



PRODUCT OVERZICHT

U doet het hardloopwerk. De Forerunner 245 smartwatch doet het denkwerk. Dit GPS hardloop horloge evalueert prestatie gegevens zoals VO2 max, aerob en anaerob trainingseffect en trainingsstatus om aan te geven of u te veel of te weinig traint. De FR245 houdt ook geavanceerde hardloopynamic bij zoals grondcontacttijd-balans en staplengte. Synchroniseer uw favoriete muziek van Spotify of Deezer en sla tot 500 songs op uw horloge om muziek te kunnen luisteren zonder mobiele telefoon. Geen giswerk meer bij uw volgende training voor de 5 kilometer, 10 kilometer of halve marathon wanneer u dit horloge combineert met de Garmin Coach App. Selecteer gratis trainingsplannen die zich aanpassen aan uw doelen of bepaal zelf hoe u traint door aangepaste workouts te maken op Garmin Connect™, onze gratis online fitness community.



BELANGRIJKSTE FUNCTIES

	MUZIEK	Download eenvoudig tot 500 songs naar uw horloge – uit uw eigen MP3 collectie of van partijen zoals Spotify of Deezer. Verbind met een Bluetooth® koptelefoon (los verkrijgbaar) om muziek te luisteren zonder mobiele telefoon.
	GEAVANCEERDE PRESTATIE ANALYSE	Evalueert uw training status om aan te geven of u teveel of te weinig traint en biedt additionele prestatiegegevens zoals VO2 Max, hersteltijd, aerob en anaerob trainingseffect, trainingsbelasting en meer.
	GEAVANCEERDE WORKOUTS	Of u nu traint voor een 5K of een marathon, maak uw eigen workout of download een van onze trainingsplannen. Ondersteunt ook de Garmin Coach aanpasbare trainingsplannen – helemaal gratis!
	GARMIN COACH	Ontvang aangepaste trainingsplannen die u helpen om uw 5K, 10K of halve marathon doel te halen.
	GEAVANCEERDE HARDLOOP DYNAMICA¹	Onder andere cadans, grondcontacttijd-balans, staplengte, verticale oscillatie en verticale ratio.
NIEUW	VEILIGHEIDS- EN VOLG FUNCTIES²	Deel eenvoudig uw locatie met door u gekozen contacten als u hulp nodig heeft – handmatig of automatisch indien noodzakelijk met ingebouwde ongeval detectie.
	CONNECT IQ™	Check out the Connect IQ store, where you can add personality to Forerunner 245 Music by downloading apps, widgets, watch faces and more. It's easy and - even better - it's free!
	BATTERIJ LEVENSDUUR	Tot 7 dagen smartwatch modus; tot 6 uur in GPS modus met muziek en 25 uur in GPS modus zonder muziek.
	MULTI SPORT ACTIVITEITEN	Hardlopen, hardlopen loopband, trailrunning, fietsen, fietsen binnen, zwemmen zwembad, roeien binnen, cardio trainingen, steppen en meer.
	GPS, GLONASS & GALILEO	Met GPS, GLONASS en Galileo satelliet signalen weet u hoe ver, hoe snel en hoe intensief u heeft gelopen op uw langste trail runs of dwars door de stad.
	GEAVANCEERDE WELLNESS FUNCTIES	Activity tracking, 24/7 stress meting, slaapmonitoring en meer
NIEUW	BODY BATTERY™	Om u te helpen om optimaal gebruik te maken van uw energie houdt Body Battery aan de hand van uw verzamelde gegevens uw energie reserves bij, zodat u kunt plannen op welk moment van de dag u het best kunt trainen en rusten.
VERBETERD	SMART FUNCTIES³	Bluetooth sensor ondersteuning, Wi-Fi (alleen op de FR245 Music), smartphone meldingen, muziekbediening, ANT+, LiveTrack en meer.
VERBETERD	RACE VOORSPELLER	Als onderdeel van uw trainingsplan, kan de FR245 zelfs helpen bij het voorspellen van uw finish tijd.

FUNCTIES



PRODUCT VERGELIJK



FORERUNNER 235

FORERUNNER 245

FORERUNNER 245 MUSIC

FORERUNNER 645 MUSIC

	FORERUNNER 235	FORERUNNER 245	FORERUNNER 245 MUSIC	FORERUNNER 645 MUSIC
GPS	•	•	•	•
GLONASS	•	•	•	•
Galileo		•	•	•
ANT+®/USB/BLE	•	•	•	•
Wi-Fi®			•	•
Smartphone meldingen	•	•	•	•
Connect IQ™ apps	•	•	•	•
Polshartslagmeting	•	•	•	•
Garmin Pay				•
Barometrische hoogtemeter				•
Beklimmen verdiepingen				•
Gyroscoop				•
Ingebouwde muziekspeler			•	•
Activity tracking	•	•	•	•
VIRB® afstandsbediening	•	•	•	•
Stopwatch	•	•	•	•
Automatische ronde® functie	•	•	•	•
Handmatige ronde functie	•	•	•	•
Instelbare ronde pop-up		•	•	•
Automatische pauze® functie	•	•	•	•
Waarschuwingen	•	•	•	•
Workouts	•	•	•	•
Trainingsplannen	•	•	•	•
Garmin Coach trainingsplannen		•	•	•
Metronoom		•	•	•
Zwemmen zwembad		•	•	•
Instelbare data velden	•	•	•	•
Aeroob trainingseffect	•	•	•	•
Anaeroob trainingseffect		•	•	•
Training status		•	•	•
Trainingsbelasting		•	•	•
VO2 max	•	•	•	•
Hersteltijd	•	•	•	•
Race voorspeller	•	•	•	•
Auto max HR		•	•	•
Hardloop dynamica		•	•	•
Fietssnelheid en cadans sensor ondersteuning	•	•	•	•
Varia achteruitkijk radar ondersteuning		•	•	•
Varia™ slimme fietsverlichting ondersteuning		•	•	•
Varia achteruitkijk radar ondersteuning		•	•	•
HRM-Dual™ ondersteuning	•	•	•	•

PRODUCT CONFIGURATIES

FORERUNNER 245



OMSCHRIJVING	SKU	EAN
Leisteengrijs	010-02120-10	0753759217174
Inclusief: Forerunner 245, Power/Data kabel, documentatie		

OMSCHRIJVING	SKU	EAN
Berry	010-02120-11	0753759225889
Inclusief: Forerunner 245, Power/Data kabel, documentatie		

EUR
€ 299,99

RRP:

FORERUNNER 245 MUSIC



OMSCHRIJVING	SKU	EAN
Zwart	010-02120-30	0753759217211
Inclusief: Forerunner 245 Music, Power/Data kabel, documentatie		

OMSCHRIJVING	SKU	EAN
Wit	010-02120-31	0753759217228
Inclusief: Forerunner 245 Music, Power/Data kabel, documentatie		

OMSCHRIJVING	SKU	EAN
Aqua	010-02120-32	0753759217235
Inclusief: Forerunner 245 Music, Power/Data kabel, documentatie		

EUR
€ 349,99

RRP:

FYSIEKE AFMETINGEN

	Forerunner 245/245 Music
Classificatie waterbestendigheid:	5 ATM
FR245 afmetingen:	42,3 mm x 42,3 mm x 12,2 mm
Gewicht:	38,5 gram

SPECIFICATIES VERPAKKING



	Forerunner 245/245 Music
Afmetingen verpakking (B x H x D):	6,9 cm x 14,1 cm x 6,2 cm
Gewicht verpakking:	142 gram
Afmetingen omdoos (B x H x D):	38,1 cm x 30,5 cm x 31,5 cm
Gewicht omdoos:	7,5 kg
Aantal per omdoos:	40

COMPATIBEL ACCESSOIRES

	SKU	EAN	RRP	OMSCHRIJVING	BEELD	
NIEUW	Quick Release Band - Leisteengrijs	010-11251-1N	0753759223175	€ 29,99	Ga altijd stijlvol en sportief op pad en kies een nieuwe kleur voor uw Forerunner horlogeband met de instelbare Quick release polsbanden	
NIEUW	Quick Release Band – Berry	010-11251-1W	0753759227340	€ 29,99	Ga altijd stijlvol en sportief op pad en kies een nieuwe kleur voor uw Forerunner horlogeband met de instelbare Quick release polsbanden	
NIEUW	Quick Release Band – Wit	010-11251-1P	0753759223182	€ 29,99	Ga altijd stijlvol en sportief op pad en kies een nieuwe kleur voor uw Forerunner horlogeband met de instelbare Quick release	
NIEUW	Quick Release Band - Aqua	010-11251-1Q	0753759223199	€ 29,99	Ga altijd stijlvol en sportief op pad en kies een nieuwe kleur voor uw Forerunner horlogeband met de instelbare Quick release polsbanden	
	Quick Release Band – Zwart	010-11251-0Y	0753759198923	€ 29,99	Ga altijd stijlvol en sportief op pad en kies een nieuwe kleur voor uw Forerunner horlogeband met de instelbare Quick release polsbanden	
NIEUW	HRM-Dual	010-12883-00	0753759223137	€ 69,99	Voorzien van Bluetooth™ & ANT+ technologie, Verbinden met smartphones, GPS horloges, fiets computers en online training apps.	
	HRM-Run	010-10997-12	0753759149772	€ 99,99	The HRM-Run heart rate monitor provides the most advanced running metrics to high-end Garmin Forerunner® running watches.	
	Running Dynamics Pod	010-12520-00	0753759175528	€ 69,99	Easily clips onto your waistband to measure the running dynamics you need to beat yesterday.	

Voor meer informatie over compatibele producten bezoekt u onze website op Garmin.com.

¹Bij gebruik met de Running Dynamics Pod of HRM-Run™ of HRM-Tri™ hartslagbanden (los verkrijgbaar)

²Premium abonnement met een derde partij muziek provider vereist (Spotify of Deezer)

³Indien gekoppeld met een compatibel smartphone; zie Garmin.com/ble