

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

Abbiamo provato per alcune settimane il nuovo Fitbit Luxe, un piccolo fitness tracker che permette di tenere sotto controllo gli aspetti più importanti della salute, monitorare gli allenamenti e ricevere le notifiche dello smartphone tramite vibrazione.

[A pochi mesi dal suo debutto](#), ho avuto occasione di provare per alcune settimane il nuovo **Fitbit Luxe**, un fitness tracker compatto e alla moda capace di offrire report completi su fitness e benessere. È stato pensato per aiutare le persone a condurre una vita più sana, motivandole ad instaurare abitudini più salutari attraverso il monitoraggio di parametri come stress, sonno e attività fisica. Al di là della buona quantità di informazioni che è possibile leggere direttamente sul piccolo schermo del dispositivo, sarà possibile trovare tutto il resto **sull'app Fitbit** su cui è presente anche la sezione **Metriche di salute** per la consultazione settimanale o mensile di frequenza respiratoria, variabilità del battito cardiaco (HRV), temperatura cutanea e battito cardiaco a riposo.



Chi acquisterà Luxe avrà anche accesso gratuito alla versione premium dell'app proprietaria per 6 mesi per analisi ancora più approfondite. Come avrete modo di scoprire proseguendo la lettura, sebbene Fitbit Luxe abbia saputo sorprenderci per tanti aspetti (uno su tutti il sensore di frequenza cardiaca), non mancano alcuni **fattori critici significativi**: la durata della batteria e le dimensioni del display rispetto allo spazio utile disponibile. Tuttavia, si tratta di uno wearable moderno e versatile adatto ad ogni occasione, con una collezione di cinturini variegata, e comodo da indossare giorno e notte. Fitbit ha voluto introdurre alcune delle funzionalità più importanti dei suoi smartwatch su un fitness tracker piccolo e sottile, in modo tale da raggiungere una fetta di utenza molto ampia.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

Ho provato il tracker nella variante con case e cinturino in silicone neri, che è **in vendita in Italia a 149.99€** ([su Amazon a qualche euro in meno](#)), ma per rispondere ai gusti di tutti gli utenti e consentire di indossarlo in qualsiasi momento, Fitbit ha collaborato col brand di **gioielleria Gorjana** per la realizzazione di cinturini alla moda: Parker Link in acciaio inossidabile oro chiaro e Classic in silicone rosa chiaro. Non mancano poi cinturini in **pelle Horween**, in tessuto e in maglia milanese in molteplici colorazioni. Tutti questi accessori possono essere acquistati sul sito ufficiale del produttore [e su Amazon con prezzi compresi fra 19.99€ e 99.99€](#)

---

Ho ricevuto Fitbit Luxe in una confezione speciale per reviewer che includeva la memobottle, una bottiglia piatta riutilizzabile da 375ml, che può essere facilmente riposta in borsa e contenere liquidi caldi e freddi. La scatola del fitness tracker, invece, mantiene il suo **design classico**: è in cartone bianco e grigio con immagini e dettagli sul prodotto e alloggia al suo interno **Fitbit Luxe** con cinturino small integrato, **il caricabatteria con porta USB-A**, un **cinturino** di dimensioni più grandi, una guida di avvio rapido e un libretto con le informazioni sul prodotto.

- 
- 
- 
- 

Come vi accorgete immediatamente, non esiste un modo per accendere manualmente Fitbit Luxe, ma dovrete soltanto assicurarvi che la sua batteria sia carica collegandolo all'alimentazione e subito dopo iniziare l'accoppiamento con l'applicazione Fitbit sullo smartphone. Se le cose non dovessero andare per il verso giusto, **mettete il tracker sotto carica**, premete per tre volte il bottoncino posizionato sulla porta USB lasciando passare un secondo fra una pressione e l'altra e attendete che si riavvii.

Personalmente non ho riscontrato nessun problema di questo tipo ed il dispositivo si è abbinato immediatamente allo smartphone, **iniziando l'installazione degli aggiornamenti**. Al termine della configurazione, che dura soltanto pochi minuti, basterà inserire i propri dati e avviare la prova gratuita di sei mesi di Fitbit Premium.

# Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

## Specifiche tecniche Fitbit Luxe

- Materiali: silicone (cinturino), acciaio inossidabile (cassa)
- Display: AMOLED da 0.76 pollici (124 x 206 pixel), 326 PPI
- Sensori: accelerometro a 3 assi, sensore ottico PurePulse 2.0 per il battito cardiaco, sensore di rilevazione della temperatura cutanea, sensore per la saturazione ossigeno (SpO2)
- Networking: Bluetooth 4.2
- Autonomia: fino a 5 giorni
- Tempo di ricarica: 2 ore
- Resistenza all'acqua: certificato IP68, può essere utilizzato per il nuoto e resistere fino a 50 metri di profondità
- Altro: motore a vibrazione
- Compatibilità: smartphone Android (7.0 o superiore) e iOS (12.2 o superiore)
- Dimensioni: 36.3 x 17.6 x 10.3 mm
- Peso: 26.20 grammi (con cinturino S)
- Colori: Nero/Grafite, Bianco lunare/Oro chiaro, Orchidea/Grigio platino

---

Fitbit Luxe è caratterizzato da un piccolo **display touchscreen AMOLED** con luminosità adattiva che occupa solo una piccola porzione dello spazio disponibile. Come avrete modo di notare nelle immagini, il nero è talmente profondo che bisogna effettuare lo scatto in una determinata angolazione per rendere visibile il perimetro del display. Sebbene la colorazione da me testata non esalti la qualità dei materiali (sembra plastica), il case è realizzato in **acciaio inossidabile**, mentre il cinturino a rilascio rapido è in **silicone con fibbia in alluminio anodizzato**.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio



Nella parte inferiore sono posizionati i sensori per la misurazione della frequenza cardiaca, per la misurazione del battito corrente e a riposo con la tecnologia **PurePulse**, nonché i **pogo PIN** per il collegamento del cavo di ricarica magnetico. Con lo scopo di mantenere inalterata l'estetica e conferire ancora più eleganza al tracker, **non sono stati adottati pulsanti fisici** e questo previene i fastidiosi tocchi accidentali che avviano o interrompono improvvisamente le attività. È comunque possibile accedere con estrema facilità a statistiche, funzioni e notifiche tramite swipe e tocco. Il dispositivo, inoltre, è **resistente all'acqua fino a 50 metri di profondità** e quindi potrete indossarlo anche durante le sessioni di nuoto impostando il blocco schermo in acqua direttamente dal polso.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio



A livello di ergonomia questo fitness tracker non ha eguali: una volta impostata la giusta regolazione del cinturino, non risulta mai fastidioso e ci si dimentica di averlo al polso. Fitbit ha progettato Luxe a misura di polso, consentendogli di aderire perfettamente alla pelle e di rilevare con maggiore accuratezza il battito cardiaco.

---

Sulla scia di tutti gli altri dispositivi del brand, l'interfaccia grafica di Fitbit Luxe si dimostra **molto intuitiva**: è semplice raggiungere tutte le schermate, trovare quello che si cerca senza perdersi ed utilizzare tutte le funzioni disponibili. Lo swipe verso l'alto conduce nel menù su cui è possibile visualizzare data, stato della batteria, passi compiuti, chilometri percorsi, minuti in zona attiva, calorie bruciate, attività oraria, battito cardiaco, durata del sonno dell'ultima notte e numero di sessioni di allenamento settimanali.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio



Uno swipe verso il basso, invece, porta alla schermata su cui è possibile impostare le modalità **Non Disturbare e Sonno**, abilitare o disabilitare l'attivazione automatica del display tramite rotazione del polso ed il blocco del display in acqua per evitare l'interruzione improvvisa dell'attività durante il nuoto. Sempre qui, troviamo anche il menù delle impostazioni per:

- regolare la luminosità del display su tre livelli. Anche se impostata al minimo il display è sempre ben visibile, grazie al sensore di luminosità integrato che interviene all'occorrenza
- stabilire l'intervallo di sospensione del display fra predefinito, medio e lungo, con un impatto piuttosto significativo sull'autonomia in virtù di un display a colori abbastanza energivoro
- abilitare le modalità silenziose: Non Disturbare, Sonno e Focus Allenamento
- regolare la vibrazione scegliendo fra normale (già piuttosto intensa) e forte
- attivare la rilevazione del battito cardiaco e le notifiche zona cardio
- riavviare il dispositivo. Stranamente non è presente un comando per spegnerlo, che tornerebbe utile in caso di batteria quasi scarica e nell'impossibilità di connetterlo all'alimentatore

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

Uno swipe verso ciascuna delle due estremità laterali conduce a **notifiche, allenamenti, sessioni di respirazione guidata, sveglia e timer**. In particolare, è possibile leggere le notifiche e rispondere tramite messaggi preimpostati o emoticon, anche se le dimensioni del testo sono un po' troppo ridotte. Durante la navigazione, alcuni simboli in alto aiutano a capire su quale schermata ci si trovi e a raggiungere facilmente la Home rappresentata dal quadratino. Per quanto riguarda le sessioni di allenamento, per ogni tipo di attività è possibile impostare obiettivi come minuti in zona attiva, calorie bruciate, distanza percorsa e tempo, attivare la rilevazione automatica ed abilitare le notifiche di zona cardio. Sveglia e timer, poi, possono essere regolati direttamente al polso senza difficoltà. Lo swipe verso destra ha anche la funzione Indietro e il doppio tap sul display riporta immediatamente alla schermata Home.

La **watchface** può essere modificata scegliendo fra soluzioni disponibili sull'applicazione, anche se per il momento ce ne sono soltanto una ventina. Quella preinstallata ha una particolare animazione e con un singolo tap permette di leggere singolarmente data, frequenza cardiaca, passi compiuti e minuti in zona attiva.

---

L'applicazione proprietaria è sempre **molto affidabile, ben organizzata e si conferma sempre una delle migliori soluzioni per il fitness**, con statistiche avanzate e grafici dettagliati per tenere sotto controllo ogni singolo aspetto del proprio benessere e dell'attività fisica. Si tratta del cuore pulsante di qualsiasi dispositivo Fitbit, può essere installata sia su smartphone Android sia su dispositivi iOS, per un'esperienza senza intoppi su entrambi i sistemi operativi. Per avviare Fitbit Luxe è necessario installarla, collegarsi al dispositivo e avviare la configurazione automatica, dopodiché rimarrà sempre connessa e scaricherà tutti i dati registrati dal tracker anche quando lo smartphone è spento.

- 
- 
- 
- 
- 

Utilizzando la versione premium dell'app, sarà possibile ottenere suggerimenti personalizzati e approfonditi, programmi guidati e feedback su attività, sonno e battito cardiaco in base ai dati raccolti. Potete trovarli nella parte superiore della scheda Oggi ed eliminarli cliccando sull'icona X. Sempre come **membri Premium**, in Metriche di salute, potrete consultare le tendenze

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

dell'ultimo mese relativamente a frequenza respiratoria, battito cardiaco a riposo, variabilità del battito cardiaco e variazione della temperatura cutanea. Qualora le statistiche dovessero trovarsi al di fuori del proprio intervallo personale, riceverete una notifica.

- 
- 
- 
- 
- 

I dati registrati da Fitbit Luxe potranno essere poi salvati in un report in formato pdf, il quale include tendenze mensili e annuali nonché analisi aggiuntive su attività, frequenza cardiaca, glicemia, sonno e peso. Sull'app potrete scegliere tra oltre 200 tipi di allenamento con audio e video, avviare una sfida con gli amici o completare un programma guidato.

---

Il design leggero e sottile permetterà agli utenti di indossare comodamente Fitbit Luxe **anche durante la notte** senza rilevare alcun fastidio, per registrare la durata del sonno e le relative fasi. Il punteggio aiuta a valutare la qualità del riposo nel tempo ed impostando dei promemoria per andare a letto presto si potrà notare un miglioramento sensibile.

Non possono mancare la **registrazione degli alimenti assunti**, del peso e del livello di idratazione, nonché il monitoraggio della salute femminile. Vi basterà registrare gli alimenti consumati durante il giorno tramite l'app e Fitbit Luxe effettuerà una stima delle calorie in eccesso o in difetto sulla base dell'attività fisica. I minuti in zona attiva vi aiuteranno a capire se vi siete allenati a sufficienza o troppo, tenendo conto del tempo effettivo in ciascuna zona cardio. Come su gran parte dei dispositivi della categoria, vi sono anche i **promemoria di sedentarietà** che vi ricordano di fare un po' di movimento quando passate troppe ore seduti. È ancora **assente la misurazione della saturazione di ossigeno nel sangue**, feature che Fitbit dovrebbe aggiungere con un update, ma soltanto per quanto riguarda le ore notturne.



## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio



In riferimento alle misure rilevate al polso, posso dire che il numero passi è piuttosto sovrastimato, la frequenza cardiaca durante la corsa è sorprendentemente **in linea con quella rilevata dalla fascia toracica** e le calorie bruciate sembrano abbastanza precise. Durante la sessione di running, il piccolo display permette di visualizzare tre informazioni per volta: una in primo piano modificabile tramite un tap e le altre due in miniatura sopra e sotto che indicano tempo e distanza. Scorrendo troverete tempo, battiti, ritmo e ritmo medio, calorie, passi, data, minuti in zona attiva e distanza percorsa. Al termine di ogni allenamento troverete un piccolo report riassuntivo direttamente sul tracker, mentre per maggiori dettagli dovrete accedere all'applicazione.

Proprio per quanto riguarda gli allenamenti, la rilevazione continua del battito cardiaco permette di stimare con più esattezza l'energia bruciata. Scegliendo fra 20 diverse modalità di allenamento e sfruttando il GPS dello smartphone durante corsa, bici o escursioni all'aria aperta, sarà possibile tenere traccia dei propri progressi, monitorare il ritmo e la distanza percorsa. Segnalo che su Luxe è possibile mantenere soltanto le **6 attività sportive preferite** e per sostituirla qualcuna è sempre necessario passare per l'app.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

### MINUTI IN ZONA ATTIVA

**70** minuti in zona

● **46 Min zona** Attività aerobica e Picco

● **24 Min zona** Brucia grassi

### BATTITO CARDIACO

**132** b/m medi    **169** max



Molto interessante è anche il **punteggio giornaliero di gestione dello stress** che permette di monitorare la reazione del corpo ed è calcolato sulla base ai livelli di attività, dell'andamento del sonno e del battito cardiaco. I risultati sono visualizzabili soltanto sull'applicazione, con registrazione manuale dello stato d'animo giornaliero e valutazione su reattività, sforzo e andamento del sonno. Le informazioni rilevate vi permetteranno di capire quando è il momento di prendere una pausa o iniziare esercizi di respirazione guidata: possono essere avviati direttamente al polso, impostando la durata da 1 fino a 10 minuti e seguendo l'animazione sullo schermo per le fasi di inspirazione ed espirazione. A fine esercizio, otterrete un resoconto sul vostro stato di rilassamento ed un report sulla variazione del battito cardiaco.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

Nell'utilizzo quotidiano, Fitbit Luxe si rivela un prezioso alleato grazie alle sue **numerose funzioni smart** che consentono di gestire al meglio la giornata. Sveglia, cronometro e timer possono essere impostati direttamente dal polso ed è possibile ricevere le notifiche di chiamate, messaggi e applicazioni dello smartphone con vibrazione regolabile su tre livelli. Fra le particolarità vi è quella di poter impostare una **sveglia intelligente** che si aziona nella fase di sonno più leggero rilevata durante i 30 minuti precedenti all'orario stabilito. Tuttavia, anche se il risveglio è più dolce, rischierete di perdere minuti importanti di riposo qualora l'allarme dovesse attivarsi troppo presto. La **modalità Non Disturbare**, inoltre, aiuta a tenere alta la concentrazione durante lo studio e il lavoro, disabilitando tutte le eventuali notifiche.



La ricezione delle notifiche è sempre molto puntuale e immediata e, sebbene il testo sia davvero molto piccolo, l'anteprima permette di non perdere mai i messaggi più importanti. Ottima è la possibilità di **rispondere direttamente dal polso** in quelle occasioni in cui non è richiesto un messaggio particolarmente elaborato. Inoltre, è possibile rispondere o rifiutare le chiamate, anche se dovranno comunque essere gestite dal telefono.

Ho provato Fitbit Luxe sia durante una sessione di running sia durante un allenamento a corpo

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio

libero e si è dimostrato un dispositivo molto affidabile, con una rilevazione molto accurata del battito cardiaco. Inoltre, grazie alle numerose statistiche generate quotidianamente, e con un po' di impegno personale, è possibile migliorare il proprio stile di vita e verificare i risultati tramite le continue rilevazioni settimanali.

---

Fitbit Luxe non ha nell'autonomia uno dei suoi punti di forza: con carica al 100% alle 18:25, ha raggiunto il 15% alle 9:30 di due giorni dopo, per un totale di **circa un giorno e mezzo** e molto al di sotto della media della categoria. Le impostazioni che ho utilizzato per questo test sono luminosità bassa, attivazione automatica del display con la rotazione del polso, sospensione dello schermo impostata su medio e rilevazione della frequenza cardiaca sempre attiva. Il risultato non può definirsi esaltante sia per le dimensioni minute del display sia per la mancanza dell'always on, ma la piccola batteria impreziosisce sicuramente l'ergonomia del dispositivo.



Per quanto riguarda la ricarica, è possibile passare **dal 15% al 100% in poco meno di due ore** (1h e 50'). C'è da dire che raggiunge rapidamente al 99% (poco più di un'ora), dopodiché la carica procede più lentamente per preservare la batteria.

## Recensione Fitbit Luxe

Categoria: Recensioni - Ultima modifica: Giovedì, 05 Agosto 2021 15:49

Pubblicato: Venerdì, 06 Agosto 2021 07:21

Scritto da Antonio Bonfiglio



Complessivamente Fitbit Luxe è un ottimo fitness tracker con **funzionalità essenziali** che permettono di monitorare giorno dopo giorno la salute e l'attività fisica tramite un'interfaccia estremamente gradevole. Ciò che non è visibile sul **piccolo display** potrà essere facilmente consultato sull'app Fitbit, con report e grafici dettagliati. Il prezzo di **149,99€** ([un po' meno su Amazon](#)) risulta comunque troppo elevato, nonostante la qualità dei materiali, le **misurazioni accurate** al polso ed il display a colori, ma difficilmente troverete un tracker così piccolo e raffinato in grado di offrirvi tutte queste statistiche. L'acquisto include una prova di 6 mesi di Fitbit Premium che ha un prezzo di 8,99€ mensili o 79,99€ l'anno e garantisce alcuni dati aggiuntivi, forse non così importanti da giustificare un prezzo così elevato.