



JOIN THE ROWING
REVOLUTION

C2

ROWING
concept2.dk





Nem at adskille for opbevaring

concept 2 MODEL D INDOOR ROWER

Model D giver bevist præstation og fitness.

TRE ÅRTIER MED HØJESTE KVALITET

Alle Concept 2 romaskiner har deres oprindelse i 30 års roerfaring. I 1976 kæmpede grundlæggerne af Concept 2, Pete og Dick Dreissigacker, om en plads på det olympiske rohold. Med det formål at barbære kostbare sekunder af deres tider, udnyttede de deres baggrund som ingeniører og skabte nyt åre design. De kom ikke på holdet det år, men til gengæld havde de succes med deres nyskabelse indenfor åre design, der hurtigt udvikledes til Dreissigacker Racing årer. Siden har

deres åreblade ændret roning og de bruges af alle nationale og olympiske roere i hele verden. I 1981 skabte de, med baggrund i deres roerfaring og speciale som ingeniører, en maskine, der kunne efterligne de fremragende fitness fordele af roning. Concept 2 Indoor Rowers findes i dag i helse og fitness klubber, firmaer, private hjem, skoler, roklubber og olympiske træningscentre verden over.

2 CONCEPTS.



PM3 Performance Monitor er standard på alle Model D Indoor Rowers

På en aluminiums køreskinne dækket af en rustfri stålskinne kører sædet kører let frem og tilbage, således at benene kan bruges i en komplet full-body ro workout.

Nyudviklet låsesystem gør det nemt at adskille i to dele for transport og eller opbevaring.

Ergonomisk håndtag, der under roning giver en naturlig arm og håndposition.

Skærm udviklet til at minimere støj og giver samme glidende fornemmelse, som af roning på vandet.

Den spiralformede vinddæmper kontrollerer luftstrømmen til svinghjulet, så brugeren kan finjustere sin personlige gearing/ Drag Factor.

Flexfod system, der nemt indstilles til alle skostørrelser.

Indstøbte hjul gør den mobil

concept 2 MODEL D

Længde	Bredde	Sidde Højde	Vægt	Brugsplads	Opbevaring	Monitor
240 cm	60 cm	35 cm	26 kg	285 cm	64 x 84 x 135 cm (BxLxH)	PM3



concept 2 MODEL E INDOOR ROWER

Model E er 5. generation af vores populære Indoor Rower. Inkluderer alle standard funktioner fra Model D plus PM4 samt derudover nedenstående:

PM4 monitor er standard på alle Model E Indoor Rowers.

1 COMMITMENT.



Længere monitor arm gør det nemt at nå PM4.

Helt afdækket kædehus for nemmere rengøring

Forniklet kæde til minimal vedligeholdelse

Let metallisk grå med mørk blå - grå nuancer

Pulver coated aluminiums ramme med klar top coat for ekstra bestandighed.

Enkelt og stabil. Fod produceret i et stykke for endnu bedre stabilitet.

Enkelt og bekvemt - 15 cm højere end Model D

concept 2 MODEL E

Længde	Bredde	Sidde Højde	Vægt	Brugsplads	Opbevaring	Monitor
240 cm	61 cm	51 cm	29 kg	285 cm	69 x 120 x 138 cm (BxLxH)	PM4



Vægt tab

Den rytmiske robevægelse involverer alle kroppens muskler og giver en vidunderlig effektiv kalorieforbrænding uden stressbelastning af ben og fødder.

Genoptræning

Roning er en low-impact idræt, og derfor velegnet til at gendanne muskelstyrke, samtidig med at mobilitet og bevægelighed genopbygges efter en skade.

Cross-Training

De fysiske fordele af roning er et naturligt supplement til mange andre sportsgrene såsom løb, svømning, cykling, boldspil, ja næsten al idræt, og roning er derfor velegnet som Cross-Training udenfor sæsonen.

Lifetime Fitness

Om du er 9 eller 90, om du allerede er fit eller gerne vil være det, så er roning en perfekt aerobic træningsform til at nå dine mål.

Konkurrence

Concept 2 romaskinen blev oprindeligt skabt som træningsredskab for verdens bedste roere, og den er fortsat et værdifuldt redskab for konkurrence roere på alle niveauer.

FULL BODY. EVERY BODY.



Ultimative Workout

Roning træner de fleste muskelgrupper igennem en bred vifte af bevægelser og er derfor den bedst mulige low-impact træning for hele kroppen. Her skal bare nævnes nogle få af de måder, hvorpå roning for sjov, for fitness og for livet kan være godt for dig, hvad enten du er 9 eller 90.

BEN

Hvert rotag giver fuld sammentrækning og udstrækning af musklerne i fødder, læg, lår, haser, balder og hofter. Og fordi det er low-impact, er det mere skånsomt for dine knæ end de fleste andre aktiviteter, der opbygger styrke i benene.

MAVE/RYG

Roning er en af de få træningsformer, der arbejder med dine dybe mave- og rygmuskler. Fitness eksperter er af den mening, at en stærk brynje af mave- og rygmuskler giver en bedre holdning og stærk ryg.

OVERKROP

Roning vil ligeledes styrke og forme din overkrop. Skuldre, bryst og arme bliver aktiveret igennem hele rotaget.

HJERTE OG LUNGER

Fordi roning involverer så mange muskelgrupper samtidigt og stiller store krav til hjerte-kar systemet, styrkes og forbedres kondition/udholdenhed hurtigt.



ROWING



PERFORMANCE MONITORS



PM3 and PM4

Hovedmenu

Alle data

Kraftkurve

Pace Boat

Søjlediagram

Stor visning

MONITOR TECHNOLOGY AT A GLANCE

PM3 - standard for Model D

- Automatisk funktion. Start roning og monitor tænder og begynder at tælle. De behøver ikke trykke på nogen knap.
- Nøjagtig måling af deres træningsdata: distance, hastighed, pace, kalorier og watt.
- Fem display muligheder: Alle data, Kraftkurve, Pace Boat, Søjlediagram og Stor Visning.
- Automatisk gemmefunktion af Deres træningsdata på LogCard, der kan tages ud.
- Integreret pulsmåling, når Polar sender og modtager er installeret. (Ekstraudstyr fra C2)
- Generator giver længere batterilevetid. Overførsel af data til PC eller Mac via USB interface.
- Nem betjening med følgende funktioner. Ro et forudindstillet program eller lav selv et træningsprogram. Gem favorit programmer for genbrug. Ro imod tidligere resultatSpil Fish Game for sjov. Ro sammen med animeret roer for at lære roteknik. Gense tidligere træningsresultater.

PM4 - standard for Model EPM4

inkluderer samtlige funktioner fra PM3 + nedenstående:

- Enklere pulsmåling. Puls vises automatisk, når de har brystbælte (sender) på. Sender leveres standard med alle Model E.
- Genopladeligt batteri pakke er inklusiv med PM4. Genoplades mens du roer. Batteri pakken kan også genoplades ved tilslutning af PM4 til PC igennem USB port.
- PM4 har forøget memory kapacitet for yderligere udvikling og funktioner.
- Ideel for Fitness Centre - Firmaer - Roklubber: PM4 kan forbindes wireless eller wired for at afvikle ro regatta.



Wireless or Wired Racing - PM to PM Communication



Concept2 founders Peter & Dick Dreissigecker rowing on Big Hosmer Pond, Craftsbury, Vermont. All athletes shown throughout this brochure were participants in the 2006 C.R.A.S.H.-B Sprints. We thank them for their time, stories and enthusiasm.

CONCEPT 2 ROWING



Sæt en bølge i gang: Join the rowing revolution

I en verden af overflod og masseproduktion har kvalitet og design større betydning end nogensinde før. Vi fra Concept 2 forbinder vores navn og fremstilling af produkter samt tjenesteydelser med den allerhøjeste forestilling om kvalitet.

C2 Indoor Rower bliver et mangeårigt bekendtskab, giver stor glæde og positive oplevelser.

Demonstration og salg

Hos Modest Sport er du meget velkommen til at se og afprøve Concept 2 Indoor Rower i vores udstilling i Helsingør, hvor vi er lagerførende. Vi kan som eneimportør af Concept 2 romaskiner sikre dig en god support og service.

Modest Sport • Energivej 27B • 3000 Helsingør
Tlf. 49 75 96 60 • Fax 49 75 97 60 • reiner@modest-sport.dk

www.concept2.dk

Derudover tilbyder vi dig mere end bare produktet ved at vise de mange muligheder, som du med dine personlige mål kan nå med indendørs rowing.

Sæt en bølge i gang eller "Join the Rowing Revolution" er vores motto og måske også snart dit.

Venlig hilsen dit Concept 2 Team

