



## Stil-Fit rameur Flow One, noyer (SFR\_F\_001T)



Design élégant & moderne - Le rameur FLOW ONE de STIL-FIT offre un nouveau standard de ce que peut être un rameur. Son élégant revêtement en bois le met parfaitement en valeur, quel que soit l'environnement. Le design élégant avec ses panneaux en bois moulé de haute qualité rappelle la silhouette élancée d'un bateau à rames et s'intègre merveilleusement bien dans tout type d'habitat.

**CHF 2'890.00**

### **Powered by WaterRower**

Grâce à la collaboration avec l'entreprise WaterRower, notre rameur est techniquement au plus haut niveau. Nous misons entièrement sur les composants éprouvés de WaterRower pour l'intérieur de notre nouveau rameur et pouvons ainsi vous offrir à tout moment une sensation de rame parfaite et régulière. La résistance est générée par une hélice dans le réservoir.

### **L'eau comme résistance**

L'eau est la résistance naturelle de l'aviron et nous l'utilisons également pour notre rameur FLOW ONE. Le grand avantage est la dynamique de la résistance - la vitesse et l'intensité de la traction déterminent l'intensité de la résistance. L'eau comme système de résistance pour l'aviron en salle est donc la forme la plus réaliste de ramer. En même temps, vous n'entendez qu'un agréable bruit d'eau pendant que vous ramez.

### **S'entraîner en douceur et efficacement**

Un autre grand avantage de l'eau comme résistance est le faible risque de surcharge et de blessure. La résistance est dynamique et s'adapte à votre force de traction, ce qui fait que vous vous entraînez toujours en fonction de la force que vous utilisez. L'entraînement est extrêmement doux pour les articulations, car il n'y a pas de charges par à-coups sur les articulations, les tendons et les ligaments.

### **L'entraînement idéal pour tout le corps**

Ramer est la combinaison parfaite d'un entraînement de force et d'endurance. Outre tous les groupes musculaires importants tels que les jambes, la taille, les fesses, le dos, les épaules et les bras, l'ensemble de votre système cardiovasculaire est entraîné et la graisse corporelle est éliminée efficacement. L'aviron est donc l'entraînement idéal de tout le corps pour votre forme. L'entraînement à



L'aviron fait travailler 85 % de vos muscles et entraîne en même temps l'ensemble de votre système cardiovasculaire. Les séances d'entraînement intenses et efficaces améliorent sensiblement vos performances physiques et vous permettent de consommer beaucoup de calories.

### **Poignée de traction**

La poignée de traction est ergonomique et antidérapante, ce qui permet une transmission optimale de la force.

### **Planche de step**

Le repose-pieds vous offre une flexibilité maximale et une position de rame optimale. Le réglage s'effectue par simple pression sur un bouton.

### **Siège à roulettes**

Le siège à roulettes glisse presque silencieusement sur la piste de course. Le poster ergonomique assure une assise confortable.

### **Ordinateur d'entraînement performant**

Le rameur FLOW ONE est commandé par un écran tactile TFT 4,3". L'ordinateur d'entraînement à écran tactile 4,3" avec affichage couleur et enregistrement des données pour jusqu'à 6 utilisateurs se commande de manière intuitive et est très clair. L'ordinateur d'entraînement affiche le temps, la distance, le temps de 500 mètres, le nombre de battements, les calories, les watts et le pouls. Vous pouvez prédéfinir le temps et la distance ou faire une course contre l'ordinateur en guise de défi.

### **Détails techniques**

Réservoir d'eau : 13-19L de remplissage

Ordinateur d'entraînement : écran tactile TFT 4,3"

Programmes : Quick start, mode manuel, temps ou distance prédéfinis, entraînement avec pulsations prédéfinies, programme Pace Race (course virtuelle)

Enregistrement des données : enregistrement des données d'entraînement de 6 utilisateurs

Langues : Allemand, anglais

Alimentation électrique : Fonctionnement sur accu (env. 10h d'autonomie sans charge)

Hauteur d'assise : 36cm

Matériau du coffrage : bois moulé chêne

Mesure du pouls : récepteur Polar 5 kHz

Repose-pieds : réglable individuellement / original WaterRower

Siège : original WaterRower

Plateau de frappe : bois

Poignée de traction : original WaterRower

Pieds : Antidérapant / ménageant

Roulettes de transport : Permettent de déplacer facilement le rameur

Peu encombrant Réglable en hauteur : Oui

Utilisation : à domicile, charge utile : env. 120kg

Dimensions de l'appareil : L216xI56xH43cm, poids 40kg (sans remplissage d'eau)

Options : Ceinture pectorale Polar

Garantie : 2 ans sur la main d'œuvre & le matériel (hors consommables)



Système de freinage: Système de résistance à l'eau  
En fonction du courant: Oui  
Niveaux de résistance: En fonction de la résistance de l'eau  
Ordinateur de formation: Écran tactile TFT de 4,3 pouces  
Valeurs affichées: Temps, distance, temps de 500 mètres, nombre de battements, calories, watts et pouls  
Programmes de formation: 6  
Programmes contrôlés par impulsion: 1  
Récepteur d'impulsions: Bluetooth  
Multimédia: Non  
Système de rails: Rail double  
Accessoires: récepteur intégré pour l'émetteur de la ceinture pectorale  
Options: Support pour tablette, ceinture émettrice Bluetooth, tapis de protection pour le sol  
Pliable / relevable: Installable  
Dimension de pliage / d'installation: L 43 x l 56 x H 216 cm  
Dimensions (longueur / largeur / hauteur): L 216 x l 56 x H 43 cm  
Poids du dispositif: 40 kg  
Charge utile: environ 120 kg  
Insérer: Accueil  
Garantie: 2 ans sur la main-d'œuvre et le matériel, 5 ans sur le bois  
Caractéristiques: Propulsé par Waterrower