

Scritto da Alessandro Crea
Sabato 23 Marzo 2013 12:31 -

Se siete appassionati di fitness, benessere e salute saprete certamente che ci sono sempre più prodotti high-tech che si integrano alla perfezione con gli smartphone e i tablet moderni per aiutarci a rimanere in forma, due degli esempi più recenti che vengono in mente sono alcuni degli [accessori presentati da Samsung per il suo nuovo smartphone top gamma Galaxy S4](#) o le [sneakers "social" sviluppate da Google](#) in collaborazione con Adidas.



Ora però in Italia arriva anche un altro gadget simile: si chiama **Jawbone Up**, costa **129.99 euro** ed è in grado di dialogare con smartphone o tablet tramite un'apposita app gratuita, da oggi disponibile sia sul Google Play Store per sistemi Android che sull'Apple Store per iOS

Scritto da Alessandro Crea
Sabato 23 Marzo 2013 12:31 -

. Disponibile in tre diverse misure (small, medium e large) e in tantissimi colori differenti, Up è un braccialetto morbido e flessibile, rivestito di gomma medica ipoallergenica. Poco appariscente, Jawbone Up è anche resistente alle infiltrazioni di liquidi ed è dotato di una batteria che assicura

10 giorni di funzionamento continuativo

tra una ricarica e l'altra, effettuabile tramite cavo microUSB.

Grazie all'impiego di diversi sensori UP può rilevare diversi dati 24/7, dall'attività fisica alle ore di sonno. L'utente inoltre potrà aggiungere tipo e quantità di cibo, tipologia dell'umore e altri dati ancora. L'app poi si occuperà di **incrociare** tutti questi dati, producendo grafici e informandoci sulla quantità di km percorsi, le calorie ingerite e quelle bruciate etc. e dandoci anche diversi suggerimenti per migliorare il nostro stato di salute. Grazie inoltre a una sveglia interna programmabile, Jawbone Up può

svegliarci

al momento giusto del nostro ciclo sonno/veglia, anche dopo un pisolino pomeridiano, per farci sentire sempre perfettamente riposati e in forma e può ricordarci di fare del moto se rileva che passiamo troppo tempo seduti.

Inoltre, grazie a un processore interno, Jawbone Up può anche scoprire connessioni interessanti tra i vari dati, per mostrarci aspetti del nostro stile di vita che avevamo preso poco in considerazione. Insomma Up è il companion perfetto per chi vuol essere sempre in forma ma magari non sempre ha il tempo di recarsi in palestra.