

Outdoor Fitnessgerät Brustpresse Movu

Outdoor Fitnessgerät aus pulverbeschichtetem Stahl für den öffentlichen Fitnesspark ? robuste Fertigung, sichere Funktionalität ? Kräftigung der Brustmuskulatur

Artikelnummer BG-7813-7800-N



Produktbeschreibung

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.

In einem aufwendigen Verfahren vor Korrosion geschützter Stahl 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 sandgestrahltem und mehrfach pulverbeschichtetem Stahl
- Sitz aus vandalismus-sicherem, dreilagigem HDPE-Kunststoff, Feuchtigkeits- und UV-unempfindlich
- Rohr-Enden mit Kappen aus weichem EPDM-Gummi
- Bewegungsstopper aus langlebigem Polyurethan
- Verbindungsmaterialien wie Schrauben und Muttern ausschließlich aus Edelstahl
- Label mit Nutzungshinweisen aus anodisiertem Aluminium
- Display für Label aus Polyamid in Limonengrün

Die Serie Movu bietet Ihnen weitreichende Möglichkeiten der Farbgestaltung, was Trainingselemente, Pfosten und HDPE-Komponenten betrifft. Ausführliche Informationen zu Farbvariation und Beschichtungsverfahren finden Sie weiter unten in diesem Angebot.

Neben den pulverbeschichteten Varianten bieten wir alle Movu Fitnessgeräte auch in einer unbeschichteten Version aus Edelstahl an.

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

Lieferumfang

- Träger-Pfosten
- vormontiertes Gerät
- Label mit Benutzungshinweisen
- Verbindungsmaterial
- Bodenanker und zugehöriges Verbindungsmaterial zum Einbetonieren
- Ankerbolzen und zugehöriges Verbindungsmaterial zum Aufdübeln
- Montageanleitung

Produkteigenschaften

Nutzergruppe	Senioren, Sportler
Crossselling Ähnliche Artikel	Movu Serie Pulverbeschichtet
Muskelgruppen	Brust, Nacken, Schulter, Oberarme
Trainingsziele	Ausdauer, Kraft
Material	Metall, pulverbeschichtet

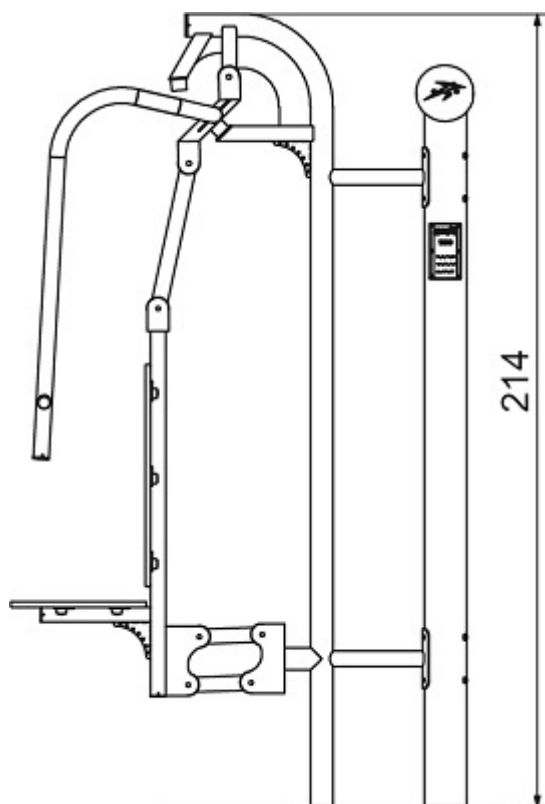
Produkt Merkmale

- Outdoor Fitnessgerät aus pulverbeschichtetem Stahl
- aufwendiges Beschichtungsverfahren zum Schutz vor Korrosion
- Farbgestaltung individualisierbar
- Pressen der Griffe hebt das eigene Körpergewicht
- Kräftigt die Muskulatur des Oberkörpers und der Arme
- für Senioren und sportliche Nutzer
- mit anderen Geräten der Movu Serie zu Doppelgerät kombinierbar
- 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:	sandgestrahlter Stahl, 3-fach pulverbeschichtet
Material Sitzfläche:	HDPE
Länge	ca. 950 mm
Breite	ca. 1250 mm
Höhe	ca. 2140 mm
Gewicht Pfosten	ca. 15 kg
Gewicht Trainingselement	ca. 42 kg
maximale Fallhöhe	700 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 700 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

Nehmen Sie auf der Sitzfläche Platz und fassen die beiden Griffe der Hebel (siehe Abbildung).

Pressen Sie nun die Griffe nach vorn von sich weg. Atmen sie dabei aus. Dabei wird der Sitz angehoben. Sie drücken also Ihr eigenes Körpergewicht in die Höhe.

Anschließend bewegen Sie die Arme etwas langsamer wieder in die Ausgangsposition zurück und atmen dabei ein.

Empfohlener Richtwert für die Ausführung:

- 3 Durchgänge mit jeweils 3, 5 oder 15 Wiederholungen
- 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-brustpresse-movu-pulver-bg-7813-uebung

Image not found or type unknown

