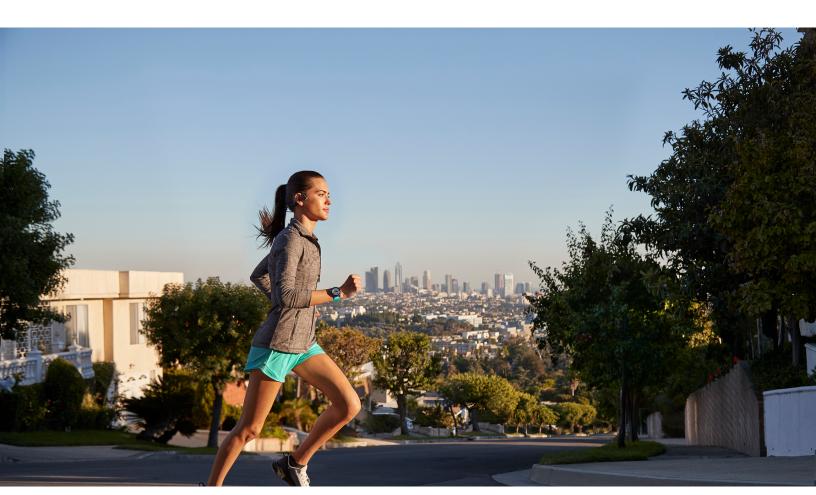
GARMIN



Mit der Forerunner-Serie von Garmin starten alle Laufanfänger, Hobbysportler und ambitionierten Marathonläufer mit dem optimalen Trainingspartner in die Saison.

27.04.2021 12:17 CEST

Startschuss: Los geht's mit der Laufsaison

Liebe Medienpartner,

langsam aber sicher nimmt der Frühling Fahrt auf – und das bedeutet nicht nur, dass Schnee und Kälte endlich wärmeren Temperaturen weichen. Das Ende des Winters läutet auch den Start in die Laufsaison ein. Jetzt heißt es: Sich auch morgens und abends wieder im Hellen auf der Lieblingslaufstrecke auspowern, eine neue persönliche Bestleistung knacken oder auf den nächsten Wettkampf trainieren. Egal welches individuelle Ziel 2021 auf dem Plan steht, mit der Forerunner-Serie von Garmin starten alle Laufanfänger, Hobbysportler und ambitionierten Marathonläufer mit dem optimalen Coach und Trainingspartner in die Saison:

Forerunner 945

Sei es Trailrun, Marathon, Triathlon oder Ironman – der Forerunner 945 vereint alles, was Ausdauerathleten benötigen. Die Messung von Erholungszeiten, VO2max, Trainingsbelastung und -zustand sowie aeroben und anaeroben Trainingseffekten geben einen umfangreichen Überblick über den Trainingsfortschritt. Die Höhe- und Wärmeakklimatisierung fließt ebenfalls in die Berechnung des Trainingszustands ein. Farbige Kartendarstellung und die vorinstallierte TopoActive Europa-Karte navigieren Nutzer sicher ans Ziel. Zudem lässt sich die Sportuhr ganz einfach mit Streaming-Diensten wie Spotify, Deezer oder Amazon Music synchronisieren und bietet Speicherplatz für bis zu 1000 Songs. Bargeld und Kreditkarten bleiben mit der Forerunner 945 am Handgelenk zuhause: Die Bezahlung erfolgt bankenunabhängig und kontaktlos mittels Garmin Pay.

Forerunner 745

Für alle ambitionierten Laufsportler, die einen kleinen und leichten Trainingsbegleiter mit vollem Funktionsumfang suchen, ist der Forerunner 745 die richtige Wahl. Eine detaillierte Performance-Analyse unterstützt Läufer dabei, sich optimal auf einen Wettkampf oder einen Trainingszyklus vorbereiten zu können – egal ob im Gelände, am Berg oder auf der Straße. Dabei gibt die GPS Lauf- und Triathlonuhr Aufschluss über wichtige Metriken wie die VO2Max, die Trainingsbelastung, den Trainings- und Leistungszustand sowie den aeroben und anaeroben Trainingseffekt. Ein PulseOx-Sensor am Handgelenk misst die Sauerstoffsättigung des Bluts. Zudem erhalten Sportler, basierend auf ausgewählten Messwerten, Empfehlungen für das nächste Workout. Gekoppelt mit einem zusätzlichen Running Dynamics Pod oder einem kompatiblen Brustgurt können Läufer alle sechs Laufmetriken tracken und im Anschluss an das Training analysieren.

Forerunner 245 / 245M

Mit den kleinen und leichten Forerunner 245 Modellen kommen alle aktiven Hobbyläufer, die gerne noch mehr aus ihrem Training rausholen wollen, auf ihre Kosten. Die GPS-Laufuhren überwachen Trainingsstatus und -belastung, aerobe und anaerobe Trainingseffekte und geben an, ob das Training zu hart ist oder noch eine Schippe draufgelegt werden kann. In Kombination mit dem Running Dynamics Pod oder einem kompatiblen Brustgurt zeichnen sie zusätzlich erweiterte Werte wie die Bodenkontaktzeit, vertikale Bewegung

oder Schrittlänge auf. Der Forerunner 245 verfügt über Bluetooth, ANT+ sowie Smart Notifications, der Forerunner 245 Music bietet zusätzlich WLAN und die Option, die Lieblingsmusik unterwegs direkt über die Laufuhr abzuspielen. Im Smartwatch-Modus hält der Akku bis zu 7 Tage durch.

Forerunner 45S / 45

Der Forerunner 45 ist der perfekte Begleiter für alle, die mit einem aktiven Lebensstil richtig durchstarten wollen. Für Laufanfänger ist sie das optimale Tool für den leichten Einstieg. Der integrierte GPS-Empfänger zeichnet während einer Aktivität Angaben zu Distanz und Geschwindigkeit auf. Neben der Herzfrequenzmessung am Handgelenk gibt sie zusätzlich Aufschluss über weitere Fitnessdaten wie Schritte, Kalorien oder den Schlaf und hält das Stresslevel fest. Die Body Battery lässt Rückschlüsse auf die aktuelle körperliche Verfassung zu und macht es dadurch leichter, das Training sowie Ruhephasen zu planen. Mit Garmin Coach erhalten Läufer anpassbare Trainingspläne, die sich auf Basis der eigenen Ziele modifizieren lassen, sowie Anleitungen von erfahrenen Coaches. Die Trainings werden direkt mit der Uhr synchronisiert.

Für alle, die zum Start ins diesjährige Lauftraining jetzt noch auf der Suche nach Trainingstipps oder einer extra Portion Motivation sind, empfiehlt sich ein Klick auf das offizielle Garmin Online-Magazin #BeatYesterday.org. Dort verraten zum Beispiel sechs <u>Sport-Influencer</u> ihre Gründe fürs Laufen. Außerdem erfahren Läufer mit Marathon-Ambitionen, wie es mit den <u>42</u> <u>Kilometern</u> auf jeden Fall klappt.

Für Rückfragen stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.

Viele Grüße Ihr Garmin-Presseteam

Wenn Sie keine Informationen mehr zu Garmin erhalten wollen, senden Sie bitte eine Mail mit dem Betreff "Unsubscribe Garmin" an <u>garmin-datenschutz@lhlk.de</u>.

Über Garmin

Mit innovativen Produkten setzt Garmin regelmäßig Standards in der Sportund Fitness-Branche und begeistert Läufer, Radfahrer, Golfer und
Sportenthusiasten weltweit. Das Unternehmen zeichnet sich durch eine
konstante Diversifikation aus, dank derer Fitness & Health Wearables,
Smartwatches, Golf- und Laufuhren sowie Bike-Computer und Powermeter
erfolgreich etabliert werden konnten. Getreu dem Motto #BeatYesterday
arbeiten heute rund 16.000 Mitarbeiter in 80 Niederlassungen in 32 Ländern
daran, Menschen aller Fitnesslevel und Altersgruppen dabei zu unterstützen,
ein gesundes Leben zu führen, sich mehr zu bewegen, wohler zu fühlen und
Neues zu entdecken. Mehrere zehn Millionen Nutzer lassen sich davon täglich
motivieren und inspirieren und nutzen Garmin Connect, Garmins kostenlose
Plattform, um Trainingsfortschritte zu analysieren, Ziele festzulegen und zu
verfolgen sowie Aktivitäten mit anderen Garmin Connect-Usern oder über
soziale Medien zu teilen. Damit ist Garmin einer der weltweit führenden
Anbieter im Bereich Sport und Fitness.

Garmin entwickelt seit über 30 Jahren innovative Produkte für Piloten, Segler, Autofahrer, Golfspieler, Läufer, Fahrradfahrer, Bergsteiger, Schwimmer und für viele aktive Menschen. 1989 von den Freunden und Luftfahrtingenieuren Gary Burrell und Min Kao in Olathe, Kansas, gegründet, ist das Unternehmen heute einer der weltweit führenden Anbieter in den Bereichen Automotive, Fitness, Outdoor, Marine und Aviation. Das Unternehmen mit Hauptsitz in Schaffhausen (CH) ist in der DACH-Region mit Standorten in Garching bei München (D), Graz (A) und Neuhausen am Rheinfall (CH) vertreten. In Würzburg (D) wird außerdem ein eigener Forschungs- und Entwicklungsstandort unterhalten. Ein zentrales Erfolgsprinzip ist die vertikale Integration: Die Entwicklung vom Entwurf bis zum verkaufsfertigen Produkt sowie der Vertrieb verbleiben weitestgehend im Unternehmen. So kann Garmin höchste Flexibilität sowie Qualitäts- und Designstandards garantieren und seine Kunden täglich aufs Neue motivieren.

Kontaktpersonen



Marc Kast
Pressekontakt
Head of Public Relations DACH
pressestelle@garmin.com

Johanna Sauer
Pressekontakt
PR Specialist DACH
pressestelle@garmin.com

Anna Reh
Pressekontakt
Marine Themen
garmin@hqhh.de

Nadja Schmidt
Pressekontakt
PR-Agentur DACH
nanacom Kommunikationskollektiv GmbH
garmin@nanacom.de



Sophia Krauss
Pressekontakt
Athleten & Influencer Anfragen DACH
influencer-kooperationen@garmin.de