

## PANORAMICA:

Allenati per il tuo "Personal Best" con lo smartwatch Forerunner 165, progettato per i runner di qualsiasi livello. Grazie alla rilevazione dei tanti dati annessi al passo, distanza e frequenza cardiaca, vedrai i tuoi progressi sul display **touchscreen AMOLED**, e con i piani di allenamento Garmin Coach raggiungerai i tuoi obiettivi, che siano preparare una 10k, una mezza oppure una maratona. Già al risveglio con il report mattutino riceverai una serie di approfondimenti come una panoramica del sonno, del recupero e delle prospettive di allenamento (i dati presentati sono da intendersi come una stima accurata delle metriche monitorate) per iniziare col passo giusto la giornata. Il Forerunner 165 ti indica come l'allenamento influenzi la tua forma fisica e misura il tempo di recupero per sapere quanto tempo prenderti prima del prossimo allenamento. Associa l'orologio allo smartphone e le notifiche verranno visualizzate direttamente sullo schermo; inoltre, potrai non dover slacciare il tuo Forerunner 165 dal polso fino a 11 giorni se utilizzato in modalità smartwatch.



CARATTERISTICHE:

NEW	DISPLAY AMOLED TOUCHSCREEN	Display AMOLED a colori, funzione touchscreen e/o con pulsanti tradizionali
NEW	NUOVO DESIGN	Leggerezza e chiarezza nella lettura dei dati grazie alla cassa da 43mm e al colorato cinturino bicolore.
NEW	TRAINING EFFECT	Comprendi come i tuoi workout impattino sulla tua preparazione fitness e quali siano i principali benefici che ne derivino.
NEW	REPORT MATTUTINO	Appena sveglio, ricevi il riassunto del tuo riposo con una panoramica del sonno, del recupero e delle prospettive di allenamento, oltre all'HRV Status, alla preparazione all'allenamento e al meteo.
NEW	GARMIN PAY™	Lascia a casa contanti e carte; i pagamenti contactless Garmin Pay™ ti permettono di pagare gli acquisti mentre sei in giro per allenarti (per paesi aderenti e con istituti bancari supportati) o nella quotidianità.
NEW	PERCORSI	Crea o trova percorsi esistenti nell'app Garmin Connect e dalle piattaforme di terze parti preferite e sincronizzali direttamente con l'orologio, potrai ripercorrerli seguendo la traccia.
NEW	MUSICA AL POLSO	Scarica brani e playlist dai tuoi account Spotify, Deezer o Amazon Music per l'ascolto senza telefono con le tue cuffie wireless (solo modelli Music).
NEW	RIPOSINO DIURNO	Registra automaticamente i tuoi sonni diurni per vedere come apportino benefici al tuo corpo e ricevere un riscontro su quale dovrebbe essere il loro tempo e la loro durata ideali.
NEW	PUNTEGGIO SONNO	Comprendi come si ricarica il tuo corpo con il punteggio del sonno, la ripartizione delle fasi del sonno e approfondimenti dettagliati per migliorarne la qualità.
NEW	HRV STATUS	Comprendi in maniera più approfondita lo stato della tua salute generale, dell'allenamento e del recupero attraverso la variabilità della frequenza cardiaca¹.
MIGLIORATO	TEMPO DI RECUPERO	Scopri quanto tempo recuperare prima del tuo prossimo sforzo ad alta intensità tenendo in considerazione il livello di allenamento, lo stress generale, il sonno e le attività quotidiane al di fuori degli allenamenti.
MIGLIORATO	RACE WIDGET & ALLENAMENTI SUGGERITI	Pianifica la strategia di gara con allenamenti giornalieri personalizzati in base alla gara e al percorso che intenderai affrontare; i suggerimenti vengono aggiunti nell'app Garmin Connect™ e poi visualizzati sul widget della gara direttamente sull'orologio. Gli allenamenti giornalieri suggeriti si adattano dopo ogni corsa per adattarsi alle prestazioni e al recupero.
	DURATA BATTERIA	Fino a 11 giorni di durata della batteria in modalità smartwatch e fino a 19 ore in modalità GPS.
	PROFILI SPORTIVI INTEGRATI	25+ profili di attività integrati includono corsa, ciclismo, HIIT, forza e altro ancora.
	SICUREZZA E TRACKING	Se l'orologio rileva che si è verificato un incidente (durante selezionate attività all'aperto), invierà un messaggio con la tua posizione in tempo reale². Oppure puoi farlo manualmente con semplice tocco di 3 secondi di un tasto dedicato.
	APP GARMIN CONNECT	Visualizza le tue informazioni sulla salute e sulla forma fisica, connettiti e competi con gli amici, iscriviti alle sfide per guadagnare badge e altro ancora.



TRAINING EFFECT



ALLENAMENTI SUGGERITI



TEMPO DI RECUPERO



REPORT MATTUTINO



MUSICA AL POLSO



RIPOSINO DIURNO

TABELLA COMPARATIVA:

		FORERUNNER 55	FORERUNNER 165	FORERUNNER 265
				
Generale				
Display		Transflettivo MIP	AMOLED	AMOLED
Touchscreen			•	•
Materiale lente		Polimero fibro-rinforzato	Polimero fibro-rinforzato	Corning® Gorilla® Glass 3
Durata batteria	Modalità Smartwatch	Fino a 14 giorni	Fino a 11 giorni	265: fino a 13 giorni, 265S: fino a 15 giorni
	Modalità GPS	Fino a 20 ore	Fino a 19 ore	265: fino a 20 ore, 265S: fino a 24 ore
Memoria		200 ore di dati (32 MB)	4 GB	8 GB
Percorsi			•	•
GPS Multi-banda				•
ANT+®/USB/BLUETOOTH®		•	•	•
Wi-Fi®			• (solo modelli music)	•
Notifiche smartphone²		•	•	•
Connect IQ™		•	•	•
Frequenza cardiaca al polso¹		•	•	•
Status HRV			•	•
Altimetro barometrico			•	•
Piani di scale saliti			•	•
Lettore musicale			• (solo modelli music)	•
Activity tracking		•	•	•
Garmin Pay™			•	•
Training				
Training readiness				•
Acute load/Load focus				•
Report mattutino			•	•
Rilevazione potenza al polso			•	•
Aerobic/Anaerobic training effect			•	•
Training status				•
VO2 max	•		•	•
Tempo di recupero	•		•	•
Previsioni di gara	•		•	•
Piani di allenamento adattivi			•	•
Garmin Coach	•		•	•
Dinamiche di corsa al polso			•	•
Auto Lap®	•		•	•
Profilo triathlon				•
Sensore di potenza compatibile				•
Compatibilità Smart Trainer Tacx				•

SCHEDA PRODOTTO

SERIE FORERUNNER® 165

RUNNING GPS SMARTWATCH

NUOVO PRODOTTO

CONFIGURAZIONE PRODOTTI:

FORERUNNER 165



INCLUDE		PAESE DI ORIGINE
Forerunner 165, cavo di ricarica/dati, Guida rapida		Made in Taiwan.
DESCRIZIONE	CODICE	EAN
Black/Slate Grey	010-02863-20	753759326593
Mist Grey/Whitestone	010-02863-21	753759326609

FORERUNNER 165 MUSIC



INCLUDE		PAESE DI ORIGINE
Forerunner 165 Music, cavo di ricarica/dati, Guida rapida		Made in Taiwan.
DESCRIZIONE	CODICE	EAN
Black/Slate Grey	010-02863-30	753759326616
Mist Grey/Whitestone	010-02863-31	753759326623
Turquoise/Aqua	010-02863-32	753759326630
Berry/Lilac	010-02863-33	753759326647

CARATTERISTICHE:

Forerunner 165/165 Music	
Impermeabilità:	5 ATM
Dimensioni unità:	43 x 43 x 11.6 mm
Peso:	39 g
Dimensioni display:	1.2"
Risoluzione display:	390 x 390
Tipologia display:	AMOLED
Materiale lente:	Polimero fibro-rinforzato
Memoria:	4 GB

SPECIFICHE PACKAGING:



Forerunner 165/165 Music	
Dimensioni scatola:	91 x 112 x 70.5 mm
Peso scatola:	132 g
Dimensioni scatola master:	37.1 x 29.5 x 30 cm
Peso scatola master:	7.5 kg
Quantità scatola master:	40










SCHEDA PRODOTTO

SERIE FORERUNNER® 165

RUNNING GPS SMARTWATCH

NUOVO PRODOTTO

ACCESSORI COMPATIBILI:

		CODICE	EAN	IMMAGINE
NEW	Cinturino Quick Release Black/Slate Grey - 20 mm	010-11251-AG	753759326654	
NEW	Cinturino Quick Release Mist Grey/Whitestone - 20 mm	010-11251-AH	753759326661	
NEW	Cinturino Quick Release Turquoise/Aqua - 20 mm	010-11251-AJ	753759326678	
NEW	Cinturino Quick Release Berry/Lilac - 20 mm	010-11251-AK	753759326685	
NEW	Cinturino Quick Release Black/Amp Yellow - 20 mm	010-11251-AL	753759336271	
NEW	Cinturino Quick Release UltraFit Nylon - 20mm	010-13261-10	753759303396	
	HRM-Pro™ Plus	010-13118-00	753759300883	
	HRM-Dual™	010-12883-00	753759223137	
	HRM-Fit™ (per reggiseni sportivi)	010-13314-00	753759326524	

<sup>1</sup> Visita [Garmin.com/ataccuracy](https://www.garmin.com/ataccuracy)  
<sup>2</sup> Richiesta connessione a Garmin Connect App tramite smartphone compatibile

Il marchio e i loghi Bluetooth sono marchi registrati di proprietà di Bluetooth SIG, Inc. e l'uso di tali marchi da parte di Garmin è concesso in licenza. SPOTIFY e il logo Spotify sono marchi registrati di Spotify AB. Apple è un marchio di Apple Inc. registrato negli Stati Uniti e in altri Paesi. Android è un marchio di Google LLC. Wi è un marchio registrato di Wi-Fi Alliance.