

# Forerunner® 220

**“Tréner” znamená pre každého športovca niečo iné.**

Nový model športových hodínok s GPS a integrovaným akcelerometrom, ponúka rozšírenú funkcionálnosť a je vybavený farebným displejom s ovládaním cez funkčné tlačidlá. Forerunner 220 dokáže okrem monitorovania a analyzovania všetkých dostupných údajov (rýchlosť/tempo, pulz a pod.), fungovať aj ako tréner s cieľom napomáhať pri dosahovaní stanovených výkonnostných cieľov.



## PREHLAD A POPIS PRODUKTU

### Forerunner 220

Vybavený jasným farebným displejom s vysokým rozlíšením pre ideálne zobrazovanie údajov a metrik. Forerunner 220 podporuje používanie tréningových plánov, osobných rekordov a on-line funkcionálnosť po pripojení cez Bluetooth s kompatibilným smartfónom. Základné údaje z aktivity (vzdialenosť, tempo, pulz), sú doplnené o funkcie osobného trénera s cieľom motivovať k dosahovaniu stanovených cieľov.

## VLASTNOSTI A FUNKCIE

- » Prijemný a ľahký dizajn
- » Farebný displej
- » Vibračné upozornenia
- » Intervalové tréningy
- » Bezdrôtová & USB konektivita
- » Auto Lap®
- » Auto Pause®
- » Osobné rekordy
- » Vyhodnotenie behu
- » Spálené kalórie (na základe pulzu)
- » Beh/Chôdza upozornenia
- » Rýchla lokalizácia satelitov GPS
- » Podpora tréningových plánov
- » ANT+™ pre pripojenie pulzomera a Footpod
- » Zóny pulzu
- » Upozornenia na pulz
- » Vlastné tréningy
- » Konfigurovateľné dátové polia
- » Integrovaný akcelerometer pre tréning bez GPS
- » Upozornenia na tempo
- » Ovládanie v slovenčine

## ČO NÁJDETE V BALENÍ:

### Forerunner 220 HR (black/red, white/violet)

- » Forerunner 220
- » Nabíjacia / dátová kolíska USB
- » Pulzomer - hrudný pás PREMIUM
- » Príručka používateľa v slovenčine

### Forerunner 220 (black/red, white/violet)

- » Forerunner 220
- » Nabíjacia / dátová kolíska USB
- » Príručka používateľa v slovenčine

## HLAVNÉ FUNKCIE A VÝBAVA

### ► Použitie pri aktivitách:

Forerunner 220 meria a zaznamenáva všetky preferované údaje behu, ako vzdialenosť, tempo a pulz. Hodinky ďalej poskytujú nepretržité vyhodnocovanie údajov v reálnom čase tak, aby ste sa mohli zameriavať len na aktivitu. Je to ako mať osobného trénera na zápästí.

- » **Nastavte si zobrazenie požadovaných dátových polí:** Forerunner 220 má 2 nastaviteľné stránky pre zobrazenie až 6-tich rôznych dátových polí podľa aktuálnych potrieb + v prípade použitia pulzomera zobrazuje samostatnú stránku s ďalšími údajmi o pulze.
- » **Vibračné upozornenia:** k dispozícii máte nastavenie vibračných i zvukových upozornení na pulz, tempo, štart/koniec intervalu, beh/chôdza s cieľom udržiavať hodnoty v stanovenom rozsahu.
- » **Tréningové plány a kalendár:** Hodinky môžete použiť na vytvorenie tréningov, ktoré obsahujú ciele pre každý krok tréningu a rôzne vzdialenosti, časy a odpočinkové okruhy/intervaly. Pri vytváraní tréningov môžete použiť **Garmin Connect™**. Obsahuje funkcie pre plánovanie tréningu na určitý deň, prípadne dokážete prebrať celý tréningový plán pre tréning (napr. 5K, 10K). Tréningy môžete vopred naplánovať a uložiť ich v hodinkách.

### ► Funkčný dizajn:

Pri nízkej hmotnosti poskytujú hodinky dokonalú ergonómiu pre dámy aj pánov. Navyše sú vybavené farebným displejom s jasným podsvietením v prípade potreby.

### ► Motivácia až do cieľa:

Forerunner 220 dokáže okrem monitorovania a analýzy všetkých dostupných dát, fungovať aj ako tréner s cieľom napomáhať pri dosahovaní stanovených výkonnostných cieľov.

- » **Komplexná analýza (sumár) aktivity:** ihneď po ukončení a uložení aktivity do pamäti hodínok sa zobrazí stránka so štatistickými informáciami.
- » **Osobné rekordy:** po ukončení behu (aktivity) hodinky automaticky zobrazia nové (vytvorené) osobné rekordy, ktoré ste dosiahli. Osobné rekordy obsahujú hodnotenia za najrýchlejší čas pri určitej vzdialenosti (5km, 10km) alebo najdlhší beh a iné.
- » **Funkcie integrovaného Bluetooth:** Integrovaný Bluetooth má niekoľko funkcií spojených s použitím kompatibilného smartfónu, ktoré používa aplikáciu **Garmin Connect Mobile** - LiveTrack, spojenie s účtom na Garmin Connect, a tiež napr. umožňuje priamu interakciu na sociálnych sieťach.

### ► Spoľahlivé GPS:

Integrovanané vysoko-citlivé GPS s podporou HotFix, zabezpečí okamžitý príjem GPS signálu aj za nepriaznivých podmienok (les, vysokore budovy a pod.).

### ► Indoor tréning:

Integrovaný akcelerometer pre použitie aj bez GPS - tréning v krytých priestoroch (hala).



Zobrazenie stránky pulzu



Stránka so štatistickými informáciami po ukončení aktivity

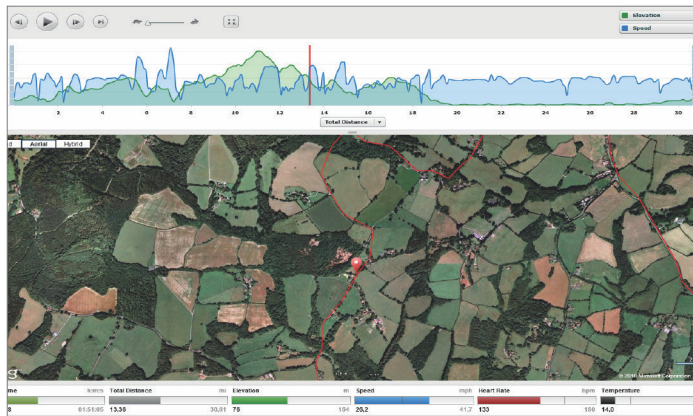


Stránka hlavného menu



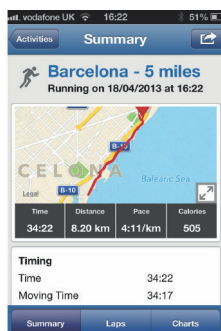
Zobrazenie nastaviteľných dátových polí

## GARMIN CONNECT: PREZERAJTE, PREHRÁVAJTE A ANALYZUJTE VAŠE AKTIVITY



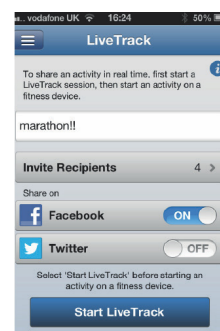
Po ukončení tréningu si svoje zaznamenané údaje môžete nahráť cez USB do PC/MAC a jednoducho analyzovať v bezplatnej aplikácii Garmin Connect. Forerunner 220 vyhodnocuje a zaznamenáva o.i. Ako ďaleko? Ako rýchlo? Ste bežali a tieto údaje si po nahratí jednoducho zobrazíte prehľadne na monitore počítača. Komplexnú analýzu všetkých údajov a metrik si následne zobrazíte po prihlásení do účtu na Garmin Connect.

### PRIPOJTE SA KDEKOL'VEK



### Garmin Connect:

táto bezplatná webová aplikácia je dostupná pre všetkých používateľov športových hodín Garmin. Jej použitie vytvára nový rozmer analýzy aktivít v prostredí počítača. Forerunner 220 je vybavený aj Bluetooth a po spárovaní s kompatibilným smartfónom poskytuje on-line funkcionality. Stiahnite si bezplatnú aplikáciu **Garmin Connect Mobile app** a začnite využívať najmodernejšie funkcie. Bluetooth sa postará o „živé“ spojenie s vaším smartfónom pre využitie funkcie „Live Tracking“ prípadne okamžité odosielanie dát na Garmin Connect kdekoľvek bez kábla. Dodatočne si tiež môžete stiahnuť do hodínkové tréningové predlohy a plány.



### Živá jazda / Live Tracking:

umožňuje vašim priateľom, trénerovi alebo rodine sledovať vaše jazdy a tréningy v reálnom čase. Pozvánky posielate cez e-mail alebo priamo cez sociálne siete. Pozvaný si všetko potrebné môže prehliadať v okne internetového prehliadača a aplikácie **Garmin Connect**. Ďalej umožňuje nahratie a vyhľadanie aktivít na Garmin Connect automaticky, akonáhle dokončíte záznam/nahrávanie danej činnosti. Následne je všetko pripravené na prípadné zdieľanie na sociálnych sieťach.

## VOLITELNÉ PRÍSLUŠENSTVO



€69,99 Foot Pod - snímač pohybu pri behu 010-11092-00 Zabezpečuje veľmi presné meranie rýchlosti, vzdialenosti a tempa - von i dnu (bez GPS signálu). Plus štandardne vyhodnocuje kadenciu behu, teda počet krokov za minútu (spm). Kompaktné rozmery 45mm x 25 mm a jednoduché použitie.



€59,99 Pulzomer PREMIUM 010-10997-07 Nová generácia bezdrôtových snímačov srdcovej frekvencie (HRM). Vyhodenie hrudného pásu poskytuje vysoký komfort pri nosení aj vďaka elastickému popruhu, ktorý je teraz mimoriadne prispôsobivý. Použitý materiál je jemný na dotyk a pružný pre spoľahlivú aplikáciu.



€59,99 AC sieťový adaptér/nabíjačka 220V 010-10635-01 Nabíjajte Forerunner 620 cez sieťovú nabíjačku, ktorá obsahuje bežný sieťový adaptér 220V, používaný u nás + UK adaptér.



€14,99 Prenosné púzdro 010-10718-01 Praktické púzdro pre zariadenia zo série Forerunner a Edge. Odolné púzdro spoľahlivo ochráni vaše zariadenie a príslušenstvo pri transporte.

## DOSTUPNÉ MODELY ŠPECIFIKÁCIE

- Forerunner 220 Red / Black - 010-01147-10.....MOC (s dph): 249,90€
- Forerunner 220 White / Violet - 010-01147-11.....MOC (s dph): 249,90€
- Forerunner 220 HR Red / Black - 010-01147-40.....MOC (s dph): 299,90€
- Forerunner 220 HR White / Violet - 010-01147-41.....MOC (s dph): 299,90€

## GARMIN CONNECT MOBILE - bezplatná aplikácia pre smartfóny



Stiahnite si bezplatnú aplikáciu Garmin Connect Mobile App a využijte naplno potenciál hodínke Forerunner 220. Aplikácia je v súčasnosti dostupná pre smartfóny Apple iPhone 4S a novšie. Podpora pre zariadenia Android bude dostupná začiatkom roka 2014.

[garmin.com/apps](http://garmin.com/apps)