

20.03.2017

## **Neuer M7 H.I.I.T. Heimtrainer mit intelligentem Coach: Rekord-Ergebnisse beim Kalorienverbrennen und effektiven Ganzkörpertraining**

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Wer möglichst effektiv und unabhängig vom Wetter trainieren möchte, findet mit dem neuen M7 H.I.I.T. Heimtrainer einen innovativen High-End-Trainingspartner. Wie auch seine Vorgänger M3 und M5 vereint der neue H.I.I.T. Heimtrainer Crosser und Stepper und fördert so optimales Ganzkörpertraining. Mit seinem neuen intelligenten Coach, der sich individuell an das jeweilige Fitness-Level des Users anpasst, lässt sich das Training noch zielgerichteter gestalten.

Neue High Intensity Intervall-Programme sorgen für rasanten Muskelauf- und Fettabbau. Weitere neue Features wie die integrierte "Add-Time"-Funktion, die Möglichkeit, bis zu vier User gleichzeitig anzulegen sowie die MAX Trainer App auf Deutsch, steigern die Motivation. Durch modernes Design und kleine Stellfläche passt der neue M7 in jede Wohnung. Er ist ab Mai im Sportfachhandel erhältlich.

Neue MAX Trainer M7-Features auf einen Blick

Intelligenter Coach, passt sich individuell an das Level des Users an

Add more Time: Nach wie vor im Trend ist bei allen MAX Heimtrainermodellen das 14 Minuten H.I.I.T.-Programm. Bei diesem Power-Workout wechseln sich intensive Belastungsphasen mit aktiven Erholungspausen ab. Durch diese kurze, aber knackige Trainingseinheit wird ein sogenannter Nachbrenneffekt ausgelöst, der noch einige Stunden nach der körperlichen Belastung anhält und so die Fettverbrennung ankurbelt. Nach 14 Minuten muss aber noch nicht Schluss sein: wer länger durchhält, kann sein Sportprogramm durch die beim M7 neu integrierte "Add Time" per Knopfdruck beliebig ausdehnen.

Die MAX Trainer App jetzt auch auf Deutsch: Was bis dato nur auf Englisch möglich war, bietet die neue MAX Trainer App ab jetzt auch auf Deutsch für Android und iOS. Über Bluetooth-Synchronisation werden die individuellen Trainingsdaten gespeichert und ermöglichen dem User eine genaue Analyse seiner Daten. Darüber können persönliche Ziele festgesetzt und verfolgt werden. Zusätzlich lässt sich die MAX Trainer App mit anderen Fitness-Apps - etwa My Fitness Pal oder Google Health verknüpfen, sodass der Sportler zu jeder Zeit andere Workouts mit seinem MAX Training vergleichen kann.

Anlegen und Verwalten von bis zu vier Trainingsprofilen

Neue H.I.I.T.-Trainingsprogramme, insgesamt 11 Programme

Der MAX Trainer M7 als kompetenter Trainingspartner

Der neue M7 gesellt sich als Premium-Modell zu seinen Vorgängern M3 und M5. Durch die Kombination aus klassischen, gelenkschonenden Bewegungsabläufen des Crossers und Steppers ermöglicht der MAX dem Sportler ein Training, das sämtliche Muskelpartien vom Rücken über Arme, Bauch, Gesäß bis hin zu den Beinen beansprucht. Für Sportler, die auf kleinem Raum trainieren, sind die MAX Trainer ideal, denn sie benötigen nicht einmal die Hälfte des Platzes eines Laufbands und bieten Workouts in Fitnessstudio-Qualität. Durch Rollen lassen sie sich leicht verschieben. Der M7 mit seinem eleganten Design in schwarz und silber passt in jedes Wohnzimmer und ist auch optisch ein echter Blickfang.

Über Bowflex

Der MAX Trainer der Marke Bowflex, die zum Unternehmen Nautilus Inc. gehört, wurde im Dezember 2013 in Vancouver, Washington, auf dem amerikanischen Markt eingeführt. Mittlerweile gibt es die drei Modelle M3, M5 und M7 in der MAX Trainer Familie. Die Produktpalette der Marke Bowflex umfasst auch verschiedenste Fitnessgeräte für den Heim-Bereich: Kraft- und Cardiogeräte, Aktivitätstracker, "Home Gyms" und verstellbare Hanteln.

*spoteo - Sporttechnologie online*

<http://www.spoteo.de/>

*Kontakt: kontakt@spoteo.de*