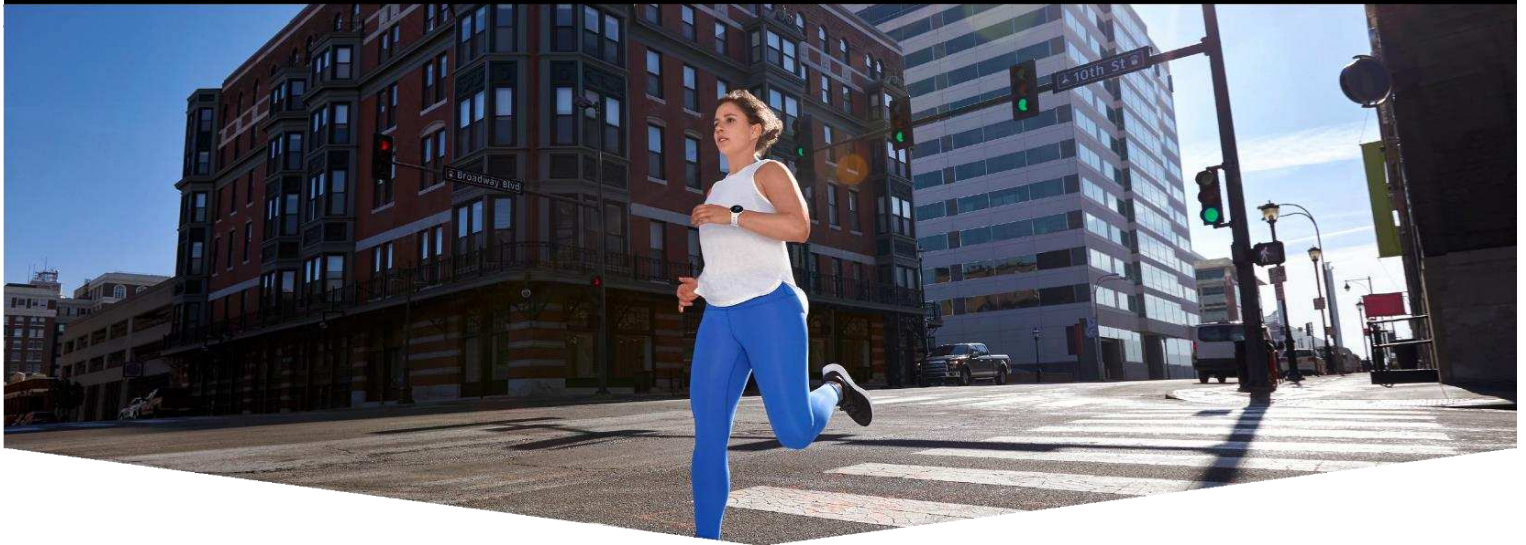


# FORERUNNER 55



## PRODUKTBESCHREIBUNG

Mit dieser GPS-Laufuhr steht deinen ersten sportlichen Erfolgen nichts mehr im Weg. Die Herzfrequenzmessung am Handgelenk sorgt zusammen mit den Pace- und Distanzangaben dafür, dass du deine Leistung stets im Blick behältst. Mit täglichen Trainingsempfehlungen und dem Garmin Laufcoach erhältst du Unterstützung, um deinen Zielen Schritt für Schritt ein bisschen näher zu kommen. Und dank der Erholungszeit weiß deine Garmin sogar, ob dein Körper für die nächste Aktivität bereit ist oder noch einen Tag Pause benötigt. Viele weitere Fitness- und Gesundheitsfunktionen helfen dir dabei, Sport und Alltag in Einklang zu bringen und fitter zu werden.

## PRODUKTABBILDUNG



## HIGHLIGHTS

- GPS-Laufuhr mit Always-On Farbdisplay
- Vorinstallierte Sportapps – Laufen, Radfahren, HIIT, Pilates, Atemübungen und mehr
- Umfassende Lauffunktionen wie u.a. Pace, Distanz, tägliche Trainingsempfehlungen und Garmin Coach
- Effektives Training durch 24/7 Herzfrequenzmessung und VO2Max
- Erholungszeit, Body Battery, Stresslevel und weitere Gesundheitsfunktionen
- Smarte Funktionen, wie u.a. Benachrichtigungen direkt auf die Uhr
- Batterielaufzeit von bis zu 14 Tage im Smartwatch- und bis zu 20 Stunden im GPS-Modus



## FEATURE ÜBERSICHT

## SCHLANKES DESIGN

GPS-Laufuhr mit hellem Always-On Farbdisplay und einem schlanken, leichten Gehäuse.

## SPORT-APPS

Bleibe in Bewegung dank vorinstallierter Sport-Apps für Laufen, Laufbandtraining oder Radfahren, Schwimmen, Pilates, HIIT, Atemübungen und mehr.

TRAININGS-  
EMPFEHLUNGEN

Tägliche Trainingsempfehlungen helfen dir, deinen Lauf basierend auf deiner Trainings-Historie, deinem Fitness-Level und der Erholungszeit zu optimieren.

## LAUFZEIT-PROGNOSE

Deine Laufuhr zeigt dir deine geschätzte Endzeit für 5 km, 10 km, Halbmarathon, Marathon oder einer individuell festgelegten Distanz.

## PACEPRO™

Die PacePro-Funktion<sup>3</sup> liefert eine dynamische Pace-Vorgabe unter Berücksichtigung des Streckenprofils und deiner Vorgabe, ob du die Anstiege moderat oder ambitioniert angehen willst.

24/7 HERZFREQUENZ-  
MESSUNG

Zeichne deine Herzfrequenz 24/7 auf. Die Forerunner 55 hilft dir dabei einzuschätzen, wie hart du während deinen Aktivitäten trainierst.

## VO2MAX

Trainiere intelligenter mit VO2max. Der Wert gibt deine erwartete Leistung an.

GESUNDHEITS-  
FUNKTIONEN

Zählt Schritte, Kalorien, Intensitätsminuten und erinnert dich daran, dich zu bewegen. Zudem unterstützen dich u.a. die Body Battery, 24/7 Atemfrequenz und das Stresslevel deinen aktiven Lifestyle.

## ERHOLUNGSZEIT

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

GPS, GLONASS,  
GALILEO

Verfolge dank integrierter Satellitensysteme wie weit, wie schnell und wo du gelaufen bist.

SICHERHEIT &  
TRACKING

Mit der Notfallhilfe und automatischen Unfallbenachrichtigung beim Laufen, Gehen und Radfahren bist du für den Ernstfall gerüstet. Mit LiveTrack kannst du zudem deine Position in Echtzeit mit anderen teilen.

## GARMIN COACH

Starte ein interaktives Training für deinen 5 km-, 10 km-Lauf oder Halbmarathon. Wähle aus drei Coaches, lass dir einen adaptiven Trainingsplan, mit vielen Informationen, nach deinem Zeitplan erstellen.

## SMARTE FUNKTIONEN

Koppele deine Uhr mit deinem Smartphone und erhalte Benachrichtigungen direkt auf dein Handgelenk. Individualisiere deine Laufuhr mit Apps, Datenfelder und mehr dank Connect IQ™.

SCHNELLWECHSEL-  
ARMBAND

Passe deine Forerunner 55 dank der Kompatibilität mit 20mm Schnellwechselarmbänder einfach dem jeweiligen Anlass an.

## BATTERIELAUFZEIT

Bis zu 14 Tage im Smartwatch-Modus und bis zu 20 Stunden im GPS-Modus.

## VERGLEICHSTABELLE

	FORERUNNER 45	FORERUNNER 55	FORERUNNER 245 MUSIC	FORERUNNER 745
Produktgewicht	36 g	37 g	38,5 g	47 g
Produktabmessungen	4,2 x 42 x 1,1 cm	4,2 x 4,2 x 1,1 cm	4,2 x 4,2 x 1,5 cm	4,38 x 4,38 x 1,33 cm
Handgelenksumfang	129 bis 197 mm	126 bis 203 mm	127 bis 204 mm	126 bis 216 mm
Displayglas	Chemisch verstärktes Glas	Chemisch verstärktes Glas	Corning® Gorilla® Glass 3	Corning® Gorilla® Glass DX
Displaytyp	Transflectives MIP	Transflectives MIP	Transflectives MIP	Transflectives MIP
Lünette	Faserverstärktes Polymer	Faserverstärktes Polymer	Faserverstärktes Polymer	Faserverstärktes Polymer
Displaygröße	2,6 cm (1,04")	2,6 cm (1,04")	3,04 cm (1,2")	3,04 cm (1,2")
Displayauflösung	208 x 208 pxl	208 x 208 pxl	240 x 240 pxl	240 x 240 pxl
Vorinstallierte Sport-Apps	5	Über 15	Über 18	Über 35
Tägliche Trainingsempfehlungen	○	light	●	●
Laufzeit-Prognose   geschätzte Zielzeit	○	●   ●	●   ●	●   ●
Garmin Coach	●	●	●	●
PacePro <sup>3</sup>	○	In App	●	●
VO2Max	●	●	●	●
Physiologische Messwerte	○	○	●	●
24/7 Herzfrequenzmessung <sup>1</sup>	●	●	●	●
Intensitätsminuten <sup>4</sup>	●	●	●	●
Fitnessalter <sup>4</sup>	In App	●	In App	●
Erholungszeit	○	●	●	●
24/7 Atemfrequenz <sup>4</sup>	○	●	○	●
Body Battery	●	●	●	●
Fitness-Tracking	●	●	●	●
Menstruationszyklus-Tracking	○	●	●	●
Sicherheit & Tracking	●	●	●	●
GPS   GLONASS   GALILEO	●   ●   ●	●   ●   ●	●   ●   ●	●   ●   ●
Smarte Funktionen	●	●	●	●
Garmin Music   Garmin Pay	○   ○	○   ○	●   ○	●   ●
Bluetooth   ANT+   WLAN	●   ●   ○	●   ●   ○	●   ●   ●	●   ●   ●
Wasserdichtigkeit <sup>5</sup>	5 ATM	5 ATM	5 ATM	5 ATM
Connect IQ <sup>3</sup>	Nur Displaydesigns	●	●	●
Kompatible Armbänder	Silikonarmband	20mm Schnellwechselarmband	20mm Schnellwechselarmband	22mm Wechselarmband
Batterielaufzeit				
Smartwatch-Modus	Bis zu 7 Tage	Bis zu 14 Tage	Bis zu 7 Tage	Bis zu 7 Tage
GPS-Modus	Bis zu 13 Stunden	Bis zu 20 Stunden	Bis zu 24 Stunden	Bis zu 16 Stunden

## GARMIN CONNECT APP



Die Garmin Connect App zeigt dir alle deine Performance-Statistiken an wie z.B. Herzfrequenz, Schritte, Daten zu deinen Aktivitäten und vieles mehr.



# FORERUNNER 55

## SCREENSHOTS



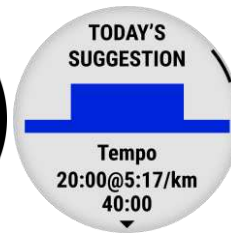
Sport-Apps



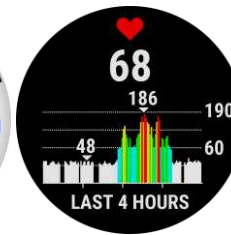
Aktivitätsdaten



Laufzeit-Prognose



Tägliche Trainingsempfehlung



Herzfrequenzmessung



VO2Max



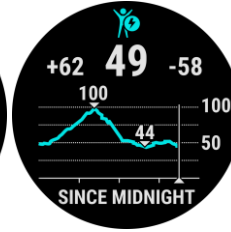
PacePro



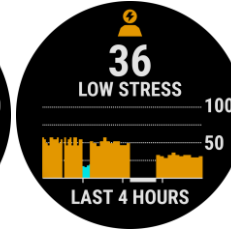
Übersicht



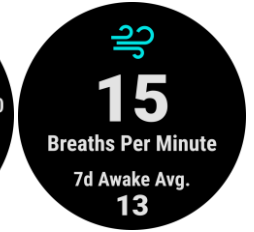
Erholungszeit



Body Battery



Stresslevel



Atemfrequenz

## PRODUKTPORTFOLIO



Artikelnummer	Artikelbezeichnung	EAN	UVP
010-02562-10	FORERUNNER 55 Schwarz mit Silikon-Wechselarmband 20mm	0753759279639	



Artikelnummer	Artikelbezeichnung	EAN	UVP
010-02562-11	FORERUNNER 55 Steinweiss/Schwarz mit Silikon-Wechselarmband 20mm	0753759279646	



Artikelnummer	Artikelbezeichnung	EAN	UVP
010-02562-12	FORERUNNER 55 Tuerkisblau/Schwarz mit Silikon-Wechselarmband 20mm	0753759279653	

**VERPACKUNG****LIEFERUMFANG**

1x Forerunner 55
1x Lade-/Datenkabel
1x Dokumentation

**LOGISTIKDATEN**

	<b>FORERUNNER 55</b>
Verpackungsabmessungen	6,8 cm x 13,7 cm x 6,7 cm
Verpackungsgewicht	170 g
Verpackungseinheit	1 Stück
Master Carton Abmessungen	30,5 cm x 31,5 cm x 38,1 cm
Master Carton Gewicht	8,6 kg
Master Carton Menge	40 Stück

**PASSENDES ZUBEHÖR**

<b>Artikelbezeichnung</b>	<b>Artikelnummer</b>	<b>EAN</b>	<b>UVP</b>	<b>Abbildung</b>
SILIKON-SCHNELLWECHSEL-ARMBAND 20 MM Schwarz Edelstahl-Teile in Silber	010-11251-9P	0753759281823		
SILIKON-SCHNELLWECHSEL-ARMBAND 20 MM Weiss Edelstahl-Teile in Silber	010-11251-9Q	0753759281830		
SILIKON-SCHNELLWECHSEL-ARMBAND 20 MM Tuerkisblau Edelstahl-Teile in Silber	010-11251-9R	0753759281847		
SILIKON-SCHNELLWECHSEL-ARMBAND 20 MM Dunkelgrau Edelstahl-Teile in Silber	010-11251-9S	0753759281854		
HRM-DUAL Herzfrequenz-Brustgurt	010-12883-00	0753759223137		

Weiteres Zubehör unter [Garmin.com](https://www.garmin.com)

<sup>1</sup>Mehr auf [Garmin.com/ataccuracy](https://www.garmin.com/ataccuracy)

<sup>2</sup>In Verbindung mit Garmin Connect App und Connect IQ App auf einem kompatiblen Smartphone. Siehe [Garmin.com/ble](https://www.garmin.com/ble)

<sup>3</sup>Forerunner 55 ist nicht Streckennavigation auf dem Gerät kompatibel. PacePro-Pläne basieren nur auf GPS.

<sup>4</sup>Mehr auf [Garmin.com/ataccuracy](https://www.garmin.com/ataccuracy)

<sup>5</sup>Details unter [Garmin.com/waterrating](https://www.garmin.com/waterrating)

**HINWEIS:**

Die Bluetooth® Wortmarke und Logos sind Eigentum der Bluetooth SIG, Inc. und jede Verwendung dieser Marken durch Garmin steht unter Lizenz.