

Varibike: Training mit Hand und Fuß Fahrrad für den ganzen Körper

Quelle: Radmarkt



Das Varibike Fahrrad ist eine kleine Trainingsbombe: Je nach Bedarf und Lust kann der Fahrer entweder mit den Beinen, den Armen oder mit Armen und Beinen gleichzeitig kurbeln...

Dabei kommen in jeder Kurbelposition andere Muskelgruppen zum Zuge. Auch das Kurbeln mit nur einem Arm, synchrones und abwechselndes Kurbeln sind möglich. Am Lenker gibt es zwei Griffpositionen, eine Aufrechte oder eine Renn-Position für geringeren Luftwiderstand. Das Varibike ermöglicht Ausdauertraining mit Muskelzuwachs und erfreut vorwiegend sportlich orientierte Personen. Auf der Erfindermesse 2012 in Genf erhielt die Varibike Fahrrad GmbH aus Ulm für ihr Gefährt eine Goldmedaille in der Kategorie „Sport“. Ähnliche Prinzipien finden sich bei den Rädern des Herstellers Ruder-Rad. Diese bieten ein Fahrrad mit zusätzlichem, ruderähnlichem Handantrieb. Das Ruder-Rad bietet eine bequeme, aufrechte Sitzposition. Außerdem wird Ruder-Rad demnächst ein Ruder Flow anbieten, ein Liegerad, das neben dem Pedalantrieb mit einem zusätzlichen Ruderantrieb 30 Prozent mehr Leistung liefert. Es wird 28 Zoll Laufräder, eine 3×10 Shimano-Schaltung und Shimano-Bremsen besitzen und ab September 2013 zu einem Preis von 2.790 Euro erhältlich sein.

<https://www.varibike.com>
