

26.06.2020

Stiftung Warentest Ausgabe 07/2020: Fitnessstracker - Wer misst, misst Mist

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Von 25 geprüften Fitnessstrackern liefern nur zwei Smartwatches stimmige Werte. Vor allem die getesteten Fitnessarmbänder messen Puls, Kalorienverbrauch und zurückgelegte Strecke sehr ungenau. Abweichungen im zweistelligen Prozentbereich sind keine Seltenheit, teilweise liegen sie auch über 50 Prozent.

Beim Laufen etwa zeigte das Xiaomi-Fitnessarmband im Mittel aller Probanden einen um 18 Prozent zu geringen Puls an. Im Extrem nannte das Armband für eine Testjoggerin einen Wert von 104 - statt 181. Bei der Streckenmessung zeigten viele geprüfte Armbänder beim Radfahren keine Strecke an. Selbst beim Gehen wichen sie ab - im Extrem um bis zu fast 40 Prozent. Bei den verbrannten Kalorien lag Garmin beim Gehen fast 75 Prozent daneben.

Die Tester raten, die Armbänder mit dem Smartphone zu koppeln. Dann können sie auf die Satellitenortung der Telefone zugreifen. Wer immer genaue Messwerte bekommen möchte, sollte aber gleich zu den zwei guten, aber teuren Smartwatches greifen. Sie kommen von Apple und Garmin und kosten rund 500 bzw. 330 Euro. Es gibt jedoch auch Smartwatches, die insgesamt nur ausreichend abschneiden.

In punkto Stabilität sind alle Geräte im Test sehr gut oder gut, beim Schutz der Nutzerdaten alle nur befriedigend oder ausreichend.

Der vollständige Test findet sich in der Juli-Ausgabe der Zeitschrift test und ist online unter www.test.de/wearables abrufbar.

spoteo - Sporttechnologie online

<http://www.spoteo.de/>

Kontakt: kontakt@spoteo.de