

# Fitness Plate

Die Vibrationsplatten helfen Ihnen, schnell und ohne Ermüdung Ihre Muskulatur aufzubauen, ganz egal, ob Sie jung oder bereits älter sind. Bereits ein 10 minütiges Training mit einer Vibrationsplatte bewirkt gleich viel wie 45 Minuten klassische Gymnastik.

*Les plates-formes à vibrations vous aident à renforcer votre musculature rapidement et sans fatigue, quel que soit votre âge. Un entraînement de 10 minutes avec une telle plate-forme suffit à vous procurer les effets équivalents à ceux d'une séance de gymnastique classique de 45 minutes.*



Fitness Plate



Deluxe Plate



Fitness Plate Pro

Maximales Benutzergewicht / <i>Poids maximal de l'utilisateur</i>	110 kg	120 kg	150 kg
Abmessung der Plattform / <i>Dimensions de la plate-forme</i>	50x30	56x34	61x39
Frequenzbereich in Hz / <i>Plage de fréquence en Hz,</i>	20-50 Hz	2,5-11 Hz	15-60 Hz
Bewegung / <i>Mouvements</i>	high/low	seitenalternierend	high/low <i>bidirectionnelle</i>
Frequenzeinstellung pro Stufe / <i>Paliers de fréquence</i>	5 Hz	0,42 Hz	1 Hz
Leistung / <i>Puissance</i>	250W	900W	500W
Ergonomischer Lenker / <i>Guidon ergonomique</i>	x	x	x
Adapter / <i>Adaptateur</i>	x	x	x
Abmessung (LxBxH) / <i>Dimensions (long. x larg. x haut.)</i>	102x64x128	93x72x143	74x76x130
Gewicht / <i>Poids</i>	26 kg	50 kg	60 kg

## Computer / Ordinateur

Trainingsdauer / <i>Temps d'entraînement</i>	x	x	x
Frequenz / <i>Fréquence</i>	x	x	x
Anzeige / <i>Affichage</i>	3 LED	1 LED	3 LED
Profilprogramme / <i>Programmes préétablis</i>	18	5	18
Persönliche Programme / <i>Programmes personnels</i>	3		3



**Deluxe Plate**  
Ihr Name ist Programm  
*Son nom veut tout dire*  
7.271      1890.-



**Fitness Plate**  
Die wirkungsvolle  
Einsteigerplatte  
*La plate-forme  
pour débutants*  
7.270      898.-



**Fitness Plate Pro**  
Trainieren wie die Profis  
*S'entraîner comme les professionnels*  
7.272      5690.-