

SIARAN PERS

Yang Baru dari Galaxy Watch4: Sekarang Bisa Lari Ditemani *Coach* Pribadi

Jakarta, 2 Maret 2022 – Berbagai studi telah menunjukkan manfaat lari bagi kesehatan dan kebugaran, mulai dari meningkatkan fungsi otak, menurunkan berat badan, hingga mengurangi risiko kematian dini. Olahraga ini pun relatif mudah dilakukan kapanpun dan di manapun, sehingga manfaatnya bisa dirasakan oleh berbagai kalangan. Kita pun bisa menunjang aktivitas lari dengan berbagai cara untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal, mulai dari pemilihan target dan intensitas lari, hingga mendapat dukungan dari smartwatch.

Dalam hal ini, teknologi pada smartwatch terus berkembang dalam menawarkan lebih banyak *insight* tentang rutinitas dan kondisi tubuh yang berguna dalam meningkatkan manfaat berlari. Hal tersebut pun dihadirkan oleh Samsung yang mengumumkan pembaruan software pada lini Galaxy Watch4 Series.

“Memahami pentingnya kebugaran bagi setiap orang, Samsung menghadirkan pembaruan pada Galaxy Watch4 Series. Di samping pengukuran komposisi tubuh, tekanan darah dan EKG, kini Galaxy Watch4 tampil lebih baik lagi dengan berbagai dukungan untuk olahraga lari, pilihan latihan menarik, hingga fitur-fitur yang terus menemani pengguna bak pelatih pribadi untuk menjalani keseharian dengan lebih baik, termasuk dalam memberikan motivasi lebih untuk terus bergerak untuk *turn on the best you*,” ujar **Annisa Maulina**, Product Marketing Manager Mobile Experience, Samsung Electronics Indonesia.

Simak berbagai pembaruan pada Galaxy Watch4 yang akan memaksimalkan aktivitas lari kamu:

Pahami kondisi tubuh dengan lebih baik lagi di tiap aktivitas lari

Untuk mendapatkan manfaat penuh dari olahraga lari, optimalkan setiap tahap mulai dari pemanasan hingga pendinginan. Pembaruan pada Galaxy Watch4 memungkinkan kamu untuk lebih memahami kondisi tubuh dalam menjalani rutinitas berlari, memberikan pengalaman lari yang terbaik. Kini, Galaxy Watch4 bisa mengukur **VO2 Max** (kadar oksigen maksimum yang digunakan tubuh saat olahraga) secara **real-time**, jadi kamu bisa tahu sejauh mana kamu bisa memacu diri saat berlari dalam menjaga kebugaran tubuh.

Kemudian, saat berlari tubuh pastinya akan mengeluarkan keringat. Kini ada fitur **Sweat Loss** yang akan memberikan rekomendasi jumlah air yang perlu kamu minum untuk menjaga tubuh tetap terhidrasi dengan baik berdasarkan jumlah cairan tubuh yang hilang setelah berlari. Lalu, ada **Recovery Heart Rate** yang akan mengawasi pemulihan detak jantung kamu selama dua menit setelah berolahraga, memastikan kamu untuk mengambil jeda atau istirahat dengan optimal.

Jalani program lari yang terpersonalisasi dengan Interval Training

Bosan dengan rutinitas lari yang itu-itu saja setiap hari? Galaxy Watch4 hadir dengan fitur terbaru bernama **Interval Training** yang akan memberikan kamu jadwal latihan *custom* dan terpersonalisasi sesuai dengan target-target yang kamu inginkan, seperti durasi dan jarak lari. Jadi, kamu bisa menjalani intensitas lari yang unik dan berbeda, namun tetap sesuai dengan kebutuhan kamu dalam menjaga kebugaran tubuh secara optimal.

Raih *body goals* menggunakan Body Composition Target

Pembaruan berikutnya pada Galaxy Watch4 adalah hadirnya fitur **Body Composition Target**. Kini, kamu bisa mengatur target dari berbagai elemen komposisi tubuh, mulai dari berat badan hingga kadar lemak, sekaligus mendapat tips dan pengingat tiap harinya yang memotivasi kamu untuk mencapai target yang dicanangkan. Berkat Body Composition Target, kamu bisa menghubungkan target komposisi tubuh kamu dengan workout routine kamu, termasuk dengan kegiatan lari. Jadi, kamu bisa mendapatkan manfaat yang lebih maksimal dari rutinitas kamu dalam berolahraga dengan target yang lebih komprehensif dan detail.

Nikmati tidur yang lebih berkualitas bersama Sleep Coach

Dalam menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, kita tidak bisa hanya fokus pada aktivitas olahraga saja. Namun, olahraga ini perlu diimbangi dengan istirahat yang cukup juga, salah satunya lewat tidur. Dalam hal ini, fungsi analisis tidur telah menjadi fitur favorit para pengguna seri Galaxy Watch dari waktu ke waktu, dan hal tersebut ditingkatkan dengan hadirnya fitur **Sleep Coach** di Galaxy Watch4 yang akan membantu kamu menjalankan kebiasaan tidur yang lebih baik.

Nantinya, Sleep Coach akan melacak pola tidur kamu selama 7 hari dan meminta kamu untuk menjawab survei yang dibutuhkan. Lalu, Sleep Coach akan memberi kamu salah satu Sleep Symbol Animals yang merepresentasikan profil dari kebiasaan tidur kamu. Dari situ, kamu akan diarahkan pada program yang lebih dipersonalisasi selama 4–5 pekan yang mencakup misi yang harus diselesaikan, daftar yang harus diisi, artikel tentang tidur, arahan meditasi, hingga laporan yang akan membantu kamu mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik.

Dipakai di tangan kanan atau kiri, sekarang bisa

Pembaruan pada Galaxy Watch4 turut memberikan pengalaman yang lebih nyaman dan seamless di tiap penggunaannya. Kini, smartwatch tersebut bisa dipakai di pergelangan tangan kanan maupun kiri dengan pengembangan aksesibilitas yang menyesuaikan orientasi dari tangan pengguna. Lalu, buat kamu yang baru memiliki Galaxy Watch4, kini aplikasi-aplikasi favorit kamu di smartphone bisa dipasang secara otomatis di smartwatch tersebut ketika melakukan setup untuk pertama kali. Strava hingga Spotify, semua dapat terpasang dengan mudah.

Pasangkan Galaxy Watch4 dengan Galaxy Buds2 untuk pengalaman olahraga terbaik

Sejumlah studi menunjukkan bahwa lari sambil mendengarkan lagu dapat memberikan manfaat bagi tubuh, mulai dari mengurangi kelelahan hingga membantu langkah menjadi lebih cepat. Dalam hal ini, kamu bisa menggunakan Galaxy Buds2 yang dirancang khusus untuk memberikan kenyamanan dan rasa



pas di telinga, termasuk ketika dipakai untuk berlari. Untuk membuat pengalaman mendengarkan lagu ketika berlari jadi lebih seru, kamu bisa pairing Galaxy Buds2 dengan Galaxy Watch4 untuk mengontrol musik yang sedang didengarkan lewat Galaxy Watch4 tanpa harus repot mengambil smartphone.

Pembaruan software ini telah tersedia di seluruh lini Galaxy Watch4.

Galaxy Watch4 Series tersedia dalam ukuran 40mm dan 44mm, sedangkan Galaxy Watch4 Classic tersedia dengan pilihan ukuran 42mm dan 46mm. Hingga 31 Maret 2022, pembelian Galaxy Watch4 Classic di [Samsung.com/id](https://www.samsung.com/id) berkesempatan memperoleh *cashback* sebesar Rp200.000,-.

- Galaxy Watch4 40mm dibanderol Rp2.999.000, opsi warna *Black* dan *Pink Gold*;
- Galaxy Watch4 44mm dibanderol Rp3.499.000, opsi warna *Black*, *Silver*, dan *Green*;
- Galaxy Watch4 LTE 40mm dibanderol Rp 3.999.000, opsi warna *Pink Gold*;
- Galaxy Watch4 Classic 42mm Bluetooth dibanderol Rp4.499.000, opsi warna *Black* dan *Silver*;
- Galaxy Watch4 Classic 46mm Bluetooth dibanderol Rp4.999.000, opsi warna *Black* dan *Silver*;
- Galaxy Watch4 Classic 46mm LTE dibanderol Rp5.999.000, opsi warna *Black*.

Untuk informasi lebih lanjut tentang Samsung Galaxy Watch4 Series, silakan kunjungi <https://www.samsung.com/id/offer/galaxy-watch-buds/>.

-oOo-

Tentang Samsung Electronics Co., Ltd.

Samsung Electronics Co., Ltd menginspirasi dunia dan membentuk masa depan dengan ide-ide dan teknologi transformatif. Perusahaan ini mendefinisikan ulang dunia televisi, ponsel pintar, wearable, tablet, peralatan digital, sistem jaringan, dan semikonduktor, foundry dan solusi LED. Untuk berita terbaru, silakan mengunjungi Samsung Newsroom di news.samsung.com.

Untuk keterangan lebih lanjut:

Jane Tjondro

Public Relations Professional

PT Samsung Electronics Indonesia

Email: j.tjondro@samsung.com