


 Merk: **Garmin**

Model: 010-12520-00



Omschrijving

Garmin Running Dynamics Pod. Soort apparaat: Activiteitentracker met klembevestiging, Vormfactor: Ovaal, Kleur van het product: Zwart, Limoen. Merkcompatibiliteit: Garmin. Connectiviteitstechnologie: Draadloos. Levensduur van de batterij: 365 dag(en), Type accu/batterij: CR1632. Gewicht: 12 g, Breedte: 37,6 mm, Diepte: 19,2 mm

Berekent en verzendt belangrijke gegevens

- Berekent en verzendt 6 hardloopyndynamiekgegevens naar uw compatibele toestel¹
- Gebruiksduur batterij: De vervangbare batterij gaat minimaal 1 jaar mee (bij dagelijks gebruik van 1 uur)
- Schakelt zichzelf automatisch in en uit
- Kleine formaat: Minder dan 14 gram, u vergeet bijna dat hij er is
- Compatible toestellen maken² automatisch verbinding met de Garmin Connect™ Mobile app om automatisch uw gegevens te synchroniseren en met anderen te verbinden

Train hard, loop bevrijd

De hardloopyndynamieksensor kan eenvoudig aan de band van uw broek worden bevestigd en meten of u uw hardloopyndynamiek van gisteren hebt verbeterd. Hierdoor kunt u gaan hardlopen zonder dat u een borsthartslagmonitor hoeft te dragen. Zodra u uw compatibele smartwatch hebt gekoppeld¹, kunt u de sensor aan de achterkant in het midden van de band van uw broek vastmaken en gaan hardlopen.

Beoordeel uw vorm

Bekijk en analyseer belangrijke hardloopgegevens, zoals uw cadans, staplengte, grondcontacttijd en balans, verticale oscillatie en verticale ratio. Door deze biomechanische metingen kunt u uw hardloopvorm beter leren begrijpen, zodat u beter presteert op een wedstrijddag.

Zo werkt het

De hardloopyndynamieksensor bevat een versnellingsmeter die bewegingen van het bovenlichaam meet en deze 6 hardloopgegevens berekent:

- Cadans is het aantal stappen per minuut. Het totale aantal stappen wordt weergegeven

(links en rechts samen).

- Grondcontacttijd-balans geeft de links/rechts-balans van uw grondcontacttijd tijdens het hardlopen weer. Deze balans wordt weergegeven als percentage. Bijvoorbeeld 53,2 met een pijl naar links of naar rechts.
- Staplengte is de afstand tussen de plekken waar u uw ene voet en uw andere voet neerzet. Deze lengte wordt gemeten in meters.
- Verticale oscillatie is de op-en-neerbeweging tijdens het hardlopen. Hiermee wordt de verticale beweging van uw bovenlichaam weergegeven, gemeten in centimeters voor iedere stap.
- Verticale ratio is de verhouding tussen verticale oscillatie en staplengte. Deze balans wordt weergegeven als percentage. Een lagere ratio duidt meestal op een betere hardloopconditie.
- Grondcontacttijd is de hoeveelheid tijd voor iedere stap tijdens het hardlopen waarbij er contact is met de grond. Dit wordt gemeten in milliseconden.

Specificaties

BATTERIJ

Oplaadbaar	Nee
------------	-----

FYSIEKE KENMERKEN

Breedte	37.6 mm	Diepte	19.2 mm
Gewicht	12 g		