

Óda na Garmin

aneb proč nosím dvoje hodinky

Recenze ■ Filip Brož

Jsou to přesně dva měsíce, co jsem poznal nový svět – Garmin. Značka, která pro mě vždy byla synonymem pro navigace. Dodnes mám schovaných pár navigačních zařízení nejen do auta, ale i outdooru. Samozřejmě již dlouho vím, že to není jen o navigacích, ale i chytrých hodinkách. Nechávalo mě to chladným až do doby, než jsem se rozhodl, že je třeba něco udělat s mým zdravím a životním stylem. Zjistil jsem, že Apple Watch nejsou nejlepší hodinky na všechno. Jsou oblasti, kde je doslova nechcete používat.



Vše začalo během Vánoc, kdy jsem prodělal covid. Po rekonvalescenci jsem přišel na to, že mám problém vyjít schody, byl jsem více unavený a celkově línější. Ruku v ruce samozřejmě šla moje váha. Řekl jsem si, že takhle žít nechci, musím s tím něco udělat. Pro kontext jen uvedu, že jsem před 9 lety dokončil vysokou školu se zaměřením na tělesnou výchovu a sport a v té době jsem dělal sporty na vrcholové úrovni. Tohle byl prostě sešup dolů.

BOJOVÉ PODMÍNKY

Začal jsem se tedy znovu hýbat. Vše samozřejmě začíná u pravidelného pohybu, tedy chůze a změny jídelníčku. Vyřadil jsem vše nezdravé a hlavním motivátorem se staly hodinky Apple Watch. Po Vánocích bylo vše stále zavřené, takže jsem byl odkázán na domácí podmínky. Začal jsem hodně cvičit s vlastní váhou těla, nejčastěji dle aplikace **Apple Fitness+**, o které jsem již psal.

K Vánocům jsem své ženě dal běhací pás, takže i ten se zapojil do pracovního procesu a mé přeměny. Vše jsem měřil pomocí Apple Watch a tradičně uzavíral všechny kroužky aktivity. Zkrátka takový ten lepší lifestyle – nic náročného. Postupně jsem přidával více a více intervalů a pomalu a jistě se dostával do kondice. Začal jsem více běhat venku,

a to delší vzdálenosti okolo 10 kilometrů. Také jsem oprášil svoji starší silničku a vyrazil jsem na kolo.

NOVÝ PROJEKT

Před dvěma měsíci jsem spustil osobní projekt a výzvu **Tělo/Mysl/Duch**. Tři životní etapy a různé výzvy, které souvisejí s naším zdravím, vzděláváním a osobním životem. O některých jsem již na těchto stránkách mluvil a natočil jsem k tomu i nějaká videa na mém **YouTube kanále**. V tomto článku se chci ale zaměřit jen a pouze na Tělo, tedy pohyb a sport.

Jako první jsem si vymyslel, že chci uběhnout půlmaraton. Během jara jsem se začal poctivě připravovat a nabíhat kilometry. Vše s Apple Watch na zápěstí, nic jiného. Jednoho sobotního rána jsem se dobře vyspal a řekl jsem si, že zkusím běžet trochu dál. Naplánoval jsem si skrze Mapy.cz trasu a vyběhl. Po 12 kilometrech v lese jsem zjistil, že lesníci vykáceli půlku lesa a značky zmizely. iPhone jsem s sebou samozřejmě neměl, běžel jsem nalehko, kapsy a volný prostor jsem využil na vodu a jídlo. Byl jsem v pasti, ale nějak jsem se vymotal. Tehdy jsem si řekl, že tohle už nechci zažít!

FENIX POPRVÉ

Když jsem dorazil domů, nevím proč, ale vzpomněl jsem si na **Garmin a jejich hodinky**. Věděl jsem, že



nabízí vestavěné mapy. Také jsem věděl, že to jsou hodinky pro opravdové sportovce, a tudíž mě nechávaly dlouho chladným. Byl to pro mě zcela neznámý svět. Vůbec jsem se nevyznal v modelech a rozdílech mezi nimi.

V ten samý den jsem si taky jen tak zaběhl půlmaraton, takže jsem zjistil, že musím směřovat výš. Aktuální metou je klasický maraton a samozřejmě i půlmaraton v závodním tempu. Věděl jsem, že tohle nemohu zvládnout bez kvalitní přípravy, sportovních dat a dalších funkcí, které mi Apple Watch bohužel nabídnout nemohou. Volba čísla jedna padla na Garmin.

Sedl jsem si tedy k iPadu a začal studovat, co vše nabízí. Jako u každé technologické společnosti, **začal jsem u TOP modelu**, protože jsem si říkal, že nemá smysl ztrácet čas a je lepší se rovnou podívat na to nejlepší. Dnes si to už nemyslím, vše má své výhody, zvlášť když aktuálně testuji v podstatě vstupní model do světa hodinek Garmin, který může být pro mnoho lidí lepší než vlajková loď. O tom však za chvíli.

Při samostudiu mi do oka padly **Garmin Fenix šesté generace**. Zjistil jsem, že existují různé modely, které se liší dle velikosti displeje, provedení a samozřejmě barev. Řekl jsem si, že bych je rád vyzkoušel a ono se to povedlo. Již dva měsíce mi dělají

společnost **Garmin Fenix 6X Pro v edici Solar**. Jak jsem již uvedl, otevřel se mi nový svět.

DVOJE HODINKY

Občas si připadám zvláštně. Lidé na mě divně koukají. Jsem jako Maradona, ale bez prstenů. Nosím totiž dvojce hodinky. Na pravém zápěstí Apple Watch na levém Garmin Fenix. Už teď vím, že nemohu fungovat jen s jednou značkou. Potřebuji obě. Samozřejmě, berte mě jako pokusného králíka, nemusíte mě ve všem následovat. Určitě si nakonec vyberete jen jeden model.

Proč používám Apple Watch je asi zřejmé, zvlášť s příchodem podpory LTE a celulární verze. Pořídil jsem si kvůli tomu nové Apple Watch v ocelové edici, a to vůbec poprvé. Vždy jsem měl hliníkovou verzi. Apple Watch mi stále slouží jako hlavní komunikátor na vyřizování zpráv, hovorů a notifikací. Garmin Fenix plní roli mého osobního trenéra – kouče. Se vším všudy.

GARMIN CONNECT

Fenixe mám samozřejmě spárovaného se svým iPhoneem skrze Bluetooth a zároveň i domácí WiFi síť (pro synchronizaci dalších dat či samotné nastavení hodinek). Už samotná aplikace Garmin Connect je písnička sama pro sebe. Myslím si, že Apple by se



zde mohl mnoho přiučit, jak má vypadat aplikace zaměřená na data, zdraví a sportovní výsledky. Snad žádnou jinou podobnou aplikaci neotevírám tak rád jako Garmin Connect.

Každé ráno zde najdu podrobné statistiky o svém spánku, aktuální kondici, VO2max, dýchání nebo to, jaký typ tréninku bych v závislosti na svých cílech měl zvolit. Ty samé údaje samozřejmě najdu i přímo na hodinkách, ale trochu jiným způsobem. Také vidím, jak jsem na tom se stresem v kombinaci s odpočinkem a aktuální tepovou frekvencí. Nechybí ani kroky, spálené kalorie, teplotní aklimatizace a spousty dalších údajů. Vše je velmi přehledné a designově povedené – minimalismus a funkčnost. Tak to má být.

DESIGN

Pojďme se podívat na samotné hodinky. Zvolil jsem největší variantu Garmin Fenix 6X Pro Solar se

solárním krycím sklíčkem a solárním dobíjením akumulátoru. Ačkoliv solární dobíjení zatím nenahradí klasické dobíjení ze sítě, solární modely nabízí ze všech modelů řady Fenix 6 nejdelší výdrž. Barevný chroma displej se může pochlubit velikostí 1,4", což je na ruce celkem znát. Ze srandy jsem hodinky půjčil ženě a nevypadalo to dobře.

Samozřejmě máte na výběr i menší verzi. Záleží na vašich preferencích. Vždy je potřeba zvážit, jak máte velké zápěstí, jak moc dobře potřebujete na displej vidět, zda máte raději lehké nebo těžší hodinky, zda nosíte brýle a podobně. Displeje všech Fenixů jsou samozřejmě dobře čitelné, liší se jen drobnostmi dle zvoleného materiálu, například safír versus solární krycí sklíčko. Tím, že mám solární dobíjení, musel jsem oželeť safírové sklo, což má své plusy i mínusy z hlediska odolnosti. Když se však na sklíčko podrobně dívám, žádné škrábnutí nevidím, je čisté.

Displeje všech Fenixů jsou samozřejmě dobře čitelné, liší se jen drobnostmi dle zvoleného materiálu, například safír versus solární krycí sklíčko.



POCTIVÁ TLAČÍTKA, ŽÁDNÝ DOTYK

Hodinky Fenix 6 nabízí tradičně ovládání pomocí 5 tlačítek a nemají dotykový displej. Původně jsem si myslel, že to bude obrovská nevýhoda, vždyť v dnešní době je vše dotykové. Stačí si vzpomenout na praxi s Apple Watch – když jsem běhal jen s nimi, mnohokrát jsem vlivem potu a špinavých rukou nemohl ovládat displej. Často jsem si pomáhal špičkou nosu – takový stylus. Následně jsem klikl, kam jsem nechtěl, a akorát mě to rozptýlilo. Oproti tomu tlačítka na Fenixu jsou stále stejná a když víte, co chcete, zvládnou kombinace tlačítek mačkat i po slepu.

V zásadě máte jedno tlačítko na podsvícení displeje, tlačítko pro menu a listování směrem vzhůru, další pro směr dolů, jedno tlačítko pro potvrzování a výběr sportu a tlačítko zpět. Samozřejmě jsou zde různé kombinace, něco jiného se stane, když tlačítko podržíte déle nebo krátce a tak dále. Není to vůbec nic složitého. Stačil mi jeden dva dny a byl jsem doma.

Tlačítka si nemohu vynachválit nejen během běhání či jízdy na kole, ale samozřejmě i v běžném provozu. Stačí zmáčknout a pak se podívat na displej. Hodinky mají samozřejmě i vyměnitelný řemínek. Je to stejné jako u Apple Watch, záleží na vašich preferencích. Není problém ráno vyjít s „prémiovou kůží“ a domů se vracet po tréninku se silikonem. Výměna zabere sotva pár sekund. Hodinky lze také

používat bez řemínek a umístit je do nějakých speciálních držáků, například na kolo.

SVĚT SPORTU

Pokud jste sportovci, tak jistě víte, že Garmin je v oblasti sportu naprosto úžasný. Hrozně se mi líbí, že mohu být profesionální běžec, cyklista, kajakář, lyžař, golfista, plavec nebo klidně atlet, vyjít na trénink s hodinkami Fenix, a večer v klidu vyrazit i do nóbl restaurace a nestydět se za to, co mám na ruce. Hodinky mě neustále měří, a to i v noci. Po hodně dlouhé době zase spím s hodinkami na ruce, protože si to mohu dovolit i z hlediska baterie. Ta nabízí neuvěřitelnou výdrž, ale o tom až později.

Bez nadsázky mohu říct, že model Fenix mě opět přivedl ke sportu, a to nejen k běhání či kolu. Díky tomu, že na hodinkách máte snad všechny sporty, které existují, tak vás to doslova láká je vyzkoušet. Nechybí expedice, kardio, golfová hřiště z celého světa, funkce pro námořníky, kajakáře, horolezce, potápěče a tak dále. Samozřejmě, pokud se specializujete jen na vodu a potápění, má Garmin speciální model Quatix 6. Pro potápěče je tu Descent Mk2. Pokud jste voják nebo provozujete nějakou podobnou zábavu o přežití, asi budete chtít model Tactix Delta.

Garmin Fenix jsou multisportovní chytré hodinky. Chvilí můžete dělat to, pak zase něco jiného. Vše



si jen nastavíte přímo na zápěstí, nebo ve zmíněné aplikaci Connect.

OSOBNÍ TRENÉR NA ZÁPĚSTÍ

Jak jsem již uvedl, hodinky vás budou neustále koučovat a doporučovat vám, co byste měli dělat. Rychle poznají oblasti sportu, kterým se věnujete, a jak je na tom vaše tělo. Už za týden používání jsem viděl podrobné statistiky o svém tepu, dechu, stresu a výkonnosti. Po každém tréninku na vás čeká doslova hromada grafů a statistik. Tohle mi Apple Watch v žádném případě nemohou nabídnout ani v kombinaci s hrudním pásem od Garminu, který nosím.

Vše je samozřejmě lokalizováno do češtiny. Mohu si podobně jako u Applu měnit ciferníky, barvy a instalovat nějaké aplikace. To vše skrze další aplikaci – Garmin Connect IQ. Pár fajn doplňků jsem tu našel, ale myslím si, že nativní ciferníky jsou nejlepší. Stačí si je jen upravit k obrazu svému a zaměřit se na data, která chcete vidět.

Spousty nastavení a uživatelských změn na vás čeká i v již několikrát zmiňované aplikaci Connect. Každou změnu uvidíte ihned po synchronizaci přímo v hodinkách. Díky této aplikaci si také mohu dovolit používat vícero hodinek Garmin, aktuálně tak Fenix střídám s novým Forerunner 55, který

má s modelem Fenix řadu společných funkcí. Jsou to ale levnější, lehké běžecké hodinky. Data mám stále aktuální, Garmin Connect umí sportovní záznamy kombinovat i z více zařízení.

Tohle rozhodně není poslední článek na téma Garmin a Apple. Naopak! Je to úvod, protože díky Fenixu od Garminu se mi otevřel zcela nový svět.

PROČ TEDY DVOJE HODINKY?

Z článku to zřejmě vyplývá, ale bez Apple Watch se neobejdu. Když pomínu, že vedu workshop na téma jak žít a fungovat s Apple Watch, tak je tu nově podpora LTE a možnost vyřizování hovorů. Apple Watch jsou pro mě lifestyle – je to ten „druhý iPhone“. Fenix a celý Garmin je pro mě synonymem sportu a zdraví. Motivuje mě, abych se sebou něco dělal, něčeho dosáhl a objevoval nové limity a hranice.

Pokud hledáte u sportovních hodinek Garmin to nejlepší, s modely **Fenix** neuděláte chybu. Stačí si jen vybrat materiál, velikost displeje a barvu (řemínek). V zásadě se pohybujeme v podobných cenách jako u Apple Watch. Pokud chcete něco ve svém životě změnit, Garmin Fenix vám v tom pomůže. Díky Apple Watch možná vstanete na minutu z gauče, uděláte pár kroků, ale zase si sednete. Fenix vás posune dál, ať už chcete uběhnout maraton, udělat nějaký výšlap nebo cokoliv dalšího. Jste připraveni? 