



## **POTENZA**

A nova Bicicleta Elítica Potenza da Lufthous é exatamente o que precisa para começar a ser a sua melhor versão.

**Um tudo em um com o qual já não haverá desculpa para não ficar em forma!** Uma forma simples, rápida e eficaz de colocar o seu corpo em movimento todos os dias.

O seu nome deve-se ao movimento que o corpo deve fazer durante a sua prática, parecido com o de subir escadas. **Um exercício do mais completo a nível aeróbico.** Com uma só máquina poderá exercitar braços, tronco, glúteos, pernas...

A opção vencedora para um treino que o fará sentir-se enérgico, reconfortado e confiante. A Bicicleta Potenza da Lufthous encarregar-se-á de puxar pela "potência" que tem dentro de si, como o seu melhor treinador pessoal.

Além disso, **primando pela diferença, possui uma aplicação, a KINOMAP**, com a qual pode registar os seus dados, visualizar o seu progresso e conseguir um plano de treino adaptado à sua condição física.

### **Inclui App própria, a tecnologia ao seu serviço**

Pode usar a Elítica Potenza da Lufthous prescindindo dela, sem qualquer problema, mas as verdadeiras capacidades atingem-se graças à "KINOMAP":

- **Treinos adaptados** ao seu nível de exigência.
- As suas estatísticas em qualquer lugar.
- Desafios progressivos.
- Controlo exaustivo das suas capacidades.
- **Estudo da sua capacidade e plano de melhoria.**
- Interação com a restante comunidade.
- **Perfis diferenciados** para cada membro da família.
- Desbloqueio de **feitos e objetivos alcançados, tornando a experiência mais divertida.**
- Os dados da sua coleção de bicicletas, elíticas, passeadeiras... Num só lugar.

### **Painel integrado, monitorizando os seus parâmetros em tempo real.**

- **Scâner:** Indica que a consola está a fazer uma inspeção das funções.
- **Distância:** Regista a quantidade de espaço percorrido na própria sessão.
- **Velocidade:** Reflete a velocidade em tempo real alcançada.
- **Tempo:** A consola mostra o tempo decorrido durante a sessão de exercício.
- **Conta KM:** Mostra o total da distância percorrida através do conjunto de exercícios que se tenham realizado com a bicicleta elítica.
- **Pulso:** Reflete o ritmo cardíaco em tempo real da pessoa que está a realizar a sessão.
- **Calorias:** Assinala a quantidade de Kcal aproximadas que se queimaram durante o exercício.

### **Os benefícios de uma bicicleta elítica**

- **Ideal para treinar em casa** quando não pode, ou não quer, sair para o exterior.
- Equilíbrio entre fortalecer, tonificar e desenvolver os seus músculos.
- Melhora a resistência cardiovascular, contribuindo **para prevenir problemas cardíacos.**
- Fortalece a parte inferior do corpo: as pernas, os quadríceps, os isquiotibiais e os glúteos... O grupo por completo em melhoria contínua.
- **Aumenta a massa muscular**, aumentando também a sua resistência.
- Permite melhorar zonas do corpo essenciais para outros desportos.
- **Trabalha os abdominais**, necessários para uma correta posição corporal.
- Contribui para conseguir uma **melhor postura corporal.**
- A Bicicleta Elítica Potenza ajuda a reduzir o stress quotidiano.
- **Menos impacto nas articulações** do que outros exercícios mais lesivos.

### **Dati tecnici**

- Ingombro: 103 x 28 x 51 cm.
- Peso netto: 28 kg.
- Colore: nero.
- Design minimalista.
- Alimentazione del cruscotto: 2 batterie LR03 - AAA 1,5 V.
- Supporto per il cellulare.
- Sensore di frequenza cardiaca.