

Forerunner®110



Le Forerunner 110 est le moyen le plus simple pour effectuer votre entraînement. Il est équipé d'un GPS pour mesurer la distance et la vitesse lors de vos sessions : très simple d'utilisation, il vous suffit d'appuyer sur « start » et de commencer votre activité.

Entraînez-vous plus intelligemment, pas plus dur

Que vous vous entraîniez pour votre premier 5 km ou sur une autre course, que vous souhaitiez gagner en vitesse ou améliorer votre forme, des données d'entraînement précises sont un élément clé. Le Forerunner 110 utilise un GPS pour enregistrer avec précision votre distance, votre temps et votre allure. Les données de chaque parcours sont enregistrées dans la montre. Consultez-les pour connaître vos performances de vos entraînements de la semaine passée ou du mois dernier. Vous pouvez également les télécharger sur notre site Web [Garmin Connect™](#) pour une analyse plus approfondie.

Simplicité d'utilisation

A présent, vous pouvez vous consacrer entièrement à votre course. Le Forerunner 110 est l'appareil d'entraînement le plus simple que nous ayons réalisé jusqu'à présent. Sortez-le de sa boîte et chargez la batterie. Répondez à quelques questions pour le paramétrage, sortez en extérieur pour capter les satellites. Appuyez ensuite sur « Start » et mettez-vous en route. A la fin de votre effort, appuyez sur « Stop ». C'est aussi simple que cela.

Ecoutez votre cœur

Certaines versions du Forerunner 110 (noir/rouge pour les hommes et gris/rose pour les femmes) sont équipées d'un moniteur de fréquence cardiaque qui affiche votre fréquence cardiaque en

nombre de battements par minute. Ce dernier propose également des calculs de calories ou de vos dépenses énergétiques à partir de la fréquence cardiaque pour vous permettre d'évaluer avec précision les calories que vous avez brûlées. Si vous achetez le Forerunner 110 noir/gris sans fréquence cardiaque, vous pouvez acquérir un moniteur de fréquence cardiaque Garmin à part ou utiliser une ceinture compatible ANT+™* si vous en possédez déjà une.

Stockez, analysez et partagez vos données

Les débutants et les coureurs expérimentés savent à quel point l'examen des données d'une course peut être motivant et fournir un retour d'information important pour améliorer ses propres performances. Vous pouvez effectuer le suivi de vos données sans difficulté avec Garmin Connect, notre site Web qui permet d'analyser et de partager gratuitement vos données. Il vous suffit de télécharger les données sur Garmin Connect depuis votre PC ou votre Mac. Vous pourrez alors suivre votre itinéraire sur une carte, afficher une synthèse de vos données d'entraînement, créer des objectifs, etc.

Rapide et précis

Le Forerunner 110 intègre le système de prévision par satellite HotFix™, qui lui permet de capter rapidement les signaux satellites. Vous pouvez ainsi commencer votre entraînement sans délai une fois que vous avez franchi la porte. Il intègre également un récepteur GPS haute sensibilité qui permet de rester connecté aux satellites, même à proximité d'immeubles ou dans les zones boisées.

*La technologie ANT+ sans fil du Forerunner fonctionne uniquement avec un moniteur de fréquence cardiaque ANT+, et avec aucun autre accessoire.