Fiche technique SRX15 Iso-Lateral Seated Row

Low row — SRX15 Iso-Lateral Seated Row – L'Ingénierie de la Force pour un Dos Puissant et Dense — Marque Bodytone, distribuée en France par Light In Fitness.

En bref — Machine Bodytone SRX à disques pour le rowing assis à bras indépendants, dont la trajectoire divergente écarte les bras pendant le tirage et favorise la rétraction des omoplates, au contraire d'un rowing à course linéaire.
Repères — Dimensions 145 × 115 × 130 cm ; poids 132 kg ; marque Bodytone.



L'ESSENTIEL

Dimensions (L × l × H)	145 × 115 × 130 cm
Poids	132 kg
Marque	Bodytone
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-42148

Caractéristiques techniques

Marque / Référence	Bodytone SRX15 — gamme SRX Solid Rock
Type de machine	Seated row plate loaded — iso-latéral, trajectoire divergente
Muscles ciblés	Grand dorsal, rhomboïdes, trapèzes moyens et inférieurs, deltoïdes postérieurs
Charge maximale totale	250 kg — 125 kg par bras (disques olympiques)
Poids max. utilisateur	150 kg
Structure acier	Acier carbone 3 mm — tubes 100×50 mm et 75×50 mm
Platines	8 mm et 10 mm aux points de contrainte
Soudure	Robotisée — joints uniformes, sans saillies
Roulements	Haute précision 6205
Bagues (bagues)	Acier calibré — Ø65 mm, épaisseur 8 mm
Axes	Ø25 mm — acier calibré 20#
Supports de disques	Tubes acier recouverts technopolymère — Ø50 mm × 250 mm
Poignées	Double poignée Ø34 mm × 170 mm — PVC antidérapant, bouchons aluminium
Réglage siège	Système Easy Click — 6 positions hauteur, 5 positions inclinaison appui thoracique
Dossier et siège	EVA haute densité — épaisseur 60 mm
Sellerie	Finition type cuir antibactérienne — résistante à la friction, à la sueur et à l'usure

Support bandes élastiques	Oui — supports métalliques intégrés
Support téléphone	Oui — acier
Base	Forme en D — stabilité maximale, empreinte au sol réduite
Pieds	Niveleurs plastique réglables en hauteur
Plateforme pieds	Surface antidérapante — réglage d'inclinaison 4 niveaux
Boulonnerie	M10, classe de résistance 8.8
Dimensions (L × l × H)	145 × 115 × 130 cm
Poids machine	132 kg
Usage	Professionnel intensif — salles, clubs, hôtels, centres de performance

Questions fréquentes

Quelle différence entre le SRX15 et un seated row classique bilatéral ?

Un seated row classique bilatéral impose le même axe de tirage aux deux bras simultanément — le côté dominant peut compenser pour le côté faible. Le SRX15 est iso-latéral : chaque bras tire de façon indépendante sur son propre pivot, avec sa propre charge. La compensation est supprimée, le recrutement est symétrique et la trajectoire divergente adapte le mouvement à la morphologie de chaque épaule.

Quels muscles travaille le SRX15 ?

Les muscles principaux sont le grand dorsal, les rhomboïdes et les trapèzes moyens (rétraction scapulaire) et les deltoïdes postérieurs. La trajectoire divergente maximise la contraction des rhomboïdes en fin de course, ce qui en fait un poste particulièrement efficace pour la correction posturale et le développement de l'épaisseur du milieu du dos.

À quoi servent les supports de bandes élastiques ?

Les supports métalliques intégrés permettent d'ajouter des bandes élastiques en complément des disques. La tension des bandes augmente progressivement au cours du mouvement — elle est maximale en fin de contraction, là où les muscles sont les plus forts. Cette résistance variable stimule davantage de fibres musculaires qu'une charge fixe seule sur une amplitude identique.

Le réglage Easy Click est-il rapide à utiliser en salle commerciale ?

Oui — le système Easy Click avec positionneur en acier permet de changer les réglages de hauteur (6 positions) et d'inclinaison (5 positions) sans outils et sans démonter quoi que ce soit. En salle commerciale avec des utilisateurs aux morphologies variées, changer rapidement les réglages entre deux utilisateurs est un avantage direct sur le temps d'attente et la rotation du poste.

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/srx15-iso-lateral-seated-row-lingenierie-de-la-force-pour-un-dos-puissant-et-dense/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : SRX15 Iso-Lateral Seated Row – L'Ingénierie de la Force pour un Dos Puissant et Dense — Gamme complète : Bodytone SRX