

Merk: **Garmin**

Model: 010-02645-11



Omschrijving

KRIJG GRIP OP JE GEZONDHEID - JE KUNT HET

Als je een comfortabel toestel nodig hebt dat je bij elke stap van het traject ondersteunt, dan wordt **vivosmart® 5** je favoriete gebruiksvriendelijke fitnesstracker¹. Hiermee houd je jouw gezondheid in de gaten en blijf je actief, van zonsopgang tot zonsondergang.

- Ja, het toestel houdt je stappen, hartslag² en energieniveau bij. En ja, we hebben hem gebruiksvriendelijk gemaakt.
- Helder scherm en een batterijlevensduur van maximaal 7 dagen? Ja, deze tracker houdt je bij.
- Wandelen, hardlopen, yoga, fietsen...word actief zoals jij dat wilt met vooraf geladen sport-apps.
- Ga slapen en word wakker met een score op basis van je slaapkwaliteit.
- Blijf connected. Bekijk sms-berichten, oproepen en meldingen van je gekoppelde smartphone
- Maak verbinding met de GPS van je smartphone en volg moeiteloos wandelingen, hardloopsessies en ritten in de buitenlucht.

EENVOUDIG EN GEMAKKELIJK TE GEBRUIKEN ONTWERP

Ben je op zoek naar een handige, eenvoudig af te lezen tracker? Dat is precies wat je krijgt met een helder scherm dat 66% groter scherm is dan dat van de **vivosmart 4** voor grotere tekst, plus een touchscreen en knopinterface.

LEEF EN SPORT IN STIJL

Verwisselbare bandjes zorgen voor een gebruiksvriendelijk ontwerp, waardoor de band eenvoudig en handig kan worden vervangen en perfect past bij je unieke stijl.

HOUDT HET DAGENLANG VOL

Krijg een ononderbroken beeld van jouw gezondheid met tot wel 7 dagen batterijgebruiksdur in smartwatch-modus.

Houd je gezondheid en wellness in de gaten.

HARTSLAGMETING OP DE POLS

Deze tracker houdt je voortdurend hartslag in de gaten en waarschuwt je als deze in rust te hoog of te laag blijft. Het toestel meet ook hoe hard je traint tijdens activiteiten.

ENERGIEBEWAKING MET BODY BATTERY™

Bekijk de energieniveaus van je lichaam gedurende de dag, zodat je de beste tijden voor activiteit en rust kunt vinden.

PULSE OX SENSOR

Gebruik de Pulse Ox sensor om op elk moment van de dag of 's nachts tijdens je slaap te controleren hoe goed je lichaam zuurstof opneemt.

SLAAPSCORE EN GEAVANCEERDE SLAAPBEWAKING

Krijg een score voor de kwaliteit van je slaap en tips voor hoe het beter kan, dankzij de Garmin Connect app. Je kunt zelfs de verschillende slaapstadia bijhouden, evenals hartslag², stress, Pulse Ox³ en ademhaling.

STRESSTRACKING

Ontdek of je een rustige, gebalanceerde of stressvolle dag hebt. Ontspanningsherinneringen vragen je zelfs om een korte ademhalingsactiviteit uit te voeren wanneer je gestrest bent.

MINDFUL ADEMEN

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

TRACKING VAN HYDRATATIE

Registreer je dagelijkse vochtinname als herinnering om gehydrateerd te blijven. 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 gedurende de dag ademt, tijdens je slaap, tijdens ademhalingsoefeningen en tijdens Ademhaling yoga-activiteiten.

TRACKING VAN MENSTRUATIECYCLUS

Gebruik de Garmin Connect app om je menstruatiecyclus of zwangerschap te volgen. Registreer symptomen, ontvang informatie over lichaamsbeweging en voeding, en nog veel meer. Je kunt zelfs gegevens op je pols zien en registreren.

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 voor het verlagen van je Fitnessleeftijd.

Start met een actievere levensstijl.

FITNESSTRACKING

Als je onderweg bent, meet **vivosmart® 5** stappen, intensiteitsminuten, verbrande calorieën en meer². Ontvang alle statistieken die je nodig hebt rechtstreeks op je pols.

INGEBOUWDE SPORTAPPS

Til je workouts naar een hoger niveau met activiteitenprofielen voor wandelen, hardlopen, yoga, pilates, cardio, bewust ademhalen, krachttraining en meer.

CONNECTED GPS

Maak verbinding met de GPS van je compatibele smartphone voor nauwkeurige tracking tijdens wandelingen, ritten en hardloopsessies in de buitenlucht.

Leg contact met wat het belangrijkste is.

SMARTPHONE MELDINGEN

Ontvang e-mails, sms-berichten en meldingen rechtstreeks op je watch wanneer deze is gekoppeld met een smartphone. U kunt zelfs sms-berichten beantwoorden als u over een Android™ telefoon beschikt.

VEILIGHEIDS- EN TRACKINGFUNCTIES

Wanneer je verbonden bent met je smartphone, verzenden ongevaldetectie (tijdens bepaalde buitenactiviteiten) en Assistance5 berichten en live locatiegegevens naar contactpersonen voor noodgevallen.

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.

Gemaakt voor elke dag. Gemaakt voor jou.

CLASSIFICATIE WATERBESTENDIGHEID

Deze duurzame fitnesstracker is waterbestendig tot 5 ATM, ideaal voor zwemmen of douchen.

Specificaties

BEDIENING

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

CONNECTIVITEIT

| | |
|-----------|----|
| Bluetooth | Ja |
|-----------|----|

FUNCTIES

| | | | |
|--------------------------|----|-----------------|----|
| Berichten van smartphone | Ja | Muziekbediening | Ja |
| Wekfunctie | Ja | | |

FYSIEKE KENMERKEN

| | | | |
|-------------------|--------------|--------------------|-----------------|
| Gewicht | 24,5 g | Kleur | Wit |
| Kleur horlogeband | Wit | Materiaal | KUNSTSTOF |
| Polsomtrek | 12,2-18,8 cm | Waterbestendig tot | 50 meter (5ATM) |

GEBRUIKSGEMAK

| | | | |
|------------|----|----------------|----|
| Met scherm | Ja | Waterbestendig | Ja |
|------------|----|----------------|----|

SCHERM

| | |
|-----------------|-----------------|
| Schermresolutie | 88 x 154 pixels |
|-----------------|-----------------|

SENSOREN

| | | | |
|------------------------|----|---------------|----|
| Afstandsmeter | Ja | Caloriemeter | Ja |
| GPS | Ja | Hartslagmeter | Ja |
| Meten van activiteiten | Ja | Slaapmonitor | Ja |
| Snelheidsmeter | Ja | Stappenteller | Ja |
| Valdetectie | Ja | | |

SPORTFUNCTIES

| | | | |
|-------------------------------------|---|-----------|----|
| Geschikt voor volgende activiteiten | Fietsen, Hardlopen, Zwemmen, Fitness, Krachttraining, Cardio-en crosstraining, Step-aerobics, Traplopen, Yoga, Pilates en ademhalingstechnieken, indoorroeien | Stopwatch | Ja |
| VO2 max meting | Ja | | |