



## vívoactive 5 Metallic Navy & Navy

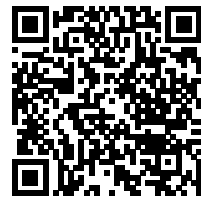
Merk: Garmin  
Model: 010-02862-12

0 7 5 3 7 5 9 3 2 4 9 2 6



0 753759 324926 >

Adviesprijs:  
€ 299,99



## BESCHRIJVING

Metallic Navy aluminium rand met Navy behuizing en siliconen band

De vívoactive 5 is speciaal ontworpen met geavanceerde gezondheids- en sportfuncties. Hij is meer dan alleen een smartwatch — hij is je persoonlijke coach aan je pols om elk doel te ondersteunen.

HELDER 1,2" AMOLED-TOUCHSCREEN

MAXIMAAL 11 DAGEN BATTERIJDUUR IN SMARTWATCHMODUS

GEDETAILLEERDE INZICHTEN IN GEZONDHEID EN FITHEID

GEAVANCEERDE FITNESSFUNCTIES

WERKT MET DE GARMIN CONNECT™ APP OP IPHONE® EN ANDROID™ SMARTPHONES

CONNECTED FUNCTIES ZOALS MUZIEK EN GARMIN PAY™ CONTACTLOOS BETALEN

## WAT JE LEUK VINDT

### ENERGIEBEWAKING MET BODY BATTERY™

Bekijk de energieniveaus van je lichaam gedurende de dag, zodat je weet wanneer je lichaam voldoende energie heeft en klaar is voor activiteiten of juist te moe is en op kracht moet komen met een goede nachtrust. Je krijgt zelfs nog meer details en persoonlijke inzichten over hoe slaap, dutjes, dagelijkse activiteiten en hoge stress specifiek van invloed zijn op je energie<sup>1</sup>.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

## **SLAAPCOACH**

Je krijgt een slaapscore en persoonlijke coaching over de hoeveelheid slaap die je nodig hebt en hoe je kan verbeteren. Je kunt zelfs de verschillende slaapfasen en dutjes bijhouden en verschillende belangrijke gegevens over je slaaperiode, zoals de HRV-status, bekijken om je gezondheid beter te begrijpen<sup>1</sup>.

## **INGEBOUWDE SPORTAPPS**

Leg alle activiteiten vast met meer dan 30 vooraf geladen GPS- en binnensportapps, waaronder wandelen, hardlopen, fietsen, zwemmen, activiteiten voor rolstoelgebruikers en meer.

## **WORKOUTVOORDEEL EN HERSTELTIJD**

Krijg inzicht in wat een workout met je lichaam doet en hoeveel tijd je nodig hebt om te herstellen, zodat je elke fitnessuitdaging aan kunt gaan.

## **MORNING REPORT**

Ontvang wanneer je wakker wordt een overzicht van je slaap, herstel, dagelijkse agenda, HRV-status en meer. Je kunt je rapport zelfs aanpassen zodat je alleen ziet wat jij wilt zien.

## **SMARTPHONE MELDINGEN EN SMS**

Ontvang e-mails, sms-berichten en waarschuwingen op je watch wanneer deze is gekoppeld met je iPhone of Android smartphone. Met een Android smartphone kun je sms-berichten beantwoorden met het schermtoetsenbord en foto's bekijken die direct naar je zijn verzonden vanaf het scherm van je watch.

## **ONTWORPEN OM JE DOELEN TE BEHALEN**

---

## **GEZONDHEID**

---

### **DETECTIE VAN DUTJES**

Hou je dutjes automatisch bij of registreer ze om te zien wat ze met je lichaam doen, wanneer je ze het beste kunt doen en hoe lang ze moeten duren.

### **HRV-STATUS**

Krijg meer inzicht in je algehele gezondheid door middel van hartslagvariabiliteit terwijl je slaapt.

### **HARTSLAGMETING OP DE POLS**

De vivoactive 5 smartwatch meet voortdurend je hartslag zodat je dag en nacht op de hoogte blijft<sup>1</sup>.

### **STRESSTRACKING**

Ontdek of je een rustige, gebalanceerde of stressvolle dag hebt.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

## **TRACKING VAN MENSTRUATIECYCLUS**

Meet de menstruatiecyclus of zwangerschap om informatie over lichaamsbeweging en voeding te ontvangen.

## **HEALTH SNAPSHOT**

Houd een sessie van 2 minuten bij om belangrijke gezondheidsstatistieken vast te leggen. Genereer vervolgens een rapport dat je kunt delen met je zorgverlener.

## **PULSE OX SENSOR**

Meet de zuurstofsaturatie in je bloed terwijl je wakker bent of slaapt<sup>2</sup>.

## **MEDITATIE**

Help stress, angst en meer te verminderen met begeleide meditatie.

## **MINDFUL ADEMEN**

Start een activiteit voor je ademhaling, om je stress en ademhaling bij te houden

## **HYDRATATIE**

Registreer je dagelijkse inname van vocht als herinnering om gehydrateerd te blijven.

## **ADEMHALING**

Zie hoe je ademt doorheen de dag en de nacht.

## **FITNESS**

---

### **ROLSTOELMODUS**

Houd je dagelijkse pushes bij<sup>1</sup> en ontvang rolstoel bewegingsmeldingen, sport-apps en workouts voor rolstoelgebruikers en meer

### **GARMIN COACH**

Ontvang gratis aanpasbare trainingsplannen voor 5 km, 10 km en een halve marathon van deskundige coaches.

### **FITNESSLEEF TIJD**

Schat in hoe fit je bent vergeleken met je werkelijke leeftijd.

### **WORKOUTS MAKEN**

Maak stapsgewijze workouts op basis van meer dan 1.600 oefeningen in de Garmin Connect app, en stuur deze

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

rechtstreeks naar je watch.

## **GESPROKEN AANWIJZINGEN VOOR ACTIVITEITEN**

Je krijgt rechtstreeks van je watch gesproken aanwijzingen voor hardloop- en wandelactiviteiten.

## **INTERVALLEN MAKEN**

Stel je eigen intervalworkout samen voor hardloop- en fietsactiviteiten.

## **WAARGENOMEN INSPANNING**

Leg na elke workout je percentage waargenomen inspanning vast.

## **MINUTEN INTENSIEVE TRAINING**

Houd je gemiddelde en intensieve actieve minuten bij.

## **ACTIVITEITENTRACKING**

Houd je dagelijkse stappen, verbrande calorieën en meer bij via je pols<sup>1</sup>.

## **VO2 MAX**

Bekijk je huidige conditie en hou veranderingen in de loop van de tijd bij om doelen te stellen, je voortgang te evalueren en meer (niet beschikbaar in rolstoelmodus).

## **CONNECT**

---

### **GARMIN CONNECT APP**

Bekijk je gezondheids- en fitnessinformatie, leg contact met vrienden en meer.

### **GARMIN PAY CONTACTLOOS BETALEN**

Eenvoudig, snel en veilig contactloos betalen bij de kassa of openbaar vervoer met deelnemende providers.

## **MUZIEK**

Download muziek en afspeellijsten vanuit je Spotify-, Deezer- of Amazon Music- accounts om zonder telefoon te kunnen luisteren.

## **VEILIGHEID EN TRACKING**

Als jij je onveilig voelt of als je watch registreert dat er een ongeval is gebeurd, verzendt je watch een bericht met je huidige locatie<sup>3</sup>.

## **FOTO'S BEKIJKEN**

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

Met een Android telefoon kun je foto's bekijken die je rechtstreeks vanaf het scherm van je watch hebt ontvangen.

### CONNECT IQ™ STORE

Voeg wijzerplaten, gegevensvelden en apps toe aan je gekoppelde watch.

### TWEE LETTERGROOTTEN

Kies tussen een kleine of een grotere lettergrootte, zodat je je gegevens gemakkelijk kunt bekijken.

## SPECIFICATIES

<b>Bediening</b>		<b>Connectiviteit</b>	
Geschikt voor Android	✓	ANT+ compatibel	✓
		Bluetooth	✓
<b>Functies</b>		<b>Fysieke kenmerken</b>	
Berichten van smartphone	✓	Kleur	Blauw
Muziekbediening	✓	Kleur horlogeband	Zwart
Wekfunctie	✓	Waterbestendig tot	50 meter (5ATM)
Zelfstandige muzikspeler	✓		
<b>Gebruiksgemak</b>		<b>Schermb</b>	
Waterbestendig	✓	Schermbresolutie	390 x 390
<b>Sensoren</b>		<b>Sportfuncties</b>	
Afstandsmeter	✓	Geschikt voor volgende activiteiten	Fietsen, Fitness, Golf, Hardlopen, Skiën, Skiën, snowboarden, langlaufen, Zwemmen
Cadanssensor	✓	Intervaltraining	✓
Calorimeter	✓	Stopwatch	✓
Elektronisch kompas	✓	VO2 max meting	✓
GPS	✓		
Hartslagmeter	✓		
Saturatiemeter	✓		

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

- Slaapmonitor ✓
- Snelheidsmeter ✓
- Stappenteller ✓
- Thermometer ✓
- Valdetectie ✓

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig