

# fitbit versa 4

Verbessere deine Trainingsroutine für sichtbare Ergebnisse mit der Versa 4 + Fitbit Premium. Die leichte und bequeme Fitness-Smartwatch mit GPS berechnet deinen Tagesform-Index, trackt deine Aktivzonenminuten und bietet mehr als 40 Trainingsmodi.<sup>1</sup> Damit du nichts verpasst, hält die Versa 4 dich über Anrufe, Nachrichten und App-Mitteilungen auf dem Laufenden.

## Eine bessere Routine

Plane dein Training jeden Tag danach, wofür dein Körper bereit ist: Aus Aktivitätsdaten, Schlafqualität und Herzfrequenzvariabilität wird dein Tagesform-Index berechnet, der verrät, ob du ein anspruchsvolles Workout angehen kannst oder Erholung brauchst.<sup>1</sup>

## Effektiveres Training

Durch das Tracking von Aktivzonenminuten siehst du in Echtzeit, wie sich deine Anstrengungen summieren. Je höher deine Herzfrequenz ist, desto mehr Aktivzonenminuten sammelst du. Und mit über 40 Trainingsmodi und integriertem GPS kennt deine Fitness keine Grenzen mehr.

## Für Fitness designt

Die super dünne und leichte Smartwatch schmiegt sich ganz natürlich ans Handgelenk. Für ein rund um die Uhr bequemes Tragegefühl – ob beim Sport oder in der Nacht.



# Entwickelt für Fitness. Gemacht für Ergebnisse.

- TAGESFORM-INDEX PREMIUM**  
 Diese Punktzahl verrät dir, ob dein Körper bereit für ein Workout ist oder Erholung braucht. So kannst du deinen Trainingsplan leicht optimieren.<sup>1</sup>
- TRACKING VON AKTIVZONENMINUTEN**  
 Bessere Ergebnisse bei jedem Workout: Sieh auf einen Blick, wann du deine Ziel-Herzfrequenzzonen erreichst und Aktivzonenminuten sammelst – so trainierst du einfach effektiver.
- STRESSMANAGEMENT-INDEX**  
 Anhand einer täglichen Punktzahl erkennst du leicht, ob dein Körper Anzeichen von Stress zeigt. Dazu siehst du, wie sich Trainingsroutine, Achtsamkeit und Schlaf auf dein Stresslevel auswirken.
- DASHBOARD MIT GESUNDHEITSWERTEN**  
 Diagramme in der Fitbit-App zeigen dir, wie sich wichtige Werte deiner Gesundheit entwickeln.<sup>3</sup>
- INTELLIGENTER VIBRATIONSWECKER**  
 Die Smartwatch kann dich zur optimalen Zeit in einer Leichtschlafphase wecken – damit du erholt aufwachst und dein tägliches Workout in Angriff nehmen kannst.
- ATEMÜBUNGEN & MEDITATIONEN**  
 Mach eine geführte Atemübung mit der Relax-App auf der Smartwatch oder meditiere zu entspannenden Klängen in der Fitbit-App. Danach kannst du immer deine Stimmung protokollieren und so Trends langfristig verfolgen.<sup>1</sup>
- SPRACHASSISTENT**  
 Mit Amazon Alexa kannst du per Sprachbefehl News und Wetter checken, Schlafenszeit-Erinnerungen und Wecker stellen, Smart-Home-Geräte steuern und vieles mehr.<sup>6</sup>
- SCHLANKES, LEICHTES & BEQUEMES DESIGN**  
 Die dünne und leichte Smartwatch schmiegt sich natürlich ans Handgelenk. Für ein jederzeit bequemes Tragegefühl – ob beim Sport oder in der Nacht.
- INTEGRIERTES GPS**  
 Tempo und Strecke werden dank integriertem GPS präzise erfasst und angezeigt. Nach Outdoor-Trainings zeigt dir eine Karte in der Fitbit-App Tempo und Herzfrequenzzonen entlang der Strecke.
- ECHTZEIT-TRAININGSSTATISTIKEN**  
 Werte wie Herzfrequenz, Aktivzonenminuten und verbrannte Kalorien kannst du am Handgelenk, auf der Smartwatch oder auf dem Fernseher live verfolgen.
- SCHLAFPROFIL PREMIUM**  
 Eine monatliche Schlafanalyse und die Bestimmung deines Schlaftiers können dir helfen, deine Schlafgewohnheiten besser zu verstehen und erholsamer zu schlafen.<sup>1</sup>
- SCHLAFPHASEN-AUFZEICHNUNG & SCHLAFINDEX**  
 Durch die Aufzeichnung von Schlafphasen siehst du, wie viel Zeit du in Leicht-, Tief- und REM-Schlaf verbracht hast. Dein Schlafindex liefert dir zusätzliche Einblicke in die Qualität deiner Nachtruhe.
- TELEFONIEREN ÜBER BLUETOOTH® & ANZEIGE VON BENACHRICHTIGUNGEN**  
 Mit der Versa 4 kannst du Anrufe annehmen und per integriertem Mikrofon und Lautsprecher telefonieren. Nachrichten, Kalendertermine und App-Mitteilungen hast du am Handgelenk immer im Blick.<sup>5</sup>  
*Bald verfügbar.*
- 40+ TRAININGSMODI & AUTOMATISCHES TRACKING**  
 Ob Krafttraining, HIIT, Laufen oder Stand-Up-Paddling: Die Versa 4 trackt mehr Sportarten als jede Fitbit zuvor – und zeigt dir deine Statistiken live an.
- AKKU FÜR 6+ TAGE & SCHNELLES LADEN**  
 Die Versa 4 trackt Aktivitäten und Schlaf über mehrere Tage, ohne zwischendurch ans Ladekabel zu müssen. In nur 12 Minuten ist der Akku wieder für einen ganzen Tag aufgeladent.<sup>7</sup>
- BENACHRICHTIGUNGEN BEI UNREGELMÄßIGEM HERZRYTHMUS**  
 Die Versa 4 kann Anzeichen für einen unregelmäßigen Herzrhythmus erkennen, bei dem es sich um Vorhofflimmern handeln könnte – eine wichtige Information auch für Ärzt:innen.<sup>2</sup>
- PERMANENTE HERZFREQUENZMESSUNG**  
 Mit einem fortschrittlichen Mehrwege-Sensor erfasst die Versa 4 deine Herzfrequenz im Sekundentakt – im Alltag, beim Sport und in der Nacht.
- ÜBERWACHUNG DER BLUTSAUERSTOFFSÄTTIGUNG (SPO2)**  
 Die Versa 4 misst die Sauerstoffsättigung deines Bluts, damit du über mögliche Veränderungen bei deiner Gesundheit Bescheid weißt.<sup>4</sup>
- 6-MONATIGE PREMIUM-MITGLIEDSCHAFT**  
 6 Monate Fitbit Premium-Index inklusive – mit Features wie Tagesform-Index und Schlafprofil sowie Zugriff auf Video-Workouts und Meditationsübungen.<sup>8</sup>

## Armbänder für jeden Style

Vorgestellte Armbänder sind mit Versa 4, Versa 3, Sense 2 und Sense kompatibel. Smartwatch separat erhältlich.



### Endlosarmbänder

Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern:  
 Schwarz, Mondweiß, Salbeigrau, Nebelblau, Sandrosa, Wasserfallblau



### Sportarmbänder

Schwarz/Mondweiß, Saphir/Nebelgrau, Frostweiß/Mondweiß  
 Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern: Melone/Rosé, Hellrosa/Wüstenblume, Eisgelb/Frostweiß, Seeblau/Ozean



### Gewebearmbänder (aus REPREVE®)

Dunkelgrau  
 Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern: Regenbogen



### Klettverschlussarmband

Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern: Dunkelgrau



### Armband aus veganem Leder

Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern: Indigoblau



### Horween® Lederarmband

Auf [fitbit.com](https://fitbit.com) und bei ausgewählten Onlinehändlern: Walnuss

Überwachung der Blutsauerstoffsättigung, Gesundheitswerte und Sprachassistent nicht in allen Ländern verfügbar. 1. Für Tagesform-Index, Schlafprofil, Schnarch- und Geräuscherkennung sowie die meisten Achtsamkeitsübungen ist eine Fitbit Premium-Mitgliedschaft erforderlich. 2. EKG-App und Benachrichtigungen bei unregelmäßigem Herzrhythmus nur in ausgewählten Ländern und auf bestimmten Fitbit-Geräten verfügbar; nicht zur Nutzung durch Personen unter 22 Jahren bestimmt. Die Funktion für Benachrichtigungen bei unregelmäßigem Herzrhythmus ist nicht für Personen mit bekannten Herzrhythmusstörungen geeignet. 3. Nur in ausgewählten Ländern verfügbar. Nicht zur Diagnose oder Behandlung von Krankheiten oder für sonstige medizinische Zwecke gedacht. Diese Funktion soll lediglich Informationen bereitstellen, die helfen, das eigene Wohlbefinden im Auge zu behalten. 4. Die SpO2-Funktion ist nicht zur Diagnose oder Behandlung von Krankheiten oder für sonstige medizinische Zwecke gedacht. Sie soll lediglich dabei helfen, Werte zu überwachen und zu verfolgen. 5. Smartphone muss in der Nähe sein. 6. Funktionen von Sprachassistenten können variieren, siehe [fitbit.com/de/voice](https://fitbit.com/de/voice). 7. Akkulaufzeit abhängig von Nutzungsverhalten und anderen Faktoren. Bis zu 12 Stunden bei aktiviertem GPS. 8. Nur für neue und wiederkehrende Premium-Mitglieder. Muss mit Gerät aktiviert werden. Angabe einer gültigen Zahlungsmethode erforderlich. Testmitgliedschaft muss innerhalb von 60 Tagen ab Aktivierung des Geräts gestartet werden. Mitgliedschaft kann vor Ablauf der Testphase gekündigt werden, sodass keine wiederkehrenden Kosten anfallen.