

Link do produktu: <https://www.sigma.shop.pl/maszyna-merach-mr-r07h1-do-przysiadow-p-79498.html>



Maszyna MERACH MR-R07H1 do przysiadów

Cena	359,00 zł
Numer katalogowy	62248-uniw
Kod producenta	MR-R07H1-EU

Opis produktu

Maszyna MERACH MR-R07H1 do przysiadów

MERACH MR-R07H1 to wielofunkcyjne urządzenie fitness łączące funkcję maszyny do przysiadów oraz wioślarza, dzięki czemu umożliwia kompleksowy trening całego ciała w warunkach domowych. Sprzęt pozwala wzmacniać mięśnie nóg, pośladków, brzucha, pleców, barków oraz ramion, wykorzystując naturalny ruch przysiadu i ruch wioślarski. Model wyposażono w 3-stopniowy system oporu oparty na elastycznych linkach oporowych, 4-stopniową regulację uchwytu, 5-stopniową regulację siedziska oraz monitor wyświetlający najważniejsze parametry treningu. Stabilna stalowa konstrukcja o maksymalnym obciążeniu do 159 kg, antypoślizgowe pedały oraz ergonomiczne siedzisko sprawiają, że urządzenie sprawdzi się zarówno u osób rozpoczynających swoją przygodę z aktywnością fizyczną, jak i bardziej zaawansowanych użytkowników.

Trening nóg, pośladków i górnych partii ciała

W przeciwieństwie do klasycznych maszyn do przysiadów, MERACH MR-R07H1 pozwala wykonywać nie tylko ćwiczenia ukierunkowane na dolne partie mięśniowe, ale również trening przypominający ruch wioślarski. Podczas ćwiczeń angażowane są mięśnie ud, pośladków, łydka oraz mięśnie korpusu odpowiedzialne za stabilizację sylwetki. Dzięki pracy uchwytami aktywowane są również mięśnie pleców, barków, przedramion i bicepsów. Takie połączenie sprawia, że jedna sesja treningowa może skutecznie wspierać rozwój siły, wytrzymałości oraz poprawę ogólnej kondycji.

Regulowane kąty pracy dla różnych rodzajów przysiadów

Konstrukcja urządzenia umożliwia wykonywanie ćwiczeń pod różnymi kątami nachylenia. Pozwala to przechodzić pomiędzy płytszymi i głębszymi przysiadami, dostosowując poziom zaangażowania poszczególnych grup mięśniowych do własnych potrzeb. Zmiana ustawień pozwala urozmaicić trening i stopniowo zwiększać jego intensywność. To praktyczne rozwiązanie zarówno dla osób początkujących, jak i tych, które chcą stale rozwijać swoje możliwości treningowe.

3 poziomy oporu oparte na elastycznych linkach

System oporu wykorzystuje trzy niezależne elastyczne linki oporowe umieszczone pod siedziskiem. Regulacja intensywności jest niezwykle prosta i polega na dopinaniu lub odpinaniu kolejnych linek za pomocą solidnych karabińczyków. Dzięki temu użytkownik może wybrać poziom odpowiedni do swoich możliwości i stopniowo zwiększać obciążenie wraz z postępami treningowymi. Takie rozwiązanie pozwala płynnie przejść od ćwiczeń dla początkujących do bardziej wymagających sesji bez konieczności stosowania dodatkowych akcesoriów.

Regulowane siedzisko i uchwyt dla lepszego dopasowania

Model MR-R07H1 został wyposażony w 4-stopniową regulację wysokości uchwytu oraz 5-stopniową regulację położenia siedziska. Dzięki temu urządzenie można łatwo dopasować do wzrostu użytkownika oraz preferowanej pozycji ćwiczeń. Odpowiednie ustawienie wpływa na komfort wykonywania ruchów oraz pomaga zachować prawidłową technikę. Lepsze dopasowanie przekłada się również na skuteczniejsze zaangażowanie mięśni podczas treningu.

Komfort podczas każdej sesji treningowej

Szerokie, miękkie siedzisko zostało zaprojektowane z myślą o wygodzie podczas regularnych ćwiczeń. Elastyczne wypełnienie dopasowuje się do kształtu ciała, pomagając ograniczyć uczucie nacisku podczas treningu. Dodatkowo specjalnie wyprofilowany kształt wspiera naturalną pozycję siedzącą. W połączeniu z ergonomicznymi uchwytami pozwala to ćwiczyć komfortowo nawet podczas dłuższych sesji.

Stabilność i bezpieczeństwo użytkowania

Solidna rama wykonana ze stali zapewnia odpowiednią sztywność całej konstrukcji podczas wykonywania ćwiczeń. Maksymalna nośność wynosząca do 159 kg pozwala korzystać ze sprzętu szerokiemu gronu użytkowników. Antypoślizgowe pedały zwiększają przyczepność stóp i pomagają zachować stabilną pozycję podczas ruchu. Dzięki temu trening jest bardziej komfortowy i daje większe poczucie bezpieczeństwa.

Monitor do śledzenia postępów

Wbudowany komputer treningowy pozwala na bieżąco kontrolować najważniejsze parametry aktywności. Na wyświetlaczu prezentowane są informacje dotyczące czasu treningu, prędkości, pokonanego dystansu, liczby spalonych kalorii oraz całkowitego przebiegu urządzenia. Regularna kontrola wyników pomaga monitorować postępy i skuteczniej planować kolejne treningi. To przydatna funkcja dla osób, które chcą świadomie realizować swoje cele fitness.

Kompaktowe rozwiązanie do ćwiczeń w domu

Pomimo szerokich możliwości treningowych urządzenie zachowuje kompaktowe rozmiary, dzięki czemu dobrze sprawdza się w mieszkaniach oraz domowych siłowniach. Konstrukcja nie wymaga dużej przestrzeni do użytkowania, a jednocześnie pozwala wykonywać wiele różnorodnych ćwiczeń. To wygodna alternatywa dla kilku osobnych urządzeń treningowych. Jeden sprzęt pozwala realizować zarówno trening wzmacniający, jak i ćwiczenia poprawiające kondycję.

Producent	MERACH
Model	MR-R07H1
Przeznaczenie	trening całego ciała
System oporu	elastyczne linki oporowe
Liczba poziomów oporu	3
Regulacja uchwytu	4-stopniowa
Regulacja siedziska	5-stopniowa
Kąty treningowe	ok. 30°, 60°, 90°
Wyświetlacz	tak
Funkcje wyświetlacza	czas, prędkość, dystans, kalorie, licznik całkowity
Antypoślizgowe pedały	tak
Ergonomiczne uchwyty	tak
Maksymalne obciążenie użytkownika	159 kg
Materiał ramy	stal
Wymiary urządzenia	ok. 110 × 49 × 124 cm
Kolor	czarno-niebieski