

Productspecificaties GARMIN Forerunner 245M zwart, zwart/wit en zwart/aqua

Schermgrootte, BxH	30,4 mm (1,2") diameter
Schermsolutie, BxH	240 x 240 pixels
GPS	Ja
Gewicht	38,5 g
Type scherm	In zonlicht afleesbaar, transflectief memory-in-pixel (MIP)
Levensduur van batterij	Horlogemodus: Tot 7 dagen; GPS-modus met muziek: Tot 6 uur; GPS-modus zonder muziek: Tot 24 uur

Kaarten en navigatie

Geheugen/geschiedenis	200 uur aan activiteitgegevens
-----------------------	--------------------------------

Kenmerken

Herhalen aan op" rusttimer	Ja
Kompas met 3 assen en HSI	Nee
Vergrendeling aanraking/knop	Ja
GPS-coördinaten	Ja
Live Event delen	alleen Android™
Audiomeldingen	Ja

Slaap	Ja (geavanceerd)
Garmin CourseView updates	Nee
Downloadbare trainingsplannen	Ja
Slagafstand berekenen (bereken de exact afstand voor slagen vanaf de hele baan)	Nee
Run/Walk/Stand detection	Ja
Closed Circuit Rebreather (CCR)	Nee
Hartslag van externe HRM (real-time tijdens rust, statistieken van intervallen en sessie tijdens rust en automatische download van hartslaggegevens na zwemmen)	Ja (met HRM-Tri, HRM-Swim, HRM-Pro of HRM-Pro Plus)
Compatibel met Varia™ radar (naar achteren gerichte radar)	Ja
SwingTempo (meet backswing- en downswingtijden als verhoudingsgetal)	Nee
Takentimers (2, 5, 10, 15, 20 en 30 minuten)	Nee
Speelt muziek af	Ja
APNEA-modus	Nee
Zwemworkouts	Ja
Modus Meerdere gassen	Nee
Muziekopslag	Ja
Virtual Racer™	Ja
Sneltoetsen	Nee
Modus Eén gas	Nee
Activiteitengeschiedenis op horloge	Ja
Grondcontacttijd en balans	Ja (met compatibel accessoire)

Auto max. HS	Ja
Dagelijkse aanbevolen workouts	Ja (beperkt)
Compatibel met Varia Vision™ (head-mounted display)	Ja
HS-waarschuwingen	Ja
Ondersteuning voor snelheids- en cadanssensor (met sensor)	Ja
Compatibel met Vector™	Nee
Trainingseffect (anaeroob)	Ja
Abnormale-hartslagwaarschuwingen	Ja (hoog en laag)
Verticale snelheid	Nee
Lactaatdrempel	Nee
Aanpasbare gegevenspagina's	Ja
Ongevaldetectiemelding op telefoon voor wearables	Ja
Race tegen een activiteit	Ja
Finishtijd	Ja
Hoogteprofiel	Nee
Configureerbare rondewaarschuwingen	Ja
Automatische synchronisatie (automatische gegevensoverdracht naar Garmin Connect)	Nee
Ongevallendetectie tijdens bepaalde activiteiten	Ja
PlaysLike afstand	Nee
Virtual Partner	Ja

VO2 Max (hardlopen)	Ja
Herinneringen voor ontspanning	Nee
Planner (herinneringen voor taken)	Nee
Physio TrueUp	Ja
Aanpasbare waarschuwingen	Ja
NEXRAD op een bewegende kaart	Nee
Terug naar start	Ja
Verticale oscillatie en ratio	Ja (met compatibel accessoire)
Trainingsbelasting	Ja
Hoogtemeter met instelbare luchtdruk	Nee
Grootte behuizing, BxLxH	42,3 x 42,3 x 12,2 mm, geschikt voor polsen met een omtrek van 127-204 mm
Bewegingsbalk (verschijnt op toestel na periode van inactiviteit; door een paar minuten te lopen, zet u de balk weer op nul)	Ja
Chronograaf	Nee
Beschikbare activiteitenprofielen voor de sportzaal	Krachtraining, cardiotraining, cross-training, trappen lopen, indoor roeien en yoga
Automatische hoogteaanpassing	Nee
Omgevingslichtsensor	Nee
Sierranden	Met glasvezel versterkt polymeer
Bestemming aantikken (tik op een bestemming op het scherm om de afstand weer te geven)	Nee
Hindernissen en doelen op de baan	Nee

Detectie slagtype (vrije slag, rugslag, borstcrawl, vlinderslag)	Ja
Compatibel met TruSwing™	Nee
UltraTrac modus	Ja
Afstand tot voorkant, midden en achterkant van de green	Nee
Kalender	Ja
Barometrische hoogtemeter	Nee
Ontgrendel nieuwe stappenpictogrammen	Nee
Weer	Ja
Auto Lap®	Ja
Tijd zon op/zon onder	Ja
Acclimatisering pulse oxymeter	Ja
Ontspanningsbeademingstimer	Ja
Verdiepingen omhoog	Nee
Ademhalingssnelheid (24x7)	Nee
% HS max.	Ja
% HSR	Ja
Standaard rusttimer (vanaf 0)	Ja
TracBack®	Ja
Classificatie waterbestendigheid	Zwemmen, 5 ATM
Geavanceerde fietsdynamica	Nee

Handicapscore	Nee
Geluidssignalen	Nee
Kleurenscherm	Ja
Meerdere fietsprofielen	Nee
Hartslagmeter om de pols (constant, elke seconde)	Ja
HS-zones	Ja
Auto rust	Ja
Statistieken bijhouden (slagen, putts per ronde, greens en fairways hit)	Nee
Connectiviteit	Bluetooth®, ANT+®, Wi-Fi®
Vind mijn telefoon	Ja
Staplengte (real-time)	Ja (met compatibel accessoire)
Slaapmonitoring (slaapscore en inzichten)	Nee
Aangepaste doelen	Nee
Ondersteuning voor downloadbare kaarten	Nee
Beschikbare hardlooppromfielen	Hardlopen, hardlopen op loopband, indoortrack en trail running
Fietsronde en maximaal vermogen per ronde (met vermogenssensor)	Nee
Stopwatch	Ja
Hardloopsessies	Ja
Meetwaarden zwemmen in open water (afstand, tempo, aantal slagen, slagsnelheid, calorieën)	Nee
Trainingseffect (aeroob)	Ja

Wereldwijde vliegvelddatabase(s)	Nee
Informatiepagina via-punten	Nee
Snelheids- en afstandsmeting via GPS	Ja
Rondritten/koersen maken (hardlopen/fietsen)	Nee
Oppervlakteberekening	Nee
Functie Vind mijn horloge	Ja
Geavanceerde workouts	Ja
Oplaadmethode	Garmin oplader met stekker
Trendline™ routeplanning op basis van populariteit	Nee
Strava functies (Beacon, Live Segments)	Nee
VIRB® afstandsbediening	Ja
Compatibiliteit met smartphone	iPhone® en Android™
Dubbele grid-coördinaten	Nee
HRM hardlooptempo en -afstand	Ja
TrueUp™	Ja
Timer	Ja
Meerdere tijdzondes met Zulu/UTC	Nee
Ondersteuning voor Trimix	Nee
Koersen (resultaten vergelijken met eerdere activiteiten)	Ja
Compatibel met Varia™ lampen	Ja

Thermometer	Ja (tempe™ sensor vereist)
Hydratie	Ja (in Garmin Connect™ en optionele Connect IQ™ widget)
Wekker	Ja
Draadloos vluchtplannen ontvangen van Garmin Pilot™	Nee
Group LiveTrack	Nee
Minuten intensieve training	Ja
Intervaltraining	Ja
Gyroscoop	Nee
Hartslagmeter aan de pols voor onder water	Ja
Tijd-/afstandwaarschuwing (er klinkt een alarm als u een doel hebt bereikt)	Ja
Compatibel met Garmin Connect™ Mobile	Ja
Aanraakscherm	Nee
Aftellen starten	Nee
Virtuele startstreep	Nee
VOORAF GEÏNSTALLEERDE TOPOGRAFISCHE KAARTEN	Nee
Zon- en maangegevens	Nee
ClimbPro™ klimrouteplanner	Nee
Nachtzichtmodus	Nee
Beschikbare zwemprofielen	Zwemmen in een zwembad
TempoTraining (hoorbare tonen geven ideale 3:1 backswing-downswing verhouding aan)	Nee

Move IQ™	Ja
Locaties onder water gaan en boven water komen worden automatisch opgeslagen	Nee
Ondersteuning voor snelheids- en cadanssensor (met sensor)	Ja
Garmin Elevate™ polshartslagmeter	Ja
HSV-stresstest (meet uw hartslag terwijl u 3 minuten stilstaat en voorziet u van een geschat stressniveau; de schaal hiervoor is 1 tot 100; lage scores geven een laag stressniveau aan)	Nee
GLONASS	Ja
Smartphone Meldingen	Ja
Peil en ga	Nee
Garmin Pay™	Nee
Automatische zomertijd	Ja
Pulse Ox bloedzuurstofsaturatie	Ja (spotcheck en optioneel in slaap)
Dieptesensor	Nee
Geprojecteerd waypoint	Nee
Kruimelspoor in real-time	Ja
Tijd/datum	Ja
Duiklogboek synchroniseren met Garmin Dive™ App	Nee
Beloningen (munten)	Nee
Verbrande calorieën	Ja
Aanpasbare activiteitenprofielen	Ja
Duik automatisch starten/beëindigen	Nee

Toe-to-Toe™ Uitdagingen app	Ja (optionele Connect IQ Toe-to-Toe™ Uitdagingen app)
Segmenten (Live, Garmin)	Nee
Connect IQ™ downloadbare watch faces, gegevensvelden, widgets en apps	Ja
HR Broadcast (zendt hartslaggegevens via ANT+™ naar gekoppelde apparaten)	Ja (met ANT+ of BLE)
Cadans (real-time aantal stappen per minuut)	Ja
Muziekbediening	Ja
Compatibel met vermogenmeters (geeft de vermogensgegevens weer van compatibele ANT+™-vermogenmeters van andere leveranciers)	Nee
Totale stijging/daling	Nee
Automatische multisportactiviteiten	Nee
Garmin fietskaart (navigeerbare wegenkaarten voor fietsers)	Nee
PinPointer	Nee
Verbeterde hersteltijd	Ja
Stappenteller	Ja
Banden met snelsluiting	Ja (20 mm, industriestandaard)
APNEA-jachtmodus	Nee
Speeldoel van 60 minuten	Nee
Automatisch klimmen tijdens trailrun	Nee
Meerdere sporten	Nee
Taken	Nee
Barometrische trendindicator	Nee

Automatische herhalingsteller	Ja
LiveTrack	Ja
Bewegende kaart met via-punten voor de luchtvaart	Nee
HS-calorieën	Ja
Navigatie van punt naar punt	Ja
Ankeralarm	Nee
Metermodus	Nee
PacePro™ tempostrategieën	Ja
Garmin Connect™ Uitdagingen-app	Ja (optionele Connect IQ app)
Afstand tot layups/doglegs	Nee
XERO™ locaties	Nee
Auto Pause®	Ja
De hele dag stress volgen	Ja
Hardlooptdynamiek	Ja (met compatibel accessoire)
Volledige vectorkaart	Nee
Koersassistentimodus	Nee
Body Battery™ energiemonitor	Ja
Wereldwijde databases voor navigatiepunten en kruispunten	Nee
Beschikbare fietsprofielen	Buiten of binnen fietsen
Voorspellend hoogteprofiel	Nee

Versnellingsmeter	Ja
Hersteltijd	Ja
Sms-antwoord/telefoongesprek weigeren met sms (alleen Android™)	Ja
Mijn omgeving modus	Nee
Jaag-/viskalender	Nee
Training registreren	Ja
Vooraf geladen met 42.000 banen wereldwijd	Nee
Koersbegeleiding	Ja
Bandmateriaal	Siliconen
Tijdsynchronisatie via GPS	Ja
Afteltimer	Nee
Auto Scroll	Ja
Analoge wijzers	Nee
Rondetimer/kilometerteller	Nee
Kompas	Ja
Lenzen	Corning® Gorilla® glass 3
Cardiotrainingen	Ja
Handmatige positionering	Nee
Prestatieconditie	Ja
Krachttraining	Ja

Galileo	Ja
Afstand tot bestemming	Ja
Gezondheidstracking voor vrouwen	Ja (in Garmin Connect™ en optionele Connect IQ™ widget)
Trainingsstatus	Ja
Handmatige ronde	Ja
Afgelegde afstand	Ja
Meetwaarden zwemmen in zwembad (aantal banen, afstand, tempo, aantal slagen, slagsnelheid, calorieën)	Ja
Afstand, duur en snelheid op basis van GPS	Ja
Dagelijkse hartslagmeting bij rust	Ja
Automatisch doel (leert uw activiteitsniveau en wijst een dagelijks stapdoel toe)	Ja
Garmin AutoShot™	Nee
Fitnessleeftijd	Ja (in app)
Ondersteuning voor Nitrox	Nee
FTP (Functional Threshold Power)	Nee
Snelheidsindicator stijgen/dalen tijdens duik	Nee
Ingebouwde barometer en getijdentabellen	Nee
Hulp	Ja
Raceprognose	Ja