

GARMIN®



avr 08, 2025 11:37 CEST

## VÍVOACTIVE® 6 : LA NOUVELLE MONTRE CONNECTÉE FORME & SANTÉ DE GARMIN®

**Apprenez à mieux connaître votre corps grâce à des fonctions connectées,  
sport et santé,  
le tout affiché sur un écran AMOLED ultra-lumineux et haut en couleur**

**Neuhausen am Rheinfall, le 1<sup>er</sup> avril 2025** – Garmin® a annoncé aujourd’hui le lancement de la [vívoactive® 6](#), sa toute nouvelle montre connectée dédiée à la santé et au fitness, avec un écran AMOLED encore plus lumineux. L’autonomie de la montre peut atteindre 11 jours, ce qui permet de profiter de sa journée (et de sa nuit) sans avoir à se soucier de la recharger quotidiennement. Des fonctionnalités populaires comme le suivi d’énergie

Body Battery™, le coach de sommeil, des dizaines de sports intégrés ou de nouveaux exercices de mobilité sont disponibles.

*« Peu importe vos objectifs, la vivoactive 6 est conçue pour vous aider à mieux comprendre votre corps. Que ce soit le matin au réveil, pendant votre séance d'entraînement de l'après-midi, lors de votre détente du soir ou tout au long de la journée, cette montre connectée vous accompagne à chaque instant. »* – **Susan Lyman, vice-présidente du marketing et des ventes chez Garmin**

## **Bien commencer la journée**

Le réveil Smart Alarm, un nouvel outil qui analyse les phases de sommeil léger dans les 30 minutes précédant l'heure de réveil programmée, permet de se réveiller en douceur avec une légère vibration. Au réveil, le rapport matinal affiche un aperçu du sommeil, des informations sur la récupération, le niveau d'énergie Body Battery et le calendrier<sup>1</sup>. Ce rapport inclut aussi la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC), un indicateur de bien-être global et de récupération pour la journée à venir. Désormais, ce rapport est personnalisable avec différents thèmes, données et messages inspirants.

## **Caractéristiques principales**

La vivoactive 6 regorge de fonctionnalités afin de rester en forme toute la journée.

- **Body Battery** : affiche le niveau d'énergie tout au long de la journée pour connaître le moment idéal pour l'activité et le repos. Plus de détails et d'informations personnelles sont disponibles, sur la manière dont le sommeil, les siestes, les activités quotidiennes et le niveau de stress influencent le niveau d'énergie.
- **Coach de sommeil** : fournit un score de sommeil personnalisé et des recommandations sur la durée idéale de sommeil. Sont disponibles également : les différentes phases de sommeil, les siestes et d'autres métriques importantes comme la saturation en oxygène du sang (Pulse Ox)<sup>2</sup> et la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC).

- **Statut VFC** : suivi de la variabilité de la fréquence cardiaque pendant la nuit pour mieux comprendre sa santé globale et voir comment son corps réagit aux défis du quotidien.
- **Suivi du stress** : permet de découvrir l'impact des moments de calme, de relaxation ou de stress sur son corps tout au long de la journée.
- **Méditation et respiration consciente** : offre la possibilité de réduire le stress et l'anxiété grâce à des séances de méditation guidée ou en lançant un exercice de respiration pour suivre sa fréquence respiratoire et mieux gérer son niveau de stress.
- **Oxymètre de pouls** : permet de mesurer le niveau d'oxygène présent dans le sang pendant la journée et la nuit.
- **Santé féminine** : propose un suivi du cycle menstruel ou de la grossesse et des conseils pour accompagner chaque femme au quotidien.

## Optimiser les séances d'entraînement

La vivoactive 6 comprend plus de 80 sports intégrés, comme la marche, la course à pied, le cyclisme et la natation en piscine, ainsi que de nouvelles suggestions quotidiennes d'exercices de marche, pour aider à rester actif tout au long de la journée. Une large sélection d'entraînements guidés pas à pas pour la musculation, le HIIT, le yoga, le Pilates ou la mobilité est disponible via l'application Garmin Connect.

Garmin Coach propose des programmes d'entraînement pour la course à pied et la musculation. Certains de ces entraînements s'adaptent chaque jour en fonction des performances réalisées, du temps de récupération et de ses propres données de santé, pour aider à préparer une course, atteindre un objectif ou améliorer son niveau de forme global. En plus de compter les pas quotidiens et les calories brûlées, la vivoactive 6 peut suivre les minutes d'intensité modérée et soutenue, la VO2 max. et plus encore. Pour les personnes en fauteuil roulant, le mode fauteuil roulant enregistre le nombre de poussées quotidiennes<sup>1</sup> et inclut des alertes de changement de poids et des entraînements en vélo à main<sup>3</sup>.

Pendant une course, il est possible de suivre des dynamiques de course comme la cadence, la longueur de foulée, le temps de contact au sol, et d'utiliser la fonction de puissance de course pour mesurer la puissance déployée afin de mieux gérer ses efforts et d'ajuster ses séances d'entraînement. Pour préparer une stratégie idéale pour le jour J, PacePro™ fournit des conseils sur l'allure selon la pente du parcours et les préférences d'allure personnelles. Après l'entraînement, découvrez les bénéfices de l'entraînement et de temps de récupération pour mieux comprendre l'impact de la séance sur le corps et à savoir combien de temps de repos il faudra avant de relever un nouveau défi.

## **Rester connecté**

Peu importe ce que réserve la journée, la vivoactive 6 permet d'afficher de nombreuses notifications comme les SMS, e-mails et alertes lorsqu'elle est couplée à un iPhone® ou à un smartphone Android™ compatibles. Avec un téléphone Android, il est également possible de répondre aux SMS à l'aide du clavier de la montre. Les fonctions de suivi et de sécurité permettent d'envoyer un message contenant sa position (lorsqu'elle est disponible) à ses contacts d'urgence lors d'une situation dangereuse ou en cas de détection d'incident<sup>4</sup>. Tout au long de la journée, quelles que soient les occupations, la fonction de paiement sans contact Garmin Pay™ permet d'effectuer des achats en toute simplicité et d'emprunter certains transports publics<sup>5</sup>. Pour se déplacer sans son téléphone, il est possible de télécharger des morceaux et des listes de chansons à partir de son compte Spotify®, Amazon Music et Deezer (abonnement requis) et de les écouter directement depuis la montre. En outre, des applications, des cadrans de montre et d'autres extras peuvent être téléchargés dans la montre depuis la boutique Connect IQ™. Plus d'options sont à découvrir dans l'application pour smartphone.

## **Prix et disponibilité**

Dotée d'une lunette en aluminium léger et d'un bracelet en silicone, la vivoactive 6 se décline en plusieurs coloris : Noir/Gray, Ivoire/Lunar Gold, Vert sapin et Rose pêche. Disponible à la commande sur Garmin.com à partir du 4 avril, elle est proposée au prix public conseillé de 329,99 €.

*Conçus pour des passionnés par des passionnés, les produits Garmin ont révolutionné le secteur du bien-être et de la santé. Engagée à développer des montres connectées et des outils de suivi de l'état de santé qui aident les*

*personnes à vivre plus sainement, quel que soit leur niveau d'activité, l'entreprise Garmin croit fermement que chaque jour est une nouvelle opportunité d'innover et une chance de faire mieux que la veille.*

### 1Précision du suivi des activités.

<sup>2</sup> Cet appareil n'est pas un appareil médical et il n'a pas été conçu pour établir des diagnostics ni surveiller l'évolution d'une maladie, quelle qu'elle soit ; rendez-vous sur [Garmin.com/ataccuracy](https://www.garmin.com/fr/fr/ataccuracy). L'oxymètre de pouls n'est pas disponible dans tous les pays.

<sup>3</sup> Certaines fonctions ne sont pas disponibles lorsque la montre est en mode fauteuil roulant.

<sup>4</sup> Lorsque l'appareil est couplé à un smartphone compatible ; rendez-vous sur [Garmin.com/ble](https://www.garmin.com/fr/fr/ble). Pour connaître les exigences et les limitations des fonctions de sécurité et de suivi, rendez-vous sur [Garmin.com/safety](https://www.garmin.com/fr/fr/safety)

<sup>5</sup> [Consultez la liste des pays actuellement pris en charge, ainsi que des informations sur le réseau de paiement et sur les banques émettrices.](#)

---

Garmin est une entreprise leader dans le secteur Active Tech, qui développe des dispositifs innovants pour toutes les personnes qui mènent une vie active. La palette de produits va de la montre connectée aux systèmes de radar pour bateaux, en passant par les compteurs GPS de vélo, les ordinateurs de plongée ou les cockpits d'avions de tourisme. Fondée en 1989 à Olathe (Kansas/USA) par deux amis ingénieurs, Gary Burrell et Min Kao, Garmin propose aujourd'hui une multitude de produits originaux dans le domaine de l'outdoor, du sport, du fitness, de l'aviation, de l'automobile et de la marine. Environ 20 000 collaborateurs et collaboratrices dans 35 pays du monde entier accompagnent les utilisateurs et utilisatrices dans la pratique de leurs activités favorites et, selon la devise «Beat Yesterday», dans une vie quotidienne plus saine, active et consciente.

Garmin est présent dans la région Allemagne/Autriche/Suisse (DACH) avec environ 300 collaborateurs et collaboratrices à Garching bei München (ALL), Graz (AUT) et Neuhausen am Rheinfall (SUI). L'entreprise dispose en outre de son propre centre de recherche et développement à Würzburg (ALL).

Le succès de la société et la qualité élevée résident dans l'intégration verticale: la conception des produits et de l'ensemble de leur écosystème technologique est réalisé, à quelques exceptions près, au sein de l'entreprise. Cela va des idées de départ au capteur innovant ou à l'application Garmin Connect, en passant par le design, la production, la distribution et le service à la clientèle.

## Contacts



### **Marc Kast**

Contact presse  
Head of Public Relations DACH  
pressestelle@garmin.com



### **Johanna Sauer**

Contact presse  
PR Specialist DACH  
pressestelle@garmin.com



### **Nadja Schmidt**

Contact presse  
Agence PR DACH  
nanacom Kommunikationskollektiv GmbH  
garmin@nanacom.de



### **Sophia Krauss**

Contact presse  
Athleten & Influencer Anfragen DACH  
influencer-kooperationen@garmin.de