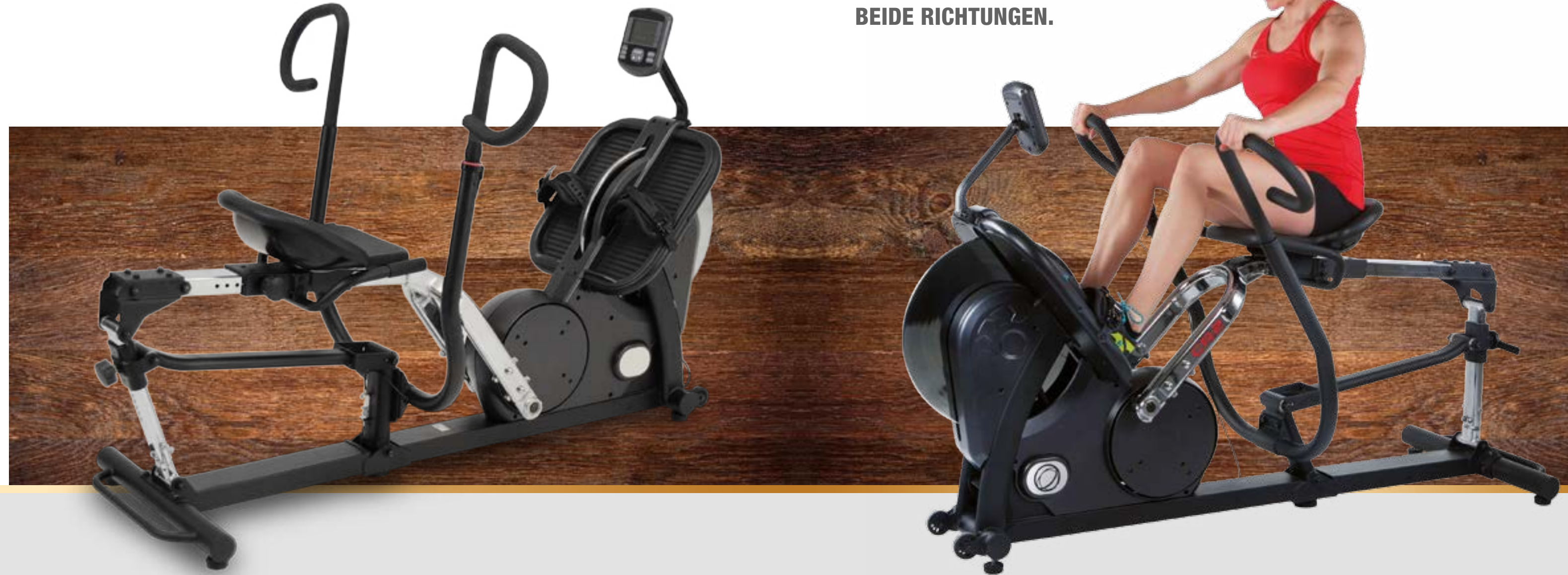


SPEZIFIKATIONEN

- Das erste Rudergerät mit sowohl Zug- als auch Druck-Bewegung, d.h. Widerstand in beide Richtungen.
Alle Vorteile des klassischen Ruderns kombiniert mit den besten Elementen aus dem Gerätetraining
- Intensitätseinstellung in 20 Stufen
- Mehrfacheinstellung der Bewegungslänge
- Trainingscomputer mit Anzeige von Zeit, Distanz, Kalorienverbrauch und Puls
- Schnellanwahltasten für vorgegebene Sprints von 2, 5 und 10 Minuten
- Focus-Programme für Intensivtraining von Armen, Beinen oder dem gesamten Körper
- Vorwärts- Rückwärtsbewegung möglich für unterschiedliche Muskelsprache
- Pulsmessung Polar-kompatiblen Pulsempfänger für Brustgurte (optional)
- Mehrfach verstellbare Trainingsarm
- Multipositions-Handgriffe
- Verschiedene Griffpositionen für Fokus auf, Oberarme, Trizeps, Brustmuskulatur, Rückenmuskulatur, Beinmuskulatur und Bauchmuskulatur
- Zug- bzw. Druckbewegungen
- Auch nur Oberkörpertraining möglich
- Stufenlos verstellbarer Sitz
- Lordosstütze
- Höhen-Niveau-Regulierung gleicht Unebenheiten im Boden aus
- Präzisionskugellager
- Integrierte Transportrollen für leichtes Umstellen
- Antriebssystem: Schwungscheibe mit Backenbremse (Prinzip Speed Bike)
- Ca. 14 kg Schwungmasse
- Max. Gewichtsbelastung: 135 kg
- Aufstellmaße (L x B x H): 170 x 103 x 102cm



CROSS ROWER CR2



CROSS-ROWING IST:

**EFFEKTIVER
INTENSIVER
GANZHEITLICHER**

**RUDERN MIT ZUG UND DRUCK-
BEWEGUNG - WIDERSTAND IN
BEIDE RICHTUNGEN.**

FINNLO CROSS ROWER CR2

WARUM RUDERN SO GUT IST?

Rudern trainiert 80% aller Muskeln und bietet ein ideales Herz-Kreislauftraining.

WARUM CROSS ROWING MIT DEM FINNLO MAXIMUM CR2 NOCH BESSER IST?

Endlich können Sie gleichzeitig sowohl Ausdauer als auch Kraft trainieren und dies in nur einer einzigen Ruderbewegung. Die Muskulatur wird durch Zug- und Druckbewegungen gleichmäßiger und intensiver belastet. Und dabei wesentlich besser und gezielter entwickelt. Sie trainieren Ihre Muskeln in beide Richtungen, damit gezielter und wesentlich effektiver.

GANZKÖRPER-DYNAMIK DER SUPERLATIVE

Die Dynamik des CR2 ist einzigartig und erfordert intensiven Ganzkörpereinsatz. Jeder Muskel wird gleichmäßig gefordert. Je schneller die Bewegung ausgeführt wird, desto intensiver ist der Muskeleinsatz. Der CR2 ermöglicht neben einer zu jederzeit möglichen sanften Einstiegsbewegung, ebenso ein Hochintensitätstraining und damit die derzeit effizienteste Methode für schnellen Muskelaufbau und ein gesundheitsförderndes Herz-Kreislauftraining.

KOMFORT UND GANZKÖRPER-TRAINING IM SITZEN - IHR UNTERER RÜCKEN BLEIBT STETS GESCHÜTZT

Die Lendenunterstützung des ergonomisch geformten Komfortsitzes garantiert eine optimale Körperhaltung während des gesamten Bewegungsablaufs. Bei sämtlichen Druckbewegungen bleibt Ihr Oberkörper damit stabil und geschützt. Der CR2 bietet die einzigartige Möglichkeit eines intensiven Ganzkörper-Workouts ohne die sonst oft typische Belastung auf Rücken, Bandscheiben oder Gelenke. Erst mit Cross Rowing auf dem CR2 sind endlich intensivste Trainingssequenzen im Sitzen möglich.

EINZIGARTIGES KOMBINATIONSTRaining VON RÜCKEN- UND BAUCHMUSKULATUR

Dass Rudern den Rücken stärkt, formt und trainiert ist bekannt. Das Spannende ist jedoch auch, dass Cross Rowing mit dem CR2 besonders intensiv gleichzeitig auch die Bauchmuskeln trainiert, da die Bauchmuskeln während der gesamten Druckbewegung ständig angespannt sind. Nicht nur Rückenmuskeln, sondern besonders auch gut trainierte Bauchmuskeln sind wichtig für einen starke Rückenmuskulatur und sorgen bei regelmäßigem Training für eine gesunde, aufrechte Körperhaltung. Auch hier ist Cross Rowing über die Paralell-Belastung durch Druck und Zug gegenüber herkömmlichem Rudern klar im Vorteil.



FLEXIBLE WIDERSTANDSINTENSITÄT UND VARIABLE BEWEGUNGSLÄNGE

Die Intensität bzw. der Widerstand können bequem am Handgriff stufenlos verstellt werden. So kann das Training langsam gesteigert oder während des Workouts die Intensität besonders leicht und schnell verändert werden. Für intensivere Trainingssequenzen läßt sich über einen Schnellverstellhebel zusätzlich die Bewegungslänge vor der Training individuell verändern.

PERFEKTE TRAININGSKONTROLLE

Das übersichtliche Computer-Display des CR2 zeigt gleichzeitig alle wichtigen Trainingsdaten an. Schnellanwahltasten für vorgebene Sprints von 2, 5 und 10 Minuten, sowie Fokus-Programme für Intensivtraining von Armen, Beinen oder dem gesamten Körper, erlauben besonders intensive und spannende Trainingserlebnisse.

Ein eingebauter Empfänger für Pulsdaten erlaubt ein professionelles und sicheres Training mit einem Brustgurt. So steuern Sie Ihre Herz-Kreislaufbelastung gezielt und trainieren sicher und ohne die Gefahr einer unkontrollierten Überlastung,

PROFESSIONELLE ERGONOMIE FÜR ALLE KÖRPERGRÖSSEN BIS ÜBER 2 METER

Für professionelle Ergonomie sorgt ein an die jeweilige Körpergröße anpassbarer Sitz, mehrfach verstellbare Trainingsarme, sowie Multi-positions-Handgriffe. Diese erlauben die Ansprache der oberen, mittleren oder unteren Oberkörperpartie. So können Sie noch gezielter einen Trainingsfokus auf einen bestimmten Körperbereich setzen bzw. muskuläre Schwachstellen ausgleichen. Erleben Sie Cross Rowing mit dem FINNLO MAXIMUM CR2, eine Weiterentwicklung des klassischen Ruderns und lassen Sie sich begeistern von diesem modernen, einzigartigen und besonders intensiven Rudererlebnis.



- Trainingscomputer mit Anzeige von Zeit, Distanz, Kalorienverbrauch und Puls
- Schnellanwahltasten für vorgebene Sprints von 2, 5 und 10 Minuten
- Focus-Programme für Intensivtraining von Armen, Beinen oder dem gesamten Körper



Rückenunterstützende Sitzergonomie



Schnellverstellung durch des (nicht lesebar)



Verstel..... (nicht lesebar)

MAXIMAL GELENKSCHONEND



DAS INTELLIGENTE FITNESSSTUDIO FÜR IHR ZUHAUSE.

Sie haben sich entschieden Ihre Gesundheit ein Stück weit selbst in die Hand zu nehmen. Eine gute Entscheidung!

10 Minuten tägliches Fitnesstraining und Sie werden bereits nach wenigen Wochen ein komplett neues Körpergefühl entwickeln. Neben den positiven Effekten auf Ihr Herz-Kreislaufsystem wird Ihre Muskulatur fester, Ihre Haut straffer und Ihr Rücken stärker. Die Frage nach Cardiogerät oder Kraftgerät hat sich für Sie bereits erledigt. CR2 ist das perfekte Kombigerät. Der Cardio-Kraft Turbo für Ihr Zuhause. 24 Stunden für Sie verfügbar.

Stellen Sie Ihren CR2 möglichst nicht in den Keller. Das zeitlose und moderne Design erlaubt die Platzierung in Wohn- oder Schlafräumen. So werden Sie an Ihr Training erinnert und können Ihr Crossover-Training in Ihr tägliches Leben integrieren.

