

光量調節機能が信頼性を高める!



脈拍計測機能付きGPSトレーニングウォッチ

ForeAthlete225J

フォアアスリート225ジェイ

2015年8月版

Accessory option

ベルト交換キット(黒)



品番:1125177 ¥4,000(税別)

ベルト交換キット(赤)



品番:1125179 ¥4,000(税別)

チャージングクレードル



品番:1125180 ¥4,000(税別)

ラバーライトシール



品番:1125181 ¥1,200(税別)

外部バッテリーセット



品番:1064402 ¥12,500(税別)

プレミアムハートレートセンサー



品番:1099710 ¥8,000(税別)

軽量フットポッド SDM4



品番:1109200 ¥12,000(税別)

ACアダプタ(USB)



品番:1063502 ¥2,500(税別)

フィットネスキャリングケース



品番:1071801 ¥3,200(税別)

Spec

基本仕様	サイズ(mm)	W45×H48×D16	基本仕様	使用電池	充電式リチウムイオン電池	
	重量	54g		心拍計	○(光学式センサー内蔵)	
	ディスプレイ	サイズ(mm)		W25.4×H25.4	小型フットポッド	○(別売)
		ピクセル数		カラー 180x180ピクセル	データ容量	約200時間
	低反射液晶	○		取得可能データ	タイム、距離、ペース、スピード、ピッチ、ストライド、カロリー、心拍など18種類	
	ボタン	5個		トレーニングの種類	マイワークアウト、インターバル、各種アラート(心拍、ラン&ウォーク、ペース、時間、距離)	
	稼働時間	GPS時:10時間/時計時:約4週間		自動ポーズ	○	
	防水	50m完全防水		自動ラップ	○	
	GPSチップ	みちびき対応高感度タイプ(アシストGPS対応)		ライフログ機能	○	
	GPS精度	1.0mRMS		アラート通知	○	
	GPS更新周期	1秒		自動スクロール	○	
	センサーインターフェース	ANT+Sports/ハートレート、フットポッド		時計機能	○(日時、曜日、アラーム)	
	PCインターフェース	Bluetooth、USB		データ管理	クラウド上の「Garmin Connect」でデータ管理と公開が可能	
	Gセンサー	○本体に内蔵		付属品	チャージングケーブル、日本語マニュアル	
バックライト	マニュアル点灯	○				
	オート点灯	○				

お問い合わせ

iiyo.net

GARMIN社正規代理店【日本販売元】
株式会社いいよねっと

www.iiyo.net
info@iiyo.net

〒354-0036 埼玉県富士見市ふじみ野東1-7-6 Tel: 049-267-9114 Fax: 049-267-9124

ForeAthleteシリーズ初の光学式心拍センサー内蔵



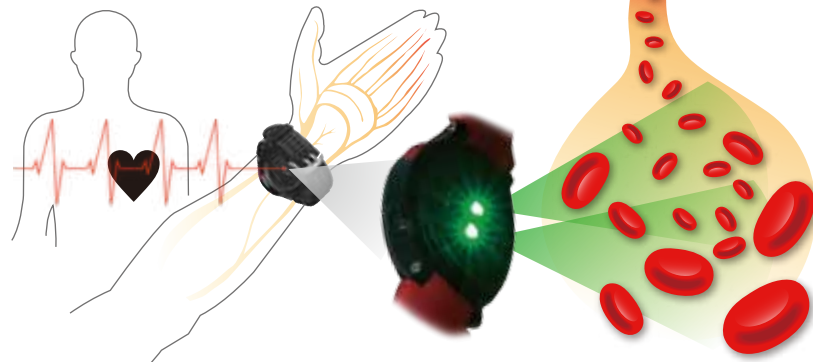
ForeAthlete225J

品番：147216 UPC：753759149802

¥33,800(税別)



NEW



光学式心拍センサーの原理

血管に流れる血液(ヘモグロビン)に緑の光を照射するとヘモグロビンは光を吸収する特性があります。吸収されずに反射された光をデバイスの受光部で読み取り心拍数(脈拍)を計測しています。
※血管には心臓の鼓動と同じタイミングで血液の量が変わっており反射した光量も同じタイミングで変化する事で計測が可能になります。
※不整脈などの場合は正しく計測できない場合がございます。

トレーニング以外でも心拍数を確認可能

トレーニングを行っていない時計モード中でもボタンひとつで心拍数を表示する事ができライフログ機能と組み合わせる事で健康管理にも役立ちます。
※計測は出来ますが本体内に記録されません。



計測開始から約30秒間表示します

心拍ゾーンゲージ

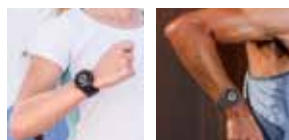
心拍ゾーンゲージページには5段階に色分けされた心拍ゾーンゲージと現在の心拍数が表示され目標に応じた効果的なトレーニングを行う事が可能になります。



トレーニングの名称	状態	目的・効果
ゾーン 最大心拍の%		
リラックス トレーニング	心身ともにリラックスしたランニング強度。息を切らさず、会話が弾む。	<有酸素能力の基礎> LSD (Long Slow Distance)、ヒギナーの初期トレーニング、基礎体力作り。
1 50%~60%		
イージー トレーニング	快適さを感じるランニング強度。会話をすることが出来る。	<有酸素能力の向上> 効果的な脂肪燃焼効率、体力の向上。
2 60%~70%		
モデレート トレーニング	ややきついランニング強度。会話を続けることが難しい。	<有酸素能力のさらなる向上> 効果的な持久力を養成する。マラソントレーニングに適している。
3 70%~80%		
ハード トレーニング	かなりきついランニング強度。会話をすることができない。	<無酸素性能力の向上> 走力のある、専門的なトレーニングを積んだランナー向け。乳酸耐性の向上。
4 80%~90%		
エキスパート トレーニング	ほぼ全力で行うランニング強度。呼吸は相当きつい。	<最大酸素摂取量の訓練> 鍛えられたアスリートのトレーニングレベル。実際のレースやタイムトライアル、とても短いインターバル。最大酸素摂取量を刺激し、トレーニングの初期レベルによっては増加する。
5 90%~100%		

自動光量調整とラバーライトシールで精度アップ

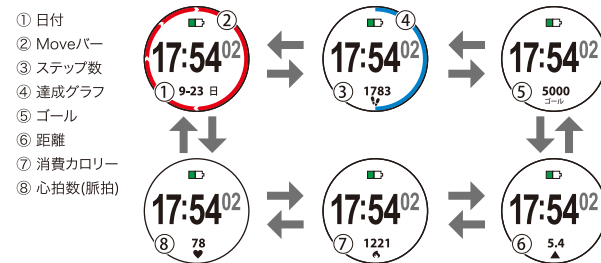
光学式心拍センサーは、反射する光の微妙な差を読み取り動作しています。この方式では、装着する腕の皮膚の色や装着状況などにより計測しづらい事がありました。これに対応するため、ForeAthlete225Jでは「自動光量調整機能」を採用し、日焼けした肌やランニング中の振動で一瞬センサーが腕から離れてしまうシーンでも安定した計測を可能としています。また、それに加え「ラバーライトシール」の採用で光の漏れも防ぎます。



ラバーライトシール

ライフログ機能

1日のステップ数、ゴール、距離など時計モード中の画面に表示、また心拍数を計測する事も出来るので現在の心拍数を瞬時に確認可能
※睡眠モードはありません。



HARD WARE 機能

みちびき対応

ゲーミングが世界で最初に対応した「みちびき」の受信により市街地のGPS精度がアップ



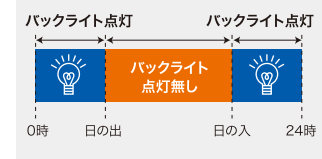
Gセンサー内蔵

ForeAthlete225Jは内蔵されたGセンサーにより腕の振りを検出して計測をする事が出来ます。これにより、衛星捕捉条件の悪いトンネルや屋内トレーニングでも距離の計測が可能になりました。



省エネ「ナイトモード」搭載

「キー&アラート(ナイト)」は夜間(日の出から日の入り)はキー操作やポップアップ時にバックライトを点灯させ、昼間はバックライトを点灯させない機能です。



見やすい低反射カラーディスプレイ

「文字で操作案内」が特徴のフォアアスリート。さらに高解像になった液晶ディスプレイにより漢字など細かい文字も鮮明に認識でき、容易な操作やストレスのない快適ランニングを導きます。



50m完全防水

日常生活での安心使用はもちろんのこと、激しい雨の中やシャワーや入浴でも安心してお使い頂けます。



バイブレーションアラート通知

ビー音のみならずメッセージ表示時に自動点灯するバックライトのみならず、振動が大きいバイブレーション機能が搭載されているので、大会などの人混みや騒音環境でも、的確に情報を伝えてくれます。



FUNCTIONS 性能

距離/スピード・ペース/タイム表示

GPSまたは各センサーの各情報をリアルタイムに表示。屋外での視認性を配慮した見やすい画面が快適なランニングをサポートします。



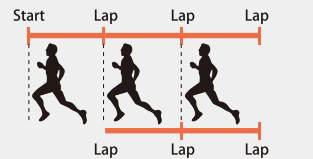
各種トレーニング機能

豊富なトレーニングメニューがあなたのトレーニングをサポートします。マイワークアウト、インターバル、各種アラート(心拍、ラン&ウォーク、ペース、時間、距離、ピッチ、カロリー機能搭載)。

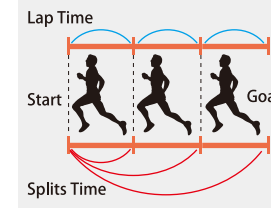


距離だけでなく「位置」でもラップを取得

設定した距離だけでなく、スタートボタンやラップボタンを押した場所を通過するとことにより、自動でラップを取得します。これにより、周回コースでは毎回同じ場所でラップを切る事が可能になり、周回数も確認できます。



ラップ取得時にスプリットタイム(積算時間)が表示可能



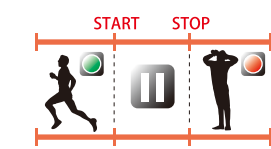
履歴確認機能

大容量のトレーニングデータを保存できるので、練習日誌管理も簡単です。トレーニング毎、ラップ毎の「距離」「タイム」「ペース(スピード)」「消費カロリー」「平均心拍数」などの確認が可能です。PC管理ソフトではグラフ表示にて分かり易くデータを振り返ることができます。



自動ポーズ

信号待ちなどの停止時はタイム計測を自動で中断し、動き始めると計測が再開されます。また、設定したスピード以下でタイムを停止することも可能。



GarminConnect/GarminConnectMobile

ゲーミングが運営する「Garmin Connect」「GarminConnect Mobile(Android/iOS)」へトレーニングデータをアップロード・ダウンロードする事によりトレーニングデータの管理や公開が可能。

Live Track

Live Track機能は、Bluetooth通信を利用してスマートフォンと接続し、現在走行している場所やペースなどのランニング情報をリアルタイムにウェブ上で公開できる機能。友人やチーム間などで、自分が今どこを走っているかを共有することにより観戦が便利他、仲間との一体感も向上し、ランニングがますます楽しくなる機能です。

