Outdoor Fitnessgerät Bauchtrainer Inox



Sie planen einen Fitnesspark? Hier finden Sie die passenden Outdoor Fitnessgeräte!

Artikelnummer CO-CE14

Produktbeschreibung

Das Outdoor Fitnessgerät Bauchtrainer Inox eignet sich für sportliche und aktive Anwender. Mit dem Sportgerät können die mittleren und seitlichen Bauchmuskeln trainiert werden.

Die Geräte aus Edelstahl eignen sich ideal für den dauerhaften Einsatz im Außenbereich. Sie sind optisch ansprechend und haben einen hohen Korrosionsschutz. Die robuste Verarbeitung beugt Schäden durch Vandalismus vor.

Zur Bodenbefestigung liegen Bodenanker zum einbetonieren bei. Alternativ haben Sie die Möglichkeit die Fitnesselemente auf ein bestehendes Fundament aufzudübeln.

Optional: Werden die Geräte besonders strapaziösen Gegebenheiten ausgesetzt, empfiehlt sich die Option des V4A Edelstahls. Dieser zeichnet sich nicht nur durch seine noch höhere Hitzebeständigkeit aus, sondern die Fitnessgeräte können auch in maritimen Bereichen aufgestellt werden. Die V4A Edelstahlgeräte sind sowohl in salz- als auch chlorhaltigen Gegenden korrosionsbeständig und garantieren eine lange Lebensdauer.

TÜV geprüft:

Geprüft vom TÜV Süd: Das Outdoor Fitnessgerät entspricht den Bestimmungen der EN 16630 - Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich.

Bedienung:

Legen Sie sich rücklings auf die Liegefläche und verankern Sie Ihre Füße an den Querstangen. Legen Sie Ihre Hände seitlich an den Kopf, die Ellenbogen nach vorn gerichtet. Spannen Sie ihre Bauchmuskeln an und richten Sie Ihren Oberkörper auf. Kehren Sie langsam in die Ausgangsposition zurück.

Die Kraftaufwendung und die Intensität der Durchführung ist abhängig vom Fitnessstand. Zu empfehlen ist es die Übung in 3 Durchgängen a 5, 10 oder 15 Wiederholungen durchzuführen. Die Pause zwischen den Durchgängen sollte circa 1 Minute betragen.

Trainierte Muskelgruppen: Das Outdoor Fitnessgerät Bauchtrainer trainiert die mittlere und seitliche Bauchmuskulatur sowie den Trizeps. Das Training an diesem Gerät entlastet den Rücken und kann eine gesunde Körperhaltung fördern.

Weitere Eigenschaften:

- Zielgruppe: Sportliche Nutzer
- Altersgruppe: ab 14 Jahren
- Anzahl Personen: 1 Person

Aufbau und Anlieferung: Das Outdoor Fitnessgerät Bauchtrainer wird Ihnen vormontiert geliefert. Die Lieferung per Spedition erfolgt frei Ladekante ohne Entladen. Hilfestellung vor Ort notwendig.

Produkteigenschaften

Material	Metall, pulverbeschichtet
Muskelgruppen	Rücken
Nutzergruppe	Senioren
Trainingsziele	Ausdauer

Weitere Bilder

