



Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht. Mit übersichtlichen Übungsanleitungen.  
 Version steel: Stahlpfosten verzinkt und lackiert nach Wahl. Version nature: Holzpfosten in naturgewachsenen, unbehandelten Robinien Stämmen.

S'entraîner avec son propre poids du corps. Avec mode d'emploi clair. Version steel : poteau zingué et couleur selon charte. Version nature : poteaux en bois de robinier massif naturel.



TF.5021 Bauch, Oberschenkel / Abdos et jambes



TF.5029 Rücken (Kreuz) / Dos



TF.5021.r



TF.5029.r

Alter / Age	10+		
Trainingseffekt / Effet	Kraft, oberer Körperbereich	/	††
Effet de l'entraînement	Force, haut du corps	steel	nature

TF.5021	/r	Trim fit Bauchtrainer / Bodycurl
TF.5029	/r	Trim fit Rückentrainer / Hyperextension

9006	ANTH	6018	7002	1001
1016	1028	5015	5010	RAL