



GARMIN SWIM
Plavecké športové hodinky

Čo je GARMIN SWIM?

GARMIN



Najštíhlejšie a najkomplexnejšie plavecké hodinky na trhu. Použiteľné priamo pri plávaní a pripravené pre následnú analýzu dát v počítači.

Jednoduché a funkčné používateľské rozhranie

Nastaviteľné zobrazenie údajov na trén. stránkach.

Ľahučký, štíhli, štýlový

Nízka hmotnosť len 40g a hrúbka len 13mm so silikónovým remienkom.

Garmin Connect pre analýzu

Nahrávajte, analyzujte a plánujte svoje aktivity v prostredí aplikácie <http://connect.garmin.com/>

Dostupná pokročilá plaveckých dát.



Motivačný faktor

Pri základnom zobrazení zobrazuje preplávanú dĺžku za posledný víkend.

Komplexná plavecká metrika

Integrovaný akcelerometer meria:

Tempo / Vzdialenosť / Počet záberov / efektivita záberov / typ záberov

Vyladení pre plávanie

Intervalové tréningy (dĺžky/čas)

Používateľský mód cvičenia na záber (Drill log).

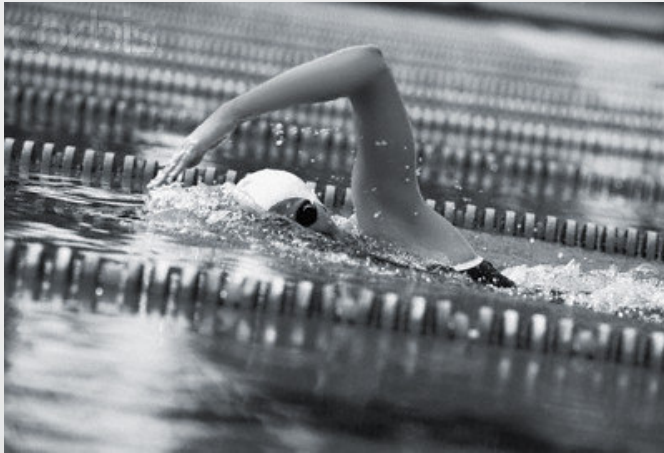


AKO PRACUJE?



Ako SWIM pracuje:

- SWIM je vybavený integrovaných [akcelerometrom](#) (merač zrýchlenia)
- Detekuje pohyb/záber ruky pre určenie troch základných metrík:
 - Počet záberov
 - Počet dĺžok (plaveckých)
 - Typ záberu (voľný štýl, prsia, znak, motýlik)
- [Akcelerometer](#) dokáže spoľahlivo identifikovať obrátku (dĺžku) plaveckého bazéna na základe algoritmickeho prepočtu.
- Celková preplávaná vzdialenosť je súčtom všetkých dokončených plaveckých dĺžok.



Metrika plávania:

V reálnom čase SWIM presne zobrazuje a ukladá viacero dôležitých informácií:

Ako ďaleko ste preplávali.

Ako rýchlo plávate.

Ako dlho plávate.

Počet záberov na dĺžku.

Aký typ plaveckého štýlu ste „nasadili“.

Koľko ste spálili kalórií.

Efektivita plávania (SWOLF skóre)

SWOLF Skóre = Zábery (na dĺžku) + ČAS (sekundy)

15 záberov + 30 sekúnd = 45

CIEĽ = ZNIŽOVANIE SKÓRE

INTERVALOVÉ PLÁVANIE + CVIČENIA NA ZÁBER



Plavecké intervaly:

Jednoduché na použitie bez nastavení:

Po dokončení dĺžky stlačte „pauzu“ a displej zmení podsvietenie (invertné) a zobrazí:

- Čas posledného intervalu (plávanie)
- Čas odychu



Po ukončení odychu stlačte „pauzu“.

Zobraz. displeja sa „vráti“ do pôvodného stavu.

- Čas intervalu
- Číslo intervalu (poradie)
- Vzdialenosť intervalu



Záznam cvičení na záber a vzdialenosť:

1. Zvoľte 'Záznam/Drills' v menu.
2. Spustite stopky
3. Pozastavte stopky na konci cvičenia
4. Vyberte / zadajte vzdialenosť kt. ste preplávali

MOTIVAČNÉ FUNKCIE + GARMIN CONNECT



Garmin Connect aplikácia

Zhrnutie

Vzdialenosť: 2,300 m
 Dĺžka bazéna: 50.00 m
 Čas: 48:21
 Priem. tempo: 1:40 min./100 m
 Kalórie: 348 C
 Priemerná efektívnosť: 35
 Priemerný bodový výsledok SWOLF: 70

Detaily

Časovanie Tempo Ryklost

Čas: 48:21
 Celkový čas: 48:21
 Priem. tempo: 1:40 min./100 m
 Najlepšie tempo: :59 min./100 m

Zábery

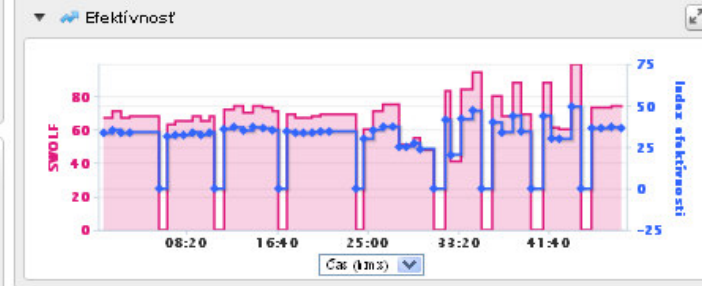
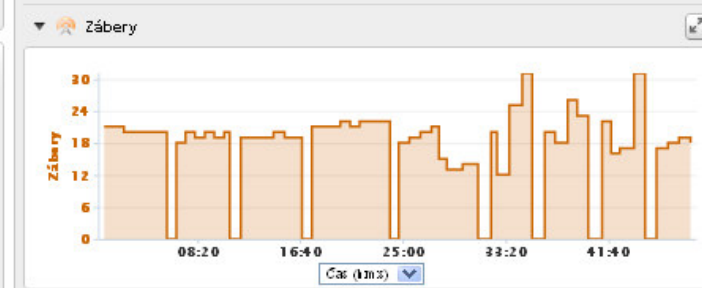
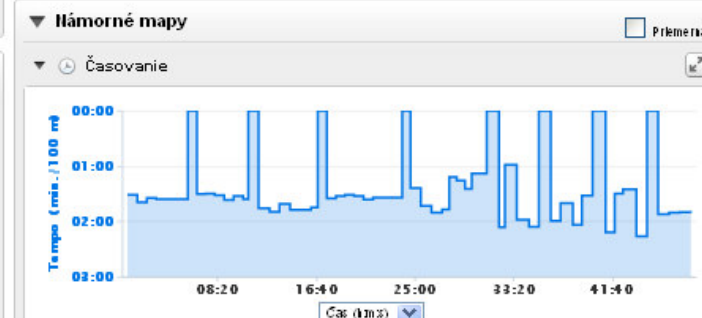
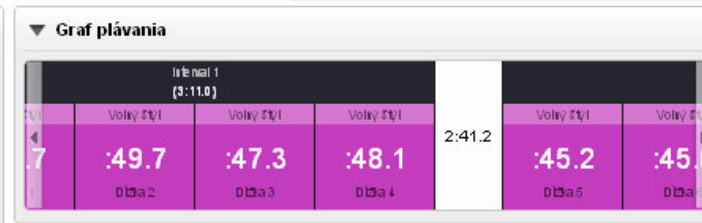
Priemerný počet záberov: 19.7 / dĺžka
 Celkový počet záberov: 907.0

Intervaly Zobrazit dĺžky

Interval	Čas	Vzdialenosť	Priem. tempo
1	3:11.0	200	1:35
2	4:38.5	300	1:33
3	5:18.1	300	1:46
4	4:40.8	300	1:34
5	5:52.6	400	1:28
6	3:34.6	200	1:47
7	3:37.7	200	1:49
8	3:41.6	200	1:51
9	3:41.4	200	1:51
Zhrnutie	48:21.0	2,300	1:40

Ďalšie informácie

Zariadenie: Garmin Swim, 3.0.0.0
 Súhrnné údaje: Upraviť



MOTIVAČNÉ FUNKCIE + GARMIN CONNECT



Garmin Connect aplikácia

[← Späť k aktivitám](#)
 Odstrátiť
 Odstrátiť
 Odstrátiť
 Odstrátiť

Laura - plavanie so SWIM hodinkami Plávanie na kolá St, 8 aug 2012 9:15	Kristian - plavanie so SWIM hodinka... Plávanie na kolá St, 8 aug 2012 9:00	Aurelia - plavanie so SWIM hodinkam... Plávanie na kolá St, 8 aug 2012 7:18	Romana - plavanie so SWIM hodinkami Plávanie na kolá St, 8 aug 2012 7:18
--	--	--	---

Zhrnutie

Vzdialenosť	2,300 m	1,800 m	2,050 m	1,900 m
Čas	48:21	36:40	41:48	42:07
Prém. rychl.	36.0	37.5	37.5	38.2
Prém. tempo	1:40	1:36	1:36	1:34
Kalórie	348 C	401 C	595 C	409 C

[More Detail](#)

Okruhy

	Rozdeliť	Čas	Vzdialenosť	Prém. tempo	Čas	Vzdialenosť	Prém. tempo	Čas	Vzdialenosť	Prém. tempo	Čas	Vzdialenosť	Prém. tempo
	1	3:11	200	1:35	3:23	200	1:41	4:23	300	1:28	4:32	300	1:30
	2	2:41	0	---	2:42	0	---	:30	0	---	:33	0	---
	3	4:39	300	1:33	4:47	250	1:55	4:57	300	1:39	4:58	350	1:25
	4	:27	0	---	:19	0	---	:51	0	---	:54	0	---
	5	5:18	300	1:46	3:51	250	1:33	:01	0	---	4:33	300	1:31
	6	:33	0	---	1:25	150	:57	4:35	300	1:32	2:06	0	---
	7	4:41	300	1:34	:33	0	---	2:09	0	---	:04	0	---
	8	2:28	0	---	4:51	300	1:37	5:15	300	1:45	:10	0	---
	9	5:53	400	1:28	2:13	0	---	2:06	0	---	5:38	300	1:53
	10	1:16	0	---	5:58	350	1:42	3:25	200	1:43	1:37	0	---

PREČO GARMIN SWIM: Porovnanie konkurečných modelov



	Garmin Swim	PoolMate	SwimSense	Speedo
				
Unikátne vlastnosti	Intervalový tréning Cvičenia na záber. Garmin Connect	Dostupné farebné varianty	Swimsense.com	Dostupné farebné varianty
Size	45 x 47.5 x 13mm	40 x 42 x 15mm	38 x 49 x 15mm	TBD
Weight	40g	42g	47g	
Preplávaná vzdialenosť + tempo	Áno	Áno	Áno	Áno
Počet záberov + efektivity	Áno	Áno	Áno	Iba počet záberov
Typ záberov	Áno	-	Áno	-
Spálené kalórie	Áno	Áno	Áno	Áno
Intervalové plávanie	Áno	-	-	-
Cvičenia na záber	Áno	Nie	Nie	Nie
Nastaviteľné dátové polia	Áno	-	-	-
Ovládanie v slovenčine	Áno	-	-	-
Analýza dát v počítači	Garmin Connect	Pro Model	Áno – Swimsense.com + 3rd party upload	-
Battery Life	CR2302 / 1 rok Užívateľom vymeniteľná	CR2025 / 1 rok V servise	12 hodín Nabíjateľná	TBC
Price RRP	€149	do 150€	do 160€	€129

Peter Židuliak, Mgr.

Sales and product manager

Conan s.r.o. / autorizovaný distribútor

Garmin www.garmin.sk

ziduliak@garmin.sk

+42141 700 29 00