

RUDERMASCHINE SCHRÄG

Art.-Nr.:	FP-109
Körperregion:	Oberkörper
Zielmuskulatur:	Breiter Rückenmuskel, Hinterer Teil des Deltamuskels, Kapuzenmuskel, großer und kleiner Rautenmuskel, Untergrätenmuskel
Trainingsziel:	Kraft



Technische Spezifikation:

Länge (cm):	227 cm
Breite (cm):	160 cm
Höhe (cm):	114 cm
Eigengewicht (kg):	170 kg
Gewichtsblock (kg):	-

An der Rudermaschine Schräg werden die Rückenmuskeln trainiert. Die Bewegung an der Rudermaschine Schräg ist fast die gleiche wie auf der Multipresse, nur umgekehrt. Anstatt zu drücken, zieht man das Gewicht zu sich. Die ergonomische Sitzfläche bietet viel Komfort. Die individuell anpassbare Sitzhöhe und ein großes Brustpolster sorgen für die richtige Haltung während der Übung. Durch die Verschiebung des Fußteils kann die Rudermaschine Schräg an jede Körpergröße angepasst werden. Es ist möglich die Stange auf verschiedene Arten zu halten. Entweder direkt an der Stange für den breiten Griff, oder an den Bügeln für den schmalen Griff. Die Hantel gleitet schräg, extrem leichtgängig an gehärteten Wellen. Die Sicherheits-Arretierhaken / Safety Catches erlauben ein Training mit großen Gewichten. Die 50 mm Scheibenaufnahmen ermöglichen eine genaue Widerstandseinstellung mit verschiedenen Gewichtsscheiben. Der Rahmen wird sandgestrahlt und nach Kundenwunsch in jede Farbe (nach RAL) pulverbeschichtet.