



**ЕСТЕСТВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ, ВОСПРОИЗВОДИМЫЕ ТРЕНАЖЕРОМ  
СОЗДАНА, ЧТОБЫ ДВИГАТЬСЯ В ВАШЕМ РИТМЕ**



# INTEGRATED FOOTPLANT™

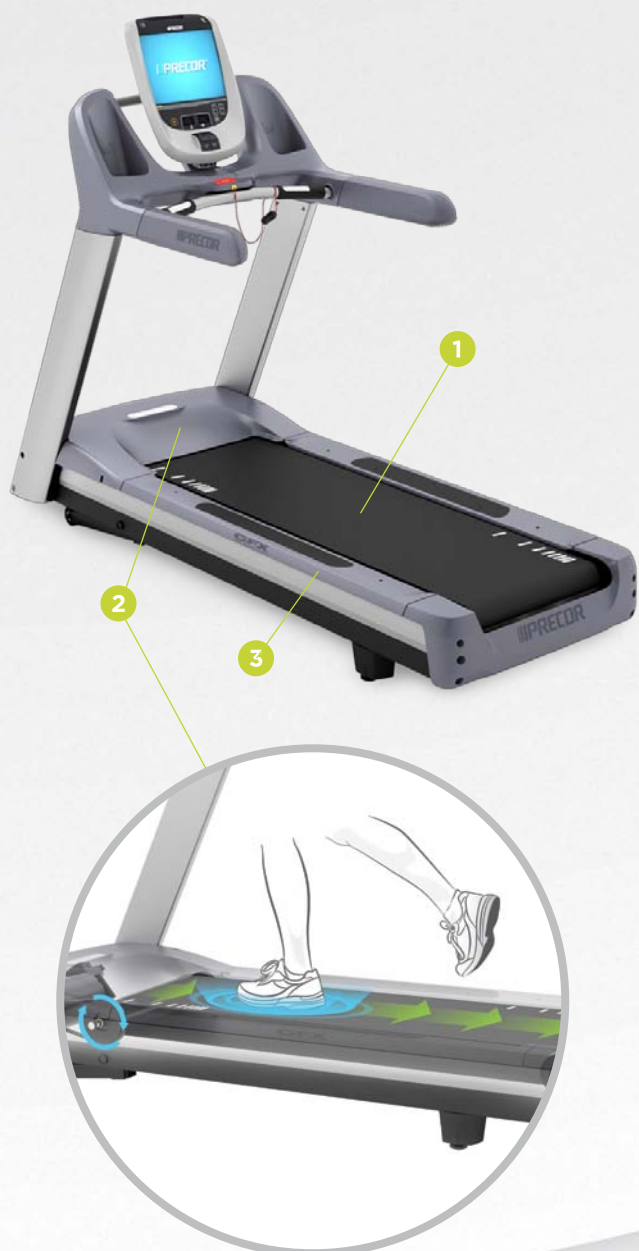
## Technology

Технология Integrated Footplant Technology (IFT) учитывает один простой факт: во время бега скорость движения ног меняется.

Беговые дорожки Precor с технологией IFT распознают изменение скорости, стопа соприкасается с лентой и настраиваются в соответствии с каждым шагом. Такая способность реагировать на естественную скорость ног позволяет добиться ощущения плавных и легких движений, которое делает тренировку более приятной.

**PRECOR®**

# Integrated Footplant™ Technology (IFT)



Технология Precor Integrated Footplant Technology синхронизирует движение полотна беговой дорожки с движением пользователя.

Когда пятка ударяется о беговую дорожку, стопа получает мощный импульс энергии. Технология Integrated Footplant Technology отслеживает этот импульс энергии и использует эту информацию для небольшой корректировки скорости ленты во время бега.

В результате шаги во время бега остаются плавными и качество тренировки улучшается:

- воспринимается абсолютно плавной и естественной;
- снижается нагрузка на суставы и усталость;
- увеличивается аэробный эффект воздействия на сердце и легкие.

## НАУЧНЫЙ ПОДХОД К ЕСТЕСТВЕННОМУ ДВИЖЕНИЮ ТЕЛА

- 1 Воссоздает естественное движение во время бега**  
Во время бега или ходьбы на протяжении каждого шага стопа ускоряется и замедляется. В случае тренировки на улице жесткая поверхность обеспечивает естественное ускорение в начале каждого шага. Технология Precor учитывает это естественное ускорение путем точной регулировки скорости ленты при ударе стопы о дорожку, обеспечивая естественное движение и предотвращает задержку в результате которой нога увлекается назад, когда бегун движется вперед.
- 2 Гармоничное согласование скорости бега и скорости ленты**  
Конструкция беговой дорожки позволяет калибровать скорость ленты таким образом, чтобы обеспечить те же преимущества, что и во время бега на природе. Для этого программное обеспечение оборудования контролирует удар пятки о полотно и передает эту информацию на оборудование для настройки скорости в соответствии с естественным шагом пользователя. Результатом является более плавный и ритмичный бег.
- 3 Делает тренировку легкой и удобной**  
Относительно воспринимаемая нагрузка — это разница между тем, насколько тяжелой воспринимается нагрузка, и тем, как на самом деле бьется сердце. Во время бега воспринимаемый уровень нагрузки падает, если уменьшается ударная нагрузка на лодыжку, колено и другие задействованные суставы. В результате этого тренировка становится более комфортной, а также повышается мотивация к достижению фитнес-целей.