



.....

SÉRIE FORERUNNER® 255

MONTRES GPS DE RUNNING

FICHE TECHNIQUE

PRÉSENTATION | FONCTIONNALITÉS | COMPARAISON

CONFIGURATIONS | CARACTÉRISTIQUES | COMPATIBILITÉ

.....



PRÉSENTATION DU PRODUIT:

Progressez et passez à la vitesse supérieure avec la série Forerunner® 255. Elle offre un large éventail de fonctionnalités dédiées à la performance, à la santé et au bien-être. Les Forerunner 255 et 255S sont des montres dédiées aux Runners, des utilisateurs engagés dans leur pratique, qui souhaitent mieux connaître leur corps, leurs capacités, pour progresser et performer. La série Forerunner 255, disponible en deux tailles, s'adapte à tous les poignets et est toujours plus précise en intégrant la technologie multi-bandes. Elle offre tous les outils pour progresser, dont, l'état et la charge d'entraînement, les informations de récupération, un test HRV permettant de déterminer la variation de la fréquence cardiaque, de nouvelles données d'analyse comme la puissance en course à pied, mais aussi les entraînements animés, une nouvelle version des recommandations journalières d'entraînement et l'accès aux programmes Garmin Coach. La série propose aussi tous les outils dédiés au bien-être et à la santé issue de l'univers Wellness, ainsi que des fonctions connectées dernière génération comme Garmin Pay™ et la musique intégrée (modèle musique). Cette nouvelle génération suit le parcours client et l'évolution des pratiques en intégrant des fonctions multisports, pour l'enchaînement multi-activités personnalisées ou le triathlon. Les runners pourront donc à la fois s'entraîner en course à pied, mais aussi en vélo et en natation et obtenir des données uniques et très précises. Toujours plus économe en énergie les Forerunner 255 ont une autonomie qui peut atteindre 14 jours en mode montre connectée et jusqu'à 30 heures en mode GPS.



PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES :

NOUVEAU	RAPPORT MATINAL	Le rapport matinal affiche l'analyse du sommeil, le statut VFC et la suggestion d'entraînement dans un seul et même widget, tous les matins au réveil. ²
NOUVEAU	AUTONOMIE	Jusqu'à 14 jours en montre connectée et 30 heures en mode GPS
NOUVEAU	STATUT HRV / VFC	Le statut HRV ou VFC, permet de suivre la variabilité de votre fréquence cardiaque pendant votre sommeil, ce qui vous donne un meilleur aperçu de votre bien-être général, de votre récupération et de vos performances d'entraînement ² .
NOUVEAU	APPLICATIONS SPORTIVES	Intègre plus de 30 profils d'activité spécifiques, ainsi que le triathlon et le multi-activités qui permettent de changer de discipline en appuyant sur un seul bouton
NOUVEAU	WIDGET DE COURSE	Le widget de course fournit des conseils d'entraînement et des suggestions d'exercices quotidiens tout en apportant une prédiction de temps de votre prochaine course, en fonction des détails du parcours, des données de condition physique, de la météo, etc.
NOUVEAU	SUGGESTIONS D'ENTRAÎNEMENT QUOTIDIEN	Cette fonction unique, permet d'obtenir des conseils et des recommandations quotidiennes d'entraînement pour la course et le vélo en fonction de votre statut HRV/VFC, de votre statut et charge d'entraînement actuel, ainsi que votre niveau de récupération.
NOUVEAU	DEUX TAILLES	Disponible en deux tailles 41mm et 46mm avec un design particulièrement fin. Les Forerunner 255 s'adapte à toutes les tailles de poignets pour suivre en permanence toutes ses données de santé et de performance 24h/24, 7 jours/ 7.
NOUVEAU	PUISSANCE EN COURSE	Suivez en temps réel et directement depuis votre poignet, la puissance que vous appliquez sur les chemins ou sur la route lorsque vous courez. Nécessite l'utilisation d'un Pod Running Dynamics ou une ceinture cardio HRM-Pro™.
NOUVEAU	GARMIN PAY™	Payez en toute sécurité, sans contact. Laissez votre argent et cartes à la maison et réglez directement avec votre montre grâce à Garmin Pay™ ¹ .
NOUVEAU	MULTI GNSS & MULTI-BANDES	Accédez à plusieurs systèmes mondiaux de navigation par satellite (GPS, GLONASS, GALILEO) et obtenez une précision de la localisation GPS inégalée dans les zones urbaines ou escarpées, grâce à la nouvelle technologie Multi-bandes, de double fréquences de positionnement.
NOUVEAU	STATUT D'ENTRAÎNEMENT	Evalue le statut d'entraînement et indique si vous êtes en sous-entraînement, en sur-entraînement ou en période de productivité. Fournit aussi des conseils supplémentaires pour progresser.
NOUVEAU	CHARGE 7 JOURS / ACUTE LOAD	Comparez l'intensité de vos dernières séances d'entraînement par rapport à votre plage optimale de performance. Celle-ci est déterminée par l'historique de vos activités et de votre niveau de performance.
	RUNNING DYNAMICS (Analyse de la foulée)	Analyse votre foulée et enregistre des informations essentielles tels que la cadence, la longueur de foulée, le temps de contact avec le sol et l'équilibre jambe droite/gauche, etc. Nécessite l'utilisation d'une ceinture HRM compatible ou d'un Running Dynamics Pod ³
	GARMIN COACH	Vous vous entraînez pour un 5 km, 10 km ou un semi-marathon ? Téléchargez un plan d'entraînement Garmin Coach sur mesure, qui s'adapte à votre planning et vos capacités physique - gratuitement !
	FONCTIONS CONNECTÉES	Intègre toutes les dernières fonctions connectées ⁴ Garmin, dont les notifications intelligentes, les téléchargements automatiques vers Garmin Connect™ et la fonction de suivi en temps réel LiveTrack.
	DISPOSITIFS DE SÉCURITÉ	Si vous ne vous sentez pas en sécurité ou si votre montre détecte qu'un incident s'est produit, les fonctions d'assistance et de détection d'incident envoient un message indiquant votre position à vos contacts d'urgence pour qu'ils puissent vous récupérer plus facilement ⁴ .
	BODY BATTERY™	Optimisez les réserves énergétiques de votre corps, en utilisant la variabilité de la fréquence cardiaque, le stress, le sommeil et d'autres données pour évaluer votre niveau de forme ou quand vous devriez vous reposer.
	MUSIQUE AU POIGNET SANS TÉLÉPHONE	Téléchargez jusqu'à 500 chansons sur votre montre, y compris des listes de lecture d'Amazon Music, Deezer ou Spotify (un abonnement premium peut être nécessaire) et, connectez-vous à vos écouteurs sans fil pour une écoute sans téléphone (modèles Music uniquement).



MORNING REPORT



STATUT HRV / VFC



WIDGET DE COURSE



SUGGESTIONS D'ENTRAÎNEMENT



GARMIN COACH



STATUT ET CHARGE D'ENTRAÎNEMENT



BODY BATTERY

COMPARAISON DES PRODUITS :

FORERUNNER 245



FORERUNNER 255 / 255S



FORERUNNER 255 MUSIC / 255S MUSIC



FORERUNNER 955



Général

GPS Multi GNSS – Multi-bandes		•	•	•
ANT+®/USB/BLEUETOOTH®	•	•	•	•
Connectivité Wi-Fi®			•	•
Notifications intelligentes	•	•	•	•
Applications Connect IQ™	•	•	•	•
Cardio poignet Elevate™	• Gen 3	• Gen4	• Gen4	• Gen4
Statut HRV / VFC		•	•	•
Altimètre barométrique		•	•	•
Etages gravis et Gyroscope		•	•	•
Ecran tactile				•
Cartographie intégrée				•
Paiement sans contact Garmin Pay™		•	•	•
Musique intégrée			•	•

Entraînement

Charge 7 jours / Acute Load		•	•	•
Stamina				•
Rapport matinal		•	•	•
Puissance en course à pied		•	•	•
Effet de l'entraînement Aérobic	•	•	•	•
Effet de l'entraînement Anaérobic	•	•	•	•
Statut d'entraînement	•	Amélioration	Amélioration	•
Charge d'entraînement / Training load	•	•	•	•
VO2 Max	•	•	•	•
Temps de récupération	•	•	•	•
Prédiction de course	•	•	•	•
Widget de course		•	•	•
Fonctions d'entraînement	•	Amélioration	Amélioration	•
Suggestion d'entraînement quotidien	•	Amélioration	Amélioration	•
Plans d'entraînement Garmin Coach	•	Amélioration	Amélioration	•
Running Dynamics – Analyse de la foulée	•	•	•	•
Fonction Auto Lap	•	•	•	•
Alertes / Alarmes spécifiques	•	•	•	•
Métronome	•	•	•	•
Fonction PacePro	•	•	•	•
Profil d'activité Triathlon		•	•	•
Vitesse et cadence à vélo	•	•	•	•
Compatible capteurs de puissance		•	•	•
Compatible avec les feux Varia™	•	•	•	•
Compatible avec les radar Varia™	•	•	•	•

CONFIGURATIONS DES PRODUITS:

FORERUNNER 255



INCLUS		PAYS D'ORIGINE
Forerunner 255, câble de chargement/données, documentation		Fabriqué à Taiwan
DESCRIPTION	SKU	EAN
Forerunner 255, Gray	010-02641-10	0753759279875
Forerunner 255, Bleue	010-02641-11	0753759279882

FORERUNNER 255S



INCLUS		PAYS D'ORIGINE
Forerunner 255S, câble de chargement/données, documentation		Fabriqué à Taiwan
DESCRIPTION	SKU	UPC
Forerunner 255S, Grise	010-02641-12	0753759279899
Forerunner 255S, Rose	010-02641-13	0753759279905

RRP:
EUR
349.99€

FORERUNNER 255 MUSIC



INCLUS		PAYS D'ORIGINE
Forerunner 255 Music, câble de chargement/données, documentation		Fabriqué à Taiwan
DESCRIPTION	SKU	UPC
Forerunner 255 Music Noire	010-02641-30	0753759279950
Forerunner 255 Music Blanche	010-02641-31	0753759279967

FORERUNNER 255S MUSIC



INCLUS		PAYS D'ORIGINE
Forerunner 255S Music, câble de chargement/données, documentation		Fabriqué à Taiwan
DESCRIPTION	SKU	UPC
Forerunner 255S Music, Noire	010-02641-32	0753759279974
Forerunner 255S Music, Blanche	010-02641-33	0753759279981

RRP:
EUR
399.99€

SPÉCIFICATIONS PHYSIQUES :

	Forerunner 255 & Forerunner 255 Music	Forerunner 255S & Forerunner 255S Music
Dimensions du produit	45.6 mm x 45.6 mm x 12.9 mm	41 mm x 41 mm x 12.4 mm
Poids du produit	49 g	39 g
Étanchéité	5 ATM	5 ATM
Taille de l'écran	1.3" (33 mm)	1.1" (27.9 mm)
Résolution de l'écran	260 x 260 pixels	218 x 218 pixels
Type d'écran	Antireflet, memory-in-pixel (MIP) transreflectif	Antireflet, memory-in-pixel (MIP) transreflectif
Type de verre	Corning® Gorilla® Glass 3	Corning® Gorilla® Glass 3
Mémoire / Historique	200 hrs de données / 500 chansons	200 hrs de données / 500 chansons
Autonomie	Jusqu'à 14 jours en mode montre connectée. Jusqu'à 30h en mode GPS	Jusqu'à 12 jours en mode montre connectée. Jusqu'à 26h en mode GPS
Bracelets	Bracelets 22mm Quick Release	Bracelets 18mm Quick Release
Taille du bracelet	Circonférence de 130-205 mm	Circonférence de 110-195 mm
DAS	DAS membre : 0,47 W/kg DAS tronc : 0,48 W/kg	DAS membre : 1,03 W/kg DAS tronc : 1,57 W/kg

SPÉCIFICATIONS DE L'EMBALLAGE :



	Forerunner 255	Forerunner 255S
Dimensions du coffret : (LxHxP)	2.7" x 5.6" x 2.4" (6.9 cm x 14.1 cm x 6.2 cm)	2.7" x 5.6" x 2.4" (6.9 cm x 14.1 cm x 6.2 cm)
Poids du coffret :	5.3 oz (152 g)	5.0 oz (142 g)
Dimension du carton : (LxHxP)	15.0" x 12.0" x 12.4" (38.1 cm x 30.5 cm x 31.5 cm)	15.0" x 12.0" x 12.4" (38.1 cm x 30.5 cm x 31.5 cm)
Poids du carton :	17.4 lbs (7.9 kg)	16.5 lbs (7.5 kg)
Quantité par carton :	40	40

ACCESSOIRES COMPATIBLES :

		SKU	EAN	RRP	IMAGE
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 22mm - Noir	010-11251-3A	0753759298227	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 22mm - Blanc	010-11251-3B	0753759298234	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 22mm - Gray	010-11251-3C	0753759298241	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 22mm - Bleu	010-11251-3D	0753759298258	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 18mm - Noir	010-11251-3E	0753759298265	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 18mm - Blanc	010-11251-3F	0753759298272	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 18mm - Gris	010-11251-3G	0753759298289	€39.99	
NOUVEAU	Bracelet silicone Quick Release 18mm - Rose	010-11251-3H	0753759298296	€39.99	
	Ceinture cardio HRM-Pro™	010-12883-00	0753759223137	€129.99	
	Ceinture cardio HRM-Dual™	010-10997-12	0753759149772	€99.99	
	Running Dynamics Pod	010-12520-00	0753759175528	€69.99	

¹Pays pris en charge, le réseau de paiement et les informations bancaires d'émission actuellement disponibles sur [Garmin.com/GarminPay/banks](https://www.garmin.com/GarminPay/banks)

²Les données et informations fournies par ces appareils sont destinées à être une estimation proche de votre activité et des métriques suivies mais peuvent ne pas être précisément exactes.

³Lorsqu'il est utilisé avec le Pod Running Dynamics ou le moniteur HRM-Pro™ (vendus séparément).

⁴Lorsqu'il est couplé à un smartphone compatible ; voir [Garmin.com/ble](https://www.garmin.com/ble). Pour connaître les exigences et les limites des fonctions de sécurité et de suivi, consultez [Garmin.com/safety](https://www.garmin.com/safety).

La marque verbale et les logos Bluetooth sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par Garmin est soumise à une licence.

SPOTIFY et le logo Spotify font partie des marques déposées de Spotify AB. Android est une marque de commerce de Google LLC.

Amazon Music et tous les logos associés sont des marques commerciales d'Amazon.com, Inc. ou de ses sociétés affiliées.