

## Tunturi Signature E60-R Bike



**De Tunturi Signature E60-R Recumbent Bike heeft een comfortabele en ruim verstelbare rugleuning en zitting. De E60-R is een ergometer stoelfiets met een zeer ruime instap, wat de trainer heel geschikt maakt voor revalidatie en voor mensen met rugklachten of een beperkte motoriek. Dankzij de 26 programma's en 48 weerstandsniveaus biedt de trainer voldoende uitdaging op elk niveau.**

### De voordelen van de Tunturi Signature E60-R Recumbent Bike

- ✓ Ideaal voor revalidatie omdat je de workout zittend uitvoert.
- ✓ Zeer lage en ruime instap voor het veilig op- en afstappen.
- ✓ Ruim verstelbare rugleuning en zitting voor extra comfort en volledige ondersteuning van de rug.
- ✓ Ergometer voor het trainen op wattage.
- ✓ Bluetooth AI monitor voor een duidelijk overzicht van de trainingsparameters.

### Moeiteloos schakelen tussen 48 weerstanden

Met behulp van de onderhoudsvrije magneetrem met servomotor schakel je moeiteloos tussen de 48 verschillende weerstanden van de E60-R. Je hoeft de workout dus niet te onderbreken om te wisselen van weerstand, en kunt tussentijds het niveau aanpassen als je een tandje bij wilt zetten of het juist wat rustiger aan wilt doen. Op de monitor kies je de juiste weerstand, de motor doet de rest. Je hoeft dus niet, in tegenstelling tot een manuele bediening, zelf aan een knop te draaien, waardoor het je geen fysieke kracht kost.

### Alles in één overzicht

Op de Bluetooth AI Monitor zie je tijd, afstand, calorieën, snelheid, trainingsweerstand, hartslag, RPM, het wattage en het trainingsprofiel. Je hebt alle parameters in één overzicht. Wil je een persoonlijk trainingsprogramma? Met de app iConsole+ kun je, dankzij AI, een nieuw programma samenstellen op basis van je behaalde trainingsresultaten. Met de hand kantel je de monitor zodat je altijd een goed zicht op het scherm hebt. De monitor heeft een tablethouder zodat je een film of serie kunt kijken tijdens de workout, of gebruik kunt maken van een app met video routes, zoals Tunturi Routes of Zwift.

### Ideaal voor revalidatie

Met een recumbent bike voer je de workout zittend uit. De trainer staat daarom ook wel bekend als 'stoelfiets', 'ligfiets' of 'zitfiets'. 'Recumbent' betekent 'achterover leunend'. In deze houding ontlast je het bovenlichaam en ligt de focus meer op het onderlichaam. Dat maakt de E60-R een goede trainer voor mensen met een beperkte motoriek of met vaatproblemen, bij zwaarlijvigheid of bij rugklachten.

### Zonder problemen op- en afstappen

Nog meer dan bij een gewone hometrainer heeft de E60-R een lage, ruime instap. Dit maakt het zelfs mogelijk om vanuit een rolstoel op de trainer te stappen. Omdat je direct op de trainer zit, wordt je bovenlichaam minimaal belast. Op- en afstappen is eenvoudig en veilig, de twee handgrepen geven hierbij extra steun.

### Nog meer voordelen van de E60-R Recumbent Bike

- ✓ Vetmeting en BMI-calculatie
- ✓ Hartslaggestuurd trainen
- ✓ Recovery programma met fitness test
- ✓ Elektronische bediening, geen zware draaiknop
- ✓ Transportwielen
- ✓ Tablethouder
- ✓ Te verbinden met een analoge en Bluetooth borstband
- ✓ Optioneel uit te breiden met REHA pedalen

### Altijd de juiste houding

Omdat je een workout op de E60-R zittend uitvoert, is deze voorzien van een stevige en comfortabele rugleuning. Zowel de leuning als de zitting zijn ruim verstelbaar, zodat je altijd in de beste houding zit. De rugleuning is gemaakt van comfortabel, zacht mesh. De gaatjes in het materiaal zorgen



# TUNTURI®

voor een goede ventilatie, ook daar waar je rug de leuning raakt. Dit voorkomt ongemak door zweten, zelfs bij een intensieve workout. De zitting heeft twee handgrepen voor extra stabiliteit. Deze hebben geïntegreerde hartslagsensoren voor het bijhouden van de hartslag tijdens het trainen.

## Stevig in de pedalen

Met de Comfort balanspedalen van de E60-R blijven je voeten tijdens de hele workout stevig op hun plaats. De pedalen zijn voorzien van een anti-slip voering en de voetriemen hebben zeven verschillende posities. Je voeten schieten nooit uit de pedalen en de riemen knellen niet. De gewichtjes onder de pedalen zorgen er voor dat deze altijd recht hangen. Hierdoor schuif je je voet er zo in. Dat garandeert niet alleen een makkelijke instap, je kunt ook meteen beginnen met trainen.

## Trainen op wattage

Bij trainen op wattage train je op een zelf gekozen vermogen. Hoe hoger het vermogen, des te meer inspanning je moet leveren. Het grote voordeel hiervan is dat de hoeveelheid inspanning die je lichaam levert constant is, en dat verkleint de kans op blessures. De inspanning die je moet leveren hangt af van je leeftijd, gewicht en conditie. De E60-R Recumbent Bike past gedurende deze training de weerstand aan zodat je altijd op het juiste vermogen blijft trainen. Trap je snel? Dan blijft de weerstand laag. Trap je langzaam, dan gaat de weerstand omhoog.

## Van doelen naar resultaten

De E60-R Recumbent Bike heeft 26 trainingsprogramma's. Dit zijn twaalf voorgeprogrammeerde trainingsprofielen, vier hartslaggestuurde programma's, een programma op tijd, één op afstand, één op calorieën en een programma op wattage. Ook heb je de keuze uit een programma dat gebruik maakt van een BMI- en vetpercentage-meting, vier eigen programma's en een handmatige modus. Daarnaast heeft de trainer een recovery programma (fitness test) die meet hoe snel je hartslag daalt na een workout. Met 48 weerstandsniveaus waartussen je snel en soepel schakelt train je altijd op het juiste niveau.

## Specificaties

- Afmetingen: L 171 x B 64 x H 122 cm
- Gewicht: 62 kg
- Kleur: zwart
- Roterende massa: 14 kg
- Weerstandsniveaus: 48
- Aantal programma's: 26
- Wattage programma: 20 - 350 per 5 W
- Max weerstand / 60 RPM: 350 W
- Max gebruikersgewicht: 150 kg
- Compatibel met Bluetooth borstband
- Compatibel met analoge borstband (5.0 - 5.4 KHz)