

**Art.-Nr. 3828 Kraftstation Autark 2600**

**Der multifunktionale Studio-Trainingsturm und „Kraft-Turbo“ für ein professionelles Fitness- und Krafttraining zu Hause. Mit integriertem AB & Backtrainer für ein effektives und gesundheitsorientiertes Training der Rücken- und Bauchmuskulatur. Inklusive Beinstrecker-/Beinbeuger Funktion, separater seitlicher Curl-Einheit und höhenverstellbarem Kabelzugmodul – für ein noch effizienteres Training der Muskeln.**

Mit der Premium-Multikraftstation Autark 2600 von FINNLO können Sie alle großen Muskelpartien effektiv endlich auch zu Hause trainieren – wie in einem professionellen Fitnessstudio. Die Station ist sowohl vielseitig als auch kompakt und daher auch für kleinere Räume optimal geeignet.

Ausgestattet ist die Kraftstation mit einem Gewichteblock von 80 Kilogramm, der es auch fortgeschrittenen Kraftsportlern ermöglicht, perfekt Muskeln aufzubauen. Außerdem besitzt die Kraftstation als Besonderheit einen hochwertigen AB & Backtrainer, der Bauch- und Rückenmuskeln trainiert und für die Anforderungen des Alltags stärkt.

Krafttraining mit der Autark 2600 baut schnell und effektiv Muskeln auf, kräftigt besonders auch eventuelle Schwachstellen an Rücken und Beinen und definiert den gesamten Körper.

Ein um 160 Grad höhenverstellbares und drehbares Rollensystem ermöglicht isolierte Übungen und Trainingsvarianten. Das System entspricht den Seilzug-Stationen in professionellen Fitnessstudios.

Mit der FINNLO Autark 2600 können folgende Ziele erreicht werden:

- Männer: Breites und muskulöses V-Kreuz
- Männer: Kräftige und definierte Schultern
- Männer: Muskulöse Oberarme
- Flaches Six-Pack und definierte Bauchmuskeln
- Gesundheitsorientiertes Training des Rückenstreckers
- Frauen: Starker Rücken
- Frauen: Toning der Schultern
- Frauen: Toning/ Definition der Arme
- Frauen: Toning / Definition der Beine



Durch die zahlreichen Einzelstationen und Trainingsmöglichkeiten können Sie jede Muskelgruppe vielseitig ansprechen. Die Übungsformen können in vielen Varianten ausgeführt werden. Die Geometrie der Kraftstation ist so durchdacht, dass ein garantiertes und schnelles Muskelaufbautraining endlich auch zu Hause ohne Kompromisse möglich ist: das eigene Fitnessstudio in den eigenen vier Wänden ohne Abstriche! Egal, ob Sie lieber Muskeln aufbauen oder sie definieren wollen, mit der FINNLO Autark 2600 trainieren Sie professionell und flexibel, wann, wo und wie Sie möchten.

## **FINNLO Kraftstation Autark 2600 – Intensive Workout-Möglichkeiten**

### *Zahlreiche Übungen, intensive Belastung*

Intensiv trainiert der integrierte AB & Backtrainer der Autark 2600 die Rücken- und Bauchmuskulatur. Die Gewichte lassen sich individuell auf das Leistungsniveau des Trainierenden einstellen. Die Bewegung wird geführt, um Überlastungen und Fehlpositionen zu vermeiden und so Verletzungen vorzubeugen. Der integrierte AB & Backtrainer ist ideal zur Mobilisierung der gesamten Rückenmuskulatur. Die Übungen trainieren den Rückenstrecker und konzentrieren die Arbeit auf den unteren Teil des Rückens, genauer auf den Lendenbereich der Rückenmuskeln.

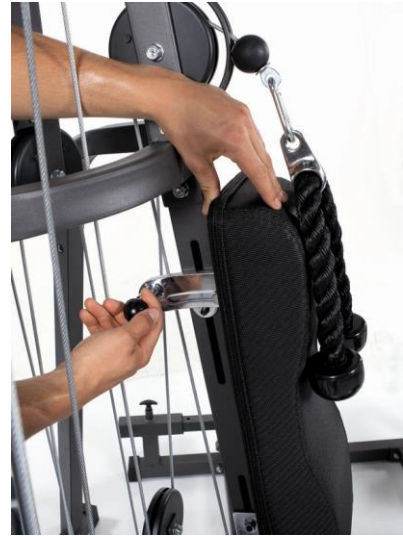


Auch der Bauch wird mit dem AB & Backtrainer effektiv trainiert und bringt Sie schnell zu dem Waschbrettbauch, den Sie schon immer haben wollten.

Die sitzende Position und die Arbeit gegen den Widerstand eignen sich vor allem für jene, die Probleme mit dem Nacken haben. Denn die Muskulatur muss auf diesem Trainer nicht durch unnatürliche Haltepositionen gegen die Schwerkraft arbeiten.

Zum Training der Brustmuskulatur kann entweder die klassische Bankdrück- oder die Butterfly-Einheit genutzt werden. Während das Bankdrücken die gesamte Brustmuskulatur beansprucht, kann mit Butterflies gezielt die äußere Brustpartie trainiert werden. Für ein breites V-Kreuz und eine ausgeprägte Rückenmuskulatur gibt es an der FINNLO Autark 2600 ebenfalls zahlreiche Trainingsmöglichkeiten. Mit der Latissimus-Stange können Sie Lat-Züge entweder in den Nacken oder zu Ihrer Brust durchführen. Durch die separate Seilzug-Vorrichtung sind auch Ruderübungen perfekt möglich.

Die Armmuskulatur können Sie am unteren und am oberen Seilzug trainieren: beispielsweise durch Bizeps-Curls, Trizepsdrücken oder Kombinations- und Mehrgelenksübungen. Ein seitliches Kabelzugmodul ermöglicht effektive beidseitige Kabelzugübungen. Das System ist um 160 Grad drehbar und somit in jeder Trainingsposition optimal verwendbar. Mit bis zu 180 Kilogramm maximaler Gewichtsbelastung kommen auch Fortgeschrittene auf ihre Kosten. Der Gewichtblock ist in 16 Scheiben à 5 Kilogramm aufgeteilt, die durch einen variablen Stift schnell und präzise eingestellt werden können. Zusätzlich können Sie den Gewichtblock mit optionalen Zusatzgewichtsscheiben von bis zu 20 Kilogramm aufrüsten. Dank des Hebelarms sind beim Armdrücken und einigen anderen Übungen maximale Zugwiderstände von 90 bzw. 135 Kilogramm möglich.



Besonders ist an der FINNLO Autark 2600 das professionelle Beintrainingsmodul. Hier ist ein umfassendes Training der Beinmuskeln auf Studioniveau möglich. Über eine Schnellverstelltechnik können sowohl Beinbeuger als auch Beincurls trainiert werden. Innen- und Außenseiten der Oberschenkel (Adduktoren- und Abduktoren-Training) können mit der mitgelieferten Fußschleife definiert und geformt werden. Kleine weibliche Problemzonen werden geformt und Cellulite entgegengewirkt.

### *Optionale Trainingsergonomie durch variable Verstellmöglichkeiten*

Der Autark Komfortsitz ist mehrfach flexibel verstellbar für eine perfekte Trainingsergonomie. Zusätzlich kann der Neigungswinkel der Rückenlehne verändert werden, um die Sitzhöhe individuell an die Körpergröße anzupassen. Mit bis zu zwei Metern Größe und einem Gewicht von maximal 120 Kilogramm ist ein Training auf der Autark 2600 bestens möglich.

Auch die Butterfly-Arme bieten viele Verstellmöglichkeiten. Sie können nach außen und innen fünffach im Winkel justiert werden: für ein effizientes Training der Brustmuskulatur.



### *Perfektes Zubehör: Variables Training durch vielseitige Griffe*

Im Lieferumfang sind professionelle Studiogriffe und Stangen enthalten. Mit der ergonomisch geformten Latissimus-Stange trainieren Sie Ihre Rückenmuskulatur. Mit der Curl-Stange bauen Sie schnell und effektiv eine beeindruckende Armmuskulatur auf. Das Trizeps-Seil verwenden Sie zum Aufbau und Toning der hinteren Armmuskulatur. Die Vielzahl der Griffe und Trainingsmöglichkeiten garantieren einen umfassenden Trainingsanreiz und damit einen schnellen und gezielten Aufbau der Muskulatur. Gerade die Abwechslung im Training durch die unterschiedlichen Griffmöglichkeiten sorgt für eine hohe Muskelstimulation und optimale Trainingsergebnisse.

### **Fazit und Übersicht**

Die FINNLO Multistation Autark 2600 bietet alles, was Sie für ein umfangreiches, professionelles Krafttraining zu Hause brauchen. Die Kraftstation unterscheidet sich hinsichtlich Ausstattung, Stabilität und Trainingsmöglichkeiten deutlich von herkömmlichen Multikraftstationen, die auf dem Markt sind. Mit dem Gewichteblock von 80 beziehungsweise 100 Kilogramm und den Trainingsmodulen können Sie alle wichtigen Muskelgruppen effizient formen und aufbauen.

Für ein variantenreiches Training sind im Lieferumfang der Kraftstation Autark 2600 drei verschiedene Griffe in Studioqualität enthalten: eine breite teilgepolsterte Latissimus-Stange, eine drehbar gelagerte Curl-Stange, zwei hochwertige Handgriffe und ein professionelles Trizeps-Seil.

Die Autark 2600 benötigt lediglich 230x300x212 Zentimeter Platz. Ihr komplettes Heimfitnessstudio nimmt damit sehr wenig Raum ein und ist auch für kleinere Räume gut geeignet. Das Aufstellmaß beträgt 170x215x212 Zentimeter.

### **Wichtigste Produktinformationen:**

- Widerstandssystem über Gewichtsscheiben (80 kg, 16 Stück à 5 kg)
- Maximaler Zugwiderstand von 90 kg, über optionale Zusatzgewichte von weiteren 20 kg (Art. Nr. ) auf einen Zugwiderstand von 135 kg erweiterbar
- Effektives Bauch- und Rückentraining auf dem AB & Backtrainer. Intensität je nach Leistungsniveau einstellbar
- Professionelle Beinbeuger- / Beinstreckerfunktion mit Schnellverstellung
- Seitliches, um 160 Grad drehbares und höhenverstellbares Rollensystem
- Curl-Einheit für freie Übungen im Stehen
- Komfortsitz mehrfach vertikal verstellbar
- Kugelgelagerte Seilzugrollen für ruckfreies und leichtgängiges Training
- Ergorückenlehne mit Lordoseunterstützung stufenlos sowohl vertikal, als auch im Winkel verstellbar
- Butterfly für unterschiedliche Trainingswinkel 5-fach nach innen und außen verstellbar
- Crunch-Einheit für effektives Bauch- und Sixpacktraining
-

- Professionelles Studiozubehör: breite teilgepolsterte Latissimus-Stange, Trizeps-Seil und drehbar gelagerte Curl-Stange
- Übungsformen: Butterfly, Bankdrücken, Latissimusziehen, Beincurl, Beinbeugen, Armcurl, Rudern, Trizepsdrücken/-ziehen, Crunches, Training des Rückenstreckers, Bauchmuskeltraining, uvm.
- Metallvollverkleidung
- Aufstellmaße (LxBxH) cm: 170x215x212
- Platzbedarf (LxBxH) cm: 230X300X212
- Maximal zulässiges Körpergewicht: 120 kg
- Farbe: anthrazit/schwarz