

De volta à forma física com a Garmin VÍVOFIT™!



- Outono é sinónimo de retorno, de projetos que começam e de outros que ganham novamente força. O verão ficou para trás e, com ele, perderam-se provavelmente alguns hábitos que mantemos no resto do ano. Mas recuperar a forma física é mais fácil e simples que nunca, com a **VÍVOFIT™**.

Lisboa, 12 de setembro de 2014 - A **Garmin**, líder mundial em navegação por satélite*, vai ajudar os seus clientes a recuperarem a forma física e a melhorar os hábitos com a sua mais recente e eficiente pulseira de fitness, a **VÍVOFIT™**.

Quem disse que retomar as rotinas é fácil? Depois das férias, é sempre complicado voltar aos horários antigos, ao trabalho, ao trânsito diário e ao facto de haver menos tempo livre. A Garmin sabe bem disso, e garante agora uma motivação extra. Este outono, apresenta o melhor complemento para o quotidiano: a **VÍVOFIT™**.

“A Garmin quer ajudar os seus clientes a recuperarem a forma física e sobretudo a voltarem a adotar os bons hábitos que provavelmente se perderam com os excessos naturais dos tempos de férias”, disse Natália Cabrera, Diretora de Marketing da Garmin Iberia. **“A Garmin VÍVOFIT™ é uma parceira essencial para voltar aos hábitos anteriores às férias, e graças à possibilidade de ligação à rede Garmin Connect, permite estabelecer objetivos me conjunto com amigos, para que o esforço seja repartido e os treinos sejam ainda mais divertidos”,** sublinhou esta responsável.

Por onde começar? Bom, a força de vontade é o principal elemento de motivação para recuperar a forma física e voltar às rotinas, mas com a **VÍVOFIT™** estamos mais acompanhados e preparados para os desafios diários. Quer saber como pode ver progressos em pouco tempo com a ajuda da Garmin?

A **Garmin VÍVOFIT™** é a única pulseira que oferece objetivos diários personalizados para fazer um acompanhamento do dia-a-dia de cada utilizador. Memoriza o nível de atividade atual para, depois, definir uma meta diária que seja atingível e fornece a contagem a montante das metas. Desta forma, e à medida que se vão cumprindo

as metas, a VÍVOFIT™ ajusta os objetivos dos dias seguintes, acompanhando devidamente o utilizador no trilho que o leva a uma vida mais saudável.

Passo a passo

O sedentarismo próprio das tarefas normais do escritório ou de longos períodos em frente ao PC ou ao televisor tem as suas consequências. No outono, os dias ficam mais pequenos e as saídas de casa começam a escassear. Mas é imperativo não deixar de caminhar sempre que seja possível. E a Garmin VÍVOFIT™ **consegue contar os passos diários do utilizador.**

Além disso, o equipamento recorda os utilizadores quando é altura de começar a andar. Depois de uma hora de inatividade, a pulseira mostra uma **linha vermelha de análise de movimento** que avisa o utilizador de que está sem atividade há muito tempo. Esta barra vai aumentando a cada 15 minutos e volta à estaca zero apenas quando o utilizador começar a caminhar durante alguns minutos.



Para não perder qualquer dado

Com a Garmin VÍVOFIT™, obtém objetivos diários personalizados, ajudando a pulseira a atingir esses mesmos objetivos e para os quais contribui a apresentação de informação detalhada. Entre a grande abrangência de dados disponíveis, destaque para as horas e o **monitor de calorias queimadas e distância percorrida**. Os valores podem ser consultados de forma individualizada com apenas um toque de botão. Para isso, esta pulseira de última geração conta com um ecrã LCD invertido super nítido com acelerómetro, para uma maior legibilidade. Chega a noite e a hora de relaxar, mas a Garmin VÍVOFIT™ não descansa! O equipamento continua a monitorizar o seu bem-estar. Ao ativar o **modo de descanso**, a pulseira monitoriza o sono de forma a contabilizar as horas de sono efetivo e de conseqüente descanso. E a Garmin VÍVOFIT™ dispõe ainda de memória suficiente para armazenar até um ano de histórico de dados.

Uma companheira bem acompanhada

A Garmin VÍVOFIT™ foi desenvolvida para funcionar juntamente com outros acessórios, como o monitor de frequência cardíaca (opcional). Com este conjunto, é

possível registar os dados de frequência cardíaca e obter informação mais precisa sobre as calorias queimadas em qualquer atividade, fora ou dentro do ginásio. E os utilizadores que disponham de outro equipamento Garmin (Edge ou Forerunner) poderão usar a Garmin VÍVOFIT™ para controlar a sua atividade e tempo de recuperação entre os treinos.

Partilhe os progressos com amigos

Graças à tecnologia sem fios da Garmin VÍVOFIT™, ela pode ser sincronizada de forma automática com o PC premindo simplesmente um botão. Assim, é possível descarregar os dados armazenados no sistema para posterior análise na rede social Garmin Connect e assim dispor de uma perspetiva completa dos progressos feitos. Além disso, o utilizador pode ir buscar ainda mais motivação a desafios online com outros participantes ou iniciar uma competição própria com amigos para atingirem metas estabelecidas entre todos. Tudo graças ao acesso ao Garmin Connect a partir do PC ou de um smartphone compatível (com a aplicação Garmin Connect Mobile).

A bateria da Garmin VÍVOFIT™ foi otimizada para facultar até **um ano de autonomia** sem que seja necessário recarregá-la ou substituí-la. Além disso, é resistente a água (**até 50 metros**), pelo que pode levá-la consigo para a piscina ou para a praia.

A Garmin VÍVOFIT™ é vendida em azul, verde, cinzento, lilás e preto por **119 euros** (IVA incluído) ou por **149 euros** (pack com monitor de frequência cardíaca; IVA incluído).

Para mais informações sobre os produtos e serviços da Garmin, visite os sites www.garmin.pt, www.garmin.blogs.com, <http://twitter.com/garmin> e <https://www.facebook.com/GarminPT>.

Aceda [aqui](#) para obter todos os comunicados da Garmin Portugal.

* Fonte: 2011 NPD, GFK e dados Garmin.

Sobre a Garmin

O líder mundial em navegação por satélite, Garmin Ltd e as suas subsidiárias desenvolvem, fabricam e comercializam equipamentos de navegação, comunicações e informações desde 1989 – sendo que a grande maioria incorpora tecnologia GPS. Os seus produtos destinam-se a inúmeras aplicações nos mercados aeronáutico, marítimo, outdoor & fitness, OEM e automóvel. A Garmin Ltd. está sediada na Suíça e as suas principais subsidiárias estão situadas nos EUA, Taiwan e Reino Unido. Para mais informação, consulte: www.garmin.com/newsroom. Garmin é uma marca registada de Garmin Ltd.

Aviso sobre o conteúdo:

Este comunicado de imprensa contém informação sobre futuras ações relacionadas com a Garmin Ltd. e suas atividades comerciais. Todos os dados aqui contidos relacionados com lançamentos de produtos futuros da empresa são previsões e baseiam-se nas expectativas atuais do negócio da companhia. A informação, eventos e circunstâncias apresentados nos comunicados de imprensa podem, por isso, não ser realizados e os seus resultados reais diferir substancialmente como consequência dos fatores de risco conhecidos e desconhecidos que podem afetar a Garmin, incluindo, mas não limitado aos fatores de risco mencionados no relatório anual no formulário 10-K para o final de ano 28 de dezembro, 2013, preenchido pela Garmin com a Comissão de Bolsa e Valores (arquivado na Comissão com o número 0-31983). Uma cópia deste formulário 10-K está disponível em www.garmin.com/aboutGarmin/invRelations/finReports.html. A Garmin não garante as ações futuras que podem estar contidas neste comunicado de imprensa, para além disso, estas só se referem à data em que o comunicado foi emitido. Independentemente de novos dados, eventos futuros ou qualquer

outra circunstância, a empresa não tem obrigação de rever e atualizar a informação de forma periódica.

Para mais informações por favor contactar:

Ana Franco

EDC

936 101 395

ana.franco@edc.pt

Natália Cabrera

Diretora de Marketing Garmin Iberia SAU

0034 93 357 26 08

natalia.cabrera@garmin.com