrhuje výborně umístěné tlačítko.

Chválíme velice slušnou spolehlivost všech modelů, které odvedly solidní práci i ve ztížených podmínkách, často v lesnatém a horském prostředí. Nadmořská výška nebyla překážkou. Výběh na Sněžku, rakouský Hochkar nebo Dolomity, všude hodinky fungovaly bez větších potíží. Co však tyto přístroje už tolik rády nemají, je přesun mezi tréninky. Pokud začínáte v místě, kam

jste včera doběhli, je načtení satelitu otázkou vteřin. Při přesunu v řádech stovek kilometrů se ale vyhledání satelitu protáhne i na několik minut.

Plynulost zobrazení rychlosti běhu negativně ovlivňuje i počasí, konkrétně zvýšená oblačnost. Daleko nejzásadnější jsou pak výpadky při běhu v lesním prostředí. S průměrným tempem si hodinky poradí a dopočítají správnou hodnotu i při občasném výpadku signálu. Okamžité tempo však leckdy realitě neodpovídá. Kromě Garminu a Suunta jsme u ostatních modelů zaznamenali zpožděnou odezvu na náhlou změnu rychlosti běhu, například při výběhu kopce a následném seběhu. Při použití na kole se tento nedostatek ještě zvýraznil.

Přenos signálu je pěkný žrout energie. Většinu modelů je nutné znovu nabít po čtyřech až šesti hodinách spojení se satelity. Při nízké úrovni baterie se může prodloužit doba lokalizace. Na běžecký víkend tak bez nabíječky nevyražejte.

U některých modelů nelze měnit nastavení zobrazení bez připojení k počítači. I to musíte zohlednit, pokud vyrazíte běhat mimo domov s plánem běhat v různých intenzitách.

Pro začínající a mírně pokročilé jsou postačující modely s režimem zobrazení při souvislém běhu a jen základním nastavením pro intervalový trénink. Takový je například model TomTom. Možnosti pro intervalový trénink jsou u modelů Garmin 210, Nike, Suunto a Timex více méně podobné a pro běžný výkonnostní trénink dostatečné. Nastavením tréninku i možnostmi aktuálního zobrazení pak vyniká vítězný model testu Garmin Forerunner 610 HR Premium. ←

6



88%



95%



89%

ZNAČKA:	GARMIN	GARMIN	NIKE
MODEL:	FORERUNNER 210 HR	FORERUNNER 610 HR PREMIUM	SPORTWATCH GPS
HMOTNOST:	52 g	72 g	65 g
DOPORUČENÁ CENA:	5990 Kč	8490 Kč	4990 Kč
BEREVNÉ VARIANTY:	černá, bílá/zelená	černá, bílá/modrá	černá, černá/modrá, černá/zlutá
DESIGN (%):	80	95	90
AEROBNÍ TRÉNINK (%):	95 🍷	100 🍷	95 🍷
INTERVALOVÝ TRÉNINK (%):	90	100 🍷	85
KOMFORT PŘI BĚHU (%):	90	85	85
OVLÁDÁNÍ, TLAČÍTKA (%):	80	95	90
WEBOVÉ PROSTŘEDÍ (%):	95	95	90
HODNOCENÍ:	Mezi běžci velmi rozšířený a oblíbený model s jednoduchým ovládáním a dostatečným množstvím tréninkových ukazatelů. Je vhodný kromě běhu i pro cyklistiku, běžecké lyžování nebo in-line bruslení. Přestože na pohled vypadá robustně váží pouhých 52 g. Zobrazení na třech řádcích je přehledné a s možností změny nastavení. Pro výkonnostní běžce je praktické zobrazení automatického ukládání mezičasu (např. po každém kilometru).	Plně dotykový displej s širokým spektrem uživatelských nastavení. Přestože se jedná o běžecský model, použití pro cyklistiku je také velmi dobré. Skvělá je funkce virtuálního tréninkového partnera. Při nastavení předchozího výkonu porovnáváte svůj aktuální a nejlepší výkon. Za největší přednost označujeme nepřehledné množství individuálních nastavení. A to jak samotného zobrazení, tak i vedení běžeckého tréninku. Z testovaných měl tento model nejlepší tlačítka s výborně nastavenou citlivostí.	Běžecké hodinky od Nike vyvinuté ve spolupráci s navigační značkou TomTom jsou velmi přehledné a díky vhodné umístěným tlačítkům a dotykovému displeji i snadno ovladatelné. Běžce vybízejí k dalšímu tréninku a lepším výkonům motivačními zprávami a přehledným zobrazením nejlepších výkonů a tréninků. Originálně je vyřešené USB pro připojení k PC umístěné v konci řemínku hodinek. I pokročilým běžcům nabízí tento model dostatek informací v průběhu tréninku.
PLUSY:	Uživatelské menu v češtině. Intervalový trénink – možnost volby tréninku na vzdálenost, na čas nebo otevřený interval. Nastavení rozklusání a rozcvičení, včetně délky nebo času. Příjemný a pohodlný řemínek hodinek. Nízká hmotnost. Nastavení počtu opakování intervalů	Široká škála individuálních nastavení zobrazovaných parametrů. Elegantní design předurčuje hodinky nejen ke sportovnímu, ale i k běžnému nošení. Stabilní a dobře reagující tlačítka. Pohodlné a moderní ovládání dotykovým displejem. Detailní analýza tréninkových ukazatelů. Možnost zobrazení až čtyř parametrů současně	Jednoduché ovládání ve spojení s dotykovým displejem, zejména při intervalovém tréninku. Možnost volby velikosti zobrazených dat. Přehledné zobrazení dat z každého mezičasu (dosažený čas, tempo, délka úseku). V základní sadě footpod. Motivační zprávy a vzkazy, po rychlém tréninku nebo osobním rekordu, hodinky upozorní, pokud více jak pět dní neběháte. Bezpečně uzamknuté konce řemínku za přezkou.
MINUSY:	Životnost řemínku limituje celkovou životnost hodinek. Nutnost nastavení před každým tréninkem, pokud se mění typ tréninku. Pevné zobrazení třech parametrů bez možnosti změny na dva nebo čtyři.	Absence zobrazení desetin vteřin v aktuálním zobrazení. Tlačítko pro mezičasy (Lap) vpravo dole je hůře dostupné při rychlém běhu. Při ukládání tréninkových dat dlouhé načítání mapy, zejména pokud tréninky neukládáte každodenně.	Příliš široký a málo ohebný řemínek hodinek. Na výšku robustně působící model. Na webu nelze odečíst mezičas z mapy.
CELKOVÉ HODNOCENÍ (%):	88	95	89



92%



87%



89%

SUUNTO	TIMEX	TOMTOM
AMBIT2 S	RUN TRAINER 2.0 GPS	MULTI-SPORT GPS
73 g	66 g	53 g
9990 Kč	6990 Kč	5199 Kč
černá/červená, černá/zelená, černá/stříbrná	černá/oranžová, šedá/žlutá	černá/šedá, černá/růžová, černá/zelená
95 🍷	80	95
95	95 🍷	85
85	90	75
95	85	100 🍷
90	80	95
95	90	85
Druhá generace outdoorových hodinek pro multisportovně zaměřené uživatele. Kromě běžecých jsou velmi propracované i funkce pro cyklistiku a plavání. Pochvalu zaslouží skvěle padnoucí řemínek hodinek. V průběhu tréninku můžete pohodlně sledovat data mimo základní nastavení. Pro běh ve městě se nabízí nastavení funkce AutoPause. Nejen pro trénink na běžecím pásu podporují hodinky připojení k footpodu.	Ovládání je příjemně intuitivní a při alespoň základních zkušenostech s používáním sporttesteru návod ani neotevřete. Displej je přehledný s možností volby dvou nebo tří řádkového zobrazení dat. Hodinky mají vhodně zvolenou velikost číslic. Jednoduché je i ovládání při samotném běhu. Vybírat můžete ze dvou barevných variant – černá/oranžová nebo šedá/žlutá. Při použití footpadu (není součástí balení) je možné měření kadence běžecího kroku.	Běžecovou verzi Runner doplňuje model Multi-sport zaměřený kromě běhu na cyklistiku a plavání. Originální je vyjímání hodinek z pásku při nabíjení a přenášení dat. Model Multi-sport zaujme lehkostí a skvěle předtvarovaným páskem, který dobře drží na zápěstí. Pro běžce je jedním z největších pozitiv vhodně umístěné ovládací tlačítka. To umožňuje rychlé procházení menu. Za velmi dobrou můžeme označit i výdrž baterie a odolnost skla hodinek proti poškrábání.
Velký přehledný displej. Praktické umístění tlačítka LAP (mezičasy). Skvěle padnoucí řemínek hodinek díky výklonnému systému přední části řemínku, který je navíc z měkkého a ohebného materiálu. Jednoduchá změna zobrazovaných dat v průběhu tréninku. V režimu ostatní sporty grafické zobrazení převýšení běžecí trasy.	Možnost volby ze tří režimů aktuálního zobrazení dat. Nastavení upozornění nutričního programu (iontové nápoje, vitamíny, výživa). Nejprehledněji zobrazuje informace o výškových metrech. Přehledný displej, obří číslice zobrazující čas. Vibrace nebo akustický signál pro upozornění (dvě úrovně nastavení). Nejprehledněji zobrazuje informace o výškových metrech (nastoupané metry, nadmořská výška, seběhnuté metry).	Jednoduché, intuitivní ovládání. Dotykový displej. Vhodně umístěné tlačítka. Dobře nastavený kontrast displeje. Grafický tréninkový partner porovnává aktuální výkon s předchozími. Barometrický výškoměr. Grafické zobrazení intenzity tréninku v režimu zóna (nastavení srdečné frekvence). Výběr více barevných variant řemínku.
Velmi malé zobrazení dat nad a pod základní hodnotou je při rychlém běhu, nebo v lese nepřehledné. Pro závodní použití příliš velký a těžký model. Nelze definovat trénink dopředu, např. délkou intervalu.	Při úplném vybití baterie nutnost nového zadání osobních dat a především individuálního nastavení tréninkového zobrazení dat. Nelze nastavit opakovaně intervaly s odlišnou délkou úseku. Úzký pásek se k velkým hodinkám nehodí.	Při nastavení mezičasů nelze nastavit odlišnou délku běžecího úseku a délku odpočinku. Méně přehledné zobrazení doplňkových dat nad hlavním zobrazením. Nezobrazení hodnot ukončeného mezičasu.
92	87	89

JEDNODUCHOST

TOMTOM MULTI-SPORT

- ✓ Model především pro začínající a hobby běžce požadující jednoduchost, příjemné a pohodlné nošení spojené s funkcí.
- ✓ 3D senzor umožňuje použití na běžeckém pásu nebo mimo signál GPS.
- ✓ Jednoduché a pohodlné ovládání jedním tlačítkem, to je navíc vhodně umístěné a lze jej dobře ovládat i při rychlejším běhu.
- ✓ Povedené grafické zobrazení režimu Race pro závod. Porovnání s předchozími tréninky na stejné trase ukáže, zda za předchozím výkonem zaostáváte nebo naopak běžíte rychleji.
- ✓ Skvěle padnoucí řemínek vyrobený z příjemného měkkého materiálu, na výběr v několika variantách.



VÍCE SPORTŮ

SUUNTO AMBIT2

- ✓ Pro běžce hledající sportster s nápaditým designem pro více sportů.
- ✓ Vylepšené zobrazení aktuální rychlosti oceníte v kopcovitém terénu, při častých změnách tempa běhu, nebo při jízdě na kole (s možností záznamu pro tři různá kola).
- ✓ Díky výklopnému systému přední části řemínku hodinek drží skvěle na různých šířkách zápěstí, pochopitelně včetně včetně dámského.
- ✓ Pohodlné listování v datech i v průběhu tréninku, volba režimu zobrazení dvou nebo tří řádků, pro každý režim můžete zvolit jiná data a při tréninku vše zobrazovat překlíknutím.
- ✓ Schématické zobrazení mapy předem uloženého tréninku doplněné šipkami ukazující směr běhu. Možnost použití přehledného kompasu.



ZÁBAVA

NIKE+ SPORTWATCH

- ✓ Pro začínající až středně pokročilé běžce, kteří uvítají zhodnocení každého běhu. Hodinky zvládnou i náročnější intervalový trénink.
- ✓ Přehledně zobrazuje data pro běh volnějším tempem s možností změny velikosti a umístění aktuálního zobrazení. Základní údaj je velmi dobře čitelný i při rychlém běhu, zbylé údaje prohlédnete pomocí tlačítek.
- ✓ Motivační zprávy po každém běhu, hodinky vás pochválí, ale i upozorní, pokud výkon za moc nestál.
- ✓ Kombinované měření pomocí footpodu a GPS, footpod je součástí základní sady.
- ✓ Archivace nejlepších výkonů a součtu naběhaných kilometrů přímo v hodinkách.



SERIOZNÍ TRÉNINK

GARMIN FORERUNNER 610

- ✓ Pro běžce, kteří se na trénink připravují dopředu a vědí, co a jak rychle chtějí běhat.
- ✓ Změřit intervaly umí i ostatní modely, tento však umí vést pokročilý běžecký trénink - např. s odlišnou délkou běžeckého úseku a odlišnou délkou odpočinku (10 x 400 m se 100 m meziklusem).
- ✓ Přednastavit si můžete i délku rozklusání a rozcvičení, pomalé tempo při rozklusání pak nesnižuje průměrné tempo samotného tréninku.
- ✓ Funkce auto pauzy při zastavení neovlivní statistiky tréninku.
- ✓ Zobrazení jednoho až čtyř ukazatelů, při tréninku tak můžete najednou sledovat třeba aktuální tempo, průměrné tempo, uběhnutou vzdálenost a čas. Sami si vyberete místo na displeji.



DISPLEJ

1. GARMIN FORERUNNER 610 HR PREMIUM



2. SUUNTO AMBIT2



3. TIMEX RUN TRAINER 2.0 GPS



TLAČÍTKA

1. TOM TOM MULTI-SPORT GPS



2. GARMIN FORERUNNER 610 HR PREMIUM



3. NIKE+ SPORTWATCH GPS PREMIUM



ŘEMÍNEK

1. TOM TOM MULTI-SPORT GPS



2. SUUNTO AMBIT2 S



3. GARMIN FORERUNNER 610 HR PREMIUM

