

14.05.2009 - Intelligenter trainieren mit den SUUNTO t6c Red Arrow und t3c Black Arrow Herzfrequenzmonitoren

Die SUUNTO Triathlon-Kollektion

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Im Zuge der Kooperation mit der International Triathlon Union (ITU) präsentiert SUUNTO, einer der führenden Hersteller von Sportpräzisionsinstrumenten, seine Triathlon-Kollektion mit den Herzfrequenzmonitoren t6c Red Arrow und t3c Black Arrow. Die Modelle verfügen über sämtliche Merkmale der bereits erprobten und erfolgreichen Vorgängermodelle t3c und t6c, erscheinen aber in anderem Design.

Die SUUNTO t6c Red Arrow ist wie ein echtes Sportlabor am Handgelenk für Athleten mit professionellen Ansprüchen. Sie misst das Zeitintervall zwischen den Herzschlägen sowie deren Variabilität und berechnet daraus Informationen zu sieben verschiedenen Körperparametern. Mit der zugehörigen Software kann der Sportler diese Daten nutzen und seine Trainingseinheiten eingehend analysieren.

Viele der Messdaten werden direkt auf dem Display der SUUNTO t6c Red Arrow angezeigt. Trainingseffekt (der aerobe Nutzen einer Trainingseinheit auf einer fünfstufigen Skala), EPOC (Excess Postexercise oxygen consumption) und Kalorienverbrauch, beispielsweise, lassen sich in Echtzeit und auf einen Blick ablesen. Der Nutzer kann zwischen zwei individuell anpassbaren Displays wählen und damit entscheiden, welche Informationen er für sein aktuelles Training (z.B. Laufen oder Radfahren) benötigt.

Einige der sportartspezifischen, optionalen PODs - Foot POD, Bike POD, GPS POD, Cadence POD und PC-POD - liefern darüber hinaus Informationen zu Geschwindigkeit und Distanz und werden ebenfalls auf dem Display des Handgelenkscomputers angezeigt.

Ambitionierte Athleten und begeisterte Sportler können mit der SUUNTO t3c Black Arrow effektiver trainieren und bessere Ergebnisse erzielen. Neben der Anzeige für die Herzfrequenz, verfügt das Instrument über ein Display mit Echtzeit-Informationen zu dem Trainingseffekt, der mit einer Trainingseinheit erzielt wird. Der Wert für den Trainingseffekt (TE) wird aus der Herzfrequenz unter Berücksichtigung der Herzfrequenzvariabilität berechnet und liefert damit zuverlässige Informationen über die Belastungsintensität und deren Effekt für die aerobe Fitness. Mit der Kontrolle des TE sinkt auch die Gefahr von Übertraining.

"Ich schätze die Vielseitigkeit der SUUNTO Herzfrequenzmonitore", sagt Jan Frodeno, der deutsche Triathlon

Olympiasieger. "Ich kann einen Monitor für alle meine Sportaktivitäten einsetzen und ihn mit jedem SUUNTO Speed und Distance POD kombinieren. Der neue Comfort Belt sitzt perfekt am Oberkörper und ist auch bei meinen langen Läufen bequem zu tragen. Mit dem SUUNTO Herzfrequenzmonitor erhalte ich direkt am Handgelenk schnell und einfach entscheidende Informationen, die ich brauche, um intelligenter zu trainieren. So hole ich aus jeder Trainingseinheit das meiste heraus."

SUUNTO ist offizieller Timing and Data Partner des Dextro Energy Triathlon - ITU World Championships Series. Die atemberaubende neue Serie umfasst acht Triathlonveranstaltungen in einigen der bekanntesten Städte der Welt und wird Millionen von Fernsehzuschauern erreichen. Sie beginnt am 2. Mai in Korea und endet mit dem großen Finale am 13. September in Australien. Teilnehmen kann jeder Sportler - vom Profi bis zum Einsteiger.

Die Triathlon-Kollektion mit den Modellen t6c Arrow und t3c Black Arrow ist bereits im Handel erhältlich.

spoteo - Sporttechnologie online

<http://www.spoteo.de/>

Kontakt: kontakt@spoteo.de