Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Stil-Fit Rudergerät Flow One, schwarz (SFR_F_002T)



Elegantes & Modernes Design **-** Das STIL-FIT Rudergerät FLOW ONE bietet einen neuen Standard dafür, was ein Rudergerät sein kann. Seine elegante Holzverschalung setzt es, in jeder Umgebung, perfekt in Szene. Das elegante Design mit seinen hochwertigen Formholz-Paneelen erinnert an die schlanke Silhouette eines Ruderbootes und passt wunderbar in jedes Wohnambiente.

CHF 2'990.00

Powered by WaterRower
Dank der Zusammenarbeit mit der Firma WaterRower ist unser Rudergerät technisch auf höchstem Niveau. Wir setzen beim Innenleben unseres neuen Rudergerätes komplett auf die bewährten Bauteile von WaterRower und können Ihnen dadurch jederzeit ein perfektes und gleichmässiges Rudergefühl bieten. Der Widerstand wird durch einen Propeller im Tank erzeugt

Wasser als Widerstand
Wasser ist der natürliche Wiederstand beim Rudern und dies nutzen wir auch bei unserem Rudergerät FLOW ONE. Der grosse Vorteil ist die Dynamik des Widerstandes - durch die Geschwindigkeit und Intensität des Zuges wird die Stärke des Widerstandes bestimmt. Wasser als Widerstandssystem für Indoor-Rudern ist somit die realistischste Form des Ruderns. Gleichzeitig hören Sie während des Ruderns nur ein angenehmes Wassergeräusch.

Schonend und effektiv Trainieren
Ein weiterer grosser Vorteil von Wasser als Widerstand ist das geringe Überlastungs- und Verletzungsrisiko. Der Widerstand ist dynamisch und passt sich Ihrer Zugstärke an, wodurch Sie immer nur entsprechend Ihrem Krafteinsatz trainieren. Das Training ist äusserst gelenkschonend, da es keine stossartigen Belastungen auf Gelenke, Sehnen und Bänder gibt.

Das ideale Ganzkörpertraining
Rudern ist die perfekte Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining. Neben allen wichtigen Muskelgruppen wie Beine, Taille, Po, Rücken, Schultern und Armen wird ihr gesamtes Herz-Kreislauf-System trainiert und Körperfett effektiv abgebaut. Rudern ist somit das ideale Ganzkörpertraining für Ihre Fitness. Rudertraining beansprucht 85% Ihrer Muskulatur und trainiert gleichzeitig Ihr gesamtes

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Herz-Kreislauf-System. Die intensiven und effizienten Trainingseinheiten verbessern spürbar Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und sorgen für einen hohen Kalorienverbrauch.

Zuggriff
Der Zuggriff ist ergonomisch geformt und rutschfest und ermöglicht so eine optimale Kraftübertragung.

Stemmbrett
Die Fussauflage bietet Ihnen maximale Flexibilität und eine optimale Ruderposition. Die Verstellung erfolgt per Knopfdruck.

Rollsitz
Der Rollsitz gleitet nahezu geräuschlos über die Laufschinene. Das ergonomisch geformte Poster sorgt für einen bequemen Sitz.

Leistungsstarker Trainingscomputer
Bedient wird das Rudergerät FLOW ONE über ein 4,3" TFT Touchscreen. Der 4,3" Touchscreen Trainingscomputer mit Farbdisplay und Datenspeicherung für bis zu 6 Nutzer lässt sich intuitiv bedienen und ist sehr übersichtlich. Der Trainingscomputer zeigt Zeit, Strecke, 500 Meter Zeit, Schlagzahl, Kalorien, Watt und Puls an. Sie können die Zeit und die Strecke vorgeben oder als Herausforderung ein Rennen gegen den Computer fahren.

Technische Details
Wassertank: 13-19L Füllmenge
Trainingscomputer: 4,3" TFT Touchscreen Monitor
Programme: Quick start, Manueller Modus, Vorgabe Zeit oder Strecke, Training mit Pulsvorgaben, Pace Race Programm (Virtuelles Rennen)
Datenspeicherung: Speicherung der Trainingsdaten von 6 Nutzern
Sprachen: Deutsch, Englisch
Stromversorgung: Akkubetrieb (ca. 10h Betriebszeit ohne Laden)
Sitzhöhe: 36cm
Material Verschalung: Formholz Eiche
Pulsmessung: Polar Empfänger 5 kHz
Fussteil: Individuell einstellbar / Original WaterRower
Sitz: Original WaterRower
Stemmbrett: Holz
Zuggriff: Original WaterRower
Füsse: Rutschfest / schonend für
Transportrollen: Ermöglichen ein Einfaches bewegen des Rudergerätes
Platzsparend hochstellbar: Ja

Einsatz: Heimbereich, Nutzlast: ca. 120kg
Gerätemasse: L216xB56xH43cm, Gewicht 40kg (ohne Wasserfüllung)
Optionen: Polar Brustgurt
Garantie: 2 Jahre auf Arbeit & Material (ausgeschlossen Verbrauchsmaterial)

Bremssystem: Wasserwiderstandssystem
Stromabhängig: Ja

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)
056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Widerstandsstufen: Wasserwiderstandsabhängig
Trainingscomputer: 4,3" TFT Touchscreen Monitor
Angezeigte Werte: Zeit, Strecke, 500 Meter Zeit, Schlagzahl, Kalorien, Watt und Puls
Trainingsprogramme: 6
Pulsgesteuerte Progamme: 1
Pulsempfänger: Bluetooth
Multimedia: Nein
Schienensystem: Doppelschiene
Zubehör: integrierter Empfänger für Brustgurt-Sender
Optionen: Tablethalterung, Bluetooth-Sendergurt, Bodenschutzmatte
Klappbar / aufstellbar: Aufstellbar
Klapp / Aufstellmass: L 43 x B 56 x H 216 cm
Gerätemasse (Länge / Breite / Höhe): L 216 x B 56 x H 43 cm
Gerätegewicht: 40 kg
Nutzlast: ca. 120 kg
Einsatz: Heimbereich
Garantie: 2 Jahre auf Arbeit & Material, 5 Jahre auf Holz
Features: Powered by Waterrower