

ポラール Vantage シリーズに 新色ブルーとブラック・カッパーを追加

「みちびき」(準天頂衛星)対応、高度な睡眠分析、VO2max 計測などの機能強化も



心拍トレーニング製品のリーディングカンパニーであるポラール・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:園部英生)は、ハードなトレーニングをするユーザ向けの Polar Vantage シリーズの Polar Vantage V にブルー、Polar Vantage M にブルーとブラック・カッパーの新色モデルを追加します。Vantage V と M のブルーは 10 月 24 日に発売します。Vantage M のブラック・カッパーは 10 月下旬~11 月上旬に発売予定です。それぞれ、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し、価格は Vantage V が 69,800 円(税別)、Vantage M の各色が 37,800 円(税別)、Vantage M ブルーの交換用ベルトが 4,980 円(税別)です。Vantage V のブルーと Vantage M のブラック・カッパーは限定モデルです。また、オンラインストアで 10 月 24 日より、Vantage V ブルー+H10 心拍センサーのセット限定モデルを 75,800 円(税別)、Vantage V ブルーの限定交換用ベルトを 4,980 円(税別)で販売します。



Vantage シリーズの新色発売に先立ち、Polar Vantage V と Polar Vantage M のファームウェアアップデートを 15 日に行いました。今回のアップデートでは、日本版 GPS ともよばれる人工衛星を使った位置計測システム「みちびき」(準天頂衛星システム:QZSS)に対応しました。Vantage V と Vantage M のユーザに

は、Polar Flow にデータを同期する際にアップデートの通知がありますので、指示に従ってアップデートを行って下さい。

みちびきに対応したことで、従来の GPS に加え、みちびきの測位データが位置情報を補正します。特に都市部のビルや山間部の樹木など、GPS 衛星の電波がさえぎられるような場所で、みちびきの衛星電波の効力があり、位置情報のデータ精度が上がるのが期待できます。みちびきを使用するには、それぞれのウォッチ画面からメニュー>設定>基本設定>衛星位置情報から「GPS+QZSS」を選択します。

加えて今回のアップデートで GPS 心拍計フィットネスウォッチ Polar Ignite に搭載された新機能のうち「Sleep Plus Stages™」と「Nightly Recharge™」、「Serene™」も Vantage シリーズに搭載されました。「Sleep Plus Stages™」と「Nightly Recharge™」は睡眠中の心拍数を計測することで、自律神経の状況を分析し、身体的な回復に加え、メンタルの回復状況を示す機能です。「Serene™」は自律神経の中でも副交感神経を優位にするための呼吸エクササイズを画面に示す機能で、表示にあわせて深く、ゆっくりとした呼吸を行うことを促します。睡眠前に行うことで、睡眠の質の改善が期待できます。

さらに VO2max を計測できる「フィットネステスト」も搭載しました。計測は手首の心拍センサーで対応します（H10 心拍センサー等も可）。そのほかに、トレーニング中の心拍ゾーンのロックや、時計画面上で記録されたラップの詳細表示などでもできるようになりました。



Vantage V はプロのアスリートや、ハードトレーニングをするユーザが満足する機能を搭載した、ポラール製品の最上位機種で、Vantage M はその軽量モデルです。ポラールではトレーニングと回復は表裏一体と考えており、今回のアップデートで睡眠関連の機能を強化することで、回復に関する情報が充実し、それによってよりレベルの高いトレーニングが実現できると考えています。

<その他の Polar Vantage の主な機能>

■Polar Precision Prime™ センサー

緑と赤の 2 色の LED を計 9 個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。また、皮膚に接触する面に電極センサーを 4 つ搭載し、皮膚と光学式心拍センサーの接触状況を把握できます。さらに、3D 加速度センサーの搭載により、手の動きで発生する誤差（モーション・アーチファクト）の補正を行います。この 2 色 LED 光学センサー、電極センサー、3D 加速度センサーという 3 つのセンサーを融合させることにより、心拍数計測の精度を高めることに成功しました。

■手首でのランニングパワー計測（Vantage V のみ）

Vantage V は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り、トレーニング効果を確認することもできます。

■トレーニング負荷 Pro™

トレーニング負荷 Pro™ は、負荷を、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種類に分類しました。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る危険性を確認することができます。

■リカバリー Pro™ (Vantage V のみ)

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。

■GPS 機能

距離、スピード、平均時速などの計測ができます。トレーニング終了後には、Polar Flow アプリにデータを同期し、地図表示によるルートや走行データの管理をすることができます。

■ルートガイダンス (Vantage V のみ)

過去のセッションで記録したルートや、サードパーティサービスからダウンロードしたルート(GPX または TCX)を Vantage V にラインで表示し、ルートをたどって進むようにガイドします。ナビ機能ではありませんが、ルートと進む方向、残りの距離を時計画面上に表示します。

■気圧計機能 (Vantage V のみ)

気圧計により、正確な高度を表示します。また、傾斜度(GPS 併用)・獲得標高・累積下降、リアルタイム VAM(平均上昇速度)も表示します。

■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様々な効果を確認することができます。

心拍ゾーン: 初期設定は最大心拍数の 50 パーセント(50%HRmax)以上から、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。

■ランニングプログラム

レース当日の日程を登録するだけで、今までのトレーニング実績や、最近の運動量に基づき、ユーザに合わせたランニングプログラムを作成します。時計画面上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

心拍数とランニングスピード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。

■起立試験 (Vantage V のみ、H10 と併用)

心拍数と心拍変動を測定し、心血管系で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、継続的な疲労状態やオーバートレーニングを防ぎ、体調を管理することができます。

■スイム計測

スイミングのスポーツプロファイ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と距離を計測します。また、平泳ぎやクロールなどの泳法を自動認識します。

■スマートフォン連携でデータ管理が可能 (iOS、Android 対応)

Bluetooth® Smart でスマートフォン上のアプリ「Polar Flow App」に連携します。またウェブサービス「Polar Flow」上で日々のアクティビティ・トレーニングを記録できます。また、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。

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>