Fiche technique curl biceps unilatéral Etenon R8303

Curl biceps unilatéral Etenon R8303 : bras indépendants — Marque Etenon, distribuée en France par Light In Fitness.

En bref — Machine de curl biceps unilatérale à bras indépendants, qui permet de traiter séparément chaque côté : utile en reprise encadrée et pour corriger un déséquilibre installé.
Repères — Dimensions 150 × 132,5 × 160,2 cm ; poids 219 kg ; marque Etenon.



L'ESSENTIEL

Dimensions (L × l × H)	150 × 132,5 × 160,2 cm
Poids	219 kg
Marque	Etenon
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-271693

Caractéristiques techniques

Marque / Référence	Etenon R8303 — gamme R8 — Machines sélectorisées
Type de machine	Machine curl biceps unilatéral sélectorisée — mouvement iso-latéral indépendant
Muscles ciblés	Biceps brachial (chef long et chef court), brachial antérieur, brachioradial
Objectif	Gain de masse musculaire et hypertrophie des bras — correction des déséquilibres — symétrie musculaire
Système de mouvement	Bras iso-latéraux indépendants — chaque bras autonome sans liaison mécanique entre les deux côtés
Rapport de charge	1:1 — le poids sélectionné correspond exactement à la charge déplacée par chaque bras
Résistance	Uniforme tout au long du mouvement — sans points morts — activation continue des biceps
Poignées	Pivotantes auto-alignées — s'ajustent à la position naturelle du poignet — réduction des contraintes articulaires
Matériau poignées	Caoutchouc antidérapant — embouts en aluminium
Design	Ouvert sans support frontal — élimine la compression de la poitrine — facilite l'entrée et la sortie
Réglage siège	Hauteur réglable par système pneumatique — 15 positions — alignement précis des coudes avec l'axe de rotation
Réglage dossier	Inclinaison réglable — 5 positions
Supports de bras	Indépendants — angle optimal — bloquent le bras et maximisent l'activation du biceps sans interférence
Assise et supports	PU haute densité — revêtement antibactérien — usage intensif
Sélection de charge	Goupille magnétique
Charge maximale plaques	80 kg

Micro-charges	2 × 2,5 kg — surcharge progressive fine
Tour de plaques	Carénée — protection du bloc de poids
Structure	Acier laminé à froid Q235A — tubes carrés 40×140 mm, tubes ovales 50×100 mm
Base	Patins en PVC
Dimensions (L × l × H)	150 × 132,5 × 160,2 cm
Poids machine	219 kg
Disponibilité	Disponible prochainement — contactez-nous

Questions fréquentes

Quelle est la différence entre la R8303 et un banc Scott ou un preacher curl ?

Le banc Scott (preacher curl) est un équipement à charge libre — l'utilisateur pose les bras sur un coussin incliné et soulève une barre ou des haltères. Il permet un bon isolement mais la résistance varie selon l'angle de flexion, et il faut un partenaire pour la mise en charge à haute intensité.

Pourquoi le curl unilatéral améliore-t-il la connexion esprit-muscle ?

Le travail unilatéral concentre toute l'attention de l'utilisateur sur un seul bras actif à la fois. Sans la distraction du second bras, la conscience musculaire du biceps en train de travailler est plus intense — ce que les spécialistes de la préparation physique appellent la connexion esprit-muscle.

Quelle est la différence entre la R8302 et la R8303 pour un acheteur en salle professionnelle ?

La R8302 travaille les deux bras simultanément avec deux prises disponibles (supination et marteau) — plus rapide en circulation de poste, charge max 117,5 kg. La R8303 isole chaque bras indépendamment — plus précise pour la correction des déséquilibres et la connexion esprit-muscle, charge max 80 kg. Les deux machines sont complémentaires en dotation de salle.

Les poignées pivotantes sont-elles adaptées aux publics non initiés et aux seniors ?

Oui — les poignées pivotantes s'ajustent automatiquement à la position naturelle du poignet sans que l'utilisateur ait besoin de corriger sa prise. Cela rend la machine particulièrement adaptée aux contextes où l'accès se fait sans coach (hôtels, EHPAD, espaces bien-être), car le risque de mauvaise utilisation est réduit.

Livraison et commande

Vente aux professionnels, collectivités et particuliers. Transport facturé en plus ; délai de livraison et modalités d’installation confirmés au devis selon le modèle et le site. Pour un dossier de consultation ou un projet complet, joignez le plan de la zone et l’usage prévu à votre demande.

Prix, disponibilité et devis — lightinfitness.com/produit/machine-curl-biceps-unilateral-etenon-r8303-bras-iso-lateraux-independants-connexion-esprit-muscle-correction-des-desequilibres/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : Curl biceps unilatéral Etenon R8303 : bras indépendants — Gamme complète : Machine biceps et triceps