



Instinct 2 45mm Graphite

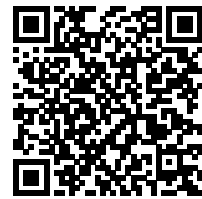
Merk: Garmin
Model: 010-02626-00

0 7 5 3 7 5 9 2 7 8 7 8 6



0 753759 278786 >

Adviesprijs:
€ 349,99



BESCHRIJVING

GEBRUIK HEM ALTIJD

Deze robuuste GPS-smartwatch is stevig genoeg om je bij te houden en uniek genoeg om bij je stijl te passen. Nu verkrijgbaar in twee maten, dus geschikt voor elke pols.

- Deze watch is robuust, zodat jij je niet hoeft in te houden.
- Train op jouw manier met de ingebouwde sport-apps op je pols.
- Dankzij smartphone meldingen¹ mis je geen belangrijke meldingen.
- Verleg grenzen, maar blijf op koers met toegang tot meer satellieten.
- Krijg meer inzicht in je lichaam met continue gezondheidscontroles.
- Beperk je ervaringen niet. Houd ze gaande met een batterijlevensduur van wel 21 dagen in de smartwatch-modus.

ONTWORPEN VOOR DUURZAAMHEID

Deze robuuste watch is waterbestendig tot 100 meter en is temperatuur- en schokbestendig. Bovendien is dit toestel ontworpen voor duurzaamheid, dankzij de met glasvezel versterkte polymeerbehuizing en het chemisch versterkte en krasbestendige Corning® Gorilla® Glass.

ONTWORPEN VOOR JOU

Met de opvallende kleuren, contrastrijke displays en formaatopties laat je de wereld zien dat jij dingen op je eigen manier doet.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

Volg elk avontuur.

ONDERSTEUNING VOOR MULTI-GNSS

Of je nu gaat hiken, mountainbiken, trail-runnen of skiën, je hebt toegang tot meerdere wereldwijde satellietnavigatiesystemen (GPS, GLONASS en Galileo) zodat je ook in de meer uitdagende omgevingen beter wordt gevolgd dan wanneer je alleen GPS gebruikt

ABC-SENSOREN

Navigeer over je volgende trail met ABC-sensoren, met een hoogtemeter voor hoogtegegevens, een barometer voor het controleren van het weer en een elektronisch kompas met 3 assen

TRACBACK® ROUTES

Geen giswerk meer bij de route terug met behulp van de TracBack functie om dezelfde route terug te navigeren naar je beginpunt.

Leef verbonden.

SMARTPHONE MELDINGEN

Ontvang e-mails, sms-berichten en waarschuwingen rechtstreeks op je smartwatch wanneer deze is gekoppeld met een compatibele smartphone.

CONNECT IQ™ STORE

Download aangepaste watch faces, voeg gegevensvelden toe en download apps en widgets uit de Connect IQ Store app op je compatibele smartphone.

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 Ongevaldetectie

Train op jouw eigen manier.

INGEBOUWDE SPORTAPPS

Doe waar je van houdt met vooraf geladen activiteitenprofielen voor hardlopen, fietsen, zwemmen, krachttraining, indoor klimmen, virtueel hardlopen, golf, yoga en meer.

HIIT-WORKOUTS

Dit activiteitenprofiel houdt je HIIT-workouts bij, waaronder AMRAP, EMOM, Tabata en aangepast. Stel het aantal rondes, werk-/rustintervallen en meer in.

VO2 MAX

Train slimmer met VO2 MAX Train slimmer met een indicator van de prestaties die je kunt verwachten. Deze meetwaarde houdt zelfs rekening met veranderingen in prestaties die kunnen worden veroorzaakt door warmte of hoogte.

DAGELIJKE WORKOUTSUGGESTIES

Voor trainingsbegeleiding waarbij rekening wordt gehouden met jou en je fitnessniveau, krijg je dagelijkse ritaanbevelingen op basis van je huidige trainingsbelasting en je trainingsstatus.

HERSTELADVIES

Na elke workout laat de functie Hersteltijd je weten wanneer je klaar bent voor een volgende zware workout. Deze functie houdt zelfs rekening met trainingsintensiteit en factoren zoals stress, dagelijkse activiteit en slaap.

MTB DYNAMICA

Houd gegevens bij over elke rit met mountainbikegegevens en gespecialiseerde metingen van de Grit™ en Flow™, waarmee de moeilijkheidsgraad van de paden wordt bepaald en hoe soepel je afdaalt. De score die hieruit komt, kun je de volgende keer verbeteren.

Ken je lichaam.

HARTSLAGMETER AAN DE POLS

Ontvang een schatting van je hartslaggegevens³ samen met waarschuwingen als je hartslag te hoog of te laag blijft terwijl je in rust bent. Meet hoe hard je hart werkt tijdens activiteiten.

STRESSTRACKING

Hartslagwisselingen worden gebruikt om je stressniveau te berekenen, zodat je kunt zien of je een rustige, evenwichtige of stressvolle dag hebt.

SLAAPSCORE EN GEAVANCEERDE SLAAPBEWAKING

Krijg een volledig overzicht van je lichte, diepe en REM-slaapfasen. Bekijk alles op een speciale widget die je slaapscore en inzichten weergeeft.

ENERGIEBEWAKING MET BODY BATTERY™

Optimaliseer de energiereserves van je lichaam aan de hand van meetgegevens over hartslagwisselingen, stressniveau, slaap en andere gegevens, zodat je kunt bepalen wanneer jij je weer kunt inspannen en wanneer je moet rusten.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

PULSE OX

Voor hoogteacclimatisatie- of slaapmonitoring gebruikt een Pulse Ox4 sensor lichtstralen op je pols om te meten hoe goed je lichaam zuurstof absorbeert.

FITNESSLEEF TIJD

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

MINUTEN INTENSIEVE TRAINING

Houd bij hoeveel minuten intensieve activiteit je behaalt, wanneer je ze behaalt en tijdens welke activiteit. Je kunt ze zelfs als gegevensveld bekijken tijdens activiteiten met tijdmeting.

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.

SPECIFICATIES

Bediening		Connectiviteit	
Geschikt voor Android	✓	ANT+ compatibel	✓
Geschikt voor iOS	✓	Bluetooth	✓
		NFC	✗
Functies		Fysieke kenmerken	
Berichten van smartphone	✓	Breedte	45
		Diepte	45
		Gewicht	42
		Kastgrootte	45
		Kleur	Grijs
		Kleur horlogeband	Grijs
		Kleur/Stijl	Graphite
		Materiaal	GEHARD GLAS, KUNSTSTOF / ROESTVRIJ STAAL
		Polsontrek	13,5 x 23

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

Type kunststof
Waterbestendig tot
Polymeer, Silicone
100 meter (10ATM)

Gebruiksgemak

Waterbestendig

Scherms

Schermgrootte
Schermsresolutie
0,9 x 0,9
176 x 176

Sensoren

Afstandsmeter
Cadanssensor
Calorimeter
Elektronisch kompas
GPS
Hartslagmeter
Hoogtemeter
Meten van activiteiten
Saturatiemeter
Slaapmonitor
Snelheidsmeter
Stappenteller
Tellen van traptreden
Thermometer
Type hoogtemeter Barometrisch

Sportfuncties

Geschikt voor
volgende activiteiten
Bergsport, Cardio- en
crosstraining, Fietsen,
Golf, Hardlopen,
indoorroeien,
Krachttraining, Skiën,
Skiën, snowboarden,
langlaufen,
Step-aerobics,
Traplopen, Yoga,
Zwemmen

Intervaltraining
Stopwatch
VO2 max meting

Stroom

Maximale batterijduur 50

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig