

Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht. Ein Trendsport bei den Jugendlichen. Mit unterschiedlichen Übungsanleitungen. Viele weitere Trainingsmöglichkeiten nach eigenem Ermessen. Version steel: Stahlpfosten verzinkt und lackiert nach Wahl. Version nature: Holzpfosten in naturgewachsenen, unbehandelten Robinien Stämmen.

S'entraîner avec son propre poids du corps est un sport tendance chez les jeunes. Mode d'emploi pour exercices différents, inclus, et de multiples autres possibilités. Version steel : poteau zingué et couleur selon charte. Version nature : poteaux en bois de robinier massif naturel.



TF.7020 Sechs unterschiedliche Übungen sind vorgegeben, Anleitungen an jedem Pfosten / Six exercices différents sont proposés, explications sur chaque poteau



Streetworkout, Parkour training



TF.7020.r



TF.7022



TF.7021 Reckanlage für Kinder / Pour enfants

Alter / Age 14+ (7020/7022), 10+ (7021)
 Trainingseffekt Kardio, fit bleiben, Kraft, abnehmen
 Effet de l'entraînement Cardio, rester en forme, force, perdre du poids

/
steel

†
nature

TF.7020 /r Multigym / Multigym
 TF.7022 /r Multireck hoch / Somersault High TRX
 TF.7021 /r Multireck 6 / Somersault 6

9006 ANTH 6018 7002 1001
 1016 1028 5015 5010 RAL