Bewegungsgerät Hüfttrainer Duo Inox



Der Hüfttrainer ist das perfekte Fitnessgerät für Fitnessparks im Freien. Das Bewegungsgerät ist ideal für Senioren geeignet. Jetzt auf Freisport.de bestellen!

Artikelnummer CO-CE06d

Produktbeschreibung

Das Bewegungsgerät Hüfttrainer Inox ist ideal für das regelmäßige Bewegungstraining an der frischen Luft. Das TÜV geprüfte Outdoor Fitnessgerät wurde für die Verbesserung der Beweglichkeit konzipiert und richtet sich insbesondere an Senioren.

Mit seinem modernen und hochwertigen Design aus rostfreiem Edelstahl harmoniert dieses Bewegungsgerät optisch perfekt mit seiner Umgebung, sei es in der Innenstadt, in der freien Natur, in einem Park oder in einem Wohnviertel.

Regelmäßiges Training am Hüfttrainer stärkt die seitliche Bauchmuskulatur. Die Übung verbessert außerdem die Flexibilität und Agilität der Wirbelsäule. Rutschsichere Fußplatten minimieren das Unfallrisiko.

Ein leichtes Bewegungs- und Krafttraining ein- bis zweimal wöchentlich kann die Lebensqualität von älteren Menschen deutlich steigern. Das Training erhöht nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Leistungsfähigkeit.

Das Bewegungsgerät Hüfttrainer Inox ist in zwei Varianten lieferbar - an der einen kann eine Person alleine trainieren, an der anderen können zwei Personen gleichzeitig trainieren.

Material: Das Outdoor Fitnessgerät wird aus Edelstahl gefertigt. Aufgrund der robusten Materialien und der hochwertigen Verarbeitung ist das Fitnessgerät resistent gegen Korrosion und Verschleiß durch Vandalismus. Das Fitnessgerät ist witterungsbeständig und überzeugt durch eine hohe Lebensdauer.

Trainierte Muskelgruppen: seitliche Bauchmuskulatur, unterer Rücken

Bedienung: In der Ausgangsposition stehen Sie mit den Füßen auf der rutschsicheren Drehplatte und fassen mit den Händen beide Griffe. Aus dieser Position heraus drehen Sie Ihre Hüfte langsam von einer Seite zur anderen. Achten Sie dabei darauf, das Gleichgewicht zu halten. Während des kompletten Trainings bleiben beide Hände fest an den Griffen und die Füße auf der Fußplatte.

Die Trainingsdauer und -intensität ist abhängig vom Fitnesslevel des Anwenders. Zu empfehlen ist es, die Übung in 3 Durchgängen a 1, 2 oder 3 Minuten durchzuführen. Die Pause zwischen den Durchgängen sollte circa 1 Minute betragen.

Aufbau und Anlieferung: Das Outdoor Fitnessgerät wird Ihnen komplett vormontiert geliefert. Die Lieferung per Spedition erfolgt frei Bordsteinkante ohne Entladung und ist innerhalb von Deutschland (Festland) kostenlos. Zur Entladung ist Hilfestellung vor Ort notwendig.

Auf Anfrage stellen wir Ihnen als Planungsbüro gerne die entsprechende DWG Datei zu diesem Produkt zur Verfügung!

Produkteigenschaften

Material	Metall, pulverbeschichtet
Muskelgruppen	Unterkörper
Nutzergruppe	Senioren
Trainingsziele	Ausdauer

Weitere Bilder





