Station de musculation INSPIRE M3 Noir

Un véritable studio d'entraînement à domicile - sans compromis. Inspire M3 by Hammer, le Multi-Gym nec plus ultra : Des matériaux de haute qualité, une ergonomie parfaite, une construction solide comm



Marque : INSPIRE BY HAMMER
Référence : 3632
Points de fidélité offerts : 4299

Prix : 4 299,00€

Options disponibles :
Options : Multi Gym M3 INSPIRE by HAMMER, INSPIRE by HAMMER multi-gym M3 + la presse à jambes LP3 (+ 1 449,00€)

Descriptif :

Station de musculation INSPIRE M3 Noir

Un véritable studio d'entraînement à domicile - sans compromis. Inspire M3 by Hammer, le Multi-Gym nec plus ultra : Des matériaux de haute qualité, une ergonomie parfaite, une construction solide comme en salle de sport et plus de 100 variantes d'exercices professionnels.

Unique ! Application Personal Training-Workout on Demand. Entraînez-vous avec les meilleurs coachs de fitness de Los Angeles, la ville du fitness.

Le Multi-Gym Inspire M3 by HAMMER répond à tous les besoins :

Ce Multi-Gym allie une fonctionnalité optimale et un design de qualité digne d'une salle de sport. Le Multi-Gym Inspire M3 permet d'entraîner l'ensemble du corps et nécessite pour cela un espace de seulement 2 m2 env. Avec une capacité de charge jusque 96 kg (215 lb), vous pouvez entraîner intensément tous les groupes de muscles pour le plus grand plaisir des sportifs confirmés.

La motivation parfaite : sur l'application d'entraînement Inspire, « Personal Training on Demand » vous donne accès à un entraînement personnalisé au plus haut niveau. Pour l'entraînement du dos, le renforcement musculaire ou l'entraînement de force rapide, votre coach personnel s'exerce avec vous, chacun sur son M3.

Possibilités de contraction et extension unilatérales pour un entraînement musculaire efficace
Au quotidien, des charges inégalement réparties causent chez de nombreuses personnes des déséquilibres musculaires. Sur la plupart des Multi-Gyms proposés sur le marché, tous les exercices de fitness sont bilatéraux (les deux bras de pression/traction sont bougés en même temps et dépendent l'un de l'autre). Vous cherchez ainsi automatiquement à compenser la force qui manque au côté le plus faible avec le côté le plus fort. Un entraînement unilatéral (les deux bras de pression/traction sont indépendants) compense ainsi parfaitement ces déséquilibres. Un autre avantage de l'entraînement unilatéral est l'effet préventif. Les muscles profonds peuvent être indéniablement mieux et plus efficacement travaillés avec l'entraînement unilatéral que bilatéral. La raison est le renforcement parfait de la musculature profonde, qui prévient les blessures causées par des mouvements quotidiens ou des activités sportives. En outre, des études ont démontré que l'entraînement unilatéral permet d'obtenir une croissance musculaire plus importante que l'entraînement bilatéral.

Exercices Butterfly libres pour l'entraînement du torse sur plusieurs angles
Les bandes de traction latérales Butterfly permettent un renforcement musculaire particulièrement efficace de l'ensemble du torse. Les muscles pectoraux supérieurs, centraux et inférieurs sont ainsi parfaitement entraînés. Le changement de l'angle d'entraînement pendant une série (1 série = plusieurs répétitions) est particulièrement efficace. Les poignées d'entraînement douces et antidérapantes sont évidemment pivotantes et ainsi respectueuses des articulations.

« AB Crunch » intégré pour un entraînement abdominal intensif guidé
L'appareil abdominaux intégré permet d'éviter les erreurs d'entraînement et de posture. Les muscles abdominaux sont entraînés de manière isolée et sont ainsi sollicités au maximum pour une croissance musculaire particulièrement rapide.

Exercices de rameur parfaits avec assise confortable
Le module AB-Crunch/câble de rameur permet d'effectuer des exercices de rameur efficaces pour développer les muscles dorsaux ou obtenir un grand dorsal dessiné.

Leg curl rééducation/physio
Le leg curl peut être réglé au minimum. Idéal en cas de douleurs aux genoux ou après une blessure au genou.

Double câble de traction avec réglage de l'inclinaison
Les rouleaux mobiles du double câble de traction permettent un entraînement à plusieurs angles. Le muscle est

ainsi travaillé de manière variée, ce qui apporte une impulsion nouvelle favorisant la croissance musculaire.

Caractéristiques studio : Coussin pour cuisses réglable pour différentes tailles de jambes
Pour répondre aux différentes longueurs de jambes et à une multitude d'exercices, le rembourrage au niveau des cuisses est réglable sur 6 niveaux. L'Inspire M3 est de ce fait parfaitement adapté aux personnes de 2 mètres.

Biceps Curl séparé
Le biceps curl de ce Multi-Gym est essentiel pour un entraînement des bras exigeant. Pour cet exercice aussi, l'Inspire M3 a été pensé comme à la salle de sport avec son amplitude mouvement optimale.

Idéal : Module combiné leg raise et ischio-jambiers
La fonction leg raise et ischio-jambiers est composée d'un module qui se règle d'un tour de main grâce au dispositif de réglage rapide. Un biceps fémoral bien développé n'est pas seulement impressionnant visuellement, c'est également une meilleure base pour de nombreux sports tels que le footing, le cyclisme, etc.

Poignée pour l'entraînement des abducteurs et adducteurs
L'intérieur et l'extérieur des cuisses (entraînement des adducteurs et abducteurs) peut être dessiné grâce au footstraps fournis. Ces exercices sont particulièrement appréciés des femmes pour combattre la cellulite. Un autre atout de l'Inspire M3 : Les poignées arrière avec différentes possibilités de préhension vous assurent une bonne stabilité pour que vous puissiez vous concentrer entièrement sur l'exercice.

Siège confort ergonomique et réglable avec mousse de qualité professionnelle
Le siège confort du M3 peut être facilement réglé en hauteur sur 6 positions différentes. De cette manière, vous pouvez adapter la hauteur du siège à toutes les tailles. Le Multi-Gym est donc idéal pour toutes les tailles jusqu'à 2 mètres.

Banc de musculation/banc incliné et développé épaules professionnel
Le dossier ergonomique peut-être réglé sur 4 niveaux d'inclinaison différents. Niveau 1 : Banc de musculation droit, Niveau 2 : Banc incliné 1, Niveau 3 : Banc incliné 2, Niveau 4 : Développé épaules. Ainsi, votre entraînement est bon pour la santé et sollicite efficacement votre musculature à un angle d'entraînement optimisé. La mousse professionnelle particulièrement durable assure une assise stable et très confortable.

Une construction de haute qualité et un design moderne pour une capacité de charge maximale
Visuellement, le Multi-Gym M3 séduit avec un design moderne et particulièrement attrayant malgré sa robustesse. Le M3 se fond parfaitement dans tous les intérieurs. La structure de base est fabriquée en acier premium très résistant. Un revêtement par poudre de qualité et anti-rayures dans une couleur noire moderne et élégante garantit une longue durée de vie et s'intègre dans tous les intérieurs contemporains. De plus, le Multi-Gym M3 dispose d'un roulement à billes fermé pour une grande capacité de charge lors d'entraînements avec une charge maximale. Ce Multi-Gym professionnel de qualité premium convient également pour les poids corporels plus élevés jusque 150 kg max.

Mouvement optimal et solidité digne d'une salle de sport
Le roulement à billes de précision dans les poulies assure un mouvement particulièrement silencieux et sans à-coups. La construction professionnelle ultra solide et un système de support à 4 points garantissent une stabilité à toute épreuve, même lors de variantes latérales d'exercices.

Un club de fitness à la maison avec 100 exercices pour tous les groupes musculaires
Grâce aux nombreux agrès individuels et possibilités d'entraînement, vous pouvez solliciter chaque groupe musculaire de plusieurs façons. Les formes d'exercices variées et la géométrie sophistiquée du Multi-Gym Inspire M3 de HAMMER garantissent un renforcement musculaire rapide et ciblé, sans compromis. Aimeriez-vous avoir une salle de sport à la maison ? Vous entraîner de manière professionnelle et efficace ? Que vous vouliez prendre du muscle, prendre soin de votre santé ou même l'améliorer, le Multi-Gym M3 vous permet de vous entraîner de manière professionnelle et flexible. Quand, où et comme vous le souhaitez.

Inspire M3 by HAMMER- Le studio de fitness à domicile pour vos objectifs d'entraînement individuels :
Un haut du corps défini, des bras musclés, un dos en V large et des abdominaux marqués
Des jambes, cuisses et mollets musclés et des fessiers bien définis
Renforcement musculaire axé sur la santé ou pour la compétition
Entraînement du dos sain, préventif, jusqu'au renforcement de la musculature dorsale

Garanties : Utilisation personnelle : 36 mois sur les pièces d'usures (cables, selleries) et 10 ans sur le cadre. Utilisation semi-pro (pour une utilisation dans les hotels, clubs de sport...) : 36 mois sur les pièces d'usures (cables, selleries) et 5 ans sur le cadre.

Fiche technique :

Dimensions assemblées (L x l x h) 183 x 102 x 205 cm Hauteur de plafond 210 cm Poids 239 kg Bloc de poids 96 kg Résistance maximum 115 kg Extensible avec des poids supplémentaires

non

Poids corporel maximum

150 kg

Dossier ajustable oui

Lien vers la fiche du produit