

## Art.-Nr. 3948 Kraftstation Autark 6800

**Der multifunktionale Studio-Trainingsturm und „Kraft-Turbo“ für ein professionelles Fitness- und Krafttraining zu Hause. Inklusive Beinstrecker-/Beinbeuger Funktion, separater Butterflyeinheit und weiterentwickelter Beinpresse. Das um 160 Grad drehbare und höhenverstellbare Rollensystem garantiert ein effizientes Training der Muskeln.**

Mit der neuen Kraftstation Autark 6800 von FINNLO können Sie alle großen Muskelgruppen effektiv auch zu Hause trainieren – wie in einem professionellen Fitnessstudio. Als Besonderheit verfügt das Kraftpaket über eine mehrfach verstellbare separate Butterflyeinheit. So haben Trainierende auch beim Rudern und Bankdrücken ausreichend Bewegungsfreiheit. Zusätzlich sind drehbare Griffe angebracht, die für einen perfekten Bewegungsablauf sorgen.



Ausgestattet ist die Kraftstation mit einem Gewichteblock von 100 Kilogramm, verteilt auf 20 Platten à 5 Kilogramm. Auch fortgeschrittenen Kraftsportlern ermöglicht die Station, perfekt Muskeln am ganzen Körper aufzubauen und zu definieren. Weibliche Problemzonen werden gestrafft und Männer bauen attraktive Muskeln auf.

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



Mit der separaten Beinpressen-Einheit kann gezielt Beinmuskulatur aufgebaut werden. Diese Presse ist mit einer stabilen Metalltrittplatte ausgestattet. Die ergonomische Sitzposition auf einem hochwertig verarbeiteten Polster ermöglicht ein rückenfreundliches Training und im Zusammenspiel mit der Metalltrittplatte eine perfekt geführte Bewegung. Ermöglicht werden dadurch ein ergonomischer Bewegungsablauf und ein kniegelenk-freundliches Training. Die Effektivität dieser Übung kommt Kniebeugen sehr nahe, wobei der Rücken dabei geschont bleibt. Training mit der Beinpresse ist auch ideal für eine Kräftigung der Gesäßmuskulatur und der Waden.

Mit der FINNLO Autark 6800 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
- Frauen: Starker Rücken
- Frauen: Toning der Schultern
- Frauen: Toning/ Definition der Arme
- Frauen: Toning/ Definition der Beine



Durch die zahlreichen Einzelstationen und Trainingsmöglichkeiten der Autark 6800 können Sie jede Muskelgruppe vielseitig ansprechen. Die Übungsformen können in zahlreichen 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 Fitnessstudio in den eigenen vier Wänden ohne Abstriche! Egal, ob Sie lieber Muskeln aufbauen oder sie definieren wollen, mit der FINNLO Autark 6800 trainieren Sie professionell und flexibel, wann, wo und wie Sie möchten.

## FINNLO Kraftstation Autark 6800 – Intensive Workout-Möglichkeiten

### *Zahlreiche Übungen, intensive Belastung*

Besonders die Arme und Schultern werden mit der Kraftstation Autark 6800 intensiv trainiert. Die Station verfügt über eine separate Butterflyeinheit, die seitlich wegklappbar ist. Damit trainieren Sie gezielt die äußere Brustpartie. Die zusätzliche Bankdrückeinheit ermöglicht Übungen zur Stärkung der gesamten Brustmuskulatur, des Nackens und durch die Verstellbarkeit der Griffe zur Rudereinheit auch die Stärkung des breiten Rückenmuskels. Damit bauen Sie die Muskulatur des oberen Rückens effektiv zu einem breiten V-Kreuz auf und machen die Muskeln stark für die Herausforderungen des Alltags. Mit der Latissimus-Stange können Sie Lat-Züge entweder in den Nacken oder zu Ihrer Brust durchführen.



Die Armmuskulatur definieren Sie am unteren und am oberen Rollensystem effektiv durch beispielsweise Bizeps-Curls, Trizepsdrücken oder Kombinations- und Mehrgelenkübungen. Das seitliche Rollensystem ist um 160 Grad drehbar und somit in jeder Trainingsposition optimal verwendbar. Mit Hilfe des Rollensystems können Sie auch Ihren Bauch effektiv trainieren, um im Sommer mit einem Six-Pack am Strand eine tolle Figur zu machen.

Der Gewichteblock ist in 20 Scheiben à fünf Kilogramm aufgeteilt, die durch einen variablen Stift schnell und präzise eingestellt werden können. Dank des Hebelarms sind beim Armdrücken und einigen anderen Übungen maximale Zugwiderstände von 100 Kilogramm möglich.

Auch die Beine werden mit der FINNLO Autark 6800 professionell trainiert. Über eine Schnellverstelltechnik können sowohl Beinbeuger als auch Beinstrecker trainiert werden. Haltegriffe stabilisieren die Haltung, um Fehlstellungen zu vermeiden. Am seitlichen Rollensystem ist zusätzlich ein Training der Innen- und Außenseiten der Oberschenkel und des Pos möglich (Adduktoren- und Abduktoren-Training). Kleine weibliche Problemzonen werden geformt und Cellulite entgegengewirkt.



Die separate Beinpresse sorgt für weitere intensive Trainingsvarianten und für den Aufbau von muskulösen und durchtrainierten Beinen. Eine extra große, stabile Metalltrittplatte sorgt für einen stabilen Stand der Füße und passt sich im Winkel ergonomisch an den gesamten Bewegungsablaufs an. Die Rückenlehne der Beinpresse ist horizontal verstellbar und ergonomisch optimiert. Sie kann daher variabel eingestellt werden auch für verschiedene Körpergrößen bis über zwei Meter.

### *Optimale Trainingsergonomie durch variable Verstellmöglichkeiten*

Die Rückenlehne des Autark-6800-Sitzes ist mehrfach verstellbar, damit Sie sowohl den Nacken als auch die Brust optimal trainieren können. Zudem dient die Verstellbarkeit der perfekten Trainingsergonomie - für Ihr gesundheitsbewusstes Krafttraining: Die Sitzhöhe ist je nach Körpergröße einstellbar. Mit bis zu zwei Metern Größe und einem Gewicht von maximal 120 Kilogramm ist ein Training auf der Autark 6800 problemlos möglich.

Auch die Butterflyarme und die Bankdrückeinheit bieten viele Verstellmöglichkeiten. Sie können nach außen und innen justiert werden. Für ein umfangreiches 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 dem Trizpes-Seil können Sie ihre hintere Armmuskulatur aufbauen. Die Vielzahl der Griffe und Trainingsmöglichkeiten garantieren einen umfassenden Trainingsanreiz und damit einen schnell und gezielten Aufbau der Muskulatur. Gerade die Abwechslung des Trainings durch die unterschiedlichen Griffmöglichkeiten sorgt für eine hohe Muskelstimulation und optimale Trainingsergebnisse.



## Fazit und Übersicht

Die FINNLO Multistation Autark 6800 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. 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 6800 verschiedene Griffe in Studioqualität enthalten: eine breite, teilgepolsterte Latissimus-Stange, zwei hochwertige Handgriffe und ein professionelles Trizpes-Seil.

Die Autark 6800 benötigt lediglich 200 x 250 x 223 Zentimeter Aufstellraum und nimmt während des Trainings einen Platz von 212 x 350 x 223 Zentimeter ein. Farblich ist die Station in elegantem Anthrazit/Schwarz gehalten.

### Wichtigste Produktinformationen:

- Widerstandssystem über Gewichtsschreiben (100 kg, 20 Stück à 5 kg)
- Maximaler Zugwiderstand von 100 kg
- Professionelle Beinbeuger-/ Beinstreckerfunktion mit Schnellverstellung
- Seitliches, um 160 Grad drehbares und höhenverstellbares Rollensystem
- Komfortsitz mehrfach vertikal verstellbar
- Kugelgelagerte Seilzugrollen für ruckfreies und leichtgängiges Training
- Verbesserte hochwertige Beinpresse mit extra großer stabiler Metalltrittplatte
- Sitz der Beinpresse mit ergonomischen Sitzpolster und verstellbarer Rückenlehne
- Separate Butterflyeinheit und zusätzliche Bankdrückeinheit
- Professionelles Studiozubehör: breite, teilgepolsterte Latissimus-Stange, Trizeps-Seil und hochwertige Handschlaufen
- Übungsformen: Butterfly, Bankdrücken, Latissimusziehen, Beinbeugen, Rudern, Trizepsdrücken, Crunches.
- Aufstellmaß: (LxBxH) cm: 200 x 250 x 223 cm
- Platzbedarf: (LxBxH) cm: 212 x 350 x 223 cm
- Maximal zulässiges Körpergewicht: 120 kg
- Farbe: anthrazit/schwarz