

Calisthenics Station Klimmzug

Die Calisthenics Station Klimmzug ist robust und dadurch ideal geeignet für den Außenbereich ? Für Klimmzüge. Jetzt entdecken auf Freisport.de

Artikelnummer FKT-FK-00-4



Produktbeschreibung

Die Calisthenics Station Klimmzug ist ein Street-Workout-Gerät, das **dauerhaft im Außenbereich** aufgestellt werden kann.

Das frei stehende Fitnessgerät ist geeignet für **Eigengewichtsübungen** und **Functional Training**. Es bietet eine Vielzahl von Trainingsmöglichkeiten, wie zum Beispiel Klimmzüge, Hanging Abs, Muscle Ups und Front Lever.

Dabei ist die Anlage **mobil und leicht auf- und abzubauen**, wodurch sie sich optimal für den Einsatz im eigenen Garten eignet. Wer nicht gerne im Kalten trainiert, verlegt die Anlage im Winter kurzerhand zum Beispiel in den Keller.

Das Calisthenics Gerät ist so designt, dass alle Muskelgruppen auf kleinstem Raum trainiert werden können.

Diese freistehende Calisthenics-Station ist nicht für den Einsatz im öffentlichen Raum vorgesehen!

Die Vorzüge der Calisthenics Station Klimmzug sind

- Geringes Gewicht
- Hohe Stabilität
- Stufenlos verstellbare Griffstange
- Einfacher Aufbau
- Modernes und stilvolles Design

Hochwertige und stabile Materialien:

- Träger: Aluminium-Profile schwarz eloxiert
- Trainingselemente: Stahlrohre rot pulverbeschichtet

Eine hochwertige rote Pulverbeschichtung schützt die Griffstangen aus Stahl vor Korrosion. Die stabilen Standpfosten aus Aluminium dienen als Schienen, an denen die Haltestangen stufenlos verschoben werden können.

Alle Materialien sind auf intensive sportliche Nutzung ausgelegt.

Lieferumfang:

- Trägerelemente aus Aluminium
- alle benötigten Winkel und Schrauben zur Verbindung
- 1 x Reckstange mit \varnothing 34 mm
- 1 x Reckstange mit \varnothing 42 mm
- Montageanleitung

Eine der Reckstangen kann zur Stabilisierung und eine zum Trainieren verwendet werden. Somit können Sie wählen, ob Sie mit einer 34 mm und 42 mm Stange trainieren möchten.

Schrauben zur Bodenbefestigung sind nicht im Lieferumfang enthalten.

Produkteigenschaften

Nutzergruppe	Sportler
Muskelgruppen	Brust, Nacken, Schulter, Rücken, Arme, Oberkörper, Trizeps, Oberarme
Crossselling Ähnliche Artikel	Fitnesskit
Trainingsziele	Ausdauer, Kraft

Produkt Merkmale

- **Qualitätsprodukt - Made in Germany**
- **Für Außenbereich und Innenraum**
- **Zwei Reckstangen \varnothing 34 mm \varnothing 42 mm**
- **Stabilität durch ausgeladene Füße**
- **Individuell anpassbares Trainingsgerät**
- **Reckstangen mit griffiger Oberfläche**
- **Durchdachtes und stabiles Sportgerät**
- **Modernes Design**
- **Belastbar - geeignet für Weighted Calisthenics**
- **Unkomplizierte Montage**

Technische Daten

Material

Aluminium-Profile schwarz eloxiert
Stahlrohre, pulverbeschichtet

Länge

ca. 1150 mm

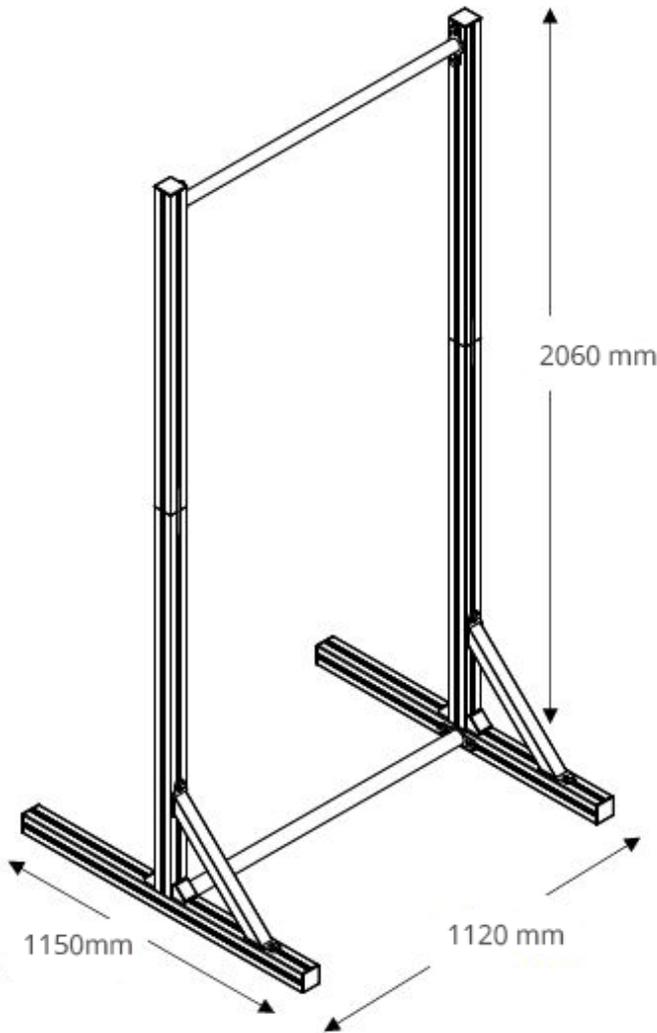
Profil

ca. 1120 mm

-
f
-
r

2060 mm

kg



13-RSNAB

Image not found or type unknown

Trainierte Muskelgruppen

Durch Calisthenics-Übungen werden immer viele Muskelpartien gleichzeitig beansprucht. Dadurch unterscheidet es sich von Übungen an Maschinen, die eher punktuell bestimmte Muskeln ansprechen.

Es kommt zwar auch beim Eigengewichtstraining zu einer stärkeren Definition der Muskulatur. Aber im Vordergrund steht, eine für die Beweglichkeit zuträgliche Kraft aufzubauen, die ein positiveres Körpergefühl erzeugt, und im Alltag oder in anderen Sportarten zu spürbaren Verbesserungen führt.

Mit der Calisthenics Station Klimmzug kann ein abwechslungsreiches Workout für Arm-, Rücken- und Brustmuskulatur durchgeführt werden. Die Klimmzugstange eignet sich sowohl für Ausdauer- als auch für Kraftübungen.

Die Calisthenics Station Liegestütz und Body Row kann kann bei Bedarf auch als Liegestütz-Trainer aufgebaut werden. Die Calisthenics Station Liegestütz finden Sie [hier](#).

calisthenics-station-leigestuetz-und-body-row-calisthenics-station-liegestuetz

Image not found or type unknown

Weitere Bilder

