

Garmin Instinct 2S



Artikel	138825
Herstellernummer	010-02563-00
EAN	0753759278625
Garmin	

Genau dein Life. Genau dein Style. Diese toughe GPS-Smartwatch stürzt sich mit dir in jedes Erlebnis. Behalte deine Fitness im Blick. Und bleibe immer smart in Verbindung. Die Instinct 2 ist jetzt sogar in zwei Größen verfügbar, und somit auch für schmale Handgelenke geeignet.

ENTWICKELT FÜR DRAUSSEN

Diese robuste Smartwatch ist wasserdicht bis 10 ATM (entspricht dem Prüfdruck in 100 m Wassertiefe), und ist außerdem thermisch beständig und stoßfest. Dazu kommt ein Gehäuse aus faserverstärktem Polymer. Das Display wurde chemisch verstärkt und ist aus kratzfestem Gorilla® Glass.

GENAU DEIN STYLE

Mit einem überzeugenden Design, einem kontrastreichen Display und Modellen in verschiedenen Größen kannst du der Welt zeigen, dass du deine eigenen Wege gehst.

MULTI-SATELLITEN-UNTERSTÜTZUNG

Nutze mehrere globale Navigationssatellitensysteme (GPS, GLONASS und Galileo), um in schwierigeren Umgebungen eine bessere Positionsfindung als bei ausschließlicher Verwendung von GPS zu erhalten.

ABC-SENSOREN

Navigiere auf dem nächsten Trail mit ABC-Sensoren, darunter ein Höhenmesser für Höhendaten, ein Barometer zum Überwachen des Wetters und ein elektronischer 3-Achsen-Kompass.

TRACBACK™ ROUTING

Überlasse auf deinem Rückweg nichts dem Zufall, sondern navigiere mit dieser Funktion auf derselben Route zurück zum Startpunkt. So gehst du niemals verloren.

NACHRICHTEN VOM SMARTPHONE

Erhalte Benachrichtigungen und Alarme direkt auf die Smartwatch, wenn sie mit deinem kompatiblen Smartphone gekoppelt ist.

CONNECT IQ™-SHOP

Lade benutzerdefinierte Displaydesigns herunter, füge Datenfelder hinzu und hole dir Apps und Widgets aus der Connect IQ-Shop-App auf dein kompatibles Smartphone.

SICHERHEITS- UND TRACKINGFUNKTIONEN

Wenn die Smartwatch und das Telefon gekoppelt sind, kann deine Live-Position an deine Kontakte gesendet werden. Dies erfolgt entweder manuell oder bei bestimmten Outdoor-Aktivitäten automatisch mit der integrierten Unfallerkennung.

INTEGRIERTE SPORTAPPS

Nutze vorinstallierte Aktivitätsprofile für Laufen, Radfahren, Schwimmen, Krafttraining, Indoor-Klettern, virtuelles Lauftraining, Golf, Yoga, Pilates und mehr.

HIIT-TRAININGS

Bei diesem Aktivitätsprofil werden deine HIIT-Trainings (High-Intensity Interval Training) gespeichert, darunter AMRAP, EMOM, Tabata und benutzerdefinierte Trainings. Richte die Anzahl der Runden, der Belastungs-/Erholungsintervalle und mehr ein.

VO2MAX

Trainiere intelligenter mit VO2max. Der Wert gibt deine erwartete Leistung an. Es werden sogar Leistungsänderungen einbezogen, die durch Hitze oder Höhe verursacht werden könnten.

TÄGLICHE TRAININGSVORSCHLÄGE

Tägliche Trainingsvorschläge liefern Trainingsanweisungen, bei denen sowohl du selbst als auch dein Fitnesslevel berücksichtigt werden. Die Vorschläge basieren auf aktuellen Daten zu Trainingsbelastung und Trainingszustand.

ERHOLUNGSRATGEBER

Nach jedem Training gibt die Erholungszeit an, wann du für dein nächstes hartes Training bereit bist. Dabei werden die Trainingsintensität und Faktoren wie Stress, tägliche Aktivitäten und Schlaf einbezogen.

MTB DYNAMICS

Speichere die Details jeder Tour mit Mountainbike-Messwerten sowie speziellen Daten zu Grit™ und Flow™. Mit diesen Daten wird bewertet, wie schwierig der Trail und wie flüssig der Fahrstil bei Bergabfahrten ist, damit du Werte hast, die du beim nächsten Mal übertreffen kannst.

HERZFREQUENZMESSUNG AM HANDGELENK

Erhalte Daten zur berechneten Herzfrequenz³ sowie Alarme, wenn deine Herzfrequenz während einer Ruhephase zu hoch oder zu niedrig ist. Erkenne, wie hart dein Herz bei Aktivitäten arbeitet.

BEHALTE DEN STRESS IM BLICK

Anhand der Herzfrequenzvariabilität wird dein Stresslevel berechnet, so siehst du, ob du einen ruhigen, einen ausgeglichenen oder einen anstrengenden Tag hast.

SCHLAFANALYSE MIT SLEEP SCORE

Erhalte vollständige Informationen zu deinem leichten, tiefen und REM-Schlaf. Zeige alle Daten in einem speziellen Widget an mit Schlafwert und Insights.

BODY BATTERY™-ENERGIELEVEL

Deine Garmin misst kontinuierlich deine Herzfrequenz und informiert dich mit Hilfe von Body Battery, wann du für dein nächstes Workout bereit bist. Sauerstoffsättigung im Blut und der Status deines Energielevels liefern dazu die notwendigen Informationen.

PULSE OX-SENSOR

Überwache deine Blutsauerstoffsättigung mit dem Pulse Ox Sensor⁴ und erkenne, wie sich die Sauerstoffsättigung deines Blutes in der Höhe oder beim Schlafen verändert. Nun siehst du, wie gut dein Körper Sauerstoff aufnimmt.

FITNESS-ALTER

Diese Funktion nutzt das chronologische Alter, deine wöchentliche Aktivität mit hoher Intensität, deinen Ruhepuls und deinen BMI, um zu berechnen, ob dein Körper jünger oder älter ist als du. Du kannst auch Tipps erhalten, um dein Fitness-Alter zu senken.

INTENSITÄTSMINUTEN

Zeichne auf, wie viele Minuten du mit hoher Intensität trainierst, wann du sie erhältst und bei welcher Aktivität. Zeige sie bei Aktivitäten mit Zeitangabe sogar als Datenfeld an.

MENSTRUATIONSZYKLUS-TRACKER

Verwende die Garmin Connect-App, um deinen Menstruationszyklus oder deine Schwangerschaft aufzuzeichnen. Speichere Symptome, erhalte Informationen zu Training und Ernährung u. v. m.

Zusammenfassung

Genau dein Life. Genau dein Style. Diese toughe GPS-Smartwatch stürzt sich mit dir in jedes Erlebnis. Behalte deine Fitness im Blick. Und bleibe immer smart in Verbindung. Die Instinct 2 ist jetzt sogar in zwei Größen verfügbar, und somit auch für schmale Handgelenke geeignet.

ENTWICKELT FÜR DRAUSSEN

Diese robuste Smartwatch ist wasserdicht bis 10 ATM (entspricht dem Prüfdruck in 100 m Wassertiefe), und ist außerdem thermisch beständig und stoßfest. Dazu kommt ein Gehäuse aus faserverstärktem Polymer. Das Display wurde chemisch verstärkt und ist aus

kratzfestem Gorilla® Glass.

GENAU DEIN STYLE

Mit einem überzeugenden Design, einem kontrastreichen Display und Modellen in verschiedenen Größen kannst du der Welt zeigen, dass du deine eigenen Wege gehst.

MULTI-SATELLITEN-UNTERSTÜTZUNG

Nutze mehrere globale Navigationssatellitensysteme (GPS, GLONASS und Galileo), um in schwierigeren Umgebungen eine bessere Positionsfindung als bei ausschließlicher Verwendung von GPS zu erhalten.

ABC-SENSOREN

Navigiere auf dem nächsten Trail mit ABC-Sensoren, darunter ein Höhenmesser für Höhendaten, ein Barometer zum Überwachen des Wetters und ein elektronischer 3-Achsen-Kompass.

TRACBACK™ ROUTING

Überlasse auf deinem Rückweg nichts dem Zufall, sondern navigiere mit dieser Funktion auf derselben Route zurück zum Startpunkt. So gehst du niemals verloren.

NACHRICHTEN VOM SMARTPHONE

Erhalte Benachrichtigungen und Alarmer direkt auf die Smartwatch, wenn sie mit deinem kompatiblen Smartphone gekoppelt ist.

CONNECT IQ™-SHOP

Lade benutzerdefinierte Displaydesigns herunter, füge Datenfelder hinzu und hole dir Apps und Widgets aus der Connect IQ-Shop-App auf dein kompatibles Smartphone.

SICHERHEITS- UND TRACKINGFUNKTIONEN

Wenn die Smartwatch und das Telefon gekoppelt sind, kann deine Live-Position an deine Kontakte gesendet werden. Dies erfolgt entweder manuell oder bei bestimmten Outdoor-Aktivitäten automatisch mit der integrierten Unfallerkennung.

INTEGRIERTE SPORTAPPS

Nutze vorinstallierte Aktivitätsprofile für Laufen, Radfahren, Schwimmen, Krafttraining, Indoor-Klettern, virtuelles Lauftraining, Golf, Yoga, Pilates und mehr.

HIIT-TRAININGS

Bei diesem Aktivitätsprofil werden deine HIIT-Trainings (High-Intensity Interval Training) gespeichert, darunter AMRAP, EMOM, Tabata und benutzerdefinierte Trainings. Richte die Anzahl der Runden, der Belastungs-/Erholungsintervalle und mehr ein.

VO2MAX

Trainiere intelligenter mit VO2max. Der Wert gibt deine erwartete Leistung an. Es werden sogar Leistungsänderungen einbezogen, die durch Hitze oder Höhe verursacht werden könnten.

TÄGLICHE TRAININGSVORSCHLÄGE

Tägliche Trainingsvorschläge liefern Trainingsanweisungen, bei denen sowohl du selbst als auch dein Fitnesslevel berücksichtigt werden. Die Vorschläge basieren auf aktuellen Daten zu Trainingsbelastung und Trainingszustand.

ERHOLUNGSRATGEBER

Nach jedem Training gibt die Erholungszeit an, wann du für dein nächstes hartes Training bereit bist. Dabei werden die Trainingsintensität und Faktoren wie Stress, tägliche Aktivitäten und Schlaf einbezogen.

MTB DYNAMICS

Speichere die Details jeder Tour mit Mountainbike-Messwerten sowie speziellen Daten zu Grit™ und Flow™. Mit diesen Daten wird bewertet, wie schwierig der Trail und wie flüssig der Fahrstil bei Bergabfahrten ist, damit du Werte hast, die du beim nächsten Mal übertreffen kannst.

HERZFREQUENZMESSUNG AM HANDGELENK

Erhalte Daten zur berechneten Herzfrequenz³ sowie Alarmer, wenn deine Herzfrequenz während einer Ruhephase zu hoch oder zu niedrig ist. Erkenne, wie hart dein Herz bei Aktivitäten arbeitet.

BEHALTE DEN STRESS IM BLICK

Anhand der Herzfrequenzvariabilität wird dein Stresslevel berechnet, so siehst du, ob du einen ruhigen, einen ausgeglichenen oder einen anstrengenden Tag hast.

SCHLAFANALYSE MIT SLEEP SCORE

Erhalte vollständige Informationen zu deinem leichten, tiefen und REM-Schlaf. Zeige alle Daten in einem speziellen Widget an mit Schlafwert und Insights.

BODY BATTERY™-ENERGIELEVEL

Deine Garmin misst kontinuierlich deine Herzfrequenz und informiert dich mit Hilfe von Body Battery, wann du für dein nächstes Workout bereit bist. Sauerstoffsättigung im Blut und der Status deines Energielevels liefern dazu die notwendigen Informationen.

PULSE OX-SENSOR

Überwache deine Blutsauerstoffsättigung mit dem Pulse Ox Sensor4 und erkenne, wie sich die Sauerstoffsättigung deines Blutes in der Höhe oder beim Schlafen verändert. Nun siehst du, wie gut dein Körper Sauerstoff aufnimmt.

FITNESS-ALTER

Diese Funktion nutzt das chronologische Alter, deine wöchentliche Aktivität mit hoher Intensität, deinen Ruhepuls und deinen BMI, um zu berechnen, ob dein Körper jünger oder älter ist als du. Du kannst auch Tipps erhalten, um dein Fitness-Alter zu senken.

INTENSITÄTSMINUTEN

Zeichne auf, wie viele Minuten du mit hoher Intensität trainierst, wann du sie erhältst und bei welcher Aktivität. Zeige sie bei Aktivitäten mit Zeitangabe sogar als Datenfeld an.

MENSTRUATIONSZYKLUS-TRACKER

Verwende die Garmin Connect-App, um deinen Menstruationszyklus oder deine Schwangerschaft aufzuzeichnen. Speichere Symptome, erhalte Informationen zu Training und Ernährung u. v. m.

Garmin Instinct 2S, 2,01 cm (0.79"), MIP, GPS, 42 g

Garmin Instinct 2S. Bildschirmdiagonale: 2,01 cm (0.79"), Bildschirmtechnologie: MIP, Display-Auflösung: 156 x 156 Pixel. GPS. Gewicht: 42 g. Bandmaterial: Silikon, Armbandfarbe: Graphit, Bandgröße: Universalgröße

Merkmale

Energie

Batterielebensdauer	50 Tag(e)
Batterielebensdauer (GPS-Modus)	54 h

Lieferumfang

Betriebsanleitung	Ja
Ladegerät	Ja

Netzwerk

GPS	Ja
GLONASS	Ja
Galileo	Ja

Anschlüsse und Schnittstellen

Bluetooth	Ja
USB Anschluss	Nein
Nahfeldkommunikation (NFC)	Nein
WLAN	Nein

Leistungen

FM-Radio	Nein
Eingebautes Mikrofon	Nein
Eingebaute Lautsprecher	Nein
Integrierte Kamera	Nein

Gewicht und Abmessungen

Breite	40 mm
Tiefe	40 mm
Dicke	1,33 cm
Gewicht	42 g
Bandbreite	2 cm

Bildschirm

Bildschirmdiagonale	2,01 cm (0.79")
Bildschirmtechnologie	MIP
Anzeigegerät	20 x 20 mm
Display-Typ	Digital
Display-Auflösung	156 x 156 Pixel
Touchscreen	Nein
Uhrenglas-Typ	Corning Gorilla Glass

Design

Bandmaterial	Silikon
Bandgröße	Universalgröße
Objektivmaterial	Glas
Form	Rund
Handgelenkgröße	112 - 180 mm
Marktpositionierung	Smartwatch
Größe des Uhrengehäuses	40 mm
Vorgeschlagenes Geschlecht	Männlich
Farbe des Uhrengehäuses	Graphit
Material des Uhrengehäuses	Polymer
Armbandfarbe	Graphit
Verschlussart	Einzinken-Gurtschnalle
Wasserbeständigkeit	10 ATM

Merkmale

Herzfrequenzmonitor	Ja
Herzfrequenzmessung	Manuell
Blutsauerstoff-Sensor	Ja
Zurückgelegte Strecke	Ja
Beschleunigungsmesser	Ja
Aktivitäts-Tracker	Ja
Multisportmodus	Ja
Schlafqualität	Ja
Wetteranzeige	Ja
Timer	Ja
Elektronischer Kompass	Ja
Funktion zur Stressüberwachung	Ja
Barometrischer Höhenmesser	Ja
Wecker	Ja
Kalender	Ja
Stoppuhr	Ja
Intervalltraining	Ja
Laufsensor	Ja
Fortbildende Trainings	Ja
Sonnen- u. Mondauskunft	Ja
Echtzeit-Anleitung	Ja
Vorgeschlagene Erholungsphase	Ja
Empfohlene Aktivität	Fitness, Fahrradfahren, Laufen, Wandern
"Finde mein Telefon"-Funktion	Ja
Automatische Pause	Ja
Virtuelle Partner-Funktion	Ja
Rennen-Prädiktor	Ja
Laufdynamik	Ja
Thermometer	Ja
Höhenmesser	Ja

Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten. Alle Produkte solange der Vorrat reicht.