

Outdoor Fitnessgerät Workout Unterkörpertrainer Inox

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

Artikelnummer CO-CE679



Produktbeschreibung

Das Outdoor Fitnessgerät Unterkörpertrainer Inox richtet sich an sportliche und aktive Anwender sowie an Senioren und vereint den Hüfttrainer, Spaziergänger und Skitrainer in einem Gerät. Das Fitnessselement trainiert, wie der Name schon sagt, die Muskelgruppen der unteren Körperhälfte. Besonders die Beine werden trainiert, aber auch Rücken und Taille werden beansprucht.

Unsere Sportgeräte aus Edelstahl eignen sich ideal für den dauerhaften Einsatz im Außenbereich. Sie sind optisch ansprechend und haben einen hohen Korrosionsschutz. Durch die robuste Verarbeitung wird Schäden durch Vandalismus vorgebeugt.

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

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

Bedienung:

Ausgangsposition: Stellen Sie sich auf die Scheibe bzw. Pedalen des Fitnessgeräts.

Bewegungsablauf:

- Hüfttrainer: Bewegen Sie die Hüfte von einer Seite zur anderen.
- Spaziergänger: Bewegen Sie beide Beine in die jeweils entgegengesetzte Richtung vor und zurück.
- Skitrainer: Schwingen Sie Ihren Unterkörper von Seite zu Seite.

Trainingsintensität: Führen Sie die Übung in 3 Durchgängen à 1, 2 oder 3 Minuten durch. Die Dauer ist von Ihrem Fitnessstand abhängig. Zwischen den Durchgängen empfehlen wir eine Pause von einer Minute.

Trainierte Muskelgruppen: Das Outdoor Fitnessgerät Unterkörpertrainer Inox trainiert die Beine, aber auch Rücken und Taille.

Weitere Eigenschaften:

- Zielgruppe: Sportliche Nutzer
- Altersgruppe: ab 14 Jahren
- Anzahl Personen: 3 Personen

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

Produkteigenschaften

Material	Metall, pulverbeschichtet
Muskelgruppen	Waden
Nutzergruppe	Sportler
Trainingsziele	Kraft

Weitere Bilder

