



## NOHrD Compact Wall, Shadow



Das Fitnessstudio für Zuhause mit integriertem Trainer - die kompakte NOHrD Wall ermöglicht ein effektives Ganzkörpertraining auf engstem Raum und integriert sich dabei spielend leicht in jede Umgebung. Die hochwertigen Echtholzelemente sind ein wahrer Blickfang und werden mit neutralen Grautönen umspielt. Somit ergibt sich ein dezent moderner Look für jedes Interieur. Die NOHrD Wall Compact bietet ein komplettes Ganzkörpertraining in den Bereichen Kraft- und Ausdauer auf engstem Raum. Mit dem integrierten Seilzug und dem Skitrainer wird direkt an der NOHrD Wall trainiert. Die Swing Hanteln aus handgenähtem Echtleder lassen sich nach dem Training direkt an der Wand verstauen. Speziell entwickelte virtuelle Workouts am integrierten Touchscreen sorgen für ein abwechslungsreiches und geleitetes Training.

**CHF 7'195.00**

Diese ultimative Fitness-Station zeichnet sich durch schlichte, elegante Konturen und einen modernen Look aus und bietet ein komplettes Ganzkörpertraining in den Bereichen Kraft und Ausdauer auf engstem Raum. Mit dem integrierten Seilzug und dem Skitrainer wird direkt an der NOHrD Wall trainiert - entweder frei, mit virtuellem Trainer oder per Daily-Stream. Ein All-in-one Fitnessgerät, das den Benutzer garantiert ins Schwitzen bringt.

### **Virtuelles Trainingssystem mit 22Zoll (55,9cm) Touchscreen**

Der virtuelle Coach ist ein interaktives Programm, welches über den Touchscreen in der Hauptkomponente der NOHrD Wall effektive Workouts ermöglicht.

- Mit dem virtuellen Trainingssystem haben die Nutzer die Wahl zwischen vorgefertigten Intervall-Workouts, funktionellen Trainings sowie kurzen und langen Übungseinheiten – alle mit



variierender Intensität. Nutzer wählen erst die gewünschte Dauer und im zweiten Schritt den Schwerpunkt des Workouts.

- Jedes Workout beginnt mit einer kurzen Warm-up-Phase, dabei begleitet der Coach die Nutzer von der Vorbereitung über das Workout bis zum Ende der Session. Das virtuelle Trainingssystem ist nur mit der Hauptkomponente der NOHrD Wall verfügbar.
- Touchscreen für eine Vielzahl von Übungen und täglich gestreamte Workouts - über den Touchscreen lassen sich vorgefertigte Workouts starten und weitere Geräte per Bluetooth einbinden.
- Mit dem Trainingssystem der NOHrD Wall Compact bekommt man jeden Tag ein neues Workout (Workout of the day) oder man wählt die eigenen Workouts aus. Während des Trainings werden die Herzfrequenz und die verbrauchten Kalorien im Benutzerprofil dargestellt und am Ende des Trainings ausgewertet. Die Workouts beinhalten Übungen mit dem Seilzug, dem Skitrainer, den Swing Hanteln oder freie Körpergewichtsübungen. Eine Vorschau zeigt das nächste Trainingsvideo an, so dass der Nutzer sich in der Trainings-Pause vorbereiten kann.

### **Schwung-Hanteln**

Durch Hanteltraining und Eigengewichtsübungen werden Kraft und Ausdauer trainiert. Acht Swing Hanteln für freies Gewichtstraining - jede NOHrD Wall Compact verfügt über acht Schwung-Hanteln (je ein Paar 2, 4, 6, 8kg), die platzsparend in der Wand verstaut werden.

Das SWING-HANTEL Training - Ob beim Einkauf von Mineralwasser-Kisten, bei der Gartenarbeit, beim Fensterputzen oder beim schnellen Bücken nach dem, was zu Boden gefallen ist, das Verletzungsrisiko ist allgegenwärtig: und ein Training ist nur dann wirklich sinnvoll, wenn es letztlich auf den Alltag vorbereitet beziehungsweise Reserven für diesen bereitstellt. Die **Schwerpunktverlagerung** des NOHrD-SWING über die Extremität hinaus, begünstigt schwungvolle, elastische Bewegungen. Dies ist die natürliche Form von Bewegung, und wenn sie Ihnen abhandengekommen ist, helfen wir Ihnen, Schwung und Elastizität zurückzugewinnen. Ihr Bindegewebe ist speziell für diese federnden Bewegungen konzipiert und braucht sie gleichzeitig, um in Form zu bleiben. Nutzen Sie das NOHrD SWING Training und holen Sie sich das Bindegewebe und die Spannkraft Ihrer Jugend zurück. Das patentierte Konzept: Die SWING Hantel ist mit Kugeln gefüllt. Diese unterstützen die Unwucht, da sie bei jeder Bewegung im Ledersack mitschwingen. Dies ist bei fixen Gewichten nicht möglich.

- Ideal für das Bindegewebe - Die Swing Hanteln sind mit Eisengranulat befüllt, das die Unwucht in der Bewegung unterstützt. Es entstehen variierende Trainingsreize für Gelenke, Muskeln und Bindegewebe.
- Hochwertige Materialien - Die Swing Hanteln werden von Hand hergestellt. Der Hantelgriff besteht aus Vollholz und das Granulat wird von feinstem Echtleder umhüllt. Die Nähte sind aus speziellem, gewachstem Handnähgarn, das reissfest ist und nicht fusselt.
- Zur Aufbewahrung können die Swing Hanteln in der NOHrD Compact Wall verstaut werden. Trainingsvideos helfen Ihnen die Übungen korrekt auszuführen.

### **Seilzug**

Seilzug mit Gewichtsplatten - mit dem Seilzug trainieren Sie vor allem Ihre Kraft. Die Gewichte lassen sich einfach einstellen, der zweizügige Butterfly ist in der Höhe frei verstellbar - durch den Einsatz der Seilzug-Elemente ermöglicht die NOHrD Wall Compact ein breites Feld an effektiven funktionalen Workouts und Übungseinheiten.

- Auslieferung in Ratio 3:1, Ratio 2:1 oder 1:1 (bei Bestellung angeben)
- 14 Gewichte je 5kg
- 1 Führungsgewicht 5kg



- maximale Zuglänge bei individuellem Zug: 8m
- maximale Zuglänge bei doppeltem Zug: 4m

**Einzelner Zug:**

2,5-37,5kg bei Übersetzung 1:1

1,25-18,75kg bei Übersetzung 2:1

0,83-12,5kg bei Übersetzung 3:1

**Doppelter Zug:**

5-75kg bei Übersetzung 1:1

2,5-37,5 bei Übersetzung 2:1

1,65-25kg bei Übersetzung 3:1

**Skitrainer**

Skitrainer mit Wirbelstrom-Bremssystem - durch den Einsatz der Seilzug-Elemente ermöglicht die NOHrD Wall Compact ein breites Feld an effektiven funktionalen Workouts und Übungseinheiten. Alle Übungen werden per Videos vorgeführt und vor dem Start in Zeitlupe abgespielt um einen guten Einblick zu ermöglichen.

Einsatz: Heimbereich bis leicht-institutioneller Dauereinsatz, maximales Benutzergewicht 150kg

Gerätemasse: T50 x B121,5 x H217cm, Gewicht 250kg

Stromanschluss 230V

Garantie: 2 Jahre Arbeit und Material (ausgeschlossen Verbrauchsmaterial wie Kabel)