



Rower spinningowy został specjalnie zaprojektowany do Indoor Cycling, czyli tzw. kolarstwa halowego. Jest to bardzo prosta i efektywna forma treningu aerobowego, ograniczająca praktycznie do minimum możliwość kontuzji i optymalizuje nasze wysiłki w walce o szczupłą sylwetkę. W trakcie godzinnego treningu spalamy nawet do 1000 kcal, to naprawdę niesamowity wynik biorąc pod uwagę przyjemność i łatwość samego treningu!

Systematyczne treningi mają bardzo duży wpływ na proces odchudzania nie tylko ze względu na kalorii spalane podczas samego treningu, ale także dzięki przyspieszonemu metabolizmowi na skutek dużej dawki ruchu. Nie ma znaczenia wiek, czy sprawność fizyczna ponieważ trening nie jest skomplikowany. Jazda na rowerze nie obciąża tak bardzo stawów, jak na przykład biegi czy aerobik, dlatego technika ta jest odpowiednia też dla osób mających nadwagę lub problemy ze stawami.

Indoor Cycling wpływa na:

- lepszą ogólną wydolność i kondycję całego ciała
- polepszenie wydolności układu krążenia
- usprawnienie wydolności układu oddechowego
- wzmocnienie mięśni nóg, brzucha i pośladków

Rower spinningowy kosztują mniej więcej tyle co rowery treningowe, ale trening możliwy do przeprowadzenia jest o wiele bardziej intensywny. Rzesze użytkowników są najlepszym dowodem na to, że jest to ciekawa forma ruchu.

Dane techniczne:

- profesjonalny rower spinningowy o masywnej i stabilnej ramie
- łańcuchowy system napędowy daje uczucie jazdy rowerem szosowym
- dzięki nowemu patentowi zębatki pracują wyjątkowo płynnie, cicho oraz pozbawiona wibracji
- 13 kilogramowe koło zamachowe o równomiernie rozłożonej masie gwarantuje płynny ruch
- wielofunkcyjny komputer wskazuje naprzemiennie: czas, prędkość, dystans i spalone kalorie
- funkcjonalna gałka precyzyjnie stopniuje obciążenie
- wielofunkcyjna kierownica powleczone materiałem antypoślizgowym umożliwia wiele rodzajów chwytów
- elementy systemu hamującego, kierownica oraz sztyca siodełka zostały wykonane ze stali szlachetnej
- możliwość pionowej i poziomej regulacji profilowanego siodełka
- pedały z koszykami kolarskimi
- transportowanie ułatwiają kółka
- kolor obudowy: srebrno-pomarańczowy
- malowany proszkowo w kolorze grafitowym
- napęd łańcuchowy

Wymiary i waga:

- wymiary:
- szerokość: 66 cm
- wysokość: 118 cm
- długość: 121 cm
- waga: 35 kg
- waga w opakowaniu: 40 kg
- waga koła zamachowego: 13 kg
- max. waga użytkownika: 100 kg

Zastrzegam sobie wszelkie prawa wynikające z Ustawy o prawie autorskim.
Rysunek niniejszy nie może być w całości lub w części przysyłany,
uzupełniany lub odtapowany komputernie, bez pisemnej zgody firmy aspi.

aspi

ul. Błomackiego 13a/30 tel./fax (017) 788 46 46
30-300 MIELEC e-mail: aspi@aspi.com.pl

2013-09-25 11:33

autorskie studio projektowo-inwestycyjne

PROJEKT	ROZBUDOWA, PRZEBUDOWA BUDYNKU PEŁNĄCEGO FUNKCJE SPOŁECZNO KULTURALNĄ WILCZA WOLA DZ. NR EWID. 2211/2			
TEMAT	ROWER		SKALA	
PROJEKTANT	AGATA FAŁAT	Rz/A-22/10	DATA	08.2013
OPRACOWAŁ	KRYSTIAN ŁAZ		NR RYS.	
	KRYSTIAN LACH			
SPRAWDZIŁ	ADAM KOZIOŁ	Rz/A-08/09	BRANŻA	ARCH.