



## Keiser Power Rack

### Vorteile

- Ermöglicht Training bei jeder Geschwindigkeit - von kontrolliert bis explosiv
- Einzigartiges Hybridsystem kombiniert Keisers Dynamic Variable Resistance mit free weight Widerstand. Somit kann nicht nur Kraft, sondern auch Schnelligkeit, Leistung und Stabilität trainiert werden.
- All in one design um platzsparend trainieren zu können.
- Individuell anpassbare Workouts
- Zwei Displays mit Leistungs- und Wiederholungsanzeige - optimal für Trainer und Sportler

## Keiser Power Rack

### Trainieren Sie, ohne Sehnen und Weichteile zu stark zu belasten

Die Keiser-Innovation hat erneut einen neuen Standard geschaffen. Das Rack-System integriert die Wirksamkeit von Hanteln und die unbegrenzten Trainingsmöglichkeiten der pneumatischen Keiser-Trainingsgeräte. Der Vorteil ist, dass man seine Power steigern, die Stabilität verbessern und die Kraft trainieren kann, ohne die Sehnen und das Weichgewebe negativ zu beeinflussen.

Das Power Rack kombiniert pneumatische Einheiten mit einer olympischen Langhantel. Man kann wählen, ob man mit Luftdruck trainiert, mit Gewichten oder mit einer Kombination aus beidem. Dies ermöglicht eine Vielzahl von Übungen, mit denen der Athlet Kraft und Stabilität trainieren kann. Forschungen haben gezeigt, dass Athleten, die im Power Rack trainiert haben, ihre allgemeine Kraft steigern konnten, mehr Kontrolle über den Körper und mehr Explosivität hatten. Das Power Rack ist bei vielen professionellen Sportmannschaften beliebt.

Model 3110:

Gewicht: 935 lbs / 424 kg

Widerstandsbereich: 0 – 200 lbs / 0 – 91 kg

Model 3111:

Gewicht: 955 lbs / 433 kg

Widerstandsbereich: 0 – 200 lbs / 0 – 91 kg