

Einzigartige Trainingserfolge mit dem Zirkeltrainingsprinzip von eGym

- Du hast nur wenig Zeit fürs Training? Du willst belastbarer, fitter und gesünder sein? Du empfindest immer häufiger Alltagsstress
- Mit unserem eGym-Zirkel erreichst du schonend und effektiv deine Ziele.
Mit acht Geräten deckt dieser Kraftzirkel alle wichtigen Muskelgruppen ab.
Die Trainingsmethoden von eGym ermöglichen, das gesamte Muskelpotenzial in nur einem Satz komplett auszuschöpfen. Nur 14 Minuten dauert ein Durchlauf.
- Schön mit regelmäßig zwei Durchläufen in nur 28 Minuten Gesamtdauer kann man bereits tolle Erfolge zur Besserung von Rückenbeschwerden und Abnehmerfolge feststellen.

Optimale Effizienz

Der Zirkel deckt das Training aller Hauptmuskelgruppen ab und bringt Dich schneller ans Ziel! Die automatisierte Steuerung der Geräte ermöglicht eine unabhängige Belastung der ex- und konzentrischen Bewegungsphasen, Trainingsgewichte werden während der Bewegung dynamisch angepasst. Das Bewegungstempo ist immer korrekt – ein „zu schnell“ wie es so oft beim Training an mechanischen Kraftgeräten zu beobachten ist, ist ausgeschlossen.

Höchster Bedienungskomfort

Der eGYM Zirkel ist 100% computergesteuert und bietet höchsten Bedienkomfort. Der gesamte Trainingsplan und alle Geräteeinstellungen sind auf Deinen persönlichen Chip gespeichert und werden vor Trainingsbeginn eingelesen. Bedienungsfehler werden so ausgeschlossen und fehlerhafte Geräteeinstellungen gehören damit der Vergangenheit an.

kurze Trainingszeiten

Alle Geräte im eGYM Zirkel stellen sich vollautomatisch ein, wählen die richtige Sitzeinstellung und das passende Gewicht. So sparst Du nicht nur Zeit sondern erzielst eine bestmögliche Belastung Deiner Muskulatur.

Dokumentierung

Das Gerät sendet die Trainingsergebnisse nach jeder Übung automatisch in die eGym Cloud: Von dort aus werden die Trainingsdaten auf allen Applikationen aktualisiert und können exakt analysiert werden.

Planen

Trainer und Mitglied können die Trainingsergebnisse mit jedem internetfähigen Gerät einsehen und das Training entsprechend planen.

Vergleichen

Mitglieder können sich mit Durchschnittswerten verschiedener Altersgruppen oder ihrer Freunde vergleichen. Der Vergleich informiert und motiviert die Performance zu halten oder zu verbessern.

Kommunizieren

Alle Trainingsergebnisse können innerhalb des Fitnesssteams diskutiert, kommentiert oder über Facebook “geshared” werden. Das gegenseitige Anfeuern oder auch wichtige Ratschläge von Freunden zu den Trainingsergebnissen motivieren und beschleunigen den Trainingsfortschritt.

Fazit: Was bietet dir eGym genau?

- eGym hat professionelle Fitnessgeräte für ein hochmodernes Zirkeltraining entwickelt, das in Premium-Fitnessstudios in Deutschland und dem europäischen Ausland eingesetzt wird. Die eGym Kraftgeräte erzeugen den Widerstand mit Hilfe eines elektrischen Motors und

können das Gewicht der Kraft der Sportler dynamisch anpassen.

- So ist ein sehr effizientes und abwechslungsreiches Training für alle Trainingsziele wie Muskelaufbau, Performance und Athletik bis zum Profi-Sport, Regeneration und Rehabilitation, Gewichtsverlust und Abnehmen möglich.
- Die Trainingsdaten werden automatisch mit der eGym Plattform synchronisiert und über die Website www.egym.de und eine Fitness App den Mitgliedern kostenlos zugänglich gemacht.
- Dort können auch Trainingspläne hinterlegt und angepasst, sportliche Aktivitäten registriert und Training ausgewertet werden.
- Weiterhin bietet eGym die Möglichkeit, auch die Daten von Drittanbietern wie Runkeeper, Withings, Garmin und Jawbone UP automatisiert in die Trainingserfassung und Trainingsanalyse einzubeziehen. Schließlich steht allen Nutzern ein umfangreicher Profilbereich zur Verfügung, in dem Sie gemeinsame Trainingsgruppen in Fitnessteams organisieren, sich gegenseitig motivieren und miteinander um eGym Punkte wetteifern können.
- Als kostenpflichtige, optionale Ergänzung können mit eGym PREMIUM zusätzliche Funktionen und Trainingsmethoden in den Gerätezirkeln freigeschaltet werden und tiefergehende, professionelle Auswertungen zur Trainingsoptimierung und -steuerung über die Website eingesehen werden.
- Interessierte Sportler können das eGym Training, im Carpe Diem vital & gesund GmbH Karben, im Probetraining kostenlos ausprobieren
- Geführter Trainingsablauf über eingebautes Touchdisplay
- Automatische Sitzeinstellungen über RFID-Chip

- Automatische Erfassung des Trainingsvolumens in
Deinem eGym Benutzerkonto
- Unterschiedliche Trainingsmethoden für
abwechslungsreiches Training
- Elektronische Kraftmessung und Gewichtsanpassung für
beste Effektivität