Fiche technique presse épaules Etenon R8301

Presse épaules Etenon R8301 : bras indépendants, convergence et triple prise — Marque Etenon, distribuée en France par Light In Fitness.

En bref — Machine de développé épaules à bras convergents indépendants et triple prise, prévue comme alternative guidée au développé militaire à la barre dans les salles accueillant un public non encadré.
Repères — Dimensions 167,5 × 144,4 × 160,2 cm ; poids 269 kg ; marque Etenon.



L'ESSENTIEL

Dimensions (L × l × H)	167,5 × 144,4 × 160,2 cm
Poids	269 kg
Marque	Etenon
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-270200

Caractéristiques techniques

Marque / Référence	Etenon R8301 — gamme R8 — Machines sélectorisées
Type de machine	Développé épaules sélectorisé — shoulder press guidé — convergence indépendante — alternative au développé militaire
Muscles ciblés	Deltoïdes (faisceau médian et antérieur principalement), trapèzes supérieurs, triceps brachial
Objectif	Gain de masse musculaire et hypertrophie des épaules — masse et définition des deltoïdes et trapèzes
Système de convergence	Indépendante — chaque bras se déplace sur sa propre trajectoire — travail unilatéral possible — correction des déséquilibres
Système de prise	Triple prise caoutchoutée — poignées horizontales (faisceau médian) ET verticales (faisceau antérieur) — 2 stimuli différents
Bras	Contrebalancés — charge réduite en début de mouvement — départ plus fluide — protection lombaire
Réglage assise	Hauteur réglable par système hydraulique — rapide, sans outil
Réglage dossier	Inclinaison réglable — 5 positions — adaptation à toutes les morphologies
Assise et dossier	PU haute densité — revêtement antibactérien — résistant à l'usage intensif
Sélection de charge	Goupille magnétique
Charge maximale plaques	117,5 kg
Micro-charges	2 × 2,5 kg — surcharge progressive fine
Tour de plaques	Carénée — protection du bloc de poids
Plaques	Fonte haute densité — poudre noire texturée — bagues en téflon

Structure	Acier laminé à froid Q235A — tubes carrés 40×140 mm, tubes ovales 50×100 mm
Base	Patins en PVC
Dimensions (L × l × H)	167,5 × 144,4 × 160,2 cm
Poids machine	269 kg

Questions fréquentes

Quelle est la différence entre un shoulder press guidé et le développé militaire à la barre ?

Le développé militaire libre sollicite les muscles stabilisateurs du tronc et nécessite le contrôle de la trajectoire — exposant les épaules à des contraintes en cas de fatigue ou de déséquilibre. Le shoulder press guidé R8301 protège les articulations par une trajectoire fixe, permet de travailler sans partenaire d'entraînement et offre une surcharge progressive plus fine (micro-charges de 2,5 kg).

Quelle est la différence entre une convergence indépendante et une convergence synchronisée ?

Sur une machine à convergence synchronisée, les deux bras se déplacent en miroir simultanément — le bras dominant peut compenser. Sur la R8301 à convergence indépendante, chaque bras est relié à son propre bloc de poids : aucune compensation n'est possible, chaque côté doit produire sa propre force.

Les poignées horizontales et verticales ciblent-elles les mêmes muscles ?

Non. Les poignées horizontales (prise pronation) activent prioritairement le faisceau médian du deltoïde (largeur des épaules) avec intervention des trapèzes. Les poignées verticales (prise neutre) favorisent le faisceau antérieur et engagent différemment les muscles synergiques.

Le réglage hydraulique de l'assise est-il durable sous usage intensif ?

Les systèmes hydrauliques de réglage d'assise sont conçus pour les salles à forte rotation. Leur durabilité dépend de l'entretien périodique (vérification des joints, nettoyage des pistons). Contactez-nous pour le plan de maintenance recommandé par le fabricant.

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-developpe-epaules-shoulder-press-etenon-r8301-convergence-independante-triple-prise-gain-de-masse-musculaire/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : Presse épaules Etenon R8301 : bras indépendants, convergence et triple prise — Gamme complète : R8 Etenon