



Matrix Fitness CXR50 Connexus Functional Training System



Ob Sie ein Boot Camp-Enthusiast sind oder einfach nur versuchen Kraft aufzubauen um die Dinge zu tun die Sie lieben, das funktionelles Trainingssystem CXR50 Connexus von Matrix Fitness kann Ihnen helfen, zu Hause einen schlanken, starken Körper zu formen.

CHF 2'990.00

Die von Experten entworfenen Workouts bieten eine breite Palette an Kraft- und Cardio-Übungen, mit denen man in weniger als 30 Minuten fettarme Muskeln aufbauen und Kalorien verbrennen kann. Ob man abnehmen, Muskeln aufbauen, die Ausdauer verbessern oder das Bootcamp auf das nächste Level bringen will, die körperliche Transformation beginnt bei Connexus Home.

Integriertes Zubehör:

- Trainingsplattform - die robuste Trainingsplattform schützt den Boden und verfügt über eine rutschfeste Oberfläche, die auch bei intensiven Workouts optimale Stabilität gewährleistet. Markierungslinien helfen, während des Trainings die richtige Position zu halten und den Schwierigkeitsgrad problemlos anzupassen.
- Basisanker - stabile Basisanker ermöglichen die Befestigung von Widerstandsbänder, um die Übungsintensität zu erhöhen.
- Sprossengitter - das Sprossengitter bietet eine Vielzahl von Befestigungspunkten für Widerstandsbänder oder weiteres Zubehör.
- Aufhängevorrichtung - mit der Aufhängevorrichtung für Sling Trainer können Sie unzählige Übungen mit dem eigenen Körpergewicht absolvieren.
- Klimmzugstange - die belastbare Klimmzugstange bietet eine Vielzahl von Übungen mit dem eigenen Körpergewicht.
- Integrierte Aufbewahrungsmöglichkeit - die Trainingsstange kann man schnell und jederzeit griffbereit in der dafür vorgesehenen Halterung verstauen. Während die Widerstandsbänder nicht genutzt werden, können diese an den Halterungen aufgehängt werden, ohne dass sie beim Training im Weg sind.
- Faszienrolle - eine Faszienrolle hilft, verspannte Muskeln zu lockern und gleichzeitig die Mobilität und die Beweglichkeit zu verbessern.



- Widerstandsbänder - Fitnessbänder in unterschiedlichen Stärken variieren und intensivieren das Training in allen Bewegungsphasen. Das Set enthält zwei leichte, zwei mittlere und zwei starke Widerstandsbänder.
- Trainingsstange - die 5kg schwere Trainingsstange bringt das Functional Training und klassische Gewichtsübungen auf ein höheres Niveau, insbesondere in Kombination mit Widerstandsbändern.
- Durchdachte Ablagetafel - Smartphone oder Tablet können Sie sicher und gut sichtbar auf der magnetischen Kreidetafel ablegen und gleichzeitig Notizen zu Ihrem Workout machen.

60-tägiges Connexus-Programm

Das einzigartige 60-Tage-Connexus-Programm eliminiert alle Rätselraten und gibt einen vollständigen Plan, der es dem Benutzer erleichtert, häufig und effektiv an transformativen Ergebnissen zu arbeiten. Alle Workouts können in nur 30 Minuten oder weniger absolviert werden und das Programm beinhaltet sogar Schaumrollen, um Muskelkater wiederzubeleben und gleichzeitig die Beweglichkeit und Bewegungsfreiheit zu verbessern.

Body Burn

Body Burn ist ein hochintensives Intervalltraining, bei dem 60 Sekunden intensive Übungen durchgeführt werden, bevor man 30 Sekunden ruht, um sich für das nächste herausfordernde Intervall zu erholen. Diese konzentrierten Ausbrüche von Aktivität hilft, Fett mit einer erstaunlichen Rate zu verbrennen.

Body Strong

Body Strong strafft den Körper und baut schlanke, feste Muskeln. Intelligente Übungen zielen auf eine grosse Bandbreite verschiedener Muskeln ab, um eine koordinierte funktionelle Kraft aufzubauen, die alles von sportsspezifischen Bewegungen bis hin zu den Aktivitäten des täglichen Lebens verbessert.

Body Blast

Body Blast erhöht Kraft, Geschwindigkeit und Regeneration, indem er dazu auffordert, so viele Übungen wie möglich in 10, 20 und 30 Minuten zu absolvieren. Body Blast ist ideal für ein anregendes Workout zwischen Body Burn und Body Strong.

Body Score

Body Score macht es einfach, die Fortschritte zu verfolgen und zu überprüfen, und fordert den Benutzer immer heraus, seine allgemeine funktionelle Fitness zu verbessern. Eine einfache Liste zeitgesteuerter Übungen und ein einfaches Bewertungssystem zeigen deutlich, wie weit man gekommen ist und wie weit man noch gehen kann.

Body Revive

Machen Sie eine Pause mit einem Regenerationsprogramm, das eine Schaumrollroutine verwendet, um Muskelkater zu entspannen und gleichzeitig die Beweglichkeit und Bewegungsfreiheit zu verbessern.

EINE KOSTENLOSE APP. UNLIMITIERTE FUNKTIONELLE FITNESS-MÖGLICHKEITEN.



Laden Sie die kostenlose Trainings-App herunter, um alle Anleitungen und Motivationen zu erhalten, die Sie benötigen, um Ihre physische Transformation zu beginnen. Alles, was wir zur Verfügung stellen, ermöglicht es Ihnen, in Ihrem Tempo und auf einer Ebene zu arbeiten, die Ihren Fähigkeiten entspricht. So können alle, von Anfängern bis hin zu Funktionstraining-Enthusiasten, ihre spezifischen Ziele erreichen. Das Beste daran ist, dass Sie, wenn alles geplant ist, ein grossartiges Training leichter als je zuvor machen können.

Die Trainings-App beinhaltet

- 60-Tage-Transformationsprogramm
- 5 30-Minuten Workouts
- Übungsbibliothek mit über 75 Bewegungen
- integrierter Timer für HIIT-Workouts
- Trainer-geführte Instruktionsvideos, Lernvideos und Tipps von Experten
- Muskelentspannung
- Zugang zu Ihrer Musik

*Download der Matrix Fitness Home Workout-App im AppStore oder bei Google Play.
matrixhomeapp.com/iOSA
matrixhomeapp.com/android*

Das vielseitige Funktionstrainings-System CXR50 Connexus ermöglicht eine nahezu unbegrenzte Auswahl an Übungen und Bewegungen, um den Körper neu zu definieren und die individuellen Fitnessziele zu Hause zu erreichen:

- HIIT Training
- Sportart-spezifische Bewegungsabläufe
- Kraft
- Pilates
- Suspension Training
- Bewegungsabläufe des täglichen Lebens
- Stretching
- Widerstandstraining
- Yoga
- Battle Ropes
- Erholung und Mobilität

Einsatz: Heimbereich, Nutzlast: 159kg

Gerätemasse: L225 x B114 x H216cm, Empfohlene Trainingsfläche: L244 x B305cm, Gewicht: 139kg

Zubehör: 5kg Trainingsstange, 6 Widerstandsbänder (2xleicht, 2xmittel, 2xstark), Faszienrolle, Tafel mit Aufbewahrung, Übungsbuch, Matrix Fitness Home Workout App

Garantie: 2 Jahre Kompletgarantie