



Bowflex Max Total 40



Le Max Total 40 de Bowflex enthousiasme depuis des années les passionnés de fitness dans les salles de sport et à domicile. Le mélange astucieux de stepper et de vélo elliptique, le mouvement unique et quasiment sans recul de l'ensemble du corps et l'entraînement intensif HIIT rendent les vélos d'appartement Bowflex Max uniques en leur genre. Le Bowflex Max Total 40 est le modèle haut de gamme de la série et offre l'ensemble le plus complet en termes de qualité, d'efficacité, de connectivité et de plaisir d'entraînement. Un entraînement HIIT efficace, à domicile sur le Bowflex Max Trainer, améliore l'endurance, augmente les performances et est un véritable brûleur de graisse ! Le Bowflex Max Total 40 offre le nec plus ultra de l'entraînement cardio de tout le corps à haute intensité dans un design compact.

CHF 3'299.00

Le vélo Bowflex Max Total 40 combine les avantages d'un stepper et d'un vélo elliptique. La principale différence entre le stepper et le vélo elliptique réside dans le déroulement du mouvement. Lors de l'entraînement sur un vélo elliptique, le mouvement décrit une forme elliptique et se rapproche de la marche ou du jogging. En revanche, le mouvement sur un stepper ressemble à celui de la montée d'un escalier.

Les poignées du vélo elliptique impliquent les bras, les épaules et le haut du dos pendant l'entraînement. Alors que sur le stepper, ces muscles sont largement laissés de côté. L'entraînement sur un stepper fait travailler intensivement les muscles des jambes et des fesses. Le Bowflex Max Trainer 40 combine tout cela et transforme l'entraînement sur le Max Total Trainer en une séance d'entraînement HIIT (high intensity interval training) efficace pour tout le corps. Devenez fort et en bonne santé avec le HIIT - de courtes poussées d'effort suivies de pauses plus longues pour un entraînement très efficace.



L'entraînement devient multimédia et individuel grâce à l'affichage *JRNY avec écran tactile de 16 pouces. La fonction d'entraînement la plus importante du JRNY Display avec écran tactile Samsung est sans doute le Guided Coaching. L'application JRNY soutient le coaching guidé avec de superbes vidéos d'entraînement et l'analyse de l'entraînement. Des entraînements adaptés au niveau de fitness actuel sont ainsi régulièrement proposés. Des coachs professionnels guident les entraînements. L'application JRNY permet un entraînement virtuel avec d'innombrables pistes. Avec l'accès Explore the World, il est possible d'explorer chaque jour un nouveau parcours. La puissance contrôle alors la vitesse de la vidéo. Pour se divertir, il est possible de regarder en streaming sa série préférée ou un film via Amazon Prime Video, Disney+ ou Netflix. Pendant le streaming, les données d'entraînement s'affichent à l'écran - ainsi, aucune information n'est perdue.

Équipement :

- entraînement dépendant du réseau
- combinaison d'un frein magnétique asservi et d'une résistance à l'air
- moins de 1m² d'espace nécessaire
- Écran tactile HD 16" (40,6cm) (Samsung) - possibilités et interactions apparemment illimitées : le grand écran tactile Full-Colour offre de nombreuses fonctions et peut être réglé selon différents angles.
- L'écran est en anglais et ne peut pas être adapté à d'autres langues.
- Tablette ou smartphone nécessaire pour accéder à différentes applications tierces - les applications d'entraînement comme Zwift ou Peloton peuvent être utilisées en connectant le smartphone, la tablette ou la SmartTV à la console via Bluetooth.
- *JRNY™ - la plateforme numérique de fitness et de divertissement - l'application d'entraînement JRNY offre de nombreuses fonctions permettant d'optimiser l'entraînement et d'augmenter la motivation. En souscrivant un abonnement JRNY, il est possible de suivre des cours à la demande et des coachings en temps réel, ainsi que de suivre de nombreux parcours en plein air avec JRNY Experience. L'abonnement JRNY fournit chaque jour des entraînements personnalisés. Des recommandations intelligentes, basées sur le niveau de forme physique individuel, assurent une motivation optimale pour l'entraînement. Les recommandations s'adaptent automatiquement aux progrès personnels. L'abonnement JRNY permet également d'accéder à différents services de streaming dans l'application. Laissez-vous divertir par des films et des séries sur Netflix, Amazon Prime ou Disney+ pendant l'entraînement (adhésions/abonnements séparés nécessaires), JRNY™ est uniquement disponible en anglais.
- Affichage de la fréquence cardiaque, des calories, du taux de combustion des calories, du taux de combustion cible, du nombre d'intervalles, du temps d'intervalle, du temps total d'entraînement, du niveau de résistance, du RPM.
- 4 programmes d'entraînement - programme manuel, brûleur de graisse, brûleur de calories, monter les escaliers
- Compatible WiFi (nécessaire pour la mise en service)
- Haut-parleur Bluetooth
- 20 niveaux de résistance
- Capteurs de pouls manuels
- Mains courantes à 6 poignées - les barres de bras mobiles offrent six positions d'entraînement. Avec les troisièmes barres de bras tirées vers l'intérieur, il y a encore plus de possibilités d'entraîner le haut du corps de manière optimale. La position intérieure des mains renforce particulièrement vos bras et vos pectoraux. L'entraînement du haut du corps est ainsi encore plus efficace et plus varié.
- le double système de rails assure encore plus de sécurité et rend le mouvement des jambes plus



régulier et plus souple

- pédales surdimensionnées en acier inoxydable avec picots antidérapants
- cadre solide en acier avec des pieds larges
- support de tablette pour smartphone ou tablette
- roulettes de transport à l'avant
- compensation de la hauteur
- station de charge USB pour recharger le smartphone ou la tablette

Utilisation : à domicile , charge utile : env. 136kg

Dimensions de l'appareil : L125 x l78,2 x H166cm, hauteur minimale du plafond : taille de l'utilisateur + 38cm, poids 70,5kg

Accessoires : récepteur intégré pour émetteur de ceinture pectorale, ceinture pectorale à bras, porte-bouteille

Option : ceinture émettrice Bluetooth, tapis de sol

Garantie : 1 an de garantie complète, 2 ans sur la main d'œuvre et les pièces (hors consommables)

*JRNY™ - Adhésion :

Entraînement quotidien personnalisé

Découvrez un programme d'entraînement sur mesure avec un coaching en temps réel qui s'adapte automatiquement à mesure que vous devenez plus fort.

Explorez des objectifs virtuels

Voyagez à votre propre rythme à travers plus de 200 cours virtuels époustouflants ou faites-en l'expérience avec votre coach virtuel.

Coaching virtuel en temps réel

Atteignez chacun de vos objectifs d'entraînement avec les conseils d'un coach virtuel amical.

Classes à la demande

Transpirez avec des entraîneurs de premier ordre qui vous inspirent. Faites l'expérience d'une grande variété de plages horaires et de types de cours.

2 mois d'essai gratuit JRNY™ inclus - à la fin de la période d'essai gratuit, l'adhésion à JRNY est automatiquement renouvelée aux tarifs d'adhésion actuels jusqu'à ce qu'elle soit annulée. JRNY n'est disponible qu'en anglais. Gérez ou résiliez votre adhésion directement via votre identifiant Apple ou votre compte Google. L'application peut toutefois aussi être utilisée dans sa version gratuite.