



## VARIBIKE Trike



Varibike Trike sykkel er en liggesykkel man enten kan bruke bena, armene eller et ben og en arm. Mulighetene er endeløse. Selv om man ikke kan bruke alle kroppsdeler, kan kroppsdelenes fint hjelpe hverandre. Den kan også utstyres med elektrisk motor for lettere framdrift.

### 300% BEDRE

...enn andre konvensjonelle Trikes  
Den NYE Varibike Trike

#### Mer moro >>>

- mer avveksling
- mye mer gøy

#### Mer trening >>>

- forbrenner 84% flere kalorier
- varmer opp kroppen jevnt
- Økt ytelsesnivå (VO2max)
- Full kroppstrening

#### Raskere >>>

- raskere
- bedre akselerasjon
- klatrer mer effektivt



#### Mer moro og mer variasjon.

Hvem er det som bare ønsker å sykle hele tiden? **Varibike** tilbyr deg flere idretter i en, og det mangfoldet gjør det mer gøyalt og øker motivasjonen.

I løpet av sykkelturen kan du variere mellom disse kjøreopsjonene:

1. Sykling (som med vanlig sykkel)
2. Alternere med armer (Som å padle)
3. Synkroniserte armbevegelser (som å ro)
4. Alternere mellom armer og sykling
5. Synkronisere med armer og sykling
6. En arm
7. En arm og sykling.



Ingen andre Trikes i verden kan tilby deg slike kombinasjoner.



## Spesialsykler

## Sykling med armer og ben

### Mer Trening!

Du forbrenner **84%** flere kalorier. Siden du bruker flere muskler, gjør **VariBike** det mulig for deg å forbrenne 84% flere kalorier enn ved vanlig sykling. \* - Testet av aerolution®.



**Lik oppvarming av kroppen.** Når du sykler med en **VariBike** er hele kroppen i bevegelse. Kroppen din varmes jevnt opp grunnet jevn sirkulasjon. Dette beskytter deg mot nedkjøling og spenninger i underkjølte muskelgrupper.



**Økt ytelsesnivå.** Når du sykler med en VariBike kan du trene (på samme laktatnivå) men med høyere hjerterefrekvens. Sport Medicines sier: "Sammenlignet med sykling, er anbefalt maks. hjerterefrekvens 10 slag/min høyere. Forresten, den anbefalte maks. hjerterefrekvens for å sykle med en **VariBike** sammenlignbar med maks. hjerterefrekvens for klassisk langrenn". Med muligheten til å trene med høyere hjerterefrekvens med **VariBike**, kan du bedre utnytte dine kraftreserver. Dermed forbedrer du både din kardiale effekt, så vel som ditt maksimale oksygenforbruk. \* Konkurransedyktige idrettsutøvere som ikke ser ut til å komme utover et visst prestasjonsnivå, kan ved å sykle en **VariBike** forbedre ytelsen sin og øke den til et høyere nivå. Fritidsutøvere trener mer effektivt med **VariBike** og kan oppnå sine ambisiøse treningsmål på kortere tid. \* - Bevist i en vitenskapelig studie fra Universitetet i Würzburg / Tyskland.



**Full kroppstrening.** Å sykle **VariBike** trener hele kroppen din. Foruten bena trener du også armer, bryst, skuldre og torso. Virkningen på treningen og kroppen er tilsvarende høy. Du flytter fra A til B, og du har praktisk ditt eget treningsstudio med deg. Enkelt og effektivt, spesielt ettersom det blir mer gøy.



### Raskere!

VariBike Trike er raskere og klatrer mer effektivt enn konvensjonelle trikes.

VariBiking er den mest effektive virkemåten for fremdrift ved hjelp av muskelkraft. En vitenskapelig amerikansk studie viste at (med samme hjerterefrekvens) maksimal effekt kunne økes med over 30% ved hjelp av kombinert arm- og benveving sammenlignet med vanlig sykling. Videre ble effektiviteten av kraftproduksjonen med lavere kraft funnet å være høyere for arm-og-bens-sykling. \* - bevist i en studie av New Mexico State University / USA Study



### Mer styrke/utholdenhet.

Når du sykler med en VariBike, kan du bytte mellom armer og ben, og til og med forskjellige kombinasjoner av dette. Dette betyr at enkelte muskelgrupper kan hvile og gjenopprettes mens du faktisk sykler - det er derfor du vil ha mer utholdenhet enn du har når du kjører en normal trike.





## Spesialsykler

## Sykling med armer og ben

### NYE! VARIBIKE TRIKE



#### TEKNISKE DETALJER:

##### Bruksområder:

Rask løp, trekking eller touring trike. Avhengig av konfigurasjon (f.eks. Kontrollpaneler, lys, rack etc.) og hjul.

##### Ramme:

Høy strekkfasthet aluminium EN AW 7020.

##### Farge:

Pulverlakkert i hvitt, svart eller neon grønt eller neon oransje.

Valgfritt: fluorescerende neon grønn eller neon oransje.

##### Hjul:

Førhjul: Felgkant av aluminium. Dekk Schwalbe BigApple 20x2.00.

Bakhjul: Felgkant av aluminium. Dekk Schwalbe BigApple 20x2.00.

**Spesialsykler****Sykling med armer og ben****Bremser:**

Skivebremser: Ekstra håndbrems med parkeringsbrems.

Valgfritt: Ryggpedalbrems på venstre arm sveiv.

**Styring:**

Nøytral VariTrike styring.

**Sete:**

Maske-sete. Justerbar setevinkel.

**Arm sveiv del:**

Synkronkjede med kjedebeskyttelse. Arm sveiv delen er justerbar i høyde og dybde. Ergonomiske håndgrep.

**Varidrive:**

VariDrive med 7 forskjellige kjørestiler:

1. Sykling
2. Alternner med armene
3. Synkron med armene
4. Alternner med armene + Sykling
5. Synkron med armene + Sykling
6. Høyre arm eller venstre arm
7. Høyre arm eller venstre arm + Sykling

Du kan endre kjørestilen selv under turen.

**Girenhet:**

Standard Shimano XT 10-hastighet.

Valgfritt: Elektrisk innvendig gir Shimano Alfine 11 hastighet, eller intern gir Rohloff 14-hastighet.

