



Technogym je renomirana firma fitness opreme. Svaki proizvod je rezultat istraživanja tima stručnjaka iz oblasti biomehanike, sportske medicine, tehnologije, dizajna...

ELEMENT LINE, kojom je opremljen naš studio, je konstruisana na osnovu biomehaničkih studija o ponašanju mišića i njihovih pokreta, a omogućava prirodan pokret mišića i tela. Otpor koji pruža sprava je konstantan tokom celog pokreta, pa je vežbanje vrlo efikasno.

Napravljena je da zadovolji potrebe treninga početnika ali i naprednih vežbača. Omogućava optimalno izvođenje pokreta kao i siguran položaj vežbanja. Anatomski dizajnirana sedišta sa osloncima za leđa zajedno sa držačima za obe ruke omogućavaju sigurno i efikasno vežbanje. Sa preko 20 sprava u našoj fitness zoni svaki član može vežbati u optimalnim uslovima za

postizanje svojih ciljeva.

Ono što se na dizajnu odmah primeti su podešivači žute boje koji jasno pokazuju šta i kako se može podesiti, tako da i najneiskusniji vežbači mogu brzo shvatiti kako da podesu spravu u položaj koji njima odgovara. Sva podešavanja se mogu obaviti sa pozicije za vežbanje. Ceo trening olakšava činjenica da su svi podešivači na svakoj spravi na istom mestu.

Na određenim spravama postoji i easy-start sistem koji omogućava podesnu početnu poziciju i punu kontrolu pokreta.

Smart-pin podešivač težine nalazi se na vrhu tegova i predstavlja mogućnost finijeg podešavanja težine, jer je upola lakši od ploča koje se nalaze u delu za povećavanje opterećenja.

Specijalno dizajnirana sedišta su napravljena od ergonomske materijala a oslonac za leđa je dvodelni i anatomske oblikovan tako da pruža optimalan oslonac za kičmeni stub i omogućava vežbačima da zauzmu pravilan položaj za vežbanje. Zbog specijalnog punjenja, širine i podesivosti visine sedišta, sparve omogućavaju vežbanje korisnicima bez obzira na visinu, težinu ili pol. Takođe karakteristično za ove sprave je i guma za držanje peškira koja se nalazi na vrhu sedišta i omogućava fiksiranje peškira tokom vežbanja. Tako nema direktnog kontakta sa sedištem i sprava ostaje čista i suva za sledećeg vežbača.

ELEMENT sprave koje nalaze u našoj fitness zoni su:

Za noge: leg extension, leg curl, glute, adductor, abductor

Za ruke, ramena i grudi: chest press, pectoral, crossover, arm curl

Za trup i leđa: total abdominal, lower back, upper back, lat machine, chin/dip

multipower