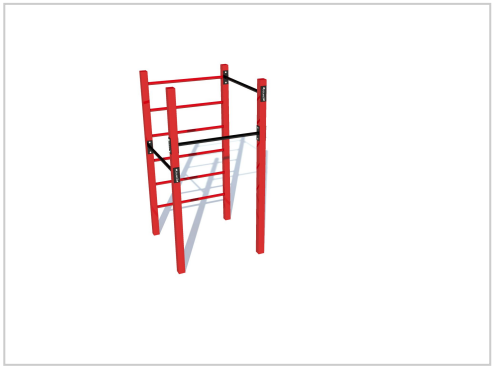
Calisthenics Varifit Modul XS



Die robuste Calisthenics Anlage bietet vielfältige Möglichkeiten zum Eigengewichtstraining im öffentlichen Außenbereich. Jetzt bestellen bei Freisport.de

Artikelnummer CO-WO2402B

Produktbeschreibung

Was ist Calisthenics?

Calisthenics ist ein effektives und durchdachtes Training mit einfachen Mitteln, bei dem das eigene Körpergewicht genutzt wird, um Kraft, Körperbeherrschung und Beweglichkeit aufzubauen. Zentral ist die sorgsame, „schöne“ Ausführung von Übungen, die inspiriert sind durch Yoga, klassisches Turnen, Breakdance und Kraftsport – bis hin zur Körperertüchtigung im antiken Griechenland. Vorzugsweise findet das Workout an der frischen Luft statt. Begonnen in den 2000er-Jahren als Do-it-yourself-Bewegung, hat sich Calisthenics schnell zu einer Trendsportart entwickelt, die mittlerweile im Breitensport fest verankert ist.

Die Varifit-Serie – Anlagen, Module und Einzelgeräte für den Calisthenics Park umfasst hochwertige Trainingsgeräte, die optimal aufeinander abgestimmt sind.

Das Calisthenics Modul Varifit XS kann als alleinstehende Trainingseinheit genutzt werden oder mit einer unserer großen Calisthenics-Anlagen kombiniert werden.

Das Fitnessgerät ist Teil unserer Calisthenics Varifit-Serie. Die Varifit-Serie enthält eine breite Auswahl an robusten, langlebigen Trainingsgeräten für den Außenbereich. Die Bewegungsgeräte folgen einer gemeinsamen Designlinie und sind technisch aufeinander abgestimmt.

Ihre Vorteile

- Trainingsmöglichkeit an 4 Übungskomponenten
- Erweiterung Ihres Fitness-Parks mit einem Angebot für sehr sportliche Nutzer
- Sportart mit hoher medialer Aufmerksamkeit und einer sehr aktiven Community
- TÜV-geprüftes Fitness-Equipment
- Erfüllt die sicherheitstechnischen Anforderungen an standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich (gemäß EN 16630)
- Support durch Freisport mit Beratung, Montageanleitung und Standortschild

Die Benefits eines Calisthenics-Parks

- Training bei Tageslicht und frischer Luft
- Ganzheitliches Training – es werden immer mehrere Muskelgruppen gleichzeitig angesprochen
- Große Auswahl an Büchern, Videos und Blogs mit Anleitungen für Calisthenics-Übungen
- Einübung „natürlicher“ Bewegungen
- Kein eigenes Equipment nötig
- Kostenlose Möglichkeit, die persönliche Fitness zu steigern
- Der Sport im öffentlichen Raum fördert soziale Kontakte

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

Produkteigenschaften

Muskelgruppen Gesäß
Nutzergruppe Jugendliche
Trainingsziele Kraft

Weitere Bilder

