



DIE NEUE GENERATION DER HEIMTRAINER: FÜR EIN INTENSIVES UND ABWECHSLUNGSREICHES WORKOUT

An diesen Regentagen lassen wir die Laufjacke im Schrank und schwingen uns stattdessen auf die kompakten, zusammenklappbaren Heimtrainer von DECATHLON. Unsere Empfehlung: Das Ruderggerät 120 (kostet weniger als 250 Euro!) und das Laufband T540B mit zahlreichen Features für ein individuelles Training. So kommen wir unseren sportlichen Zielen Zug um Zug bzw. Schritt für Schritt näher.

RUDERGERÄT 120: SUPER EFFIZIENT & UNSCHLAGBAR GÜNSTIG

Indoor Rowing ist das neue Spinning. Zu Recht, denn Rudern trainiert schonend alle wichtigen Muskelgruppen, ist für jeden geeignet und verbessert Koordination, Schnelligkeit, Kraft sowie Ausdauer.

Das Ruderggerät 120 ist super effizient, wenn es darum geht, Kalorien zu verbrennen und bringt uns durch den integrierten Konsolen-Coach fitnesstechnisch auf Kurs. Das Display zeigt uns die Ruderschläge pro Minute, die zurückgelegte Distanz, den Kalorienverbrauch, die Trainingsdauer sowie geschätzte Dauer für die 500 Meter-Distanz und die Gesamt-Ruderschläge an. Das 4 kg schwere Schwungrad sorgt für einen flüssigen Ruderzug und die Tablet-Halterung für das Multimedia-Programm. Nach dem Training lässt sich das Gerät mit nur einem Handgriff platzsparend zusammenklappen und dank seiner Transportrollen easy in jede Ecke schieben.

Das **Ruderggerät 120** ist für **249,99 Euro** in allen DECATHLON-Stores und unter www.decathlon.de erhältlich.



DIE NEUE GENERATION DER HEIMTRAINER: FÜR EIN INTENSIVES UND ABWECHSLUNGS- REICHES WORKOUT

DECATHLON

SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT

LAUFBAND T540B: SUPER FLEXIBEL & UNSCHLAGBAR VIELFÄLTIG

Mit dem geräuscharmen Laufband T540B ist dank der großzügigen, gut gedämpften Lauffläche (45 x 125 cm) vom Walken bis hin zum temporeichen Sprint (max. 16 km/h) alles möglich. Außerdem kann, durch den bis zu 10% verstellbaren Neigungswinkel, das Training noch weiter intensiviert werden. Das Laufband verfügt über 2 Lautsprecher, eine USB-Ladebuchse, einen Tablet-Halter und einen Cardiogurt zur Pulsmessung. Und auf der LED-Konsole werden Trainingsdaten wie Zeit, Distanz, Geschwindigkeit, Kalorienverbrauch und Herzfrequenz angezeigt.

Für jede Menge Abwechslung sorgen 24 vorinstallierte Trainings-Programme, die jederzeit dem Leistungsniveau angepasst werden können. Noch individueller wird die sportliche Session mit der kostenlosen Domyos E-Connected App, die sich über Bluetooth mit dem Laufband verbinden lässt. Damit sind die Trainingsdaten in Echtzeit visualisierbar und werden automatisch gespeichert, um Fortschritte besser nachzuverfolgen. Zusammengeklappt nimmt der Heimtrainer erstaunlich wenig Platz (114 x 79 cm) in Anspruch und lässt sich durch zwei Rollen leicht transportieren und rangieren.

Das Laufband T540B ist für **499,99 Euro** in allen DECATHLON-Stores und unter www.decathlon.de erhältlich. Die Domyos E-Connected App kann kostenlos im Google Play bzw. Apple Store heruntergeladen werden und lässt sich auch mit weiteren Fitnessgeräten von DECATHLON verknüpfen.



Weitere Infos zum Unternehmen unter: presse.decathlon.de

