

Concept2 StrengthErg - Presse à jambes



Codes produits :

Référence 246155

caractéristiques du produit :

Type d'appareil: Tirage
Type d'appareil: Développé assis
Type d'appareil: Presse à jambes
Système de freinage: Air
Affichage: Via application (bluetooth)
Affichage: Ecran rétro-éclairé
Connectique: Bluetooth
Données affichées: Temps
Données affichées: Distance
Données affichées: Calories
Données affichées: Watt
Données affichées: Fréquence cardiaque
Données affichées: Vitesse
Données affichées: Cadence
Longueur: 154 cm
Largeur: 66 cm
Poids: 41 kg
Poids supporté: 160 kg
Matière: Aluminium
Alimentation: Auto-alimenté
Durée d'utilisation: 5 h/jour
Garantie: 5 ans (châssis)
Garantie: 2 ans (autres pièces)

Description brève du produit :

Le StrengthErg de Concept2 est un appareil de musculation à résistance à air permettant de réaliser trois mouvements fondamentaux : tirage, développé assis et presse horizontale. Sans charges libres ni réglage de poids, il offre un travail de force fluide et sécurisé, adapté aussi bien au renforcement musculaire qu'à la rééducation et à la réathlétisation.

Description du produit :

StrengthErg Concept 2 : Appareil de musculation à résistance à air

Le **StrengthErg de Concept2** est un **appareil de musculation** innovant conçu pour développer la force de manière fluide, contrôlée et sécurisée. Grâce à son **système de résistance à air**, il permet un travail musculaire efficace sans charges libres ni empilement de poids. Le mouvement est guidé et la résistance s'adapte directement à l'effort fourni par l'utilisateur, offrant ainsi une sensation naturelle et progressive.

Cet appareil permet de réaliser **3 mouvements fondamentaux : tirage, développé assis et presse horizontale**, couvrant ainsi un large spectre d'exercices de renforcement musculaire. Sa résistance réactive permet d'adapter automatiquement la charge tout au long du mouvement, optimisant le travail musculaire à chaque phase.

Simple d'utilisation, le StrengthErg est particulièrement adapté à une utilisation en circuit training, entraînement

collectif ou en cabinet de rééducation. Aucun réglage de poids n'est nécessaire : il suffit de s'installer et de commencer l'exercice. Cet outil est donc pratique pour évaluer la progression de vos patients, travailler la force de manière progressive et sécuriser les mouvements, notamment dans le cadre de la réathlétisation ou du renforcement musculaire.

Conçu pour répondre aux exigences des professionnels comme des sportifs, le StrengthErg combine performance, précision et fiabilité pour un entraînement complet et évolutif.

Les atouts majeurs du StrengthErg

- Entraînement sécurisé **sans charges libres**.
- Résistance intelligente qui **s'adapte à la force de l'utilisateur**.
- **3 exercices fondamentaux** sur un seul appareil.
- **Aucun réglage de poids nécessaire**, idéal en circuit training.
- **Large plage d'intensité**, du renforcement léger à la force maximale.
- Outil pertinent pour la rééducation et la réathlétisation.
- Mesure et suivi précis des performances.

1 appareil de musculation : 3 mouvements

Le StrengthErg permet de passer facilement d'une position à l'autre afin de réaliser différents exercices de renforcement. Chaque position offre de nombreuses variantes d'exercices. Vous pouvez travailler aussi bien **en force maximale avec peu de répétitions** qu'en **endurance musculaire avec des séries plus longues**, selon les objectifs de rééducation ou de préparation physique.



Presse

Muscles ciblés : quadriceps, fessiers, ischio-jambiers, mollets.



Développé assis

Muscles ciblés : Pectoraux, deltoïdes, triceps.



Tirage

Muscles ciblés : dorsaux, rhomboïdes, trapèzes, biceps.

https://youtu.be/QP_VfCelp7I?si=zoDHSaYnbl6yxy3U

La technologie de résistance à air Concept2

Le StrengthErg utilise la **technologie de volant d'inertie développée par Concept2**, déjà reconnue sur les équipements d'entraînement de la marque. La résistance est générée par l'air et s'ajuste automatiquement selon :

- le **réglage de l'amortisseur**,
- la **force appliquée par l'utilisateur**.

Un réglage d'amortisseur faible offre une sensation plus légère et plus rapide, tandis qu'un réglage élevé augmente la résistance et la sensation de charge. Cette résistance réactive permet également d'adapter l'effort à chaque phase du mouvement, ce qui optimise la sollicitation musculaire.

Le StrengthErg a été **testé jusqu'à 550 kg de force**, ce qui lui permet de couvrir un très large spectre d'intensité.

Le moniteur PM5 (auto alimenté)

Le moniteur PM5 du StrengthErg est rempli de fonctions, tout en étant simple d'utilisation. Le moniteur s'active et délivre des données dès que la roue se met à tourner : pas besoin d'appuyer sur un bouton pour commencer.

- Écran rétro-éclairé.
- Fonctionne avec des piles qui se rechargent lorsque vous pédalez.
- Bluetooth (Smart et ANT+).
- Compatible avec une ceinture cardio.
- Sauvegarde des données simplifiée : par clé USB / mémoire interne (plus de 1.000 sessions d'entraînement).
- Prise en charge de la connectivité filaire pour les ordinateurs.

[Données d'entraînement](#)

- Temps
- Distance
- Vitesse
- Watts
- Calories
- RPM
- Fréquence cardiaque

[Applications ErgData](#)

Le StrengthErg mesure et affiche précisément les performances de l'utilisateur. Associé à l'application **ErgData de Concept2** (gratuite), il permet de :

- **Afficher les données d'entraînement en temps réel** : cadence, puissance, rythme ou longueur des mouvements pendant la séance.
- **Suivre la fréquence cardiaque** (avec ceinture compatible ou Apple Watch - non inclus) et l'intégrer automatiquement aux données d'entraînement.
- **Enregistrer et analyser les performances** grâce à l'historique des séances et aux statistiques détaillées.
- **Créer des entraînements personnalisés** avec intervalles, objectifs de puissance, cadence ou zones de fréquence cardiaque.
- **Accéder à un WOD quotidien** (*Workout of the Day*) pour varier les séances entre HIIT et endurance.
- **Synchroniser automatiquement les séances** avec le Logbook Concept2 pour conserver un carnet d'entraînement complet.
- **Personnaliser l'affichage des données** avec différents écrans selon les informations que vous souhaitez suivre.
- **S'entraîner à plusieurs en ligne** grâce au mode Real Time Loop.
- **Partager ses résultats et suivre sa progression** dans le temps.



Les équipements du StrengthErg Concept 2

- Système de résistance à air avec volant d'inertie Concept2.
- Réglage de l'amortisseur pour adapter la résistance.
- Structure robuste et compacte.
- Conception permettant une utilisation en circuit training ou en groupe.

- Interface de mesure des performances.
- Ecran PM5.
- Bluetooth (Smart et ANT+).
- Support pour smartphone/ tablette.
- Roulettes de transport.

Les caractéristiques de la presse à jambes StrengthErg Concept2

- Système de résistance : à air.
- Dimensions : 154 x 66 cm.
- Longueur du monorail : 114 cm.
- Hauteur du siège : 53 cm.
- Poids : 41 kg.
- Poids supporté : 160 kg.
- Alimentation : auto-alimenté + piles pour le moniteur.
- Cadre en aluminium haut de gamme.
- Durée d'utilisation conseillée : 5h/jour.

Attributs du produit :