

Link do produktu: <https://www.sportshop24.pl/kettler-rower-treningowy-ergometr-tour-400-p-1328.html>



## KETTLER rower treningowy ergometr TOUR 400

Numer katalogowy	<b>EM1012-400</b>
Kod EAN	<b>7640119481425</b>
Producent	<b>Fitshop GmbH</b>

### Opis produktu

#### **KETTLER rower treningowy ergometr TOUR 400.**

ergometr z hamulcem indukcyjnym i głębokim startem, regulacja mocy 25-250 W, uchwyt na tablet, interfejs Bluetooth, korzystanie z aplikacji KETTMaps, 10 programów w tym. Tryb HRC, pamięć dla 4 osób, koło zamachowe 6 kg, waga 34 kg, odpowiedni dla osób o wzroście 1.55 m – 1.95 m, obciążenie wagowe do 130 kg

Ergometr głęboki **KETTLER TOUR 400** to niedrogi symulator odpowiedni do efektywnego treningu w domu dla całej rodziny. Ergometr wyposażony jest w wiele praktycznych elementów, dzięki czemu doskonale dopasowuje się do potrzeb użytkownika. Od wygodnego siodełka fitness z możliwością regulacji wysokości i ruchu w poziomie, przez kierownicę ze zmiennym uchwytem, po czytelny komputer z intuicyjną obsługą. Do treningu motywacyjnego możesz wybrać jeden z 10 zintegrowanych programów, w tym tryb sterowany impulsowo. Dane osobowe 4 osób mogą być jednocześnie trwale zapisane w pamięci komputera. Ogromnym atutem jest również możliwość połączenia trenażera ze smartfonem lub tabletem oraz korzystanie z aplikacji treningowej KETTMaps.

#### **Dla kogo przeznaczony jest rower treningowy ergometr?**

Programowalny ergometr **KETTLER TOUR 400** oparty jest na najnowocześniejszej wiedzy i technologiach na rynku aerobowych ergometrów fitness i jest przeznaczony zarówno do treningu domowego, jak i dla profesjonalnych sportowców i ośrodków rehabilitacyjnych. Nadaje się również do celów medycznych i innych zastosowań, w których wymagana jest solidna konstrukcja i szeroki zakres ustawień obciążenia, z naciskiem na dokładny pomiar mocy. Łatwość i komfort obsługi docenią zarówno osoby starsze, które chcą zachować formę poprzez trening bez użycia wysiłku, jak i osoby o ograniczonej sprawności ruchowej, które wymagają stopniowej rehabilitacji np. po kontuzji.

#### **Specjalne funkcje ergometru**

---

**Indukcyjny układ hamulcowy z 2 trybami użytkownika.** Tryb AUTO (niezależny od prędkości) - użytkownik wybiera docelowe obciążenie w watach (25-250 W, co 5 W).

Rezystancja hamowania jest regulowana automatycznie w zależności od wartości obciążenia docelowego. Tryb MANU (zależny od prędkości) - użytkownik wybiera krok obciążenia, który pozostaje niezależny od częstotliwości prędkości (20 stopni obciążenia).

Wyświetlacz pokazuje aktualne wartości mocy w watach (25-250 W, w krokach co 5 W).

**Programy sterowane pulsem z możliwością wyboru docelowej strefy cardio.** Tryb treningowy umożliwia obliczenie docelowego tętna na podstawie wieku i wybranej strefy cardio Fat / Fit (spalanie tłuszczu / wzmocnienie). Na podstawie ustawionej wartości docelowej i aktualnego tętna inteligentny program wpływa na przebieg treningu poprzez dozowanie obciążenia i tym samym utrzymuje optymalne tempo treningu.

**Ergonomiczna kierownica z szybką regulacją wysokości.** Specjalnie wyprofilowane kierownice można dopasować do potrzeb sylwetki, a wysokość regulować za pomocą praktycznego mechanizmu szybkiego wypinania.

**Nowoczesne i przyjemne szkolenie.** Połącz trenera przez interfejs Bluetooth ze smartfonem lub tabletem i skorzystaj z aplikacji treningowej KETTMaps.

## Parametry techniczne:

**Cichy system transmisji.** Środek pedału wyposażony jest w łożyska przemysłowe, energia zużywana na pedałowanie przekazywana jest na koło zamachowe za pomocą płaskiego paska przemysłowego z rowkami wzdłużnymi. Koło zamachowe o masie 6 kg jest skalibrowane względem oscylacji, stosunek prędkości środkowej do koła zamachowego wynosi 1:10.

**Wyposażenie.** Wygodne siodło fitness z możliwością regulacji wysokości i ruchu w poziomie oraz z regulacją pochylenia siedziska, ergonomiczna kierownica ze zmienną regulacją chwytu i wysokości, samoregulujące się pedały paskowe, stojak na smartfona lub tablet, kółka (z przodu) oraz mechanizm nierówności podłogi (tył)

**Wzmocniona rama z niskim wejściem.** Niski początek umożliwia bardzo wygodne dopasowanie na ergometrze, nawet przy niedyspozycji. Solidna konstrukcja ramy została zaprojektowana na obciążenie 130 kg.

**Elektroniczny pomiar pulsu.** Czujniki dłoni (w zestawie) lub za pomocą paska na klatkę piersiową, który mierzy z dokładnością EKG (wyposażenie opcjonalne).

**Zasilanie.** Podłączenie do sieci: 230 V / 50 Hz.

**Minimalne wymagania przestrzenne.** Wymiary po złożeniu (dł. x szer. x wys.): 119 x 55 x 137 cm. Waga: 34 kg.

## Komputer treningowy

**Komputer treningowy.** Łatwy w obsłudze wyświetlacz LCD o wymiarach 11,7 x 8,6 cm wyraźnie wyświetla sześć najważniejszych wartości treningowych: czas, prędkość, dystans treningowy, puls, częstotliwość pedałowania na minutę i zużycie energii. Wyświetlacz pokazuje aktualne obciążenie w watach. Ocena tętna wydechowego, w tym określenie stanu 1-6 (regeneracja). Średnie dane treningowe są wyświetlane w trakcie i po treningu.

**Wyświetlacz foliowy i klawiatura komputerowa.** Wysokiej jakości komputer treningowy 17,5 x 20 cm. Urządzenie chronione jest przed potem warstwą szkła akrylowego.

---

**Pamięć do przechowywania danych osobowych.** Pamięć na dane osobowe 4 osób i jednego gościa. Profil osobisty zawiera definicję danych, które są wykorzystywane do obliczania i określania stref cardio.

**Oprogramowanie.** 10 programów treningowych obejmuje: Szybki start do natychmiastowego rozpoczęcia treningu, 6 programów ze wstępnie ustawionym profilem obciążenia, 1 program sterowany pulsem (HRC) i 1 profil regulowany przez użytkownika. Możliwość wstępnego wyboru wartości docelowych dla czasu, dystansu, zużycia energii i strefy cardio (Fat / Fit / manual).

## **Trening na ergometrze**

### **Wzmocnione obszary i wpływ na zdrowie:**

dolna część ciała: uda, łydki

Jazda na ergometrze pozytywnie wpływa na układ sercowo-naczyniowy, zwiększa wydolność płuc i ogólną wytrzymałość. Ten rodzaj treningu pozwala przede wszystkim na kompleksowe wzmocnienie wszystkich partii mięśniowych kończyn dolnych, dzięki czemu nadaje się nie tylko do utrzymania sprawności, ale również do spalania tkanki tłuszczowej i zapobiegania powikłaniom zdrowotnym. Dzięki precyzyjnemu dozowaniu wsadu nadaje się również do użytku medycznego i medycyny sportowej. Jednocześnie jest również idealny do rekonwalescencji po kontuzji, zawale serca czy problemach ze stawami.

## **Jakość marki KETTLER**

Gwarancja producenta - 24 miesiące, markowa obsługa klienta  
DIN EN 957-1 / 5, klasa HA, bezpieczna praca na biegu jałowym  
testowane zgodnie z surowymi normami bezpieczeństwa TÜV  
otrzymała prestiżowy certyfikat jakości GS

Komputer treningowy

Programy zliczania w górę i w dół tak

Wyświetlacz LCD 11,7 x 8,6 cm

Średnie wartości na koniec treningu tak

Pomiar pulsu wydechowego z oceną tak

---

Łączna liczba programów szkoleniowych 10  
Interfejs Bluetooth do komputera PC  
Pamięć użytkownika 4 osoby + gość  
Zintegrowany odbiornik sygnału kardio-impulsowego tak  
Programy sterowane impulsowo tak  
Czujniki tętna w dłoni (w zestawie), pas piersiowy  
(wyposażenie opcjonalne)  
Wodoodporna klawiatura i wyświetlacz tak  
Możliwość preselekcji wartości docelowych tak  
Czas szkolenia tak  
Dystans treningowy tak  
Całkowity dystans tak  
Prędkość tak  
Częstotliwość pedałowania tak  
Trening w strefach docelowych (FAT / FIT, MANUAL) tak

#### Parametry techniczne

Płaski system przenoszenia, przemysłowy pas z rowkami  
wzdłużnymi  
Indukcyjny układ hamulcowy  
Klasa DIN EN DIN EN 957-1 / 5, klasa HA  
Zakres mocy Tryb AUTO: 25-250 W, tryb MANU: 20  
poziomów obciążenia / 25-250 W, w krokach co 5 W.  
Regulacja mocy niezależna od prędkości (tryb AUTO),  
regulacja mocy zależna od prędkości (tryb MANU)  
Do maksymalnej masy ciała 130 kg  
Podłączenie do sieci 230V / 50Hz tak  
Koło zamachowe 6 kg  
Stosunek prędkości środek / koło zamachowe 1:10  
Długość produktu 119 cm

---

Szerokość produktu 55 cm  
Wysokość produktu 137 cm  
Waga produktu 38 kg  
Waga produktu łącznie z opakowanie 45 kg  
Długość opakowania 111,5 cm  
Szerokość opakowania 48,5 cm  
Wysokość opakowania 66 cm

#### Wyposażenie

Siodło żelowe nie  
Kolor czarny  
Poziome podawanie siodła tak  
Mechanizm wyrównywania nierówności podłogi tak  
Ergonomiczna kierownica  
Szybka regulacja wysokości siodła tak  
Regulowane paski na pedałach tak  
Niski początek tak  
Koła do transportu tak

#### INSTRUKCJE

Instrukcja montażu: [Pobierz plik PDF](#)

Instrukcja obsługi komputera: [Pobierz plik PDF](#)

