

Teknisk Specifikation

Instinct® Solar

Fysisk aktivitet och prestation

GPS	Ja
Skärmupplösning, B x H	128 x 128 bildpunkter
Vikt	53 g
Skärmtyp	Monokrom, läsbar i solljus, transflektiv MIP (memory-in-pixel)
Batteritid	Smartwatch: upp till 24 dagar/54 dagar med solenergi* Batterisparläge: upp till 56 dagar/obegränsat med solenergi* GPS: upp till 30 timmar/38 timmar med solenergi* Maxbatteri i GPS-läge: upp till 70 timmar/145 timmar med solenergi** GPS för expeditonsaktivitet: upp till 28 dagar/68 dagar med solenergi* *Solenergiladdning, vid användning hela dagen med 3 timmar per dag utomhus i förhållanden med 50 000 lux **Solenergiladdning, vid användning i förhållanden med 50 000 lux
Skärmstorlek, B x H	Anpassad design med två fönster, 23 x 23 mm (0,9 x 0,9 tum)

Kartor och navigering

Minne/historik	16 MB
----------------	-------

Funktioner

Batterisparfunktion – anpassningsbart standbyläge	Ja
Konditionsträning	Ja
Tid/datum	yes
% HRR	Ja
Återstående gastid	Nej
Vattenklassning	10 ATM
Runt omkring mig-läge	Nej
Helsluten rebreather (CCR)	Nej
Anpassade skärmar för dykdata	Nej
Sparar automatiskt dykningens nedstignings- och uppstigningsplatser	Nej
Training Effect (anaerob)	Nej
Automatisk vila	Nej
TruSwing™-kompatibel	Nej

Anpassningsbara datasidor	Ja
HR Broadcast (sänder pulsdata via ANT+™ till parkopplade enheter)	Ja
Ankringslarm	Nej
Hinder och mål på banan	Nej
Träningsloggning	Ja
Garmin AutoShot™	Nej
TracBack®	Ja
Bläddra automatiskt	Ja
Världsomspännande flygplatsdatabas(er)	Nej
Musikkontroll	Ja
Smygläge	Nej
3-axlad kompass med HSI	Nej
Givare för omgivande ljus	Nej
Värme- och höjdacklimatisering	Nej
Hämtningsbara träningsprogram	Ja
Nedräkningstimer	Nej
Pulszoner	Ja
Punkt-till-punkt-navigering	Ja
Poäng för repeterbara varvtider (LTR)	Nej
Sluttid	Ja
Statistikspårning (slag, puttar per runda, green- och fairwayträffar och genomsnittlig slaglängd)	Nej
Tävla i en aktivitet	Ja
Stegräknare	Ja
Löppass	Ja
Stöd för nitrox	Nej
Händelsedelning i realtid	Nej
Manuellt varv	Ja
Tillryggalagd sträcka	Ja
Pulsoximetri som mäter blodets syremättnad	Nej
Kompatibel med Garmin Connect™ Mobile	Ja
Träningsstatus (gör att du kan se om du tränar effektivt genom att hålla koll på träningsdata, som VO2 max och anaerob tröskel, och jämföra dem med senaste data)	Nej
Kill switch	Nej
Ta emot färdplaner trådlöst från Garmin Pilot™	Nej
Framtida höjdprofil	Ja
Mätarläge	Nej
Automatisk dykstart/-slut	Nej

Mäter slaglängd (beräknar exakt avstånd för slag från valfri plats på banan)	Nej
Gasförbrukningstakt	Nej
Banor (tävla mot tidigare aktiviteter)	Ja
Konditionsålder	Nej
Galileo	Ja
Manuella multisportaktiviteter	Nej
Distans till destination	Ja
Smartphonekompatibilitet	iPhone®, Android™
Puls – % av max	Ja
Styrketräning	Ja
Ljudlarm	Nej
Glaset material	Power Glass™
Förinlästa tävlingsbanor	Nej
Kompatibel med automatisk klubbspårning (behöver tillbehör)	Nej
Kalender	Ja
Garmin-cykelkarta (farbar, cyklingsspecifik vägkarta)	Nej
Hitta min telefon	Ja
Pulsmätning vid handleden (konstant, varje sekund)	Ja
Textsvar/avvisa telefonsamtal med sms (endast Android™)	Ja
Ansluten GPS	Nej
Kompatibel med Varia™-lampor	Nej
Daglig vilopuls	Ja
Training Effect (aerob)	Nej
Tempoaviseringar (endast simning i bassäng)	Nej
Mörkerseendeläge	Nej
Indikator för barometrisk trend	Ja
Anpassningsbara aktivitetsprofiler	Ja
Pulskalorier	Ja
Förinlästa skidortskartor	Nej
Prestationsförhållande (när du sprungit i 6–20 minuter jämförs din realtidskondition med dina genomsnittliga konditionsnivåer)	Nej
Jakt-/fiskekalender	Nej
Larmklocka	Ja
LiveTrack	Ja
Dubbla nätkoordinater	Ja
Hjälp	Nej
Tillgängliga profiler för cykling	Cykling, cykling inomhus, mountainbikecykling
Remmens material	Silikon
Auto Lap®	Ja

Auto Pause®	Ja
Hastighetsindikator för uppstigning/nedstigning vid dykning	Nej
PlaysLike-avstånd	Nej
Uppgiftstimer (2, 5, 10, 15, 20 och 30 minuter)	Nej
Kompatibel med Varia Vision™ (skärm som fästs vid huvudet)	Nej
Aktivitetshistorik på klockan	Ja
Avancerade pass	Ja
Streaming av båtdata	no
Simdata för öppet vatten (distans, tempo, antal simtag/simtagstempo, kalorier)	Ja
Body Battery™, energimätare	Ja
Kryssningsguidningsläge	Nej
Läge för flera gaser	Nej
Träningsbelastning (kombinerar puls och VO2 Max för att poängsätta din intensitet under 28 dagar för att se till att du befinner dig inom det optimala intervallet för att nå ditt mål)	Nej
Stormvarning	Ja
Kraftmätarkompatibel (visar kraftdata från tredje parts kompatibla ANT+™-aktiverade kraftmätare)	Nej
Spårtimer	Nej
Quick release bands	Nej
Trendline™-ruttdragning efter popularitet	Nej
Andningsfrekvens (under träning)	Nej
Markkontakttid och balans (visar hur lång tid under löprörelsen som din fot är i kontakt med marken istället för i luften och ger dig möjlighet att kontrollera din löpsymmetri)	Nej
XERO™-platser	Ja
Vindhastighet och -riktning (kräver anslutning till golf-appen)	Nej
Avstånd till F/M/B (avståndet till främre, mitre och bakre delen av greenen)	Nej
Material i höljet	Fiberförstärkt polymer
Gyroskop	Nej
Infattningens material	Fiberförstärkt polymer
Automatisk maxpuls	Ja
Varningar för onormal puls	Ja (högt och lågt)
Analog visare	Nej
Tränings belastningsfokus	Nej
Kompass	Ja

FTP (Functional Threshold Power)	Nej
Termometer	Ja
Vägledning längs banan	Ja
Orientering	Nej
Tids- och avståndsaviseringar	Ja
Djupsensor	Nej
Barometrisk höjdmätare	Ja
Områdesberäkning	Ja
GPS-tidssynkronisering	Ja
Tävlingsapp	Nej
Spelmål på 60 minuter	Nej
Börja nedräkning	Nej
Cykelvarv och maximal kraft för varv (med kraftsensor)	Nej
Automatisk repetitionsräkning	Ja
Höljets storlek, B x L x H	45 x 45 x 15,3 mm Passar handleder med en omkrets på 132–224 mm
APNEA-jaktläge	Nej
Fullständig vektorkarta	Nej
VIRB®-fjärrkontroll	Ja
Rundtimer/total distans	Nej
Identifiering av simtagstyp (frisim, ryggsim, bröstsim, fjärilsim)	Ja
Syremättnadsacklimatisering	Ja
Andningsfrekvens (24x7)	Nej
GLONASS	Ja
Schemaläggare (påminnelser om sysslor)	Nej
Projicerad waypoint	Ja
ClimbPro™-stigningsplanerare	Nej
Tid för soluppgång/solnedgång	Ja
Funktionen Hitta min klocka	Ja
PacePro™-tempostrategier	Nej
Kadens (antalet steg per minut i realtid)	Ja (ANT+®- och Bluetooth® Smart-sensorer)
Förinlästa TopoActive kartor	Nej
Vertikal rörelse och kvot vertikal rörelse/steglängd (graden av "studs" i din löprörelse och förhållandet mellan nack-/fördel och steglängd)	Nej
Kadens (antal steg per minut i realtid)	Ja
GPS-fart och -distans	Ja
Hushållssysslor	Nej
Tillgängliga profiler för gymaktiviteter	Styrketräning, konditionsträning och crosstrainer, trappmaskin, träning i trappor, inomhusrodd och yoga
Spänningsspårning hela dagen	Ja
Kritisk simhastighet	Nej

Enhet-till-enhet-rutt/platsdelning	Nej
Händsedetektering under utvalda aktiviteter	Nej
Autopilotstyrning	no
Stöd för fart- och kadenssensor (med sensor)	Ja
Move IQ™	Ja
Sol- och måninformation	Ja
Tidsdifferenser i realtid	Nej
Hjärtfrekvens (realtid under vila, intervalls- och passtatistik under vila och automatisk hämtning av hjärtfrekvens efter simning)	Nej
Simpass	Ja
Utmaningen Toe-to-Toe™	Nej
Tillbaka till start	Ja
Automatiskt sommartid	Ja
Vätskeintag	Ja (i Garmin Connect™)
Virtual Partner	Ja
Smartaviseringar	Ja
Tillgängliga profiler för simning	simning i bassäng, simning på öppet vatten
Greenvy med manuell flaggplacering	Nej
Handledspuls under vatten	Ja
Skapare för tur- och returbanor (löpning/cykling)	Nej
Kronograf	Nej
Yoga träning	Nej
Väder	Ja
Simdata för bassäng (längder, distans, tempo, antal simtag/simtagstempo, kalorier)	Ja
Tides	Ja
Intervallträning	Ja
Flera tidszoner med Zulu/UTC	Nej
Peka på mätpunkt (peka på mätpunkten på skärmen för att visa avstånd till en punkt)	Nej
Läge för enkel gas	Nej
Strava-funktioner (Beacon, segment i realtid)	Nej
Förutsäg tävlingstider	Nej
Stöd för trimix	Nej
Antal sändare som stöds	Nej
Anslutningar	Bluetooth®, ANT+®
Återhämtningstid	Nej
Kommer med 41 000 förinlästa golfbanor världen över	Nej

Synkronisera dykloggen med Garmin Dive™ -appen	Nej
Färgskärm	Nej
Garmin Pay™	Nej
Träningsanimationer på skärmen	Nej
Kompatibel med BaseCamp™	Ja
Belöningar (mynt)	Nej
Virtuell startlinje	Nej
Inbyggd barometer och tidvattentabeller	Nej
Höjdmätare med justerbar barometerinställning	Nej
Connex avionics connectivity	Nej
Automatiska CourseView-uppdateringar	Nej
Tillgängliga friluftsp profiler	Surfning, stand up paddle, rodd, kajakpaddling, vandring, klättring, mountainbikecykling, utförsåkning, snowboardåkning, längdskidåkning, fiske, jakt, taktisk
Automatisk synkronisering (överför automatiskt data till Garmin Connect)	Nej
Intensiva minuter	Ja
Automatiskt mål (lär sig din aktivitetsnivå och ger dig ett dagligt stegmål)	Ja
Automatiska multisportaktiviteter	Nej
Steglängd (realtid)	Nej
Stoppur	Ja
Sömnövervakning	Ja
Löpdynamik	Nej
HRV-belastningstest (Mäter din pulsvariabilitet i 3 minuter när du står still, för att ge dig en beräknad stressnivå. Skalan för denna är 1 till 100, där låga poäng indikerar lägre stressnivåer.)	Nej
Grundläggande vilotimer (upp från 0)	Ja
Stöd för hämtningsbara kartor	Nej
Avslappningspåminnelser	Nej
VO2 Max	Nej
Expedition GPS Activity	Ja
Mjölksyratröskel (genom analys av ditt tempo och din puls beräknas den punkt där musklerna snabbt börjar bli trötta)	Nej
GPS-koordinater	Ja
Physio TrueUp	Ja
Stöd för Subwave™	Nej
Sammanfattning senaste tävling	Nej

Kompatibel med Vector™	Nej
Segment (i realtid, Garmin)	Nej
Lås upp nya steg	Nej
Pulsvarningar	Ja
Kortkommandon	Ja
Energilägen - anpassningsbara batteriinställningar vid aktivitet	Ja
"Upprepa vid" vilotimer	Ja
SMS utan telefon	Nej
Avancerad sömnövervakning (sömnresultat och information)	Nej
Accelerometer	Ja
Avstånd till layups/doglegs	Nej
Handicap-score	Nej
GPS-baserad distans, tid och tempo	Ja
NAVAID för hela världen och korsningsdatabas(er)	Nej
Förbrända kalorier	Ja
Pek- och/eller knapplås	Ja
Stöd för avancerad Vector	Nej
Trailrun automatisk klättring	Ja
Konfigurerbara varvvarningar	Ja
Ljuduppmaningar	Ja
Timer	Ja
NEXRAD på rörlig karta	Nej
TrueUp™	Ja
Connect IQ™ (hämtningsbara urtavlor, datafält, widgets och appar)	Nej
UltraTrac mode	Ja
Vertikal fart	Ja
Tillgängliga profiler för löpning	Löpning, löpbandslöpning, banlöpning inomhus, terränglöpning
Pekskärm	Nej
Antal våningar upp	Ja
Elektroniskt spår i realtid när du förflyttar dig	Ja
Höjdprofil	Ja
Rörelsestapel (visas på enheten efter en viss tids inaktivitet. Gå i några minuter för att återställa den)	Ja
Anpassade mål	Nej
PinPointer	Nej
Spelar musik	Nej
QuickFit™-klockarmband	Ja (22 mm)
Sikta och kör	Ja
Timer för avslappnande andning	Ja
TempoTraining (ljuds signaler förmedlar det idealiska förhållandet 3:1 mellan baksving och nedsving)	Nej

Tidvatten	Nej
Garmin Elevate™-pulsmätare vid handleden	Ja
APNEA-läge	Nej
Pilates-träning	Nej
Informationssida för waypoints	Nej
SwingTempo (mäter tidsförhållandet mellan baksving och nedsving)	Nej
Group LiveTrack	Nej
Tids-/distansvarning (utlöser ett larm när du nått målet)	Ja
Rörlig karta med flyg-waypoints	Nej
Automatisk höjdjustering	Nej
Menstruationscykel	Ja (i Garmin Connect™)
Virtual caddie	Nej
In-flight Pulse Ox	Nej
Kompatibel med Varia™-radar (bakåtriktad radar)	Nej
Luftintegrering	Nej
Virtual Racer™	Ja
Främsta fördel (Training Effect-etiketter)	Nej
Anpassningsbara varningsmeddelanden	Ja
Automatiska mellantider för varv	Nej
Flera cykelprofiler	Nej
Totalt uppför/nedför	Ja