Dane aktualne na dzień: 26-11-2026 21:14

Link do produktu: https://finnlo.com.pl/brama-treningowa-z-lawka-hammer-maximum-autark-100-p-499.html



Brama treningowa z ławką HAMMER MAXIMUM AUTARK 10.0

Cena	**23 999,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**5 dni**
Numer katalogowy	**14043**
Kod producenta	**14043**
Kod EAN	**4005251140068**
Producent	**Hammer**

Opis produktu

Brama treningowa z ławką HAMMER MAXIMUM AUTARK 10.0

Ważna informacja - Brama treningowa HAMMER MAXIMUM AUTARK 10.0 została ogłoszona zwycięzcą testu niemieckiego magazynu ETM! 10 sportowców testowało stację przez 4 tygodnie i ostatecznie przyznało jej wymarzoną ocenę „doskonała” z wynikiem 96,8%.



To dużo więcej niż zwykły atlas do ćwiczeń. To Twoja kompletna siłownia w domu.

Doskonały trening funkcjonalny jak w studio
Autark 10.0 firmy HAMMER to najlepszy atlas do ćwiczeń, który gwarantuje możliwie zróżnicowane bodźce dla wszystkich grup mięśni ciała, a tym samym skutecznie i szybko buduje mięśnie. Autark 10.0 imponuje bogatym wyposażeniem i funkcjami, które zostały przemyślane w najmniejszym szczególe. Różne elementy do ciągnięcia linek i bogate akcesoria umożliwiają niespotykaną różnorodność ćwiczeń siłowych. Dzięki dwóm niezależnym wieżom linowym zawsze możesz przeprojektować swój trening siłowy i zmienić ćwiczenia lub wykonać je bardziej szczegółowo, np. poprzez trening jednostronny. Autark 10.0 to wysokiej jakości siłownia do profesjonalnego treningu siłowego w domu.

Kulturystyka na profesjonalnym poziomie
Trenażer funkcjonalny Autark 10.0 łączy w swojej doskonałej konstrukcji klasyczny dowolny trening siłowy z innowacyjnymi

systemami ciągnięcia linek. Dzięki różnym opcjom m.in. ciągnięcia i chwytu możesz urozmaicić swój trening siłowy i budujący mięśnie. Niezależnie od tego, czy chodzi o trening całego ciała, trening split 2, 3 lub 4 - za pomocą tego urządzenia możesz profesjonalnie realizować swoje indywidualne plany treningowe i wielokrotnie dostosowywać je do swoich indywidualnych potrzeb. Możesz doposażyć stos dodatkowymi obciążnikami - dokładnie do swojego poziomu siły. Lubisz wkomponowywać w swój trening „super sekwencje ćwiczeniowe”? Autark 10.0 sprawdzi się również na tym polu, ponieważ opcje szybkiej regulacji i jednoręczna mechanika pozwalają szybko i łatwo przełączać się między ćwiczeniami.

Mocny kark i atrakcyjne barki
Za pomocą prasy na długiej hantli możesz wzmocnić efektywnie Twój kark i barki. Alternatywnie idealnie nadaje się do ćwiczenia tych mięśni boczne podnoszenie lin.

Mocne mięśnie klatki piersiowej dla mocnego tułowia
Dzięki niezależnym szynom linowym na wieżach możesz wykonywać ćwiczenia motylkowe dla wzmocnienia mięśni klatki piersiowej. Szybko można zmienić kąt treningu, aby trenować jeszcze efektywniej i aktywować nowe mięśnie. Wyciskanie z długą hantlą oferuje dodatkowe bodźce dla treningu mięśni brzucha. Długie hantle mogą być opcjonalnie dociążone (obciążniki o średnicy 30mm) lub adapterem do obciążników olimpijskich.

Twoje ramiona będą zachwycać
Regulowane szyny linowe idealnie się nadają do treningu tricepsów i bicepsów. Sztanga łamana lub uchwyty na linach gwarantują Ci ćwiczenia pod różnymi kątami i dodatkowe bodźce. Zachwycający jest rozkładany moduł, na którym możesz dodatkowo trenować klatkę piersiową i tricepsy.

Mocne plecy dla idealnej postawy
Dzięki różnorodnym ćwiczeniom na wyciągu LAT, z sztangą LAT możesz wzmocnić plecy. Alternatywnie atlas oferuje również uchwyty do podnoszenia. Atlas został wyposażony w dolne liny, dzięki którym możesz wykonać ćwiczenia wiosłowania – co jest absolutnym hitem.

Marzenie o sześciopaku
Kolejnym elementem wyróżniającym Autark 10.0 są rozkładane podpory ramion, aby jeszcze lepiej wykonywać ćwiczenia ponoszenia nóg, co przybliży Cię do wymarzonego sześciopaka. Dzięki możliwości zapięcia nóg możesz wykonywać różne ćwiczenia na mięśnie brzucha na podłodze. Poprzez to aktywujesz proste i boczne mięśnie brzucha. Praktyczny moduł do zapięcia nóg jest demontowalny, co pozwala wykonywać jeszcze lepiej i wygodniej inne ćwiczenia.

Mocne nogi
Przysiady z gryfem, czyli trening wszystkich mięśni nóg. Gryf na wysokości ramion, a następnie możesz ją odłożyć na jedne z 13 miejsc do tego przeznaczonych. Dodatkowe zabezpieczenie, gdyby się okazało za ciężko, w postaci mocowania po lewej i prawej stronie lin szynowych. Dzięki temu możesz wykonywać ćwiczenia w takim zakresie jaki Ci odpowiada.

Ławka treningowa w zestawie
Regulowana i kompaktowa ławka treningowa może zostać obciążona do 300 kg. Oparcie jest elastyczne i można je regulować (stopnie regulacji: 0°, 15°, 30°, 45°, 60°, 80°, -15°). Dzięki uchwytom i rolkom transportowym ławkę można w ciągu kilku sekund prawidłowo ustawić lub odsunąć. Wygodne poduszki siedziska i oparcia zapewniają wsparcie i wygodę, której potrzebujesz podczas treningu. Ławka jest kompaktowa - wymiary (dł. x szer. x wys.): 140 x 59 x 120 cm (w pozycji stojącej) lub 40 cm w pozycji leżącej.

Bogate wyposażenie i funkcje
Dzięki dołączonym akcesoriom Autark 10.0 w niczym nie ustępuje treningowi na siłowni. Następujące akcesoria zapewniają różnorodność podczas treningów siłowych: dwa uchwyty z gumowymi częściami chwytnymi, triceps rope, sztanga łamana oraz uchwyt na stopy dla lepszego trzymania podczas wykonywania ćwiczeń na mięśnie brzucha. Składane moduły i podłokietniki do innych ćwiczeń brzucha są również funkcjonalnie zintegrowane z atlasem.

Wysoka jakość i stabilna konstrukcja
Autark 10.0 oznacza wysoką jakość i perfekcyjność. Możesz polegać na stabilnej konstrukcji podstawy nawet podczas intensywnych podciągnięć. Atlas jest również odpowiedni dla osób o wadze do 150 kg. Autark 10 będzie obiektem zainteresowania w Twoim mieszkaniu lub w sali fitness. Kompletna domowa siłownia, dzięki której nie pominiesz żadnego mięśnia, którego chcesz wyćwiczyć.

Swoboda ruchów podczas treningu siłowego
Wysokiej jakości łożyska kulkowe w krążkach linowych zapewniają bardzo spokojny i płynny ruch. Antypoślizgowe uchwyty zapewniają przyczepność potrzebną do ćwiczeń. Obie regulowane (32 razy) linki zapewniają wszechstronne możliwości ćwiczeń i można je szybko dostosować do żądanej wysokości. Ruchome rolki na wieżach linowych pozwalają na wykonywanie ćwiczeń siłowych pod różnymi kątami. Twoje mięśnie trenowane są w bardzo zróżnicowany sposób, a Ty możesz stawiać sobie dodatkowe cele sprzyjające ich wzrostowi.

Inne innowacyjne korzyści
Potężna maszyna dbająca o Twój imponujący wygląd
Różne warianty ćwiczeń zapewnią Ci dużą różnorodność i motywację. Możliwość trenowana w domu sprawie, że nie będziesz już potrzebował wychodzić do siłowni. Autark 10.0 zapewnia wszystko, czego potrzebuje zaawansowany sportowiec siłowy.

Twoje opcje treningowe z Autark 10.0:

- Holistyczny trening siłowy dla wszystkich grup mięśni
- Ćwiczenia całego ciała i ćwiczenia izolacyjne
- Trening funkcjonalny z masą ciała
- Kulturystyka dla maksymalnego wzrostu mięśni

Opis produktu:

- Atlas posiada 2 stosy po 2 x 80 kg
- Wymiary (dł. x szer. x wys.): 124 x 237 x 220 cm
- Potrzebne miejsce (dł. x szer. x wys.): 170 x 237 x 230 cm
- Waga urządzenia: 413 kg
- Ławka
- Bezpieczna suwnica smitha
- Kolor: czarny
- Film instruktażowy jak zmontować atlas, znajdziecie Państwo w poniższym filmie
- Urządzenie treningowe klasy S zgodnie z normą DIN ISO 20957-1/2

Dane techniczne ławki:

- Wymiary:(dł. x szer. x wys.) 151 x 73 x 50 cm (wymagane miejsce: 151 x 123 cm z oparciem w pozycji 88°).
- Maksymalna waga użytkownika 450 kg (Waga ciała wraz z używanymi obciążeniami)
- Kolor: czarny
- Materiał: stal
- Waga ławki : 39 kg

Brama Finnlo Maximum Autark 10.0 daje możliwość wykonywania następujących ćwiczeń:

- Dzięki ławeczce, która jest w zestawie mamy możliwość wyciskania na klatkę piersiową, barki
- Rozpiętki
- Biceps/ triceps
- Mięśnie przywodzicieli i odwodzicieli ud
- Mięśnie czworogłowe ud
- Brzuch
- Plecy(drążek do podciągania, wyciąg górny oraz dolny)
- Martwy ciąg
- Przysiady
- Łydki

Uwaga: Stanowisko z suwnicą Smith należy używać wyłącznie z obciążeniem olimpijskim. Widoczne obciążenia na zdjęciu, nie są częścią zestawu.

Dodatkowe informacje:

- Gwarancja domowa 24 miesiące
- Gwarancja komercyjna 24 miesiące
- Paragon lub faktura vat
- Numer katalogowy: 14043
- Dostawa gratis

Nie znalazłeś produktu, który Cię interesuje?
Skontaktuj się z nami pod nr tel. 32-270-77-22 - postaramy się rozwiązać ten problem.