Fiche technique machine Pectoraux Etenon R8101

Machine Pectoraux Etenon R8101 — Chest Press Guidé, Bras Iso-latéraux, Trajectoire Convergente — Marque Etenon, distribuée en France par Light In Fitness.

En bref — Chest press guidé à bras iso-latéraux et trajectoire convergente, qui apporte le travail unilatéral sans manipuler de disques.
Repères — Dimensions 145 × 140 × 160,2 cm ; poids 244 kg ; marque Etenon.



L'ESSENTIEL

Dimensions (L × l × H)	145 × 140 × 160,2 cm
Poids	244 kg
Marque	Etenon
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-266845

Caractéristiques techniques

Marque / Référence	Etenon R8101 — gamme R8 — Machines sélectorisées
Type de machine	Presse pectorale sélectorisée — chest press guidé — bras iso-latéraux indépendants, trajectoire convergente
Muscles ciblés	Grand pectoral (chef moyen et inférieur) — deltoïdes antérieurs — triceps (muscles synergiques)
Trajectoire	Convergente — rapprochement naturel des bras reproduisant la biomécanique pectorale — étirement profond en excentrique, contraction maximale en concentrique
Iso-latéral	Oui — bras entièrement indépendants — travail unilatéral possible — correction déséquilibres musculaires
Sélection de la charge	Goupille magnétique — changement de charge rapide (2 secondes)
Charge maximale	117,5 kg
Micro-charges disponibles	Oui — 2 micro-charges de 2,5 kg — progression affinée, surcharge progressive accessible
Poignées	Double prise caoutchoutée — horizontale (chest press standard) et verticale / prise neutre (angle pectoraux haut, contrainte épaule réduite)
Réglage siège	Hauteur par support pneumatique à une main — réglage rapide en position assise sans se lever
Rembourrage	PU haute densité — revêtement antibactérien résistant à l'usure et à la sudation
Plateforme pieds	Oui — début du mouvement stable, tension sur épaules réduite
Tour de plaques	Carénée — protège le bloc de poids, rendu visuel soigné
Plaques de poids	Fonte haute densité — revêtement poudre noire texturée, anneaux téflon pour déplacement fluide
Transmission	Câble résistant — usage commercial intensif
Structure	Acier laminé à froid Q235A haute résistance

Finition	Peinture anticorrosion noire haute qualité
Base	Patins PVC — stabilité et protection du sol
Dimensions (L × l × H)	145 × 140 × 160,2 cm
Poids machine	244 kg
Normes	EN 957 — ISO 9001 (qualité) — ISO 14001 (environnement)
Disponibilité	Disponible bientôt — contactez-nous pour délai et précommande

Questions fréquentes

Quelle différence entre la R8101 (sélectorisée) et une presse pectorale plate-loaded ?

Une presse plate-loaded utilise des disques olympiques libres — la charge est illimitée par le plafond de la machine, mais le changement de charge est plus lent. La R8101 est sélectorisée : bloc de poids interne sélectionné par goupille magnétique, charge max 117,5 kg, changement en 2 secondes.

Pourquoi la trajectoire convergente favorise-t-elle l'hypertrophie du grand pectoral ?

Le grand pectoral a deux fonctions principales : l'extension du bras (phase de poussée) et l'adduction horizontale (rapprochement du bras vers l'axe médian). La trajectoire convergente intègre cette adduction dans le mouvement de chest press — les bras se rejoignent en fin de course, ce qui active les fibres médianes du grand pectoral en contraction maximale.

Peut-on travailler un seul côté à la fois sur la R8101 ?

Oui — les bras iso-latéraux indépendants permettent le travail unilatéral. Utile pour la correction de déséquilibres musculaires droite/gauche, la rééducation post-opératoire d'une épaule, ou les techniques d'intensification (pré-fatigue unilatérale, volume doublé sur le côté faible).

À quoi servent les deux prises horizontale et prise neutre verticale ?

La prise horizontale est la prise standard du chest press — elle cible le chef moyen du grand pectoral. La prise neutre verticale (paumes se faisant face) réduit la contrainte sur l'articulation gléno-humérale et modifie légèrement le recrutement vers le haut du grand pectoral et le deltoïde antérieur.

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-pectoraux-etenon-r8101-chest-press-guide-bras-iso-lateraux-trajectoire-convergente/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : Machine Pectoraux Etenon R8101 — Chest Press Guidé, Bras Iso-latéraux, Trajectoire Convergente — Gamme complète : Machine pectoraux : chest press et pec deck