**Jak wygląda śledzenie cyklu menstruacyjnego z zegarkiem Garmin?**

**Jeśli chcesz dowiedzieć się o funkcji śledzenia cyklu menstruacyjnego z zegarkiem Garmin to zachęcamy do przeczytania naszego artykułu!**

**Śledzenie cyklu menstruacyjnego z zegarkiem Garmin - Innowacyjne aplikacja**

Zegarki Garmin posiadają szeroki zakres przydatnych funkcji w życiu codziennym. Są to zegarki adresowane głównie do osób aktywnych, ale nie tylko. W ostatnim czasie firma Garmin wprowadziła zegarki przeznaczone dla kobiet o nazwie Garmin Lily. Został no wyposażony w ciekawą funkcję jaką jest [śledzenie cyklu menstruacyjnego z zegarkiem Garmin](https://www.eazymut.pl/blog/sledzenie-cyklu-menstruacyjnego-oraz-monitorowanie-ciazy-n76).

**Czym cechuje się funkcja śledzenia cyklu menstruacyjnego z zegarkiem Garmin?**

Oprócz **monitorowania cyklu miesiączkowego** mamy dostęp do wielu materiałów edukacyjnych dotyczących kobiecego zdrowia. Jest możliwość dodawania objawów podczas menstruacji. W urządzeniu jest, również opcja przypomnienia o zbliżającej się miesiączce.

**Dodatkowa opcja monitorowania ciąży w zegarku**

Warto wspomnieć o kolejnej możliwości, która została dodana do zegarków pod koniec 2020 roku jaką jest monitorowanie ciąży. Aplikacje konfigurujemy pod własny stan zdrowia i objawy. Możemy, również ustawić przypomnienia i dowiadywać się tydzień po tygodniu, jakiej wielkości jest płód. Aby móc śledzić przebieg ciąży należy pobrać aplikację Pregnancy Tracking.