



MADE IN GERMANY

COACH M

Kategorie	Rudergerät
Beschreibung	Dieses Seilzugrudergerät macht Ihr Wohnzimmer zur privaten Ruderregattastrecke. Der kleine Bruder des Coach E hat eine zehnstufige M-Antriebstechnik ohne Wattanzeige und Programme, bietet aber eine Puls und Erholungs-pulsmessung. Inkl. Brustgurt.

TECHNISCHE DATEN UND AUSSTATTUNG

Bremssystem	Magnet
Antriebssystem	Seilzug
Belastungsregelung	geschwindigkeitsabhängig, 1-10 über Handrad
Übersetzungsverhältnis	1:5
Schwungmasse	6 kg
Aufstellmaße L / B / H in cm (ca.)	206 / 53 / 67 geklappt: 67 / 53 / 206
Abstand Fußstütze - Sitz min. / max. in cm (ca.)	23 - 116
maximale Gewichtsbelastung	130 kg
Brustgurt	Lieferumfang
Rudersitz	Rollensitz, kugelgelagert
Fußstützen	Fußschlaufen, drehbar, zusätzliche Trittflächen
zusätzliche Kraft-/Fitnessübungen	18 / z.T. mit Polsterbrett/Trittplatte
Transportrollen	•
Klappmechanismus	•
Farbe	lichtgrau/schwarz

TRAININGSCOMPUTER

Leistung in Watt	
Zeitmessung, Trainingsstrecke, Ruderschläge, Energieverbrauch	•
Schlagfrequenz	mit akustischem Signal zuschaltbar
Pulsmessung	Brustgurt inklusive
POLAR-kompatibler Puls-Empfänger (5 kHz)	integriert
Pulsobergrenze	%-Anzeige sowie optisches und akustisches Warnsignal
Erholungspulsmessung mit Fitnessnote	•
Durchschnittswerte bei Trainingsende	•
Vorgabemöglichkeiten	•
Display	LCD
grafische Anzeige	
Permanentanzeige für	6 Funktionen, automatischer Anzeigenwechsel (zuschaltbar)
gesamt Trainingsprogramme	
Zielzonentraining (FAT/ FIT/ MANUELL)	•
frei skalierbare Wattprofile	
pulsgesteuerte Programme	
Count-up /Count-down-Funktion	•
manuelle Belastungssteuerung	•
Tastatur	schweißresistente Folientastatur