

Garmin® Forerunner 15: passo a passo para uma vida mais saudável



- O novo modelo da linha Forerunner conta com GPS e com um invejável conjunto de funcionalidades para ajudar os utilizadores a criarem hábitos para um estilo de vida mais saudável.
- Suporta medição de ritmo cardíaco, de consumo de calorias, de ritmo de corrida e conta com alertas de longos períodos de inatividade.
- Permite o acesso ao Garmin Connect™, a comunidade online de fitness, para análise do progresso, definição de objetivos de treino e partilha de atividades com outros utilizadores registados nesta comunidade ou em sites de social media.
- Com um preço super competitivo, está disponível como stand alone ou em bundle – com um monitor de ritmo cardíaco – em cinco elegantes combinações de cores e dois tamanhos diferentes.

Lisboa, 27 de maio de 2014 - A **Garmin**, líder mundial em soluções de navegação por satélite*, anunciou hoje o lançamento do **Forerunner 15**, um relógio de fitness com **GPS** que mantém os atletas motivados ao controlar a distância, o ritmo, as calorias, os recordes pessoais e o ritmo cardíaco¹. Para se certificar de que os utilizadores se mantêm ativos entre os treinos, o Forerunner 15 incorpora ainda um sistema de monitorização da atividade física diária, com contagem de passos e de calorias queimadas ao longo do dia. Este relógio de fitness conta mesmo com alertas de inatividade durante longos períodos de tempo, para avisar o utilizador da necessidade de exercitar o corpo. O Forerunner 15 é o parceiro ideal para treinos dentro e fora de portas e conta com o foot pod², para manter os treinos de corrida em passeadeira sob controlo absoluto.

Com o **sistema de monitorização de atividade física**, o utilizador assume total controlo dos seus objetivos de treino, acedendo à contagem de passos, calorias queimadas e distâncias percorridas, graças às funcionalidades de monitorização do Forerunner 15.

As pesquisas demonstram que os longos períodos de inatividade, como o trabalho sedentário, à secretária por exemplo, podem aumentar consideravelmente o risco de problemas de saúde, independentemente da existência de um rígido regime de

exercício físico. Um plano de pequenos intervalos para passeios a pé durante o dia pode ser essencial para inverter esta tendência. O Garmin Forerunner 15 não só ajuda os utilizadores a cumprirem os seus objetivos de exercício físico, como também contribui para a criação destes salutares hábitos que os mantêm ativos entre os períodos de exercício. O relógio disponibiliza um sistema de alertas para que o utilizador se lembre de exercitar o corpo ao fim de uma hora de inatividade – o sistema volta a reiniciar assim que identifica alguns minutos de passeio a pé.

O Forerunner 15 baseia-se nos princípios da simplicidade de uso e do design apelativo. A interface de utilização de apenas quatro botões permite um acesso rápido a opções como a gravação de tempos pessoais e a personalização de campos de dados que se adequam ao treino de cada pessoa. Resistente à água até uma profundidade de 50 metros, este modelo faculta informação detalhada sobre o ritmo do treino (com opção de ritmo da volta ou de ritmo médio do treino), em quaisquer condições meteorológicas. Além disso, a funcionalidade de **auto lap** avisa o utilizador sempre que mais um quilómetro foi cumprido, mantendo-o motivado.

Graças à compatibilidade com o **monitor de batimentos cardíacos** (adquirido separadamente em alguns modelos), o Forerunner 15 pode ajudar o utilizador a controlar a sua saúde. E se o utilizador quiser levar o controlo do plano de exercício um passo mais além, então a hipótese de emparelhamento com o **Foot Pod** é uma mais-valia essencial: com este acessório, o Forerunner 15 indica a distância e o ritmo das corridas na passadeira lá de casa ou do ginásio, para um acesso fácil e rápido aos dados do treino.

Acedendo a um Mac® ou PC, os utilizadores podem fazer o upload das suas atividades físicas para o Garmin Connect™, a conhecida comunidade online de fitness da marca, onde pode analisar o seu progresso, definir objetivos de treino e partilhar as atividades com outros utilizadores desta comunidade ou em sites de social media. É ainda possível rever uma corrida, verificar os progressos dos treinos diários, avaliar o ritmo cardíaco, ganhar distinções virtuais e aceitar desafios online para beneficiar de uma motivação diária ainda maior.

Com até cinco semanas de autonomia de bateria no modo de relógio/monitorização de atividade ou até oito horas no modo GPS, o Forerunner 15 pode ser usado como um relógio do dia à dia.

O Forerunner 15 está disponível em preto/verde, verde escuro/branco e violeta/branco com um mostrador e bracelete pequenos e em preto/azul e vermelho/preto com mostrador e bracelete de maiores dimensões. Os modelos já estão disponíveis por um preço recomendado de venda ao público de 149 e 179 euros (Bundle Heart Rate, que é vendido com um Monitor de Ritmo Cardíaco para usar junto ao peito).

“Estamos extremamente orgulhosos do Forerunner 15, que testemunha mais uma vez as capacidades da Garmin em conceber relógios para fitness repletos das mais inovadoras tecnologias e caracterizados por um design apelativo”, disse Natália Cabrera, diretora de marketing da Garmin Ibéria.

“Com um preço muito apelativo, este modelo foi concebido para utilizadores que queiram garantir um estilo de vida mais saudável e que pretendam seguir um equilibrado plano de exercício, com a ajuda de um relógio especialmente criado para ao ajudar a cumprir os seus objetivos”, conclui a mesma responsável.

O Forerunner 15 é o mais recente modelo do segmento de fitness da marca, que se foca em desenvolver tecnologias e inovações para melhorar as vidas dos utilizadores e em promover estilos de vida saudáveis e ativos. Seja em atividades de corrida, de ciclismo, ou outras opções de exercício, os equipamentos de fitness da Garmin estão a tornar-se ferramentas essenciais tanto para atletas de elite como para amadores.

Para saber mais sobre este produto ou outros e serviços de fitness da Garmin, visite www.garmin.com/intosports, www.garmin.blogs.com e <http://twitter.com/garmin>.
<https://www.facebook.com/GarminPT>.

Aceda [aqui](#) para obter todos os comunicados da Garmin Portugal.

* Fonte: 2011 NPD, GFK e dados Garmin.

¹ Em alguns modelos, é incluído um monitor de ritmo cardíaco. Vendido separadamente em outros modelos.

² Vendido separadamente.

Sobre a Garmin

O líder mundial em navegação por satélite, Garmin Ltd e as suas subsidiárias desenvolvem, fabricam e comercializam equipamentos de navegação, comunicações e informações desde 1989 – sendo que a grande maioria incorpora tecnologia GPS. Os seus produtos destinam-se a inúmeras aplicações nos mercados aeronáutico, marítimo, outdoor & fitness, OEM e automóvel. A Garmin Ltd. está sediada na Suíça e as suas principais subsidiárias estão situadas nos EUA, Taiwan e Reino Unido. Para mais informação, consulte: www.garmin.com/newsroom. Garmin é uma marca registada de Garmin Ltd.

Aviso sobre o conteúdo:

Este comunicado de imprensa contém informação sobre futuras ações relacionadas com a Garmin Ltd. e suas atividades comerciais. Todos os dados aqui contidos relacionados com lançamentos de produtos futuros da empresa são previsões e baseiam-se nas expectativas atuais do negócio da companhia. A informação, eventos e circunstâncias apresentados nos comunicados de imprensa podem, por isso, não ser realizados e os seus resultados reais diferir substancialmente como consequência dos fatores de risco conhecidos e desconhecidos que podem afetar a Garmin, incluindo, mas não limitado aos fatores de risco mencionados no relatório anual no formulário 10-K para o final de ano 25 de Dezembro, 2010, preenchido pela Garmin com a Comissão de Bolsa e Valores (arquivado na Comissão com o número 0-31983). Uma cópia deste formulário 10-K está disponível em www.garmin.com/aboutGarmin/invRelations/finReports.html. A Garmin não garante as ações futuras que podem estar contidas neste comunicado de imprensa, para além disso, estas só se referem à data em que o comunicado foi emitido. Independentemente de novos dados, eventos futuros ou qualquer outra circunstância, a empresa não tem obrigação de rever e atualizar a informação de forma periódica.

Para mais informações por favor contactar:

Ana Franco

EDC

936 101 395

ana.franco@edc.pt

Natália Cabrera

Diretora de Marketing Garmin Iberia SAU

0034 93 357 26 08

natalia.cabrera@garmin.com