



Med passionen

Concept har hjärtat i rodden, men breddar sig ständigt

Rodd är ingen stor sport i Sverige, men många skulle kunna ha nytta av roddarnas träningsmetoder. Så resonerade den gamle landslagsroddaren Bo Ekros och hans kompanjoner på Concept Träningsredskap AB när de i början av 90-talet drog igång försäljningen av roddmaskiner på den svenska marknaden.

Men i motsats till vad man hade tänkt sig gick inte riktigt maskinerna som smör i solsken.

– Det var väldigt trögt till en början. Antingen visste folk inte vad det var för något, eller hade de dåliga erfarenheter från gamla maskiner, berättar Bo, som är VD för företaget.

Istället fick man livnära sig på den kringförsäljning man ändå lyckades

få till – man sålde allt från motionscyklar till hantlar för att få ihop till lönen. Och genom de kontakterna lyckades man sedan få komma och demonstrera roddmaskinerna.

– Det var ju fortfarande roddmaskinerna vi brann för, och till slut tog det fart på allvar. Idag har vi över 7 000 maskiner ute på den svenska marknaden, säger Bo.

Maskinen vi pratar om är naturligtvis den närmast legendariska roddmaskinen Concept2, som är

framtagen av roddare och används av människor världen över. Hemligheten bakom modellens framgång är bland annat det luftbromsade svänghjulet; Bo förklarar:

– Det gör att man får med sig farten efter varje roddtag, precis som när man rör på vatten. På en magnetbromsad maskin stannar du istället upp och måste ta helt ny fart. Sedan är slaglängden en viktig bit också; man kan sträcka ut rejält och därmed få maximal längd i varje roddtag.

Numera är det inte bara roddarna som drar nytta av maskinerna som träningsredskap. Rodd är ett av de effektivare sätten att träna kondition:

– Nyckeln ligger i att man aktiverar så många stora muskelgrupper samtidigt. Det har flera fördelar – dels förbränner man energi mer effektivt, och

dels blir inte en enskild muskel en flaskhals i träningen. Med det menar jag att en person med bra kondition ofta kan få mjölksyra i låren innan konditionen sätter stopp om han sitter på en cykel exempelvis, något man slipper i roddmaskinen. Dessutom är rodd en väldigt skonsam motionsform utan stötar och liknande. Belastningen på knäna är exempelvis bara 30-40 kg som mest, och det är inte mer än när man står upp, säger Bo.

Utbildning viktigt

Men Concept ville inte stanna vid att sälja roddmaskiner:

– Vi har hela tiden velat att kunden ska kunna ringa till oss och få allt han behöver, förklarar Bo.

Bland företagets storsäljare idag



i centrum

”Vi vill skynda långsamt och växa i en sund takt”

Bo Ekros, vd Concept

ingår bland annat märkena Cybex och Teca, och man breddar sig ständigt för att kunna erbjuda så bra helhetslösningar som möjligt.

– En hjärtsatsning som vi kör är utbildning. Vi har upplevt att det på många håll finns kunskapsluckor ute på gymmen vad gäller konditionsbiten. De personliga tränarna kan lägga upp ett styrketräningsprogram i sömnen, men när en klient vill förbättra sin kondition blir det svårare. Man har i många fall sett konditionen som ett nödvändigt ont, och det vill vi ändra på, berättar han.

Utbildningarna sker antingen i företags nya lokaler i Jönköping, eller i lokaler man hyr i exempelvis Stockholm eller Göteborg. Kunderna är allt från privatpersoner och personliga tränare, till hockeylag och räddningstjänst. Man erbjuder utbildningar inom det mesta

vad gäller träning, men just konditionsbitarna hör naturligtvis till de viktigare.

Nydanande

Redskapsmässigt är en av de mer innovativa nyheterna SkiErg från Concept2. Man har byggt vidare på framgångskonceptet från roddmaskinerna och applicerat det på en skidmaskin.

– Det finns kanske 200 som rör i Sverige, medan tiotusentals människor ställer upp i Vasaloppet exempelvis. Det är lätt att inse vilken marknad det finns för en produkt av den här typen. Det som också är lite spännande för den vanlige motionären är att det här är en konditionsmaskin där man samtidigt tränar magen, menar Bo.

Bakgrunden till SkiErg är att barnen till en av de olympiska roddarna som

tog fram Concept2:s roddmaskiner sysslar med längdskidåkning på internationell nivå, och där tändes gnistan till att få fram ett lämpligt träningsredskap även för den disciplinen – av kärleken till sporten, som skaparna själva uttrycker det. Alternativen för att träna skidor när det inte finns snö har tidigare varit rullskidor, men det kan vara vanskligt även för rutinerade åkare. Fråga bara skidskytten Björn Ferry som nyligen bröt nyckelbenet när han tränade på

rullskidor inför OS.

Trots att Concept nu vuxit sig till en av de större aktörerna på marknaden, har man aldrig velat expandera på bekostnad av kvalitet.

– Vi vill skynda långsamt och växa i en sund takt. Vi missar hellre en affär än gör något halvdant – annars kommer det tillbaka och biter en i svansen, säger Bo.

Helhet och kvalitet – det är ledorden när Concept rör vidare mot nya framgångar.