

Cirqa Smart Band S-M Black Garmin

0 753759 375331

Merk: Garmin
Model: 010-04675-10

€199,99-

SCAN OM TE BESTELLEN

OMSCHRIJVING

CIRQA™ SMART BAND

GEZONDHEIDS- EN FITNESSTRACKER, GEEN ABONNEMENT VEREIST

BEWEEG OP JOUW MANIER

DETECTEERT AUTOMATISCH ALLERLEI ACTIVITEITEN

TRACK JE DAG. CHECK LATER.

24/7 GEZONDHEIDSMONITORING

VERZAMELT HINDERLOOS JE SLAAPGEGEVENS

GEAVANCEERDE SLAAPTRACKING, SLAAPSCORE, PERSOONLIJKE SLAAPCOACHING EN MEER1

DAGENLANGE BATTERIJDUUR

EEN BATTERIJDUUR TOT 10 DAGEN TUSSEN OPLAADBEURTEN

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**VRIJ**	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	**ZAT**	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**ZON**	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

STIJLVOL EN DISCREET

COMFORTABEL DESIGN ZODAT JE HET DAG EN NACHT KUNT DRAGEN

TRACK JE DAG. CHECK LATER.

Geen schermen. Geen afleiding. Deze discrete smart band zonder scherm biedt geavanceerde 24/7-gezondheidsmonitoring1 en fitnessfuncties, geen abonnement vereist.

SCHERMLOOS ONTWERP MET LANGDURIG COMFORT

TOT WEL 10 DAGEN BATTERIJDUUR

SLAAPSCORE, TRAINING READINESS, STRESSTRACKING EN MEER

GEZONDHEIDS- EN FITNESSFUNCTIES

DETECTEERT ACTIVITEITEN AUTOMATISCH

WERKT MET DE GARMIN CONNECT™ APP; GEEN ABONNEMENT VEREIST

WAT JE LEUK VINDT

COMFORTABEL, SCHERMLOOS ONTWERP

Hou belangrijke gezondheids- en fitnessgegevens bij met deze discrete, schermloze tracker. En geniet de hele dag van een stoffen band voor maximaal comfort.

24/7 GEZONDHEIDSMONITORING

Voer gezonde verbeteringen door in je levensstijl met uitgebreide gezondheidsmonitoringfuncties, zoals Body Battery™ energiemonitoring, stresstracking en Pulse Ox2. Als vrouw krijg je meer inzicht in je menstruatiecyclus, waaronder ovulatieschattingen op basis van gegevens uit het verleden, en meer.

FITNESSTRACKING EN SPORT-APPS

Volg meer dan 80 activiteiten met de knop op het toestel of via de Garmin Connect app. Automatische activiteitendetectie detecteert ook diverse activiteiten die je kunt bevestigen en bewerken in de Garmin Connect app. Bovendien kun je jouw locatie volgen tijdens buitenactiviteiten wanneer je verbonden bent met de GPS van je smartphone.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

GEAVANCEERDE SLAAPTRACKING

Ontvang een slaapscore en persoonlijke coaching voor hoeveel slaap je nodig hebt en hoe je jouw nachtrust kunt verbeteren. Je kunt zelfs verschillende slaapstadia en dutjes bijhouden en diverse belangrijke gegevens over je slaapperiode bekijken, zoals de HRV-status en huidtemperatuur1, voor beter inzicht in je gezondheid. Bovendien kun je met de functie voor slaapafstemming zien of je afgestemd bent op je circadiaanse ritme en hoe consistent je slaap is.

TRAININGSFUNCTIES

Prestatiefuncties zoals Training Readiness helpen je aan te geven wanneer het tijd is om je workout te verbeteren of een hersteldag in te lassen. Hou je voortgang bij met functies zoals HRV-status, VO2 max en trainingsstatus - en zie hoe jouw lichaam zich aanpast aan je trainingsbelasting, zodat je weet of je productief traint.

SYNCHRONISEERT MET GARMIN CONNECT

Bekijk al je gezondheids- en fitnessgegevens in de Garmin Connect smartphone-app. Bovendien kun je automatisch gedetecteerde activiteiten weergeven en bewerken. Met een optioneel Garmin Connect+ abonnement krijg je toegang tot premium functies, waaronder live activiteiten, Garmin Coach trainingsplannen, het bijhouden van voeding en de Garmin Active Intelligence™ functie voor persoonlijke inzichten op basis van AI.

GEZONDHEID

HARTSLAGMETING OP DE POLS

Jouw hartslag wordt constant gemeten, waarbij je kunt worden gewaarschuwd bij een (te) hoge of lage hartslag, op basis van jouw specifieke drempelwaarden.

ENERGIEMONITORING MET BODY BATTERY

Meet de energieniveaus van je lichaam, zodat je de beste momenten kunt vinden om te bewegen en te rusten

PULSE OX SENSOR

Houd de zuurstofsaturatie in je bloed bij terwijl je wakker bent of slaapt.

GEZONDHEIDSTRACKING VOOR VROUWEN

Hou je menstruatiecyclus of zwangerschap bij en leer meer over lichaamsbeweging en voeding. Met de functie voor het bijhouden van de huidtemperatuur terwijl je slaapt ontvang je betere voorspellingen over je menstruaties en schattingen op basis van eerdere ovulaties

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

COMPATIBILITEIT VAN NATURAL CYCLES°

Krijg meer inzicht in je vruchtbaarheid door je huidtemperatuur te synchroniseren met de Natural Cycles anticonceptie-app (Natural Cycles abonnement vereist).

STRESSTRACKING

Ontdek of je een rustige, gebalanceerde of stressvolle dag hebt

LEVENSSTIJLREGISTRATIE

Registreer je gedrag, zoals cafeïne- en alcoholconsumptie, en bekijk in de rapporten van Garmin Connect hoe dit je gezondheid beïnvloedt.

MEDITATIE

Help stress, angst en meer te verminderen met spraakgestuurde meditatieoefeningen (hiervoor is een Garmin Connect+ abonnement vereist).

MINDFUL ADEMEN

Start een ademhalingsactiviteit om je stress en ademhaling bij te houden (hiervoor is een Garmin Connect+ abonnement vereist).

JETLAGADVISEUR

Minimaliseer de effecten van een jetlag met begeleiding op het gebied van blootstelling aan licht, je slaapschema en lichaamsbeweging.

VOEDING IN GARMIN CONNECT

Hou eenvoudig calorieën en macronutriënten bij, ontvang persoonlijke aanbevelingen voor voeding en bekijk rapporten om de voortgang naar je doelen te volgen (hiervoor is een Garmin Connect+ abonnement vereist).

SYNCHRONISEREN TUSSEN TOESTELLEN

Schakel overdag eenvoudig tussen Garmin toestellen met naadloze gegevenssynchronisatie via Garmin Connect.

SLAAP

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

SLAAPSCORE EN GEAVANCEERDE SLAAPMONITORING

Krijg een volledig overzicht van je slaapfasen en je slaapscore.

SLAAPCOACH

Krijg persoonlijke coaching voor hoeveel slaap je nodig hebt en krijg informatie over het verbeteren van je slaapkwaliteit.

SLAAPAFSTEMMING

Zie in welke mate je op een lijn zit met je dag-nachtritme en zie hoe regelmatig jouw slaap is.

HEALTH STATUS

Zoek naar veranderingen in je gezondheidsgegevens die kunnen wijzen op extra stress in je lichaam, zodat je weet wanneer je buiten je normale bereik gaat.

VARIATIES IN DE ADEMHALING

Begrijp de veranderingen in je ademhalingspatronen tijdens je slaap5 en hoe deze verband kunnen houden met je omgeving, alcoholconsumptie of mogelijke slaapstoornissen zoals slaapapneu.

DETECTIE VAN DUTJES

Hou je dutjes automatisch bij of registreer ze om te zien hoe ze je lichaam ten goede komen, wanneer je ze het beste kunt inlassen en hoe lang ze moeten duren.

HRV-STATUS

Krijg meer inzicht in je algehele gezondheid, herstel en trainingsprestaties terwijl je slaapt.

HUIDTEMPERATUUR

Zie hoe je gemiddelde huidtemperatuur verandert. Dit kan te maken hebben met recente activiteit, slaapomgeving, mogelijke ziekten en meer.

SMART WAKE-ALARM

Word frisser wakker. Het slimme wekalarm trilt zachtjes om je op het juiste moment te wekken

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**VRIJ**	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	**ZAT**	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**ZON**	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

FITNESS

DETECTEERT ACTIVITEITEN AUTOMATISCH

Je Smart Band detecteert automatisch allerlei activiteiten, zoals hardlopen en wandelen. Deze kun je dan bevestigen of bewerken in de Garmin Connect app. Je Smart Band past zich aan om je activiteiten in de toekomst nauwkeuriger te classificeren.

HANDMATIG ACTIVITEITEN VOLGEN

Volg meer dan 80 activiteiten, zoals hardlopen, yoga en fietsen, via Garmin Connect. Of selecteer jouw favoriete activiteit om bij te houden via de toestelknop. Daarnaast kun je basisactiviteitgegevens bekijken in Garmin Connect, waaronder je huidige hartslag, de tijd en meer.

LIVE-ACTIVITEIT

Volg met een Garmin Connect+ abonnement begeleide trainingen en bekijk grafieken met meetwaarden, zoals hartslag en hartslagzones.

TRAINING READINESS

Zodra je wakker wordt, krijg je op basis van onder meer je slaapkwaliteit en herstel een fitheidsscore te zien. Zo kun je bepalen of je ervoor moet gaan of dat je het juist rustig aan moet doen.

TRAININGSSTATUS

Krijg inzicht in de effectiviteit van trainingen en kom erachter of je productief traint, een topprestatie hebt geleverd of te intensief traint.

STAPPEN EN CALORIEËN BIJHOUDEN

Hou je dagelijkse stappenaantal, verbrande calorieën en meer bij.

MINUTEN INTENSIEVE TRAINING

Hou je gemiddelde en intensieve actieve minuten bij.

ROLSTOELMODUS

Wanneer je het toestel om je pols draagt, hou je jouw dagelijkse aantal duwbewegingen bij, en krijg je waarschuwingen over gewichtsverplaatsing, sport-apps en meer. Ontvang ook workouts voor rolstoelgebruikers

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

met een Garmin Connect+ abonnement.

CONNECTED GPS

Gebruik de GPS-functie van je smartphone, zodat je buiten wandelingen, fietsritten en hardloopsessies nauwkeurig kunt volgen. Bovendien kunt je jouw afstands- en tempogegevens in real-time bekijken in Garmin Connect.

VO2 MAX

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

FITNESSLEEFTIJD

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

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.

LIVETRACK™ LOCATIE DELEN

Vrienden en familie kunnen jouw locatie in real-time volgen

GARMIN COACH

Bereik je doelen door middel van specifieke Garmin Coach trainingsplannen voor kracht en fitness, met een Garmin Connect+ abonnement. Sommige passen zich zelfs aan je gezondheids- en fitnessgegevens aan.

HARTSLAGGEGEVENS VERZENDEN

Verzend de hartslaggegevens van je CIRQA Smart Band naar compatibele Garmin toestellen, waaronder Edge® fietscomputers, om je hartslag in real-time te bekijken tijdens activiteiten

SPECIFICATIE

Bediening		Connectiviteit	
Geschikt voor Android	✔	Bluetooth	✔

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

Geschikt voor iOS	✔

Functies

Wekfunctie	✔

Fysieke kenmerken

Kleur	Zwart
Kleur horlogeband	Zwart
Kleur/Stijl	Black
Maat	S/M
Polsomtrek	14.5 - 24 cm
Waterbestendig tot	100 meter (10ATM)

Gebruiksgemak

Met scherm	✖
Waterbestendig	✔

Sensoren

Afstandsmeter	✔
Caloriemeter	✔
GPS	✔
Hartslagmeter	✔
Meten van activiteiten	✔
Slaapmonitor	✔
Snelheidsmeter	✔
Stappenteller	✔
Tellen van traptreden	✔

Sportfuncties

Geschikt voor volgende activiteiten	American football, Badminton, Basketbal, Bergsporten, Boksen, Boogschieten, Cardio- en crosstraining, Cricket, Fietsen, Fietstochten, Fitness, Gemengde vechtsporten, Golf, Gravelfietsen, Hardlopen, Hardlopen

Stroom

Batterijtechnologie	Lithium-ion
Maximale batterijduur	10 Dagen

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	VRIJ	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	ZAT	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	ZON	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			

	op een loopband, Hardlopen op indoortracks, Hardlopen op outdoortracks, HIIT, Hiking, Honkbal, IJshockey, Indoor fietsen, Inline skaten, Krachttraining, Lacrosse, Mountainbiken, Paardrijden, Padel, Pickleball, Pilates en ademhalingstechniek en, Rugby, Schaatsen, Skiën, Skiën, snowboarden, langlaufen, Softbal, Squash, Step-aerobics, Tafeltennis, Tennis, Touwspringen, Trailrunning, Veld hockey, Voetbal, Volleybal, Wandelen, Wielrennen, Yoga, Zwemmen
Intervaltraining	✔
VO2 max meting	✔

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

	WAARDAMME	KNOKKE		WAARDAMME	KNOKKE
MA	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**VRIJ**	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u
DI	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -	**ZAT**	10u tot 12u30 en 13u30 tot 17u	10u tot 18u
WOE	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u	**ZON**	- GESLOTEN -	- GESLOTEN -
DO	9u tot 12u30 en 13u30 tot 18u	10u tot 18u			