



[Base de connaissances](#) > [Montres Connectées](#) > [Dépannage et Informations - Reebok Icon](#) > [Capteurs & Suivi](#) > [Consulter Votre Historique d'Activité](#)

## Consulter Votre Historique d'Activité

Inas B. - 2025-08-20 - [Capteurs & Suivi](#)

Votre Reebok Icon enregistre automatiquement vos séances d'entraînement afin que vous puissiez suivre vos progrès.

### Résumé sur la Montre

Juste après avoir terminé une activité, un résumé s'affiche avec les données clés : durée, distance, calories et fréquence cardiaque moyenne.

### Voir les Détails Complets

#### Sur la Montre

- Appuyez sur le **bouton supérieur** pour ouvrir la liste des applications.
- Sélectionnez **Historique des entraînements** pour visualiser la liste de vos activités et leurs détails.

#### Dans l'application Reebok Connect

Toutes les données sont synchronisées avec l'application **Reebok Connect** sur votre téléphone. Ouvrez l'application pour consulter vos anciennes sessions, comparer les résultats et suivre votre progression.