Gero compact rower

Art: 502370



Informations sur le produit

Le Compactrower combine deux types d'entraînement dans un seul appareil compact : des exercices de poussée avec les jambes et un mouvement d'aviron pour le haut du corps, chacun pouvant être effectué indépendamment de l'autre.

Le mouvement des jambes s'effectue en poussant le siège vers l'arrière tandis que les pieds reposent sur les repose-pieds réglables ; le mouvement d'aviron s'effectue à l'aide d'une seule poignée, avec une résistance réglable jusqu'à 25 kg.

L'utilisateur peut ainsi choisir un exercice purement pour les jambes, un exercice purement pour les bras, ou les deux combinés — et l'appareil permet aussi de s'entraîner avec une seule jambe, l'autre restant posée sur le repose-pied qui suit le mouvement.

CARACTÉRISTIQUES SPÉCIFIQUES

- Siège pivotant et moulé pour une installation facile et sûre.
- Réglable en fonction de la longueur des jambes, adapté aux utilisateurs mesurant entre 150 et 190 cm.
- Des accoudoirs situés de chaque côté du siège offrent un soutien supplémentaire lors de la montée et de la descente.
- Repose-pieds pivotants indépendamment, réglables en hauteur et équipés de velcro pour une meilleure adhérence.
- Les mouvements des jambes et des bras peuvent être commandés indépendamment les uns des autres.
- Utilisable avec une seule jambe, les pieds reposant sur le repose-pieds mobile.

- Convient à trois variantes d'exercices : poussée des jambes, rameur avec les bras ou mouvement combiné bras-jambes

Spécifications

- Dimensions (L x l) : 190 x 70 cm
- Poids : +/- 125 kg
- Hauteur d'assise : 45 cm
- Piles de poids : 50 kg, réglables par paliers de 5 kg (exercices pour les jambes) et 25 kg, par paliers de 2,5 kg (exercices pour les bras)
- Poids intermédiaires de 0,5 kg et 1,25 kg pour un réglage plus précis
- Couleur : gris aluminium
- Matériau : acier