

Testurteil

Einfache Handhabung,
vielseitig, solide verarbeitet

Note: **SEHR GUT**



Elliptical Trainer Elite E5000

Prüfkriterien

Leistungsumfang

Geschwindigkeitswahl	✓
Steigungswahl	✓
Vordefinierte Programme	✓
Persönliche Einstellmöglichkeiten	✓
Transportrollen	✓

Gebrauchstauglichkeit

einfache Bedienbarkeit	++
Verarbeitung	+
Reinigungsmöglichkeit	+
Vielseitigkeit	++

++ sehr gut + gut o befriedigend - ausreichend -- mangelhaft

Elliptical Trainer Elite E5000

Gelenkschonender als mit einem Elliptical Trainer kann man nicht trainieren. Besonders nach einer Erkrankung des Gelenkapparates ist er das Mittel der Wahl, um das Herz-Kreislaufsystem sowie die Ausdauer langsam und systematisch wieder aufzubauen.

Geliefert wird der E5000 unmontiert. Dank des beiliegenden Werkzeugs und der mit Abbildungen unterstützten, verständlichen Aufbauanleitung erwies sich die Montage als einfach.

Funktionen

Das Gerät besitzt 8 vordefinierte Programme. Ideal um das Körpergewicht zu reduzieren, ist ein Wechsel zwischen starken und schwachen Widerständen im Fettverbrennungsbereich. Dazu dient Programm 3: „Gewichtsreduzierung“. Konstante Watt-Leistung dient dem kontrollierten Ausdauertraining, Ziel des Programms 4. Dieses ist drehzahlunabhängig, d.h. der Widerstand bleibt gleich, egal ob Sie schnell oder langsam treten. Für die Ausdauer förderlich ist ein phasenweiser Wechsel zwischen starkem und schwachen Widerstand. Dazu dient Programm 8. Jedes dieser acht Programme umfasst eine Aufwärm-, Trainings- und Abkühlphase.

Neben diesen vordefinierten Programmen kann der Benutzer zwei eigene Programme zusammenstellen.

Die von den Prüfern ermittelten Leistungswerte deckten sich nicht immer mit den Werten, die das Display dem Benutzer anzeigt. Dies ist ein Manko, liegt jedoch noch im tolerierbaren Bereich, da es sich hier um ein Gerät für den privaten Gebrauch handelt.

Ausstattung

Im Test fiel das Gerät durch seine Vielseitigkeit bei den Programmen und Einstellmöglichkeiten auf. Zum anderen konnte es durch eine saubere, solide Verarbeitung punkten. Das Fehlen scharfer Ecken und Kanten passt zu dem positiven Gesamteindruck.

Die gummierten Griffe fühlen sich angenehm an. Eine Geruchsbildung war nicht festzustellen.



Bedienung

Das Gerät besitzt übersichtlich angeordnete, eindeutig bezeichnete und leicht erreichbare Bedientasten und Anzeigen. Das Bedienkonzept ist einfach. Einziger Wermutstropfen: Der Lauftext im Display steht nur in englischer Sprache zur Verfügung. Dies tut der einfachen, intuitiven Bedienung jedoch keinen Abbruch, zumal die Bedienungsanleitung ausreichend Hilfestellung bietet.

Fazit

Ein im Wesentlichen ausgereiftes Gerät, das dem ambitionierten Laien alle Möglichkeiten bietet, seine Fitness auf wirkungsvolle Weise zu steigern.