

## SUPPLEMENTARY MATERIALS

Supplement to: da Silva RP, Forte LDM, Neto AR, dos Santos Oliveira L. Measurement properties of the Xiaomi Mi Band 7 for measuring heart rate in resistance exercises: a concurrent validity study. Trends Sport Sci. 2026;33(1):31-39. <https://doi.org/10.23829/TSS.2026.33.1-3>

**Table S1.** Raw data of heart rate (bpm) from Polar H10 and Mi Band 7 devices during the bench press exercise ( $n = 15$ )

ID	Device	Set	Repetition	HR
1	2	3	4	5
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	108
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	127
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	132
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	123
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	134
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	151
1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	122
1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	131
1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	137
1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	92
1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	90
1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	90
1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	108
1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	103
1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	99
1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	111
1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	114
1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	108
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	90
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	90
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	93
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	93
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	91
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	95
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	99
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	98
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	100
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	106
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	124

  

1	2	3	4	5
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	129
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	110
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	111
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	119
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	109
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	108
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	108
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	101
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	100
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	99
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	97
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	97
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	94
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	92
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	92
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	102
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	112
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	111
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	114
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	98
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	98
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	103
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	93
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	94
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	102
3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	122
3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	126
3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	124
3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	119
3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	127
3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	132
3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	127

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	132	4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	93
3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	131	4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	122
3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	87	4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	122
3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	86	4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	118
3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	86	4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	116
3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	93	4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	116
3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	93	4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	115
3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	95	4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	124
3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	95	4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	124
3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	98	4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	123
3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	94	5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	99
3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	87	5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	108
3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	88	5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	115
3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	82	5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	102
3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	90	5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	84
3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	85	5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	143
3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	82	5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	94
3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	85	5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	109
3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	83	5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	110
3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	86	5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	93
4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125	5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	96
4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	114	5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	94
4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	148	5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	92
4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	133	5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	92
4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	145	5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	98
4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	153	5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	87
4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	135	5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	79
4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	150	5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	77
4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	155	5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	90
4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	89	5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	86
4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	84	5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	84
4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	85	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	92
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	87	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	92
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	90	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	102
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	89	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	87
4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	94	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	98
4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	93	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	102

MEASUREMENT PROPERTIES OF THE XIAOMI MI BAND 7 FOR MEASURING HEART RATE IN RESISTANCE...

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	104	8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	106
7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	113	8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	105
7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	135	8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	106
7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	125	8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	103
7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	131	8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	99
7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	128	8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	103
7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	119	8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	103
7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	134	8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	103
7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	134	8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	100
7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	90	8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	100
7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	88	8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	101
7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	86	8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	107
7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	86	8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	109
7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	80	8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	109
7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	77	8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	106
7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	90	8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	106
7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	96	8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	104
7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	96	9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	98
7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	79	9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	118
7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	79	9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	130
7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	82	9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	105
7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	93	9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	116
7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	91	9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	129
7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	91	9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	121
7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	91	9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	82	9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	120
7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	80	9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	101
8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	105	9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	102
8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	118	9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	103
8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	123	9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	102
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	103	9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	100
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	110	9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	102
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	116	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	114
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	106	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	118
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	120
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	126	9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	100
8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	106	9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	111

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	112	11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	129
9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	99	11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	137
9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	110	11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	142
9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	118	11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	133
9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	113	11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	139
9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120	11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	141
9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	120	11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	117
10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	101	11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	110
10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	101	11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	80
10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	105	11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	107
10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	107	11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	112
10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	110	11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	111
10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	103	11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	123
10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	110	11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	128
10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	105	11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	133
10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	102	11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	118
10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	95	11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	114
10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	90	11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	115
10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	86	11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	87
10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	90	11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	87
10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	88	11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	88
10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	81	11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	118
10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	80	11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	118
10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	94	11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	119
10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	104	12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	105
10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	97	12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	109
10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	98	12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	114
10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	98	12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	107
10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	98	12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	117
10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	102	12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	124
10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	106	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	109
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	97	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	99	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	128
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	102	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	98
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	132	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	102
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	138	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	90
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	142	12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	99

MEASUREMENT PROPERTIES OF THE XIAOMI MI BAND 7 FOR MEASURING HEART RATE IN RESISTANCE...

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	104	13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	124
12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	106	13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	129
12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	109	13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	128
12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	99	13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	118
12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	102	14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	117
12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	92	14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	135
12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	90	14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	145
12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	88	14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	126
12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	95	14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	147
12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	97	14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	156
12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	93	14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	123
12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	95	14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	140
12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	90	14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	150
12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	89	14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	94
13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	136	14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	95
13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	143	14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	89
13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	147	14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	94
13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	142	14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	96
13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	147	14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	96
13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	147	14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	102
13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	139	14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	102
13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	143	14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	103
13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	151	14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	83
13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125	14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	81
13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	118	14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	81
13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	116	14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	96
13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	135	14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	90
13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	132	14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	84
13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	120	14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	88
13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	132	14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	85
13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	130	14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	86
13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	122	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	114
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	142	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	119
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	142	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	124
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	143	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	113
13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	135	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	119
13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	137	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	127

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	124	17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	106
16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	126	17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	116
16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	132	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	102
16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	111	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	111	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	120
16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	111	17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	89
16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	123	17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	99
16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	128	17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	101
16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	129	17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	95
16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	121	17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	96
16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	121	17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	94
16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	119	17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	94
16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	99	17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	94
16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	97	17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	95
16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	99	17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	93
16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	116	17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	94
16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	94
16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	111	17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	95
16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	112	17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	87
16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	86
16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	109	17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	88
17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	92	17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	87
17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	105	17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	85
17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	113					
17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	96					

Note: MB7-R – Mi Band 7 (right forearm), MB7-L – Mi Band 7 (left forearm)

**Table S2.** Raw data of heart rate (bpm) by device during the low-pulley seated row exercise ( $n = 15$ )

ID	Device	Set	Repetition	HR	1	2	3	4	5
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125	1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	90
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	96	1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	100
1	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	101	1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	129
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	134	1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	98
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	93	1	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	90
1	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	97	1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	139
1	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	138	1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	90
					1	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	90
					1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	143
					1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	90

MEASUREMENT PROPERTIES OF THE XIAOMI MI BAND 7 FOR MEASURING HEART RATE IN RESISTANCE...

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	86	3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	108
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	127	3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	98
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	104	3	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	97
1	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	93	3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	119
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140	3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	96
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	107	3	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	95
1	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	103	3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	127
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	144	3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	95
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	106	3	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	92
1	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	102	3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	117
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	139	3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	107
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	117	3	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	109
2	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	114	3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	126
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	155	3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	104
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	120	3	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	109
2	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	112	3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	132
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	148	3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	100
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120	3	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	109
2	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	113	3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	123
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	141	3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	121
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	119	3	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	109
2	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	113	3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	134
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140	3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	83
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	122	3	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	111
2	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	113	3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	154	3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	89
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	130	3	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	106
2	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	110	4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	136	4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	109
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	122	4	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	106
2	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	113	4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	156
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	148	4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	107
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	127	4	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	107
2	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	129	4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	170
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	153	4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	112
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	129	4	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	101
2	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	127	4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	130

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	122	5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	118
4	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	119	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	131
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	163	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	120	5	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	119
4	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	127	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	139
4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	166	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	121	5	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	118
4	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	104	7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	119
4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	146	7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	66
4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	121	7	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	68
4	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	122	7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	170	7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	60
4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	122	7	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	67
4	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	122	7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	146
4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	180	7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	60
4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	121	7	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	69
4	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	125	7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	128
5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	113	7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	58
5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	113	7	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	79
5	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	111	7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	122	7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	57
5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	7	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	80
5	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	111	7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	155
5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	134	7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	57
5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	118	7	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	78
5	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	112	7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	118
5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	116	7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	104
5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	116	7	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	103
5	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	119	7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	149
5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	136	7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	100
5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	119	7	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	99
5	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	121	7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	157
5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	143	7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	94
5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	119	7	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	94
5	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	119	8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	123	8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	96
5	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	119	8	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	84

MEASUREMENT PROPERTIES OF THE XIAOMI MI BAND 7 FOR MEASURING HEART RATE IN RESISTANCE...

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	129	9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	110
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	101	9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	102
8	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	87	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	154
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	132	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	114
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	98	9	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	102
8	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	91	9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	127	9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	117
8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	113	9	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	112
8	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	89	9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	148
8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	138	9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	117
8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	112	9	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	115
8	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	87	9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	152
8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	149	9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	119
8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	9	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	110
8	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	84	10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	133	10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	103
8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	117	10	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	100
8	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	97	10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	139
8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	145	10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	103
8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	116	10	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	99
8	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	98	10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	144
8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	154	10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	103
8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	115	10	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	100
8	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	93	10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	126
9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	123	10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	104
9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	113	10	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	99
9	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	111	10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	132
9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	137	10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	102
9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	119	10	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	97
9	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	112	10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	138
9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	147	10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	101
9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	123	10	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	93
9	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	110	10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	126
9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	122	10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	109
9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	110	10	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	87
9	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	103	10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	139
9	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140	10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	103

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	91	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	134
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	142	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	127
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	93	12	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	102
10	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	91	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	139	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	115
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	115	12	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	114
11	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	108	12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	136
11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	152	12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	121
11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	123	12	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	121
11	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	110	12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	162	12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	138
11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	124	12	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	130
11	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	117	12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	125
11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	144	12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	116
11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	122	12	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	114
11	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	111	12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	138
11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	159	12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	122
11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	125	12	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	116
11	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	119	12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	144
11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	170	12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	139
11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	127	12	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	114
11	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	116	13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	129
11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	147	13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	110
11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	116	13	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	106
11	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	121	13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	156
11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	160	13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	110
11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	113	13	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	105
11	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	124	13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	167
11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	173	13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	107
11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	111	13	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	105
11	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	125	13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	138
12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	120	13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	117
12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	109	13	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	100
12	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	107	13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	156
12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	125	13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	115
12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	115	13	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	100
12	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	105	13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	167

MEASUREMENT PROPERTIES OF THE XIAOMI MI BAND 7 FOR MEASURING HEART RATE IN RESISTANCE...

1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	102	14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	97
13	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	102	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	118
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	142	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	117
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	124	16	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	114
13	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	109	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	123
13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	165	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	120
13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	123	16	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	115
13	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	105	16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	166	16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	121
13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	123	16	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	119
13	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	109	16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	115
14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	114	16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	118
14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	93	16	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	120
14	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	93	16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	135
14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	135	16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	115
14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	96	16	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	116
14	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	93	16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	149
14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	140	16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	115
14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	100	16	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	115
14	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	96	16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	127
14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	116	16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	122
14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	101	16	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	122
14	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	100	16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	143
14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	136	16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	114
14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	98	16	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	114
14	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	100	16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	151
14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	145	16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	114
14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	108	16	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	120
14	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	103	17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	94
14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	119	17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	87
14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	101	17	Polar H10	1 <sup>st</sup>	last	89
14	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	98	17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	114
14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	140	17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	97
14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	107	17	Polar H10	2 <sup>nd</sup>	last	92
14	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	102	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	122
14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	149	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	109
14	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	118	17	Polar H10	3 <sup>rd</sup>	last	90

1	2	3	4	5
17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	102
17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	104
17	MB7-R	1 <sup>st</sup>	last	104
17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	120
17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	101
17	MB7-R	2 <sup>nd</sup>	last	103
17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	130
17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	100
17	MB7-R	3 <sup>rd</sup>	last	100
17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	5 <sup>th</sup>	96

1	2	3	4	5
17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	10 <sup>th</sup>	96
17	MB7-L	1 <sup>st</sup>	last	96
17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	5 <sup>th</sup>	129
17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	10 <sup>th</sup>	99
17	MB7-L	2 <sup>nd</sup>	last	99
17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	5 <sup>th</sup>	140
17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	10 <sup>th</sup>	97
17	MB7-L	3 <sup>rd</sup>	last	95

Note: MB7-R – Mi Band 7 (right forearm), MB7-L – Mi Band 7 (left forearm)