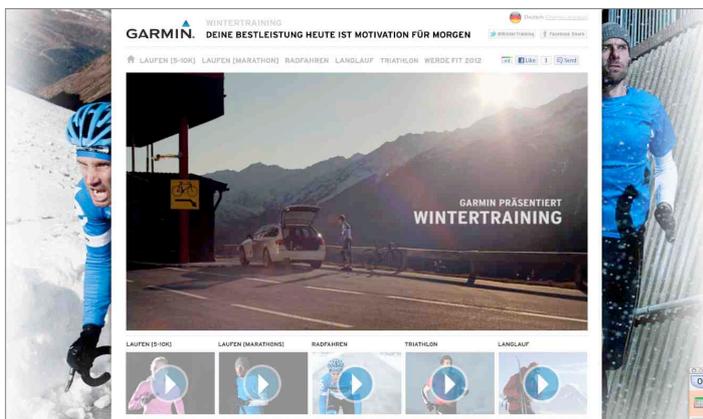


23. Januar 2012

## Garmin launcht Wintertrainings-Website

### Deine Bestleistung heute ist Motivation für morgen!

Den inneren Schweinehund zu besiegen und bei Kälte und Nässe zu trainieren, erfordert ganz schön Überwindung... Als Motivationshilfe Garmin startete im Januar 2012 seine weltweite Kampagne „Wintertraining – Deine Bestleistung heute ist Motivation für morgen!“ Auf der Website [www.garmin.com/wintertraining](http://www.garmin.com/wintertraining) sorgen emotionale Videos von Garmin-Athleten für die Motivation, es gibt Trainingspläne für Läufer und Biker und Garmin erklärt das Leistungsspektrum seiner GPS-Fitnessprodukte. Draufklicken – anschauen – raus ins Training – und topfit in den Frühling starten!



Ein erfolgreiches Wintertraining beruht auf Entschlossenheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Damit dies gelingt, braucht man vor allem Motivation – Motivation, den „inneren Schweinehund“ zu besiegen und sich den selbst gesteckten Herausforderungen zu stellen. Mit seinen Sport-GPS-Geräten, der [Wintertrainings-Website](http://www.garmin.com/wintertraining) sowie der Online-Community [Garmin Connect](http://www.garmin.com/connect) bietet Garmin nützliche Motivationswerkzeuge, um die persönlichen Ziele für 2012 tatsächlich zu erreichen.

Die Trainingspläne auf dem Portal haben Garmin-Athleten in Zusammenarbeit mit ihren Trainern ausgearbeitet. Sie reichen vom 12-wöchigen Trainingsplan für Einsteiger und Fortgeschrittene bis hin zum 16-wöchigen Trainingsplan für jene, die ambitioniert einen der großen Marathons in London, Paris oder Berlin anpeilen. Die Pläne können ganz



einfach auf Garmin Lauf-, bzw. Bike-Computer geladen werden, bringen – fast wie ein echter Trainer – den Sportler Schritt für Schritt seinem Wunschziel näher.

Die Funktionen „Virtual Partner“ und „Virtual Racer“ auf den Garmin Sport-GPS-Geräten können jede Trainingseinheit in einen virtuellen Wettkampf verwandeln: man tritt gegen die eigenen Bestmarken oder jede beliebige von Garmin Connect herunter geladene Aktivität an. Garmin Connect ist ein großartiges Tool für jeden Outdoor-Sportler und Fitness-Fan, egal ob zur Trainingsaufzeichnung oder -steuerung, Tourenplanung, Leistungsanalyse oder um einfach auf der Karte nachzuvollziehen, wo man genau entlang wanderte.

Informationen zu Garmin und Garmin-Geräten gibt es unter [www.garmin.de](http://www.garmin.de).

**Garmin** ist globaler Marktführer im Bereich mobiler Navigationslösungen für die Bereiche Automotive, Outdoor & Sport, Marine und Aviation. 1989 von Gary Burrell und Dr. Min Kao (Garmin) gegründet, zählt das Unternehmen zu den erfahrensten Herstellern im GPS-Bereich. Über 1.000 Ingenieure sichern eine hohe technische Kompetenz. Von 1989 bis heute wurden weltweit bereits über 88 Millionen Garmin Navigationsgeräte verkauft. In Europa ist Garmin mit eigenen Büros in Southampton, München, Paris, Barcelona, Mailand, Lissabon, Graz, Brüssel, Lohja und Kopenhagen vertreten. Den deutschen Markt betreut die Garmin Deutschland GmbH mit Sitz in Garching bei München mit fast 100 Mitarbeitern in den Bereichen Marketing, Vertrieb, Produktmanagement, Kartografie sowie Händler- und Endkundensupport.

Garmin ist Sponsor diverser Spitzensportler und konnte mit seinen GPS-Sportcomputern bereits zu Weltmeistertiteln und olympischen Goldmedaillen verhelfen. Zu Garmins Athleten gehören das eigene UCI Radsport Team Garmin Barracuda, Triathlet Timo Bracht, Mountain Bikerin Sabine Spitz und Crosslauf-Nachwuchstalent Julia Vierendecker.

**Pressekontakt „Outdoor“ „Sports“:**  
KGK – Kern Gottbrath Kommunikation  
Benedikt Braun  
Tel.: 089-30 76 66-3  
E-Mail: [garmin@k-g-k.com](mailto:garmin@k-g-k.com)

**Unternehmenskontakt:**  
Garmin Deutschland GmbH  
Marc Kast  
Tel.: 089-85 83 64-925  
E-Mail: [marc.kast@garmin.com](mailto:marc.kast@garmin.com)

Weitere Informationen, High-Res Bilddaten sowie einen RSS Feed für die Medien gibt es unter <http://www.garmin.de/presse/>

Download der Bilder oben unter

[http://www.K-G-K.com/download/Garmin\\_Winter-Training\\_Run.jpg](http://www.K-G-K.com/download/Garmin_Winter-Training_Run.jpg)

[http://www.K-G-K.com/download/Garmin\\_Winter-Training\\_Bike.jpg](http://www.K-G-K.com/download/Garmin_Winter-Training_Bike.jpg)