

Merk: **Garmin**

Model: 010-02430-11



Omschrijving

Venu® 2 Slate rand van roestvrij staal met zwarte behuizing en siliconen polsband

Als je gezond leeft, leef je beter. Deze kleine Health smartwatch beschikt over geavanceerde functies voor gezondheidsbewaking en fitness, zodat je beter begrijpt wat er in je lichaam gebeurt.

- Houd meer gezondheidsstatistieken bij en bekijk wat er in je lichaam gebeurt.
- Ontdek nieuwe manieren om je lichaam te bewegen met meer dan 25 vooraf geïnstalleerde sport-apps.
- Wil je wat coaching? Volg geanimeerde workouts op je pols.
- Sla muziek op je watch op en laat je telefoon thuis.
- Tik bij de kassa op je pols om te betalen¹. Eenvoudig en contactloos.
- Helder AMOLED-scherm en een batterijlevensduur van maximaal 10 dagen? Ja, graag!

STRAKKE STIJL EN MEERDERE KLEUREN

Een prachtig AMOLED-scherm brengt dit horloge tot leven, zelfs bij fel zonlicht. Probeer de 'altijd aan'-modus om het scherm altijd zichtbaar te houden.

GEMAAKT VOOR EEN ACTIEVE LEVENSTIJL

Deze smartwatch is voorzien van duurzaam Corning® Gorilla® Glass 3, een slanke roestvrijstalen sierrand en een comfortabele siliconenband, en is klaar voor actie.

HEALTH SNAPSHOT™ FUNCTIE

Registreer een sessie van 2 minuten om belangrijke gegevens vast te leggen, zoals hartslag², hartslagvariabiliteit, Pulse Ox³, ademhaling en stress. Genereer vervolgens een rapport met deze statistieken via de Garmin Connect™ app op je compatibele smartphone om te delen.

ENERGIEBEWAKING MET BODY BATTERY™

Meet de energieniveaus van je lichaam, zodat je de beste momenten kunt vinden om te bewegen en te rusten.

PULSE OX SENSOR

Gebruik de Pulse Ox sensor³ om op elk moment van de dag of 's nachts tijdens je slaap te

controleren hoe goed je lichaam zuurstof opneemt.

STRESSTRACKING

Ontdek of je een kalme, gebalanceerde of stressvolle dag hebt. Herinneringen voor ontspanningsoefeningen vragen je zelfs om een korte ademhalingsactiviteit uit te voeren wanneer je gestresst bent.

TRACKING VAN MENSTRUATIECYCLUS

Gebruik de Garmin Connect app om je menstruatiecyclus of zwangerschap te volgen. Registreer symptomen, ontvang informatie over lichaamsbeweging, voeding en meer. Je kunt zelfs gegevens op je pols zien en registreren met de Women's Health Tracking app.

TRACKING VAN HYDRATATIE

Leg je dagelijkse vochtinname vast als herinnering om genoeg te drinken. Je kunt zelfs een automatisch doel voor hydratatie instellen dat zich aanpast aan de hoeveelheid zweet die je verliest tijdens activiteiten.

ADEMHALING METEN

Zie hoe je overdag, tijdens je slaap en tijdens ademhalings- en yoga-activiteiten ademt.

SLAAPSCORE EN GEAVANCEERDE SLAAPBEWAKING

Krijg een score voor de kwaliteit van je slaap en tips voor hoe het beter kan. Je kunt zelfs de verschillende slaapstadia bijhouden, evenals hartslag, stress, Pulse Ox3 en ademhaling.

HARTSLAGMETING OP DE POLS

De watch meet voortdurend je hartslag² en waarschuwt je als deze hoog blijft terwijl je rust. Het toestel meet ook hoe hard jij je inspant tijdens activiteiten — zelfs tijdens het zwemmen.

MINDFUL ADEMEN

Als je wilt ontspannen of concentreren, kun je een ademhalingsactiviteit starten. Dit horloge houdt je stressniveau en ademhaling bij, zodat je een beter inzicht krijgt in de manier waarop je ademhaalt.

FITNESSLEEFTIJD

Deze functie maakt gebruik van chronologische leeftijd, je wekelijkse intensieve activiteit, hartslag in rust en BMI of percentage lichaamsvet⁴ om te schatten of je lichaam jonger of ouder is dan je echte leeftijd. En je krijgt tips om je fitnessleeftijd te verlagen.

WORKOUTS MET ANIMATIE OP HET SCHERM

Op de watch vind je eenvoudig te volgen vooraf geladen workouts met animatie voor cardio, krachttraining, yoga, Pilates en intensieve intervaltraining, en je kunt er nog meer downloaden via de Garmin Connect app.

INGEBOUWDE SPORTAPPS

Leg al je bewegingsactiviteiten vast met meer dan 25 vooraf geladen GPS- en binnensport-apps, waaronder wandelen, hardlopen, fietsen, zwemmen, golf en meer.

GEAVANCEERDE KRACHTTRAINING

Met dit gedetailleerde activiteitenprofiel heb je jouw persoonlijke krachtrecords direct beschikbaar op je pols, met afbeeldingen die laten zien welke spiergroepen je heb getraind.

HIIT-WORKOUTS

Gebruik dit nieuwe activiteitenprofiel met verschillende timers om je HIIT-workouts bij te houden, waaronder AMRAP, EMOM, Tabata en aangepast. Stel het aantal rondes, werk-

/rustintervallen en meer in.

WORKOUTS MAKEN

Kies uit meer dan 1400 oefeningen om je eigen workouts samen te stellen in de Garmin Connect app op je compatibele smartphone. Download ze vervolgens naar de watch.

GARMIN COACH

Een gratis hardloopcoach om jouw pols om je te helpen trainen voor uw volgende 5 km, 10 km of halve marathon.

MINUTEN INTENSIEVE TRAINING

We hebben onze functie voor het aantal minuten intensieve training bijgewerkt, zodat je een beter beeld krijgt van hoe laat je intensief hebt getraind en met welke activiteit. Je kunt ze zelfs als gegevensveld bekijken tijdens activiteiten met tijdmeting.

SMARTPHONE MELDINGEN

Ontvang e-mails, sms-berichten en waarschuwingen rechtstreeks op je smartwatch wanneer deze is gekoppeld met een **compatibele smartphone**. Je kunt zelfs sms-berichten beantwoorden als je een Android™ telefoon hebt.

MUZIEK

Download muzieknummers en afspeellijsten van je Spotify®, Deezer of Amazon Music account (mogelijk is een abonnement vereist). Gebruik een draadloze hoofdtelefoon (apart verkrijgbaar) om zonder telefoon naar muziek te luisteren.

VEILIGHEIDS- EN TRACKINGFUNCTIES

Als je watch en telefoon zijn gekoppeld, kan je actuele locatie handmatig of tijdens buitenactiviteiten automatisch naar je contactpersonen worden verzonden met ingebouwde ongevaldetectie5.

GARMIN PAY™

Ga nog sneller langs de kassa en selecteer het openbaar vervoersysteem van jouw keuze met de Garmin Pay contactloze betaaloplossing via deelnemende providers.

CONNECT IQ™ STORE

Download aangepaste watchfaces, voeg gegevensvelden toe en haal apps en widgets uit de Connect IQ Store.

SYNCHRONISEER MET GARMIN CONNECT

Bekijk je gezondheids- en fitnessinformatie op één en dezelfde plek. De Garmin Connect app geeft toegang tot een levendige online community, waar mensen contact kunnen maken, wedstrijden kunnen houden en dingen kunnen delen, waar ze ook zijn.

LANGE BATTERIJDUUR EN SNEL OPLADEN

Krijg continu inzicht in je gezondheid met tot wel 10 dagen in de smartwatch-modus, 19 uur in GPS-modus en 7 uur in GPS-modus met muziek. Tien minuten opladen zorgt voor een batterijlevensduur van 1 dag in de smartwatch-modus of 1 uur GPS-modus met muziek.

BATTERIJBESPARINGSMODUS

Haal nog meer uit je smartwatch door de instellingen aan te passen die de levensduur van de batterij het meest beïnvloeden.

CLASSIFICATIE WATERBESTENDIGHEID

Deze smartwatch is waterbestendig tot 5 ATM waardoor het toestel ideaal is voor zwemmen,

douchen of een dag in de spa.

Specificaties

BEDIENING

Geschikt voor Android	Ja	Geschikt voor iOS	Ja
-----------------------	----	-------------------	----

CONNECTIVITEIT

ANT+ compatibel	Ja	Bluetooth	Ja
-----------------	----	-----------	----

FUNCTIES

Berichten van smartphone	Ja	Muziekbediening	Ja
Wekfunctie	Ja		

FYSIEKE KENMERKEN

Breedte	45 mm	Gewicht	49 g
Hoogte	12,1 mm	Kastgrootte	45 mm
Kleur	Zwart	Kleur horlogeband	Grijs, Zwart
Materiaal	BOROSILICAATGLAS, KUNSTSTOF / ROESTVRIJ STAAL, Roestvrij staal (RVS)	Polsomtrek	13 - 17,5 cm
Type glas (horloge)	Corning Gorilla Glass 3	Type kunststof	Polymeer, Silicone
Waterbestendig tot	5 meter		

GEBRUIKSGEMAK

Waterbestendig	Ja
----------------	----

SCHERM

Schermgrootte	1,30 inch	Schermresolutie	416 x 416 pixels
---------------	-----------	-----------------	------------------

SENSOREN

Afstandsmeter	Ja	Calorimeter	Ja
Elektronisch kompas	Ja	GPS	Ja
Hartslagmeter	Ja	Hoogtemeter	Ja
Meten van activiteiten	Ja	Saturatiemeter	Ja
Slaapmonitor	Ja	Snelheidsmeter	Ja
Stappenteller	Ja	Tellen van traptreden	Ja

Thermometer	Ja	Type hoogtemeter	Barometrisch
Valdetectie	Ja		

SPORTFUNCTIES

Geschikt voor volgende activiteiten	Fietsen, Golf, Hardlopen, Zwemmen, Krachttraining, Cardio-en crosstraining, Step-aerobics, Traplopen, Roeien, Yoga, Pilates en ademhalingstechnieken, Skiën, snowboarden, langlaufen, Surfen, Approach® CT10 volledige set, Varia™ UT800 slimme koplamp, Varia™ RTL515	Stopwatch	Ja
VO2 max meting	Ja		

STROOM

Maximale batterijduur	10 Dagen
-----------------------	----------