



Garmin Instinct 3 SOLAR

Codice: 010-02934-00

€ 319,00 ~~€ 399,00~~ - 20%

GARMIN.

Scegli il Quadrante e il cinturino del tuo Instinct 3

Garmin Instinct 3 – Solar

Lunetta rinforzata in metallo

Carica senza limiti - Durata illimitata della batteria con ricarica SOLARE

Torcia integrata

Instinct 3 è l'outdoor smartwatch progettato per qualunque situazione. Il tuo stile sempre con te, ovunque ti porti l'avventura.

BATTERIA ILLIMITATA IN MODALITÀ SMARTWATCH CON RICARICA SOLARE

MONITORAGGIO SU STATO DI SALUTE E BENESSERE

NOTIFICA INTELLIGENTE

TORCIA INTEGRATA

RESISTENTE IN QUALSIASI AMBIENTE

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

GPS MULTIBANDA CON TECNOLOGIA SATIQ

Ricarica solare

Sfrutta una durata illimitata della batteria in modalità smartwatch grazie alla ricarica solare.

RESISTENTI IN QUALSIASI CONDIZIONE

Parti per le tue esplorazioni in tutta sicurezza grazie a un design concepito per l'outdoor, che si distingue per uno display da 0,9", una lunetta rinforzata in metallo da 45 mm e uno schermo antigraffio.

TORCIA INTEGRATA

Guarda e renditi visibile grazie alla torcia integrata, con intensità variabili e luce rossa intermittente.

Monitoraggio salute e benessere 24 ore su 24

Scegli le funzioni di monitoraggio dello stato di salute, come la frequenza cardiaca, il monitoraggio della qualità del sonno, Pulse Ox e altro ancora.

NOTIFICA INTELLIGENTE

Ricevi e-mail, SMS e avvisi direttamente sull'orologio quando è associato al tuo smartphone Apple o Android compatibile.

GPS MULTIBANDA CON SATIQ

Muoviti in tutta tranquillità con il GPS multibanda, che include anche la tecnologia SatIQ, per una localizzazione perfetta e ottimizzazione della durata della batteria.

MOVIMENTI QUOTIDIANI Monitora il numero di passi quotidiani, le calorie bruciate, il numero di piani saliti e molto altro dal polso.

STATO HR Per ottenere informazioni più approfondite sul tuo stato di salute complessivo, monitora la variabilità della frequenza cardiaca durante il sonno.

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

FREQUENZA CARDIACA AL POLSO Instinct 3 monitora la frequenza cardiaca, per fornirti informazioni sempre aggiornate, sia di giorno che di notte.

RILEVAMENTO DELLO STRESS Scopri se la tua giornata è tranquilla, equilibrata o stressante.

RAPPORTO DEL MATTINO Al tuo risveglio riceverai una panoramica sulla qualità del sonno e sul livello di recupero, un calendario giornaliero, informazioni sul livello di variabilità della frequenza cardiaca e molto altro. Puoi anche personalizzare il report in modo che mostri esattamente quello che vuoi vedere.

ISTANTANEA DELLA SALUTE Con una sessione di 2 minuti puoi registrare statistiche chiave sullo stato di salute, e generare un report da condividere con il medico.

SENSORE PULSE OX Monitora la saturazione dell'ossigeno nel sangue durante la veglia e il sonno.

RESPIRAZIONE CONSAPEVOLE Puoi cominciare con un'attività di respirazione, per monitorare lo stress e il respiro.

RESPIRAZIONE Osserva come respiri sia di giorno che di notte.

IDRATAZIONE Registra la tua assunzione giornaliera di liquidi per ricordarti di mantenere l'idratazione corretta.

ETÀ FITNESS Valuta il tuo livello di fitness rispetto alla sua età reale.

RILEVAMENTO DEL PISOLINO Monitora e registra automaticamente il tuo riposo diurno, per scoprire i benefici che apporta al tuo corpo.

CICLO MESTRUALE E GRAVIDANZA Monitora ciclo mestruale o la gravidanza per ottenere consigli su esercizio fisico e alimentazione.

RILEVAMENTO DELL'ATTIVITÀ

PROFILI SPORT PRECARICATI Monitora le attività, tra cui ciclismo, nuoto in acque libere, allenamento di forza e altro ancora.

ALLENATORE GARMIN Allenati per una gara, raggiungi un traguardo o migliora la tua forma fisica con piani di allenamento garmin coach per runner e ciclisti.

CREAZIONE DI PROGRAMMI DI ALLENAMENTO Crea allenamenti passo dopo passo da oltre 1600 esercizi nell'app

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Garmin Connect e inviali direttamente al tuo orologio.

MINUTI DI INTENSITÀ Tieni traccia dei minuti di attività moderata e intensa.

VO2 MAX Controlla il livello di forma fisica attuale e tieni traccia dei cambiamenti nel tempo per definire gli obiettivi, valutare i progressi e molto altro ancora.

ACCLIMATAZIONE AL CALORE E ALLA QUOTA Scopri come il corpo reagisce alla quota o al calore in base ai parametri relativi alla salute.

ALLENAMENTI HIIT Monitora gli allenamenti HIIT, inclusi AMRAP, EMOM, Tabata, o gli allenamenti personalizzati.

ALLENAMENTI GIORNALIERI CONSIGLIATI Visualizza gli allenamenti quotidiani suggeriti per l'intera settimana, che si adattano dopo ogni corsa o pedalata.

Tempo di recupero

Scopri quanto tempo devi riposare prima del successivo allenamento ad alta intensità in base all'ultimo workout.

SEMPRE CONNESSO

Connessione Garmin Visualizza le tue informazioni su salute e fitness, connessi con gli amici e molto altro ancora, con la nostra app gratuita senza abbonamento.

Applicazione Garmin Messenger Comunica con messaggi bidirezionali dal polso.

NOTIFICA INTELLIGENTE Ricevi e-mail, SMS e avvisi sull'orologio quando è associato al tuo smartphone Apple o Android compatibile.

PAGAMENTI CONTACTLESS Velocizza i pagamenti con provider convenzionati.

FUNZIONI DI RILEVAMENTO E SICUREZZA Se non ti senti al sicuro o se l'orologio rileva che si è verificato un incidente, l'orologio stesso invia un messaggio con

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

la tua posizione in tempo reale.

NEGOZIO CONNECT IQ Aggiungi quadranti, campi dati e app sull'orologio associato.

FUNZIONE LIVETRACK I tuoi amici e la tua famiglia possono seguire la tua posizione in tempo reale e visualizzare percorsi predefiniti.

SENSORI ABC Navigazione il prossimo sentiero con un altimetro, un barometro e una bussola elettronica a 3 assi.

CONDIVISIONE GARMIN Usa questa funzione per condividere agevolmente le posizioni, i percorsi e gli allenamenti salvati con i dispositivi Garmin compatibili dei tuoi amici.

CONTENUTO CONFEZIONE

Smartwatch Instinct 3 – 45 mm, Solar con cinturino in silicone
Cavo di ricarica/dati
Documentazione

Caratteristiche Tecniche

Punteggio del sonno e Insights

Durata della batteria (in modalità smartwatch)
Fino a 40 giorni
Senza limiti con ricarica solare

ALLENAMENTI QUOTIDIANI SUGGERITI

Saturazione di ossigeno nel sangue Pulse Ox

Torcia a LED

Garmin Pay™

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

GPS Multi-band

TRAINING READINESS

Training Status

Tipo display
Monocromatico, anti-riflesso, MIP (Memory-In-Pixel) transflettivo

Ricarica solare

Classificazione di impermeabilità
10 ATM

Generale

Materiale del cinturino
Silicone

Materiale della lente
Power Glass™

Materiale della lunetta
Alluminio/polimero rinforzato in fibra

Materiale della cassa
Polimero fibro rinforzato

Compatibile con cinturini QuickFit™
Sì (26 mm)

Dimensioni della cassa
50 x 50 x 14,4 mm
Adatto a polsi con una circonferenza di 141-213 mm

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Peso
58 g

Dimensioni del display
Design personalizzato a due finestre; 27 x 27 mm (1,1? x 1,1?)

Risoluzione del display
176 x 176 pixel

Battery type
Ioni di litio

Durata della batteria
Smartwatch: fino a 40 giorni/senza limiti con ricarica solare*
Modalità orologio con risparmio energetico: fino a 100 giorni/senza limiti con ricarica solare*
Solo GPS: fino a 60 ore/260 ore con energia solare
Tutti i sistemi satellitari: fino a 40 ore/80 ore con energia solare**
Tutti i sistemi satellitari + Multibanda: fino a 34 ore o 60 ore con energia solare***
Durata massima batteria in modalità GPS: fino a 150 ore/senza limiti con ricarica solare**
Expedition GPS: fino a 60 giorni/senza limiti con ricarica solare*
*Ricarica solare, indossandolo tutto il giorno, 3 ore al giorno all'aperto in condizioni di luminosità di 50.000 lux
**Ricarica solare, uso in condizioni di 50.000 lux
***A ricarica solare, con un uso in condizioni di luminosità pari a 50.000 lux; con un uso tipico della tecnologia SatIQ

Metodo di ricarica
Caricabatterie proprietario Garmin

Memoria/cronologia
128 MB

Funzioni Orologio

Ora/data
Sì

Sincronizzazione dell'ora tramite GPS

Ora legale automatica

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Sveglia

Conto alla rovescia

Cronometro

Orari di alba/tramonto

Monitoraggio salute e benessere

Frequenza cardiaca al polso (costante, ogni secondo)

Frequenza cardiaca a riposo giornaliera

Avvisi sulla frequenza cardiaca anomala
Sì (alto e basso)

Frequenza respiratoria (24x7)

ETÀ FITNESS

MONITORAGGIO DELL'ENERGIA BODY BATTERY™

Livello di stress quotidiano

Promemoria rilassamento

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Timer respirazione per il rilassamento

Esercizi di respirazione

Sonno
Sì (avanzato)

Coach del sonno

Rilevazione Sonnellini

Idratazione
Sì (in Garmin Connect™ e nel widget opzionale Connect IQ™)

Salute donna
Sì (in Garmin Connect™ e nel widget opzionale Connect IQ™)

Istantanea Salute

Sensori

GPS

GLONASS

Galileo

Tecnologia SatIQ™

Cardio da polso Garmin Elevate™

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Saturazione Pulse Ox

Altimetro barometrico

Bussola

Giroscopio

Accelerometro

Termometro

Fuzioni Smart

Connettività
Bluetooth®, ANT+®

Connect IQ™ (quadranti dell'orologio, campi dati, widget e app scaricabili)

Connect IQ™ Store sul dispositivo

Smart Notification

Risposta automatica con messaggi preimpostati (solo Android™)

Report mattutino

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Calendario

Previsioni Meteo

Sincronizzazione delle impostazioni in tempo reale dall'app Garmin Connect™

Risparmio energetico (personalizzabile)

Controllo della musica su smartphone

Find My Phone

Find My Watch

Compatibile con l'app Garmin Messenger

Telecomando VIRB™

Controllo Smart Trainer

Compatibile con Garmin Connect™ Mobile

Compatibilità dello smartphone
iPhone®, Android™

Garmin Share

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Profili attività

Palestra

Forza funzionale, HIIT, Cardio, Ellittica, Stair Stepping, Floor Climbing, Indoor rowing, Salto alla corda

Multisport

Triathlon

Wellness

Camminata, Camminata indoor, Pilates, Yoga

Corsa indoor

Corsa su tapis roulant, Corsa su pista indoor, Corsa virtuale

Corsa all'aperto

Corsa, Corsa su pista outdoor, Trail Running, Obstacle Race

Outdoor

Escursionismo, Arrampicata indoor, Bouldering, Arrampicata, Tech & Smartwatch, Equitazione, Golf, Disc Golf, Tiro con arco

Ciclismo

Bici, Ciclismo su strada, Mountain bike, Ciclismo su sterrato, Pendolarismo in bici, Tour in bici, eBiking, eMountain Biking, Bici Indoor, Ciclocross, BMX

Nuoto

Nuoto in piscina, Nuoto in acque libere

WATER SPORT E MARINE

SUP, Canottaggio, Kayak, Surf, Kiteboard, Windsurf, Pesca, Modalità Nautica, Sci nautico, Snorkeling, Wakeboard, Wakesurf, Tubing, Rapide

Sport motoristici

Moto, Overlanding, Motocross, Quad, Motoslitta

SPORT CON RACCHETTA

Tennis, Pickleball, Badminton, squash, Tennis da tavolo, Padel, Platform Tennis, Racquetball

SPORT INVERNALI

Sci, Snowboard, Snowboard fuori pista, Sci di fondo classico, Sci di fondo pattinato, Sci fuoripista, Pattinaggio sul ghiaccio, Ciaspole

Sport di squadra

Pallacanestro, Pallavolo, Hockey su prato, Hockey sul ghiaccio, Calcio, Football, Lacrosse, Rugby, Ultimate Frisbee, Cricket,

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Softball, Baseball

Sul Ring
Pugilato, Arti marziali miste

Altri
Jumpmaster, Tattica, Pattinaggio in linea

Funzioni di Sicurezza e Rilevamento

Rilevamenti incidenti durante alcune attività

Avviso di rilevamento incidenti sullo smartphone per dispositivi da polso

Richiesta assistenza

LiveTrack

Condivisione evento in tempo reale

Funzioni tattiche

Coordinate a doppia griglia

Posizioni XERO™

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Funzionalità di Gaming

Attività di Gaming

Compatibile con l'app GameOn™

Funzioni di Monitoraggio Quotidiano

Contapassi

Avvisi di movimento (visualizzati sul dispositivo dopo un periodo di inattività)

Obiettivo automatico (memorizza il livello di attività e assegna un obiettivo di passi giornaliero)

Calorie bruciate

Piani di scale saliti

Distanza percorsa

Minuti di intensità

TrueUp™

Move IQ™

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Sfide di Garmin Connect™
Sì (app Connect IQ opzionale)

Funzioni per Palestra & Fitness

Allenamenti cardio

Allenamenti della forza funzionale

Allenamenti HIIT

Allenamenti di yoga

Allenamenti di Pilates

Conteggio automatico delle ripetute

Funzioni di Allenamento, Pianificazione e Analisi

Pagine dati personalizzabili

Piani di allenamento scaricabili

Indicazioni percorso

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Zone FC

Avvisi FC

Calorie FC

% FC max

% FCR

tempo di recupero

FC max automatica

Vista rapida/widget della gara

HRV Status

Trasmissione FC (trasmette i dati FC ai dispositivi associati tramite ANT+™)

Frequenza respiratoria (durante attività)
Sì (con accessorio compatibile)

Velocità GPS e distanza

Profili attività personalizzabili

Auto Pause®

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Interval training

Interval training migliorato (include ripetizioni libere, pagina dati interval, schermata tempo recupero e rilevamento automatico)

Allenamenti avanzati

Modalità di alimentazione: impostazioni della batteria personalizzabili durante l'attività

Cardio, Passo di corsa e Distanza

Auto Lap®

Lap manuale

Timer di recupero

Avvisi Lap configurabili

Acclimatazione al calore e alla quota

VO2 max (corsa)

VO2 Max (Trail Run)

Load Ratio

TRAINING LOAD

Focus Training Load

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

training effect

Training Effect (anaerobico)

Beneficio primario (etichette Training Effect)

Benefici dell'allenamento

Avvisi personalizzabili

Avvisi audio

Multisport auto transition

Ora di arrivo

Virtual Partner

Gareggia contro attività precedente

Attività multisport automatiche

Attività multisport manuali

Blocco Touch e/o Pulsanti

Tasti di scelta rapida

Scorrimento automatico

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Cronologia delle attività sull'orologio

Physio TrueUp

Training Status unificato

Funzioni per la Corsa

Distanza, tempo e passo basati sul GPS

Dinamiche di corsa

Oscillazione e rapporto verticale

Tempo di contatto con il suolo e bilanciamento
Sì (TCS con accessorio compatibile)

Lunghezza del passo (in tempo reale)

Cadenza (fornisce il numero di passi in tempo reale al minuto)

Potenza della corsa

Passo regolato sulla pendenza

Performance condition

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Soglia anaerobica
Sì (con accessorio compatibile)

Strategie dell'andatura PacePro™

Allenamenti di corsa

Auto Climb per il trail running

Previsioni gara

Compatibile con Foot Pod

Rilevamento corsa/camminata/fermo

Funzioni di Golf

Misurazione in iarde della parte anteriore, centrale e posteriore del green

Misurazione in iarde della distanza dai layup/dogleg

Misura la distanza del colpo (consente di calcolare la misurazione precisa in iarde per i colpi da qualsiasi punto del campo)
Manuale

Scorecard digitale
Sì

Rilevamento delle statistiche (colpi, putt per round, green e fairway hit)

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Garmin AutoShot™

Aggiornamenti CourseView automatici

Vista green con Pin Position manuale

Ostacoli e target del campo

Timer round/contachilometri

Compatibile con il rilevamento automatico dei ferri (accessorio richiesto)

Si associa all'app Garmin Golf

Regole dei tornei

Funzioni per l'Outdoor

Navigazione Point-to-point

Sentiero segnato in tempo reale

Indietro all'inizio

TracBack®

Modalità UltraTrac

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

PUNTO DI RIFERIMENTO

Profilo quota

Distanza a destinazione

Indicatore di tendenza barometrica

Velocità verticale

Ascesa/discesa totale

Grafico elevazione prevista

Coordinate GPS

Sight 'N Go punta e vai

Calcolo area

Waypoint proiettato

Informazioni su Sole e Luna

Attività GPS Expedition

Maree

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Vista rapida delle maree

Funzioni di Ciclismo

Percorsi

Lap e potenza massima nel Lap (con sensore di potenza)

Gareggia contro attività precedente

Allarmi (si attiva un allarme quando viene raggiunto l'obiettivo di tempo, distanza, cardio o calorie)

Soglia di potenza (FTP, Functional Threshold Power)

Grit & Flow MTB

Dinamiche di ciclismo avanzate

Compatibile con Vector™ e Rally™ (sensori di potenza)

Compatibile con Varia Vision™

Compatibile con il radar Varia™

Compatibile con le luci Varia™

Compatibile con i sensori di velocità e cadenza

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Compatibile con il sensore di potenza

Funzioni per il Nuoto

Metriche per il nuoto in acque libere (distanza, passo, numero/frequenza delle bracciate, calorie)

Metriche per il nuoto in piscina (vasche, distanza, passo, numero/frequenza delle bracciate, calorie)

Rilevamento del tipo di bracciata (solo nuoto in piscina - stile libero, dorso, rana, farfalla)

Registrazione degli esercizi (solo nuoto in piscina)

Timer di recupero base (solo nuoto in piscina)

Ripetuta con il timer di recupero (solo nuoto in piscina)

TIMER RIPOSO AUTOMATICO (solo nuoto in piscina)

Avvisi tempo e distanza

Avvio conto alla rovescia (solo nuoto in piscina)

Allenamenti di nuoto

Frequenza cardiaca al polso subacquea

Painestore

Indirizzo 47921 Rimini

+39054121629 Fax +39054121732

Url: https://www.painestore.it/garmin_instinct_3_-_solar

Frequenza cardiaca da dispositivo HRM esterno (in tempo reale durante i recuperi, statistiche di intervalli e sessioni durante i recuperi e download automatico della frequenza cardiaca dopo l'attività di nuoto)

Funzioni di rilevamento per bambini

App Sfide Toe-to-Toe™

Sì (app Sfide Toe-to-Toe™ opzionale disponibile su Connect IQ)

Logo

Free CMAP [X]
BACK TO PORT [X]
Garmin Free Chart [X]
Raymarine promo 22 [X]
Promo 5% [X]

Caratteristiche

Sei interessato ad un'offerta privata [X]

Filtri
Display