Wiba Sport AG
Spahau 1 • 6014 Luzern
Telefon 041 250 80 80
info@wiba-sport.ch
www.wiba-sport.ch

Produktinformationsblatt

aerobis® Kinetic Trainer

Das Schwungrad-Training mit dem aerobis Kinetic Trainer gibt dir ganz neue Möglichkeiten für dein Training. Die Belastung beim Schwungradtraining entsteht über das Beschleunigen und wieder Abbremsen des Schwungradsystems. Dabei arbeitet die Muskulatur zunächst konzentrisch, um die Schwungscheibe zu beschleunigen, und anschliessend exzentrisch, um sie wieder abzubremsen. Die Belastung ist dabei ganz individuell gestaltbar – je stärker das Schwungrad beschleunigt wird, umso stärker muss es wieder abgebremst werden.
Der Kinetic Trainer eignet sich für ein Training des gesamten Körpers. Ein Training der Arme ist mit den Handgriffen möglich, ein Training der Beine mit den Knöchelschlaufen. Gleichzeitig wird durch die ununterbrochene Belastungsphase während eines Trainingssatzes die stabilisierende Muskulatur des Rumpfes, Rückens und der Schultern beansprucht.
Geeignet für Spitzensport, Personal Training, Fitness Studios, Home-Gym, Physiotherapie & Rehabilitation. Befestigbar an Rigs, Pfosten, Wänden und sogar Bäumen.
Transportabel und flexibel in der Anbringung
Effektives Schwungrad-Training

Artikelnummer: G5666

Zubehör zum Artikel

064233 - Adaption / Kinetic-Trainer - Farbe: Anthrazit

064233