

# Jabra Sport Pulse Wireless

## Was ist das Fitness-Level (VO2max)?

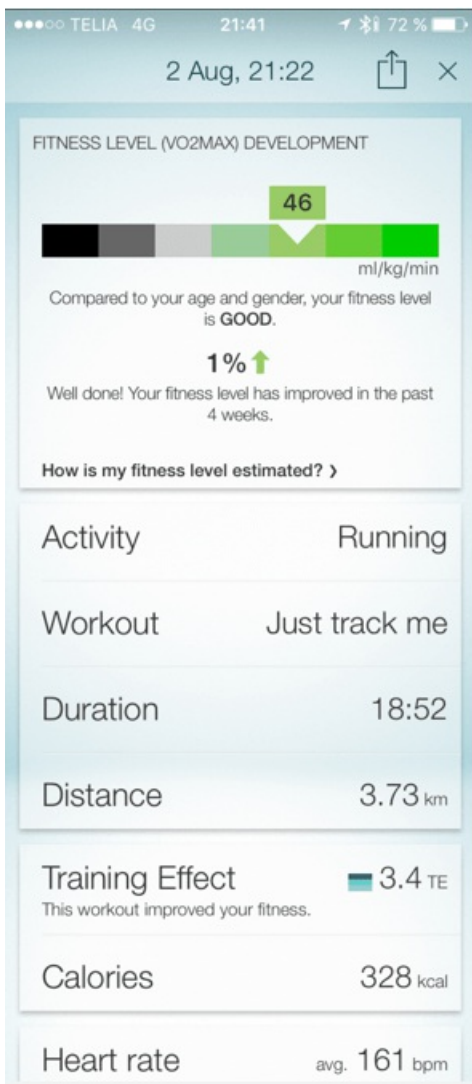
### Voraussetzungen

- [Jabra Sport Life - Android](#)
- [Jabra Sport Life - iOS](#)

Absolvieren Sie einen VO2max-Test, um Ihr Fitness-Level zu bestimmen. Das Fitness-Level (VO2max) ist ein Maßstab für die Gesundheit Ihres kardiorespiratorischen Systems d.h. für Atmung und Kreislauf. Er steht für die Fähigkeit, Ihren Körper während des Trainings mit Sauerstoff zu versorgen. Eine Verbesserung Ihres VO2max weist darauf hin, dass Ihr Training effektiv war.

Jabra Sport Life zeigt an, wie sich Ihr Fitness-Level in den letzten 4 Wochen entwickelt hat.

Eine detaillierte Beschreibung des Fitness-Levels finden Sie im Hilfetext von Jabra Sport Life. Tippen Sie auf **Fitness-Tests** (Stoppuhr-Symbol). Wählen Sie **VO2max-Test** und tippen Sie dann auf **Warum sollte ich mein Fitness-Level (VO2max) testen?**



Hinweis: Wenn Sie nicht regelmäßig laufen, sondern stattdessen zum Beispiel Rad fahren, so werden Sie von der App zum Laufen aufgefordert, um Ihren Fitness-Level richtig einschätzen zu können.

## Maßgebliche Produkte



**Jabra Elite Sport  
(Original)**



**Jabra Elite Sport  
(Lime Green Grey)**



**Jabra Elite Sport  
(Upgrade)**



**Jabra Sport Pulse  
Special Edition**



**Jabra Sport Pulse  
Wireless**