

Art.Nr. 3700 Ruderergometer Aquon XTR 2

Das Nachfolgemodell des erfolgreichen und bewährten Rower Aquon XTR mit noch professionelleren Ausstattungsdetails!

Neu: Eigenschaften professioneller Ruderboote

- Professioneller Trittplattenabstand von nur 9 cm
- Profi-Sitzhöhe von ca. 50 cm
- Durch ein extra langes Zugband von 200 cm und einer Aluschiene-Länge von 140 cm geeignet für Körpergrößen von 1,50 bis über 2 Meter

Jetzt zusätzlich 4 Pulsprogramme für noch effizienteres und kontrolliertes Rudertraining und 1 Wettbewerbsprogramm gegen den Computer

Effektives Ganzkörpertraining – „Der Ausdauer und Kraft-Turbo“

Ein Ganzkörper-Training, das sowohl Ausdauer wie auch Kraft gleichermaßen effektiv trainiert und schnelle Ergebnisse liefert? Mit dem Rudergerät Aquon XTR 2 ist dies perfekt möglich!

Rudern beansprucht bis zu 80% unserer Muskulatur. Damit sind alle Hauptmuskelgruppen an der Bewegung beteiligt und werden beim Rudertraining mittrainiert. Gleichzeitig fördert diese Belastungsform die Ausdauer, und das Herz-Kreislauf-System wird gestärkt. Je nach Trainingsziel kann man mit dem Rudergerät Aquon XTR 2 entweder Kraft oder Ausdauer in besonderem Maße trainieren und Akzente setzen. Möchten Sie vorrangig Muskulatur aufbauen und sich kräftigen, sollten Sie den Widerstand relativ hoch wählen und dafür die Trainingsdauer verkürzen. So können Sie z.B. durch den Aufbau der Rückenmuskulatur Rücken- und Haltungsproblemen perfekt vorbeugen. Soll die Ausdauer im Mittelpunkt stehen, empfiehlt es sich, den Umfang zu vergrößern und dafür die Intensität geringer zu halten. Vor allem bei Workouts mit einer Länge von mehr als 30 min kann man großartige Effekte zur Gewichts- und Fettreduktion erreichen, da ab diesem Zeitpunkt die Fettverbrennung zur dominanten Energiegewinnungsform wird.

Im Gegensatz zum Rudertraining auf dem Wasser, das kaum jemand freizeitlich durchführen kann, ist man mit einem Rudergerät völlig zeit- und wetterabhängig. Auch bei schlechtem Wetter oder im Winter kann bequem zur Lieblingssendung „gepowert“



werden. Sie rollen Ihren Ruderergometer Aquon XTR 2 ganz einfach vor Ihr Fernsehgerät, tauschen Ihren Fernsehsessel mit dem bequemen Komfortsitz Ihres Rudergeräts und los geht's. Sie sparen Zeit und unterstützen Ihre Gesundheit so ganz nebenbei.

Regelmäßiges Rudertraining kann zu folgenden Ergebnissen führen:

- Kräftigung und Aufbau der Muskulatur, insbesondere der Rückenmuskulatur
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit
- Körpergewichtsreduktion

Rudern wie professionelle Athleten

Mit dem Rudergerät Aquon XTR 2 holen Sie sich sozusagen Ihr eigenes „Profi-Ruderboot“ nach Hause. Sie trainieren wie die Profis- realitätsnah und effektiv. Der Fußstützenabstand beträgt lediglich 9 cm – ein absoluter Spitzenwert, da er dem Pedalabstand eines Profi-Ruderbootes sehr nahe kommt. Eine Rudersitzhöhe von ca. 50 cm spiegelt die professionellen Eigenschaften dieses Premium-Ruderergometers wieder. Sie steigen bequem auf und rudern auf Augenhöhe mit dem Leistungsmonitor. Die perfekte Simulation von Rudern auf dem Wasser!



Durch das integrierte Race-Programm (Wettbewerbsprogramm gegen den Computer) lässt sich das Workout noch motivierter angehen. Viele Profi-Ruderer schwören bei ihrem Training daher auf die bewährte FINNLO Qualität, da das Training wettbewerbsgetreu simuliert und auch bei schlechten Wetterverhältnissen mit Effizienz durchgeführt werden kann.

Bewährte Kombinationstechnik aus Magnet- und Luftwiderstand

Auch beim neuen Aquon XTR 2 hat FINNLO wieder auf die bewährte und FINNLO typische Kombinationstechnik aus Magnet- und Luftwiderstand gesetzt. Der Luftwiderstand verhilft zu einem absolut realen Rudergefühl: durch den Zug wird ein Windrad angetrieben, das die Intensität in Abhängigkeit von Zuggeschwindigkeit und – Kraft ansteigen lässt. Gleichzeitig nimmt der / die Trainierende den aufkommenden Wirbelstrom als leichten und erfrischenden Fahrtwind wahr. Dieser Luftstrom kann variabel zu- oder abgeschaltet werden.

Zusätzlich zum Luftwiderstand ist ein Magnetbremssystem integriert. Die Magnetbremse ermöglicht eine sehr präzise Widerstandseinstellung, mit der auch bei geringer Zuggeschwindigkeit hohe Bremskräfte erreicht werden können. In Verbindung erzeugen die

Widerstandstechnologien einen dauerhaft flüssigen und runden Bewegungsablauf. So lässt sich variantenreich und gleichzeitig realitätsgetreu trainieren.

Umfangreicher Trainingscomputer- übersichtlich und einfach zu bedienen

Der Trainingsmonitor wurde beim Nachfolgemodell des Rower Aquon XTR, dem Aquon XTR 2 weiter verbessert und mit zusätzlichen 4 weiteren Pulsprogrammen ausgestattet. So können Sie noch effizienter trainieren.

Die Intensität kann zwischen 30 und 300 Watt beliebig eingestellt werden und lässt sich mit mehreren Trainingsvorgaben verbinden. Sie stellen den Monitor auf einen bestimmten Wattwert ein und können sicher sein, dass Sie ganz gleich wie stark oder schnell sie auch ziehen kontrolliert auf diesem voreingestellten Watt-Wert trainieren. 4 professionelle Pulsprogramme sorgen für kontrolliertes und sicheres Herz-Kreislauftraining. Bei einem eingestellten Maximalpuls wird bei Über- bzw. Unterschreitung der Widerstand automatisch von Ihrem Ruderergometer korrigiert. Ausdauer- und Gesundheitstraining auf höchstem Niveau!



Das LCD-Display verfügt über ein hochwertiges, modernes Blue Backlight, und zeigt folgende Leistungsgrößen an:

- Zeit in Std., Min., Sek.
- Zurückgelegte Distanz in Meter und Kilometer
- Zeit pro 500m
- Intensität als Watt
- Schläge pro Minute
- Schläge insgesamt
- Trainingsprogramm
- Puls
- Verbrauchte Kalorien

Das Hi Tech Blue Backlight –Display macht das Training gerade in der dunklen Jahreszeit besonders gut lesbar und zu einem optischen Trainingserlebnis.

Wie bereits erwähnt erfolgt die Leistungseinstellung computergesteuert und kann zwischen 30 und 300 Watt individuell vorgenommen werden. Insgesamt stehen der trainierenden Person 12 Fitness- und 1 Raceprogramm gegen den Computer mit drehzahlunabhängiger Belastungsregelung in einer Bandbreite von 16 Stufen zur Verfügung. Automatische

Programme erleichtern das tägliche Training und geben die nötige Motivation. Ein Wettbewerb gegen den Computer macht richtig viel Spaß und Sie werden feststellen, wie sich Ihre Ergebnisse von Woche zu Woche steigern.

Beim Workout ist es wichtig, den Trainingscomputer stets im Blick zu haben, um die Leistungsvorgaben und den Puls kontrollieren zu können. Dank des stufenlos neigbaren Displays ist dies ohne Probleme möglich. Der besonders lang konstruierte und höhenverstellbare Monitorarm ermöglicht auch für kleinere Personen oder Brillenträger den während der gesamten Ruderbewegung den perfekten Überblick.

Zusatzausstattung und Verstellmöglichkeiten

Der kugelgelagerte Komfortsitz gleitet geräuschlos über die Qualitätsaluminiumschiene und lässt auch bei längeren Trainingseinheiten eine bequeme Sitzposition zu.



Rower Aquon XTR 2 verfügt über eine Aluschiene von 225 cm, sowie ein Zugband von 146 cm für den flexiblen Einsatz bei Körpergrößen von 1,50 bis über 2 Meter.

Die Fußstützen sind flexibel gelagert und passen sich automatisch jeder Ruderbewegung an. Verstellbare Qualitätsschlaufen und Trittplatten sorgen für einen optimalen und rutschsicheren Halt für alle Körpergrößen und Beinlängen. Das moderne Design in schwarz-silber kann optimal in jedes Wohnambiente integriert werden. Über Transportrollen lässt sich das Rudergerät Aquon XTR 2 bequem im Raum verschieben und über einen Klappmechanismus platzsparend nach oben falten.



Fazit und Übersicht

Mit dem FINNLO Aquon XTR 2 werden Sie nach bereits wenigen Trainingseinheiten einen tollen Effekt auf Fitness und Gesundheit bemerken. Das Rudertraining verbessert Ihr Herz-Kreislauf-System und kräftigt gleichzeitig alle Hauptmuskelpartien des Körpers. Gerade zum

Aufbau von Rückenmuskeln und damit zur Vorbeugung von Rückenschmerzen ist dieser Ruderergometer optimal geeignet.

Je nach Trainingsvorhaben lässt sich die Intensität beliebig steuern. Die Widerstandseinstellung erfolgt automatisch über den Computer und wird über eine bewährte und kombinierte Bremstechnik aus Luft- und Magnetwiderstand realisiert. Zusätzlich verfügt Aquon XTR 2 über einen sehr geringen Trittflächenabstand von nur 9 cm, sowie einer Profi-Sitzhöhe von ca. 50 cm, was Profi-Ruderbooten nachempfunden ist. Das Training ist damit extrem realitätsgetreu und eine perfekte Simulation von Rudern auf dem Wasser.

Das übersichtliche LCD-Display mit Blue Backlight lässt sich unkompliziert bedienen. Die Funktionen sind einfach anzuwählen und können in vielen Varianten eingestellt werden: Intensität zwischen 30 und 300 Watt, 8 Permanentanzeigen, 12 Fitnessprogramme, 4 Pulsprogramme, zahlreiche Trainingsvorgaben, sowie ein Race- Programm gegen den Computer, u.v.m.

Das Rudergerät Aquon XTR 2 ist für alle Körpergrößen von 1,50 bis über 2 Meter geeignet.

Über Transportrollen lässt sich das Rudergerät Aquon XTR 2 bequem im Raum verschieben und über einen Klappmechanismus platzsparend nach oben falten.

Produktdetails:

- Klasse HA (entsprechend DIN EN 957 – 1/7)
- Intensität von 30-300 Watt einstellbar
- Belastungsregelung: drehzahlunabhängig
- Kombinationstechnik aus Magnet- und Luftwiderstand (computergesteuert)
- 8 Permanentanzeigen, 12 automatische Fitness-, 4 Pulsprogramme und 1 Raceprogramm gegen den Computer für perfekte Trainingsmotivation
- Anzeige von Zeit/Watt/Level/Schläge pro Minute/Programm/Puls/Schläge insgesamt/Zeit auf 500m/Entfernung und Kalorien
- 2-farbiges Hi Tech Blue Backlight LCD-Display mit übersichtlicher , großer Anzeige
- Trainingsvorgaben einstellbar, Speicher für 4 Personen
- Integrierter Pulsempfänger für Brustgurte (Brustgurt optional)
- Stufenlos neigbarer Trainingscomputer
- Verstellbare und neigungsfähige Profi-Fußstützen mit Fußschlaufen
- Kugelgelagerter Komfortsitz
- Lange Aluminiumschiene für Körpergrößen von 1,50 bis über 2 Meter
- Zu- bzw. abschaltbarer Fahrtwind/Luftstrom
- Integrierte Transportrollen, klappbar
- Stromversorgung Netzgerät, 230 Volt
- Max. Körpergewicht: 130 kg
- Klasse HA (entsprechend DIN EN 957 – 1/7)
- Klappmaß (L x B x H) cm: 133 x 43 x 166



- Aufstellmaß (L x B x H) cm: 243 x 43 x 105
- Farbe: silber/schwarz