

CYBEX

划船練習器

ROW



CYBEX®



1

獨特的四連桿結構
Unique Four-Bar Linkage



2

可進行單獨的臂部運動
Independent Arm Motion



3

採用最佳的軸傳動驅動系統
A "Best Use" drive system-
Drive shafts

產品編號： Product Code：	11030
機身及鐵餅重量： Machine weight with weight stack：	679磅(lb) / 309公斤(kg)
鐵餅配重重量： Weight stack：	285磅(lb) / 132公斤(kg)
尺寸(長x闊x高)： Dimensions(LxWxH)：	165x102x198厘米(cm)

開始 START

完成 FINISH



可鍛鍊部位：

背闊肌、大圓肌、二頭肌、中斜方肌、後三角肌、菱形肌



Muscles trained：

Lattissimus Dorsi, Teres Major, Biceps, Middle Trapezius, Rear Deltoid, Rhomboid

特點 Features

划船練習器 ROW

- 變動式的阻力在整個運動軌跡中不斷追隨和貼近用者的能力，使鍛鍊更有效。
- 頭頂的中心軸與長度不一的四連桿結構給予接近直線的運動軌跡，令肩膀的負重更一致，同時把手保持最自然的手握角度，有效減輕對腕部的壓力。
- 分岔式的動作使前臂運動時與身幹保持距離。
- 可進行單獨的臂部運動，使力量發展更平均。
- 採用最佳的軸傳動驅動系統，簡化傳動的過程，使傳達的力更準確、穩定，用者更能感受傳達的力量外亦節省維修成本。
- 特設寬闊的腳踏板，其位置及斜度保持用者坐姿正確、穩固。
- 可調節的胸墊更加穩定身軀。
- 隱蔽式鐵餅架結構，並設有鐵餅緩衝器，保護用者或旁觀者以免受到鐵餅之碰撞或弄傷。設計已通過「美國材料試驗協會」及歐洲的標準，安全可靠。
- 第二代旋鈕式重量調節系統，只需輕扭調節器，便可每次遞增或減5磅(2.5公斤)，無需推置或摘除，比傳統的推置式調節更安全簡捷。
- 油壓式座椅調節，方便快捷，並設有位置指引，讓用者每次使用設施時依照指示調節至同一位置。
- 機身附有使用說明及操作指示圖。

- **Variable resistance** assures that resistance provided closely matches the body's capability throughout the range of motion.
- **Overhead pivot and unequal length Four-Bar Linkage** provide a near linear path of motion for consistent loading at the shoulder.
- **Diverging movement** allows forearms to comfortably clear the body.
- **Independent arm motion** encourages symmetrical strength development.
- **A "Best Use" drive design-Drive Shafts**, transfers accurate force to provide users a direct feel and optimal performance.
- **Foot brace** promotes torso stabilization consistent with proper technique.
- **Adjustable chest pad provides additional stability if desired.**
- **Enclosed weight stack** which complies with ASTM and EN standards help shield bystanders and users from inadvertent contact with the moving weight stack, creating a safer workout environment.
- **The Second Generation Twist Select Increment Weight System** allows user to adjust the weight 5 pounds (2.5kg) at a time with a simple turn of the knob - nothing to slide, drop or lose.
- **Gas spring assisted seat** for easy adjustment. The position indicator enables the user to perfectly duplicate their position on the machine each time they use it.
- **High contrast three-color placards** use straightforward language and pictures for easy-to-read instructions.