

FITNESSGERÄTE OUTDOOR



Beinpresse

Beinpresse, beansprucht die gesamte Oberschenkelmuskulatur und bietet dem Benutzern die Möglichkeit in drei unterschiedlichen Pedalpositionen zu trainieren.

Geräteabmessung: L 190 x B 40 x H 105 cm;

Sicherheitsbereich: 5000 x 340 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Krafttrainer

Krafttrainer, stärkt und entwickelt die Muskeln der oberen Extremitäten, Brust-, Deltamuskel und Bizeps

Geräteabmessung: L 175 x B 73 x H 220 cm;

Sicherheitsbereich: 400 x 370 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Parallelbarren

Parallelbarren, Multifunktionsgerät für Kraft und Dehnübungen, Kraftübungen für Arme, Brust, Rücken und Beine;

Aufstehübung aus dem Rollstuhl;

Dehnen von Beinen, Rücken und Schulter

Geräteabmessung: L 185 x B 55 x H 110 cm;

Sicherheitsbereich: 485 x 355 cm; Einbautiefe: 50 cm.



Schulter-Nacken Trainer

Schulter-Nacken Trainer mit zwei unterschiedliche höhen, bei leichtem Drehbewegungen werden Schulter-Nacken und Arme trainiert.

Geräteabmessung: L 104 x B 101 x H 145 cm;

Sicherheitsbereich: 404 x 401 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Bergsteiger

Bergsteiger, Ausdauertraining, Gleichgewicht und Körperbeherrschung. Gelenkschonende Gehbewegungen entgegen der Schwerkraft

Geräteabmessung: L 113 x B 55 x H 110 cm;

Sicherheitsbereich: 413 x 353 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Beckenwippe

Beckenwippe, Beckenaufstell und Kippbewegung mit Kraftaufbringung aus dem unteren Rückenbereich und der Unterbauchmuskulatur. Mobilisation der Lendenwirbelsäule und Stabilisierung des unteren Rückens.

Geräteabmessung: L 104 x B 101 x H 145 cm;

Sicherheitsbereich: 404x 401 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Sitzruderer

Sitzruderer, rudern gegen das eigene Körpergewicht (im Sitzen), Ausdauer- und Krafttraining für den gesamten Körper
Geräteabmessung: L 85 x B 50 x H 122 cm;
Sicherheitsbereich: 400 x 350 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Ruderer

Ruder, Schulter-Nacken Trainer, für mehr Beweglichkeit und zur Auflockerung der Schulter-Nackenpartie
Geräteabmessung: L 90 x B 63 x H 172 cm;
Sicherheitsbereich: 390 x 363 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Doppelzug Station

Doppelzug Station, Schulter-Rücken-Bizepstrainer,
Vertikalzug im Sitzen

Geräteabmessung: L 204 x B 81 x H 195 cm;

Sicherheitsbereich: 400 x 381 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Hüftschwinger

Hüftschwinger, fördert die Koordination und das Gleichgewichtsgefühl beim Schwingen und dient zur Lockerung der Lendenwirbelsäule. Rechts- Links- Schwingen des Unterkörpers mit geschlossenen Beinen

Geräteabmessung: L 113 x B 90 x H 145 cm;

Sicherheitsbereich: 413 x 390 cm; Einbautiefe: 50 cm,



Bauchmuskeltrainer

Bauchmuskeltrainer hilft, die Muskeln der Taille und Rücken zu entspannen. Steigern Sie Agilität und Flexibilität des unteren Rückens.

Geräteabmessung: L 133 x B 150 x H 125 cm;
Sicherheitsbereich: 450 x 430 cm; Einbautiefe: 50 cm,



jedes Gerät besitzt eine am Gerät angebrachte Übungsanleitung als Piktogramm (ein Piktogramm-Muster finden Sie auf der nächsten Seite)

verwendete Materialien sind Edelstahl AISI-304, eloxiertes Aluminium, Stahl (verzinkt, pulverbeschichtet bzw. lackiert) sowie Polyethylen

die Geräte sind wartungsarm und gegenüber Witterungseinflüssen, mechanischen Beschädigungen und Verschmutzung sehr beständig

alle Geräte sind TÜV-geprüft nach EN16630

für den Zusammenbau und die Montage erfolgt die Lieferung inklusive Montageanleitung und Skizzen (alle Geräte sind auf einen Metallanker, welcher einzubetonieren ist, aufgeschraubt) - Beispiel siehe Seite 9

Feldhofer

Sportstättenausstattung, -überprüfung u. -wartung

Alte Hofmühlgasse 12b
3140 Pottenbrunn

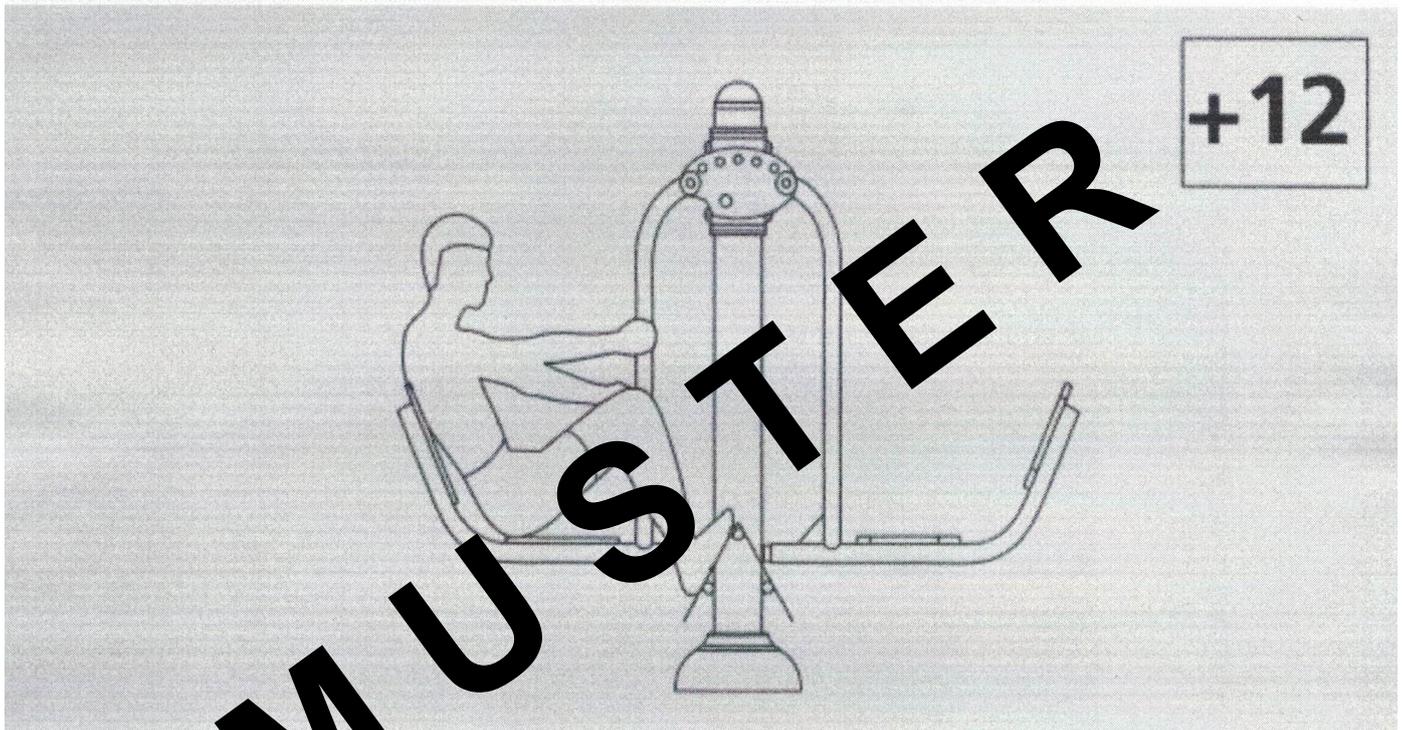
www.feldhofer-sport.com
Tel.: 0699 / 100 850 31

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, welche jederzeit unter www.feldhofer-sport.com abgerufen werden können.
Abweichungen der bildlichen Darstellungen sind im Einzelfall nicht ausschließbar.

© 2023 - Feldhofer & Co KG

leichte Übung	mittlere Übung	schwere Übung
5 x 3 Minute	10 x 3 Minute	15 x 3 Minute

Nach jedem Durchgang 1 Minute Pause



Vorteile:

Baut Oberschenkel und die Muskel der Taille auf

Anwendungshinweise:

Auf die Grundplatte setzen, beide Beine beugen, Hände auf die Knie und Pedal mit voller Kraft treten.

MONTAGEANLEITUNG am Beispiel RUDERER

