

Mai 2009

Garmin Forerunner 405CX bietet präzise Messung des Kalorienverbrauchs

## Kalorien-Tacho

Die Trainings- und Fitnesscomputer der Forerunner-Serie von Garmin eroberten die Sportwelt im Sturm. Doch weil gut nicht gut genug ist, bringt Garmin Anfang Mai 2009 den neuen Forerunner 405CX auf den Markt. Durch die Messung der Herzfrequenzvariabilität („Heart Rate Variability“ – HRV) kann der neue Forerunner die verbrauchte Kalorienzahl des Sportlers noch genauer als bisher berechnen und Athleten optimal beim Training unterstützen.

Das bisherige Modell Forerunner 405 bietet als wesentliche Funktionen Geschwindigkeits- und Distanzmessung, Pulskontrolle, Trackaufzeichnung, Training mit Virtual Partner, sowie Speicherung und Übertragung aller Daten (im ANT+ Sport-Übertragungsformat) auf den PC oder Mac.

Der neue Forerunner 405CX punktet zusätzlich mit einer noch **präziseren Berechnung der verbrauchten Kalorien** über die Messung der Herzfrequenzvariabilität. Die verwendete Technologie wurde vom Weltmarktführer für Herzfrequenzmessung, der finnischen Firma Firstbeat Technologies Inc., für Garmin entwickelt. Mit Hilfe der Herzfrequenzvariabilität kann diese Sportuhr die während des Trainings verbrauchte Kalorienzahl sehr genau berechnen. Der Sportler liest diesen Wert ganz bequem vom Gerät ab und analysiert ihn dann am Computer.

Neben dieser technischen Neuerung bietet der Nachfolger des jetzt schon legendären Forerunner 405 auch einen höheren Tragekomfort. So liefert Garmin den neuen Trainingscomputer mit zwei **zusätzlichen Klett-Armbändern** aus, die je nach Handgelenksstärke ausgetauscht und angepasst werden können.

Der Forerunner 405CX besticht mit

- vielfältiger Funktionalität,
- unkomplizierter Bedienung,
- einfachster Datenübertragung auf PC oder MAC,
- einem zeitlosen, sportlich-elegantem Design in taubenblau.

Der Garmin Forerunner 405CX kommt Mitte Mai 2009 zu einem empfohlenen Verkaufspreis von 379,- Euro (mit Brustgurt) in den Fachhandel. Detaillierte Informationen unter [www.garmin.de](http://www.garmin.de).



Garmin Forerunner 405CX

### HRV-Messung

Die Herzfrequenzvariabilität, kurz HRV, bezeichnet die Veränderung der Abstände zwischen den einzelnen Herzschlägen. Sie entstehen, weil sich der Körper immer an die jeweilige Belastungssituation anpasst. Unter Zuhilfenahme von Körperdaten und aus wissenschaftlichen Langzeitstudien gewonnenen Algorithmen, lässt sich anhand dieser Veränderung die Zahl der verbrauchten Kalorien individuell und äußerst präzise berechnen. Die verbrauchten Kalorien geben dem Athleten Aufschluss über seine tatsächlich verbrauchte Energie und erleichtern so die Trainingsauswertung und –planung.

**Download von Bilddaten** für die Medien (Produktfoto oben)

[http://www.k-g-k.com/download/Garmin\\_Forerunner405CX\\_HR.jpg](http://www.k-g-k.com/download/Garmin_Forerunner405CX_HR.jpg)

Eine sehr ausführliche Presseinformation über den „alten“ Forerunner 405, dessen Funktionen und Daten beim 405CX weiter erhalten bleiben, finden Sie hier:

[http://www.k-g-k.com/download/Garmin\\_PMD\\_Forerunner\\_405\\_lang.pdf](http://www.k-g-k.com/download/Garmin_PMD_Forerunner_405_lang.pdf)

**Über Garmin**



Garmin ist globaler Marktführer im Bereich mobiler Navigationslösungen für die Bereiche Automotive, Outdoor & Fitness, Marine und Aviation. 1989 von Gary Burrell und Dr. Min Kao (Garmin) gegründet, zählt das Unternehmen mit aktuell nahezu 9.000 Mitarbeitern und Standorten in den USA, Taiwan und Europa zu den erfahrensten Herstellern im Bereich GPS-Technologie. Charakteristisch für Garmin ist, dass sowohl Entwicklung als auch Produktion inhouse erfolgen. Dies trägt entscheidend zur Sicherung des hohen Qualitätsstandards bei. Produkte für die Luftfahrt fertigt Garmin in der weltweiten Firmenzentrale in Olathe, Kansas, USA. Alle Consumer-Electronic-Produkte für die Bereiche Straßennavigation, Outdoor, Sport und Marine werden in den drei Garmin Produktionsstätten Shijr, Jhongli und LinKou in Taiwan hergestellt.

Weltweit beschäftigt Garmin über 1.400 Ingenieure und sichert so die hohe technische Kompetenz innerhalb des Unternehmens. Von 1989 bis heute wurden weltweit bereits über 30 Millionen Garmin Navigationsgeräte verkauft. Garmin ist seit Gründung des Unternehmens profitabel und verzeichnet seit 2000 einen durchschnittlichen jährlichen Umsatzzuwachs von 36 Prozent.

In Europa ist Garmin mit eigenen Büros in Southampton, München, Paris, Barcelona, Mailand, Lissabon, Graz, Brüssel, Lohja und Kopenhagen vertreten. In den anderen europäischen Ländern vertreibt Garmin seine Produkte über Exklusivimporteure, die auch für den Service und Support im jeweiligen Land verantwortlich sind. Für den deutschen Markt zuständig ist die Garmin Deutschland GmbH mit Sitz in Gräfelfing bei München. Dort sind aktuell fast 100 Mitarbeiter in den Bereichen Marketing, Vertrieb, Produktmanagement, Kartografie sowie Händler- und Endkundensupport beschäftigt. Die Belieferung der deutschen Händler erfolgt über das Garmin-eigene Logistik Center bei München.

**Pressekontakt „Outdoor“, „Sports“ und „Marine“:**

KGK – Kern Gottbrath Kommunikation  
Till Gottbrath, Denis Dietrich  
Ungererstr. 161  
D-80805 München  
Tel.: 089-30 76 66-3  
Fax: 089-30 76 66-50  
E-Mail: [info@k-g-k.com](mailto:info@k-g-k.com)

**Unternehmenskontakt:**

Garmin Deutschland GmbH  
Marc Kast  
Lochhamer Schlag 5a  
D-82166 Gräfelfing  
Tel.: 089-85 83 64-925  
Fax: 089-85 83 64-45  
E-Mail: [marc.kast@Garmin.de](mailto:marc.kast@Garmin.de)