

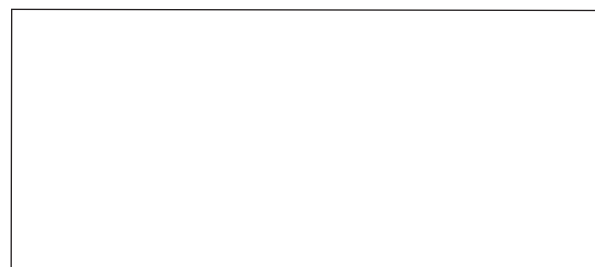
GARMIN®

アメリカ発データ活用のプロフェッショナル

GARMIN®

- 表示価格は、すべてメーカー希望小売価格です。
- 掲載商品の色は、実物とは異なる場合があります。
- 商品の文字盤の表示は、実際の商品とは異なる場合があります。
- 掲載の着用画像はイメージであり、実際の商品とは異なる場合があります。
- 予告なく仕様および価格等が変更される場合があります。
- この印刷物の無断転載を禁じます。(インターネット告知等)

ガーミンジャパン株式会社
カスタマーサポート TEL.049-267-9114
Garmin.co.jp



J01-00005-02 20250116M



GARMIN for OUTDOOR



自分の道を突き進め

どんなに過酷な自然の中でも、めまぐるしい都市の中だって、
胸の好奇心と、腕のINSTINCTさえあれば、
地球はどこでも遊びの舞台になる。
タフに自由に、世界中を楽しむあなたへ、本能を駆り立てる原動力を。

INSTINCT

FOLLOW YOURS



INSTINCT 3
AMOLED

INSTINCT 3
DUAL POWER

INSTINCT E

INSTINCT 2

INSTINCT
CROSSOVER

NEW

AMOLEDディスプレイ※1

シリーズ初のカラーディスプレイ。カラーディスプレイながらもスマートウォッチモードでは24日間のロングバッテリーを実現。



ロングバッテリー※3

Instinct 3 Dual Powerは第三世代のソーラー充電を搭載し、さらなるロングバッテリーを実現。



DUAL POWER

見やすいMIPディスプレイ※2

新世代MIPディスプレイ技術で、バックライトの明るさが前モデルに比べて改善。これにより、コントラストが上がり視認性アップ。



連続稼働時間 ※INSTINCT 3 DUAL POWER 50mmの場合

スマートウォッチモード	約 40日間 + 無制限 ※4
GPS + 光学心拍計モード	約 60時間 + 200時間 ※5
マルチGNSSマルチバンドモード	約 34時間 + 26時間 ※5
バッテリー最長GPSモード	約150時間 + 無制限 ※5
Expeditionモード	約 60日間 + 無制限 ※4
バッテリー節約ウォッチモード	約100日間 + 無制限 ※4

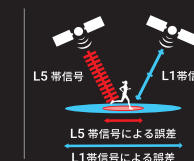
タフネス

アメリカ国防総省が定めるMIL規格「MIL-STD-810」に準拠。耐熱・耐衝撃・防水性で、どんな環境でも駆動を止めない、最強の強靱性能。



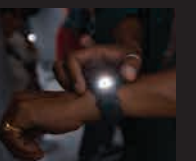
GNSSマルチバンド※6

最先端の4システム測位、高精度な測位が瞬時に可能。GNSSマルチバンドにも対応し、複雑な地形環境下でも精度の高い測位を実現。



フラッシュライト※6

夜間ランニング・ウォーキング、登山で活躍するカスタマイズ可能なフラッシュライト。暗闇で手元を照らしたり、周りからの視認性を高めることができる。



※1 INSTINCT 3 AMOLEDのみ搭載 ※2 INSTINCT 3 DUAL POWER、INSTINCT Eのみ搭載 ※3 INSTINCT 3 AMOLED、INSTINCT Eは非搭載
※4 ソーラー充電: 50,000ルクスの条件下の屋外にて1日あたり3時間の着用を含む終日着用を想定 ※5 ソーラー充電: 50,000ルクスの条件下での使用を想定
※6 INSTINCT E、INSTINCT 2 DUAL POWER、INSTINCT CROSSOVER DUAL POWERは非搭載

サーフィン
Surfer 田中大貴



プロサーファー

時計もバンドも頑丈なので
サーフィン中も安心。



スケートボード
Skateboarder 永原悠路



ROCKSTAR ENERGY OPEN 優勝

夢中になってもBody Batteryが
コンディションを知らせてくれる。



BMXレース
BMX Racer 中井飛馬



BMXレース 全日本選手権優勝

スピードとパワー、そして一瞬の判断が
勝敗を分ける競技だからこそ、Garmin
で日々の体調管理を最適化していく。



スノーボード
Snowboarder 長谷川帝勝



2023年世界選手権ビッグエア優勝

スノーボード機能でもトレーニング
でも、INSTINCTは小さな相棒。



Garmin Japan Ambassadors

世界で活躍するアスリートがINSTINCTの魅力を語る。

INSTINCT

アイスクライミング
Professional Ice Climber 八木名恵



日本人初のプロアイスクライマー

体にかかる負荷や回復具合が
Body Batteryとして可視化できる。



登山
Mountain Guide 伊藤 伴



日本山岳ガイド協会認定登山ガイド

アウトドアに必要な情報を
教えてくれる頼もしい相棒。



ウインドサーフィン
Windsurfer 杉 匠真



プロウインドサーファー

海上のダイナミックな動きを
全てデータで出してくれる。



アルペンスノーボード
Alpine Snowboarder 三木つばき



スノーボード選手

体調管理に欠かせない
機能の詰まった相棒。



ACTIVITY

山・海・街 マルチフィールドに対応

※時計画面表示は INSTINCT 3 AMOLED の場合

MOUNTAIN ACTIVITY



登山・ハイキング

登山を助ける最高のパートナー。ナビゲーション機能で目的地や帰路までの方向を示してくれるので、山岳ガイドの存在でもある。

Garmin Explore対応

Garmin Exploreとアプリを利用して、事前に登山などのトリップルートを計画できる。

アクティビティ中に表示される数値

- 距離/スタートから進んだ距離
- 昇降速度/1時間当たりの昇降速度(m)
- 高度/現在の高度
- 心拍ゾーン/心拍数と心拍ゾーン
- 総上昇量・総下降量/スタートから上昇・下降した高度



マウンテンバイク

道なき道を進むときはINSTINCTのGPS機能を活用。山の中で自分の位置や高度が分かるので迷う心配がなく安心。

ダウンヒルトレーニング

タイムや平均/最高速度、移動距離/高度を確認できる。アプリで走行軌跡も分かるので練習の振り返りに便利。

アクティビティ中に表示される数値

- タイム/現在の総タイム
- 距離/現在の総移動距離
- 心拍ゾーン/心拍数と心拍ゾーン
- 総上昇量・総下降量/スタートから上昇・下降した高度



スキー・スノーボード

キッカーのアプローチスピードを記録/分析し、ランディングの成功率アップ! ライディング計測で、いつものホームゲレンデがワールドカップ会場に。最高速度や平均速度、また走行軌跡により転倒箇所なども確認。

ライディング自動検知

ライディングとリフトを自動で検知し計測。

アクティビティ中に表示される数値

- 滑走/表示している滑走名
- Max Speed/最高速度
- Aスピード/平均スピード
- 積算標高差/計測した標高の差異
- 滑走時間/滑走した時間の合計



トレイルランニング

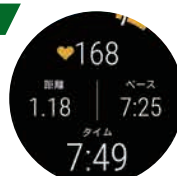
長時間で過酷な環境のレースをサポート。ペースやタイム、距離が分かるだけでなく、ABCセンサーや光学式心拍計を備えているので安心してレースに臨める!ロングバッテリーのInstinctを相棒に、山を駆け巡ろう。

ナビゲーション

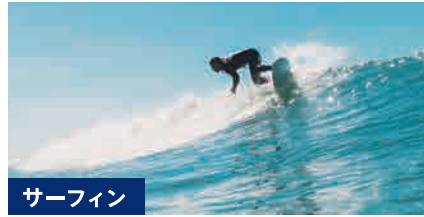
予めルートを設定すればナビゲーションを実行。あとどれくらい登りが続くかを視覚的に表示し、目的地到着時間なども確認が可能。

アクティビティ中に表示される数値

- タイム/現在の総タイム
- 距離/現在の総移動距離
- ペース/現在のペース(分/km)
- 昇降速度/1時間当たりの昇降速度(m)
- 総上昇量・総下降量/スタートから上昇・下降した高度



SEA/RIVER ACTIVITY



サーフィン

リーフブレイクでも突如現れるサンゴ岩。MIL規格の強靭設計で致命的なヒットにも耐えることができるだろう。事前にハイトイドとロータイトイドのスケジュールを確認し、ベストなコンディションでライド!

ライド自動検知

ライドを自動で検知し、サーフィンをした波の数、到達最大速度や移動距離を記録。

アクティビティ中に表示される数値

- タイム/現在の総タイム
- スピード/現在のスピード(7km/時を表示)
- 方向/北を指すコンパス
- 軌跡/自分が通った軌跡



SUP

効率の良いパドリングで誰よりも前に。パドリングデータには、1回のストローク距離や1分間の回数を記録。感覚では表せないデータのおかげで、パフォーマンスの向上を。

ストローク計測

1ストローク当たりの距離、1分間のストローク数などSUP特有のデータを計測。

アクティビティ中に表示される数値

- 平均ストロークレート/1分間の平均ストローク数
- タイム/現在の総タイム
- ストローク距離/1回のストロークで進む距離
- 平均ストロークレート/1分間の平均ストローク数
- ストローク数/合計のストローク数



釣り

久しぶりの巨大なシーバス。腕元のINSTINCTで素早く釣果を記録し、今回のベストスポットをポイント登録。来年シーズンへの楽しみがまたひとつ増えた。

ポイント登録

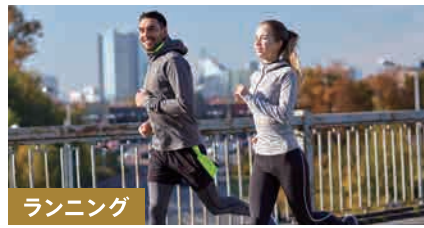
自分がある場所をポイントとして登録が可能。

アクティビティ中に表示される数値

- 釣果/魚釣りの成果
- 日の出日没時間/その日の日の出・日没の時間
- 方向/北を指すコンパス
- 軌跡/自分が通った軌跡
- タイム/現在の総タイム



URBAN ACTIVITY



ランニング

自分はどれほど進んだのか。ランニング中の運動強度やゴールまでの最適なペース配分など、ペースメーカーと走る感覚。最大酸素摂取量 (VO2 Max) も測定可能。

心拍ゾーン

最大心拍と安静時心拍を設定することで、現在のトレーニングの運動強度の目安を、心拍ゾーンから確認が可能。

アクティビティ中に表示される数値

- タイム/現在の総タイム
- 距離/現在の総移動距離
- ペース/現在のペース(分/km)
- 心拍ゾーン/心拍数と心拍ゾーン
- ラップペース・タイム/現在のラップの平均ペース(分/km)



スイミング

どれほど効率よく泳げているのか。ストローク効率までもが見れる。まさに小さなスイミングコーチだ。MIL規格に準じた防水規格は、水中でも安心して使える。

ストロークタイプ検出

内蔵の加速度センサーで泳ぎ方やストローク数、ターン数を認識し、ペースやラップなどを計測。

アクティビティ中に表示される数値

- Int. 距離/現在のインターバルの距離
- Int. タイム/現在のインターバルの時間
- ドリル記録/ドリルの時間
- 距離/現在の総移動距離
- 心拍/最大心拍数と平均心拍数



DAILY FUNCTIONS

メッセージ通知 ※1

手が離せないときも、電話・メールなどのメッセージを手元で確認。

天気通知 ※1

現在地周辺の予想天気、予想気温など天気情報を手元ですぐにチェック。

ミュージックコントロール ※1

スマートフォンの音楽再生・停止操作が手元で可能。

睡眠管理

レム睡眠・ノンレム睡眠をモニタリングし、睡眠の質を管理。

Suica対応

電車はもちろん、普段の買い物もランニング中の水分補給も、すべてひとつで完結。
※Suicaは東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。

ナビゲーション

事前に目的地を設定することで、その地点までの距離方角をお知らせ。

週間運動量

アクティビティの活動量を1週間単位で計測し、運動傾向などを分析表示。

Body Battery

カラダのエネルギーを可視化し、運動や休息のタイミングをお知らせ。

消費カロリー

基盤データと運動パターンを基に消費カロリーを計算。

ストレスレベル

心拍数からストレス状態をモニタリングし、メンタルのコンディションもサポート。

ステップ数

歩数はもちろん、階段の上り下りなどさまざまな運動履歴を計測管理。

血中酸素トラッキング ※2

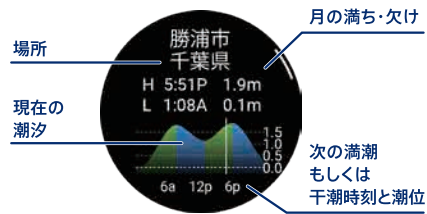
血中に取り込まれた酸素レベルを計測し、フィットネスのパフォーマンス向上やウェルネスライフをサポート。

※1 スマートフォンとのペアリングが必要です。 ※2 本機能は自己診断又は医師への相談をはじめとする医学的な使用を意図するものではなく、疾病の治療・診断・予防を目的とした医療機器ではありません。

SPECIALTY FUNCTIONS

潮の満ち引きを確認できるタイドグラフ

満潮・干潮の時間を確認できるタイドグラフ(潮汐表)を表示。GPSによる現在地の情報はもちろん、経度緯度を入力すれば任意の場所の潮汐情報もチェックできる。



TACTICAL EDITIONのみ

スカイダイビングで目的地までナビするジャンプマスター

ミリタリーのガイドラインに沿って高度を計算、さらに上空でジャンプしたことを自動的に検出し、そこから目的地までの下降ルートナビゲート。



TACTICAL EDITIONのみ

セキュリティエリアでの活動時に役立つステルスモード

GPSの位置情報の保存をOFFにして、無線通信も無効化するのがステルスモード。GPSの軌跡や位置情報の漏洩を避けることができる。



TACTICAL EDITIONのみ

バックライトの輝度を抑えるナイトビジョン

暗視モードの「ナイトビジョン」をONにすると画面のバックライトが低下。暗視ゴーグルをつけている時でも画面の表示をはっきり確認できる。



現在地を高精度に確認できるデュアルポジションフォーマット

NATOで使用されてきた高精度なグリッドコード「MGRS」のデータを同時に表示。1メートルオーダーで座標を示すことができるため、どこにいても現在地を正確に把握。



GARMIN CONNECT



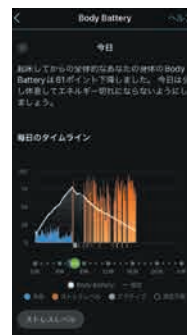
デバイスはBluetooth® でスマートフォンとペアリング可能。計測したデータを転送し、さまざまなアクティビティの記録や日常のライフログをアプリで管理。

Android9.0/iOS16.0以降に対応(2025年1月現在)



Bluetooth® ワードマークおよびロゴは登録商標であり、Bluetooth SIG, Inc.が所有権を有します。

カラダのバッテリー切れを防ぐ



次のアクティビティの準備が整っているか、あるいは休息が必要か、その時々のカラダのエネルギーレベルを5~100の数値で表示。

仕事効率向上のための睡眠状況を知る



健康の基礎になる睡眠状態もGarminでしっかり管理。深い/浅い/レム/非レムになっている時間をモニタリングし、睡眠の質を把握。

※時計画面表示はINSTICT3 AMOLEDの場合(Tactical Editionは除く)

INSTINCT 3 AMOLED

見やすい高彩度AMOLEDディスプレイ搭載モデル



INSTINCT 3 AMOLED 50mm



Black / Charcoal
010-03020-30/¥87,800(税込)



数量
限定

Neotropic / Twilight
010-03020-31/¥87,800(税込)

INSTINCT 3 AMOLED 45mm



Black
010-02936-30/¥79,800(税込)



数量
限定

Neotropic
010-02936-31/¥79,800(税込)

INSTINCT 3 DUAL POWER

見やすいモノクロディスプレイのロングバッテリーモデル



INSTINCT 3 DUAL POWER 50mm



DUAL POWER

Black / Charcoal

010-02935-30/¥79,800(税込)



数量
限定

DUAL POWER

Twilight / Solstice

010-02935-31/¥79,800(税込)

INSTINCT 3 DUAL POWER 45mm



DUAL POWER

Black

010-02934-30/¥71,800(税込)



数量
限定

DUAL POWER

Twilight

010-02934-31/¥71,800(税込)



INSTINCT E

アウトドアも楽しめるベーシックモデル



INSTINCT E 45mm



Black / Charcoal
010-02933-12/ ¥52,800 (税込)



数量
限定

Electric Lime
010-02933-22/ ¥52,800 (税込)

INSTINCT E 40mm



Black / Charcoal
010-02932-12/ ¥52,800 (税込)

INSTINCT 2

ソーラー充電対応のロングバッテリーモデル



INSTINCT 2X DUAL POWER



DUAL POWER

Graphite

010-02805-22/¥68,200(税込)



DUAL POWER

Moss

010-02805-52/¥68,200(税込)

INSTINCT 2 DUAL POWER



DUAL POWER

Graphite

010-02627-40/¥62,700(税込)

INSTINCT CROSSOVER

アナログとデジタルを融合したハイブリッドGPSウォッチ



INSTINCT CROSSOVER



Graphite
010-02730-41/税込¥77,000



Tidal Blue
010-02730-42/税込¥77,000

INSTINCT CROSSOVER Tactical Edition



Black
010-02730-40/税込 ¥84,700

針付きモデル／針の自動補正

2層のベゼルを採用し、本体にアナログ時計針と見やすく解像度の高いデジタルディスプレイを取めたプレミアムハイブリッドモデル。

更にガーミン独自のRevoDriveテクノロジーにより針が衝撃によりずれているかを検出し、自動補正も可能。



ACCESSORIES

アクティビティやスタイルに合わせてバンド交換が可能

INSTINCT 3 / 45mm 用

¥8,000(税込)

- | | |
|----------------|--------------|
| ① Black | 010-13395-00 |
| ② Ember Orange | 010-13395-01 |
| ③ Twilight | 010-13395-02 |
| ④ Neotropic | 010-13395-03 |
| ⑤ Solstice | 010-13395-04 |



INSTINCT 3 / 50mm 用

¥8,000(税込)

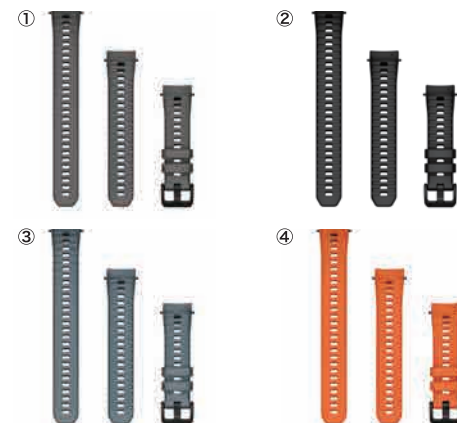
- | | |
|----------------|--------------|
| ① Charcoal | 010-13396-00 |
| ② Black | 010-13396-01 |
| ③ Ember Orange | 010-13396-02 |
| ④ Solstice | 010-13396-03 |
| ⑤ Twilight | 010-13396-04 |
| ⑥ Neotropic | 010-13396-05 |



INSTINCT E / 40mm 用 2サイズ

¥8,000(税込)

- | | |
|----------------|--------------|
| ① Charcoal | 010-13397-00 |
| ② Black | 010-13397-01 |
| ③ Twilight | 010-13397-02 |
| ④ Ember Orange | 010-13397-03 |



INSTINCT E / 45mm 用

¥8,000(税込)

- | | |
|-----------------|--------------|
| ① Charcoal | 010-13398-00 |
| ② Black | 010-13398-01 |
| ③ Electric Lime | 010-13398-02 |
| ④ Ember Orange | 010-13398-03 |



INSTINCT 2X

¥5,500(税込)

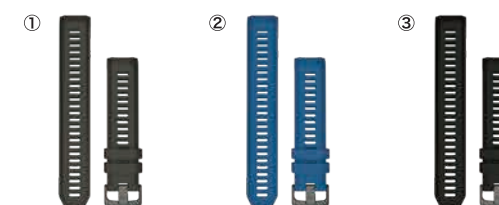
- | | |
|------------|--------------|
| ① Graphite | 010-13295-00 |
| ② Moss | 010-13295-05 |



INSTINCT 2 / INSTINCT CROSSOVER

¥5,500(税込)

- | | |
|--------------|--------------|
| ① Graphite | 010-13105-10 |
| ② Tidal Blue | 010-13105-18 |
| ③ Black | 010-13105-16 |



液晶保護フィルム ¥1,320(税込)

- | | |
|--------------------------------------|--------------|
| ① INSTINCT DUAL POWER / AMOLED 50mm用 | M04-JPC10-96 |
| ② INSTINCT DUAL POWER / AMOLED 45mm用 | M04-JPC10-95 |
| ③ INSTINCT E 45mm用 | M04-JPC10-94 |
| ④ INSTINCT E 40mm用(LILY2共通) | M04-JPC10-84 |
| ⑤ INSTINCT 2X用 | M04-JPC10-37 |
| ⑥ INSTINCT 2用 | M04-JPC10-67 |
| ⑦ INSTINCT CROSSOVER用 | M04-JPC10-51 |



充電ケーブル

USB-C
充電ケーブル
(Type B)
¥4,180(税込)
010-13278-00

充電ケーブル
(Type B)
¥3,190(税込)
010-12496-15

SPEC

	INSTINCT 3 50mm AMOLED	INSTINCT 3 45mm AMOLED	INSTINCT 3 50mm DUAL POWER	INSTINCT 3 45mm DUAL POWER	INSTINCT E 45mm	INSTINCT E 40mm	INSTINCT 2X DUAL POWER	INSTINCT 2 DUAL POWER	INSTINCT CROSSOVER DUAL POWER	
サイズ	50 × 50 × 14.4mm	45 × 45 × 14.9mm	50 × 50 × 14.4mm	45 × 45 × 14.9mm	45 × 45 × 14.2mm	40 × 40 × 13.6mm	50 × 50 × 14.5 mm	45 × 45 × 14.5mm	45 × 45 × 16.2mm	
重量	59g	53g	58g	52g	48g	41g	67g	52 g	65g	
ディスプレイ	1.3" / 416×416ピクセル	1.2" / 390×390ピクセル	27mm×27mm、176×176ピクセル	23mm×23mm、176×176ピクセル	23×23mm、176×176ピクセル	22×22mm、166×166*ピクセル	27mm×27mm、176×176ピクセル	23mm×23mm、176×176ピクセル	23mm×23mm、176×176ピクセル	
ディスプレイタイプ	カラー-AMOLEDディスプレイ	カラー-AMOLEDディスプレイ	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	太陽光の下でも見やすい半透過メモリンピクセル (MIP)	
ソーラー充電	-	-	●	●	-	-	●	●	●	
本体素材	本体:繊維強化ポリマー/アルミニウムバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマー/アルミニウムバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマー/アルミニウムバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマー/アルミニウムバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマーバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマーバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマーバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマーバンド:シリコン	本体:繊維強化ポリマーバンド:シリコン	
レンズ素材	化学強化レンズ	化学強化レンズ	Power Glass	Power Glass	化学強化レンズ	化学強化レンズ	Power Glass	Power Glass	Power Glass	
QuickFitウォッチバンド互換性	26mm	22mm	26mm	22mm	22mm	20mm	26mm	22mm	22mm	
内蔵メモリ	4GB	4GB	128MB	128MB	128MB	128MB	64MB	32MB	32MB	
基本仕様	スマートウォッチモード	約24日間	約18日間	約40日間+無制限*1	約28日間+無制限*1	約16日間	約14日間	約40日間+無制限*1	約28日間+無制限*1	約28日間+42日間*1
	GPSモード	約40時間	約32時間	約60時間+200時間*2	約40時間+90時間*2	約24時間	約21時間	約60時間+85時間*2	約30時間+18時間*2	約25時間+6時間*2
	マルチGNSSモード	約32時間	約25時間	約40時間+40時間*2	約28時間+22時間*2	約16時間	約14時間	40時間+25時間*1	仕様数値未設定	仕様数値未設定
	マルチGNSSマルチバンドモード	約30時間*3	約23時間*3	約34時間+26時間*2*3	約24時間+16時間*2*3	-	-	約27時間+9時間*2	-	-
	バッテリー最長モード	約86時間	約68時間	約150時間+無制限*2	約100時間+無制限*2	約50時間	約43時間	約150時間+無制限*2	約70時間+300時間*2	約111時間+442時間*2
	Expeditionモード	約20日間	約16日間	約60日間+無制限*1	約36日間+無制限*1	約20日間	約17日間	約60日間+無制限*1	約32日間+無制限*1	約40日間+287日間*2
	バッテリー節約ウォッチモード	約30日間	約24日間	約100日間+無制限*1	約65日間+無制限*1	約40日間	約35日間	約100日間+無制限*1	約65日間+無制限*1	約71日間+無制限*1
	アナログモード	-	-	-	-	-	-	-	-	無制限*1
パワー管理	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
防水等級	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	10 ATM / 100m	
MIL-STD-810	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
LEDフラッシュライト	●	●	●	●	-	-	●	-	-	
無線インターフェース	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	Bluetooth®, ANT+	
センサー	GNSS	GPS/GLONASS/Galileo/ みちびき (補完信号)								
	マルチバンド周波数	●	●	●	●	-	-	●	-	-
	SATIQ	●	●	●	●	-	-	-	-	-
	気圧高度計	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	加速度計	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	ジャイロセンサー	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	コンパス	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	光学式心拍計 / 血中酸素トラッキング*4	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代	第4世代
スポーツ機能	スポーツ計測機能	ランニング、ゴルフ、登山、トレイルラン、バイク、プールのスイム、トライアスロン、筋トレ、ボルダリング、スキー、サーフィン、ウィンドサーフィン、SUPなど90種以上のスポーツアクティビティに対応 (INSTINCT 2 / E は70種)								
	VO2 Max	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	ナビゲーション	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	日本詳細地形図	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	タイドグラフ (潮汐表)	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ヘルスケア機能	ライフログ機能	心拍数、Body Battery、血中酸素レベル、HRVステータス、ストレス、カロリー、ステップ数、呼吸数など								
	睡眠スコア / 睡眠トラッキング	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	ヘルススナップショット	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	フィットネス年齢	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	週間運動量	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	Move IQ	●	●	●	●	●	●	●	●	●
デイリースマート機能	Garmin Pay / Suica	●	●	●	●	-	-	●	●	●
	音楽再生機能	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	通知機能	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	天気情報	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	カレンダー	●	●	●	●	●	●	●	●	●
タクティカル機能	デュアルポジションフォーマット	●	●	●	●	●	●	●	●	
	ステルスモード / ナイトビジョン / キルスイッチ	-	-	-	-	-	-	TacticalEditionのみ	TacticalEditionのみ	TacticalEditionのみ

*1 屋外にて 1日 3時間、50,000ルクスの条件下で使用した場合の想定ソーラー充電時間 *2 50,000ルクスの条件下で使用した場合の想定ソーラー充電時間

*3 SatIQテクノロジーを使用した一般的な使用の場合 *4 本機能は自己診断又は医師への相談をはじめとする医学的な使用を意図するものではなく、疾病の治療・診断・予防を目的とした医療機器ではありません

Suica は東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です Bluetooth® ワードマークおよびロゴは登録商標であり、BluetoothSIG,Inc. が所有権を有します