

Outdoor Fitnessgerät Kombi Skitrainer Hüfttrainer Edelstahl

Outdoor Fitnessgerät aus Edelstahl für den öffentlichen Fitnesspark ?
robuste Qualität und sichere Handhabung ? platz- und kostensparende
Gerätekombination

Artikelnummer BG-7802-7803-7800-INOX-N



Produktbeschreibung

Dieser Artikel kombiniert zwei Movu Fitnessgeräte aus Edelstahl an einem Standpfosten.

Den [Movu Skitrainer](#) und den [Movu Hüfttrainer](#).

Durch die Anbringung von zwei Geräten an einem Standpfosten

- sparen Sie deutlich Kosten
- verringern Sie Ihren Montageaufwand
- sparen Sie Platz, so dass sich gegebenenfalls mehr Geräte auf dem geplanten Areal unterbringen lassen

Die Outdoor Fitnessgeräte der **Serie Movu** sind

- zuverlässige
- langlebige
- robuste
- und optisch ansprechende

Elemente **für den Fitnesspark im Freien**.

Sie erfüllen die sicherheitstechnischen Anforderungen für standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich nach **DIN EN 16630:2015**.

Mit ihrem frischen und klaren Design lassen sich die Movu Fitnessgeräte sowohl in Grünanlagen als auch auf städtischen Plätzen integrieren.

Hochwertiger Edelstahl und eine solide Verarbeitung gewährleisten

- einen dauerhaften Einsatz auch unter widrigen Witterungsbedingungen.
- ein gefahrloses Trainieren mit hohem Motivations- und Spaßfaktor.

Alle Materialien sind auf intensive sportliche Nutzung und klimatische Einflüsse ausgelegt:

- Pfosten und Trainingselement aus Edelstahl AISI 304
- bewegliche Trittplatten-Halterung aus sandgestrahltem Stahl (S235JR), mehrlagig pulverbeschichtet
- Trittflächen aus UV- und feuchtigkeitsbeständigem Hochdrucklaminat (HPL) mit rutschhemmender Oberfläche
- Rohr-Enden mit Kappen aus weichem EPDM-Gummi
- Gelenk mit Pendelrollenlager in wasserdichtem Gehäuse, wartungsfrei
- Verbindungsmaterialien wie Schrauben und Muttern ausschließlich aus Edelstahl
- Label mit Nutzungshinweisen aus anodisiertem Aluminium
- Display für Label aus Polyamid in Limonengrün

Die Outdoor Fitnessgeräte der Serie Movu bieten wir auch in Ausführungen mit Pulverbeschichtung an, die eine individuelle farbliche Gestaltung erlauben.

- [Zur Serie Movu Edelstahl gelangen Sie hier.](#)
- [Zur Serie Movu mit Farbauswahl gelangen Sie hier.](#)



kel zusammenfügen. Falls Sie Ihre gewünschte
ulieren Ihnen gerne den Vorteilspreis.

Lieferumfang

- Träger-Pfosten
- 2 Trainingselemente, vormontiert
- Label mit Benutzungshinweisen
- Verbindungsmaterial
- Bodenanker und zugehöriges Verbindungsmaterial zum Einbetonieren
- Ankerbolzen und zugehöriges Verbindungsmaterial zum Aufdübeln
- Montageanleitung

Produkteigenschaften

Crossselling Ähnliche Artikel	Movu Serie Edelstahl
Trainingsziele	Agilität, Ausdauer
Nutzergruppe	Senioren, Sportler
Muskelgruppen	Rücken, Bauch
Material	Edelstahl

Produkt Merkmale

- Outdoor Fitnessgerät aus hochwertigem Edelstahl
- Kombiniert zwei Einzelgeräte
- Trainiert die Beweglichkeit der Hüfte
- ungewohnte Bewegung schult die Körperkoordination
- für Senioren und sportliche Nutzer
- stabile Bodenbefestigung durch Einbetonieren oder Aufdübeln
- Für einen dauerhaften Einsatz im Außenbereich geeignet
- entspricht EN 16630:2015
- für standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich
- geeignet für Personen ab 14 Jahren mit einer Körpergröße von min. 140 cm

Technische Daten

Material	Edelstahl
Material Trittfläche	Hochdrucklaminat
Maße (H x B x T)	ca. 2000 x 820 x 1700 mm
Gewicht Pfosten	ca. 15 kg
Gewicht Hüfttrainer	ca. 20 kg
Gewicht Skitrainer	ca. 60 kg
maximale Fallhöhe	400 mm*
Bodenbefestigung	aufdübeln oder einbetonieren
Max. Körpergewicht pro Nutzer	150 kg

* Die maximale Fallhöhe ist ausschlaggebend dafür, welcher stoßdämpfende Boden für das jeweilige Fitnessgerät gesetzlich vorgeschrieben ist. Bei einer Fallhöhe von 400 mm gilt laut **Norm EN 16630: Beton, Stein, Bitumengebundener Boden.**

Alternativ dazu finden Sie in unserem Shop [Fallschutzplatten für eine Fallhöhe bis 1,0 m.](#)

TÜV SÜD
Image not found or type unknown

Das Outdoor Fitnessgerät ist durch den TÜV SÜD geprüft und bestätigt. Das Fitnessgerät entspricht den Bestimmungen der EN 16630 - Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich.

Bei Fragen zur EN Norm und zu den einzuhaltenden Sicherheitsanforderungen [beraten wir Sie gerne](#).

Ausführung der Übung Skitrainer

Halten Sie sich an den seitlichen Griffen oder an der Querstange fest, je nachdem, was für Sie am bequemsten ist. Steigen Sie mit beiden Füßen vorsichtig auf die Trittfläche. Beginnen Sie nun, mit den Beinen hin und her zu schwingen. Der Oberkörper sollte dabei relativ gerade bleiben.

Empfohlener Richtwert für die Ausführung:

- 3 Durchgänge von jeweils 1, 2 oder 3 Minuten
- ca. 1 Minute Pause zwischen den Durchgängen

Beginnen Sie die Übung mit einer wenig intensiven Ausführung. Passen Sie Intensität, Geschwindigkeit und Häufigkeit der Übung Ihrem individuellen Fitnessstand an. Vermeiden Sie Überanstrengung und bleiben Sie immer etwas unterhalb Ihrer maximalen Leistungsfähigkeit.

Ausführung der Übung Hüfttrainer

Wie in der Abbildung zu sehen fassen Sie die Griffe mit beiden Händen und platzieren Ihre Füße auf der Trittplatte.

Drehen Sie Ihren Unterkörper abwechselnd zu der einen und der anderen Seite. Der Oberkörper bleibt geradeaus gerichtet. Spannen Sie dazu Ihre Bauchmuskulatur an.

Empfohlener Richtwert für die Ausführung:

- 3 Durchgänge von jeweils 1, 2 oder 3 Minuten
- ca. 1 Minute Pause zwischen den Durchgängen

Beginnen Sie die Übung mit einer wenig intensiven Ausführung. Passen Sie Intensität, Geschwindigkeit und Häufigkeit der Übung Ihrem individuellen Fitnessstand an. Vermeiden Sie Überanstrengung und bleiben Sie immer etwas unterhalb Ihrer maximalen Leistungsfähigkeit.

outdoor-fitnessgeraet-skitrainer-movu-bg-7802-uebung

Image not found or type unknown

Weitere Bilder

