

Calisthenics Station Dips

Die Calisthenics Station Dips ist robust und ideal für den Außenbereich ? Für Übungen wie Dips ? Schneller Zusammen- und Auseinanderbau | Freisport.de

Artikelnummer FKT-FK-00-5



Produktbeschreibung

Die Calisthenics Station Dips 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 Dips, Liegestütze, Rudern, Trizeps Extension, L-Sit, Beinheben aufgestützt, die Krähe, Planche, Front-Lever, Back-Lever und Handstand.

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 Complete Dips sind

- Geringes Gewicht
- Hohe Stabilität
- Verstellbare Breite
- Einfacher Aufbau
- Modernes und stilvolles Design

Hochwertige und stabile Materialien:

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

Eine hochwertige Pulverbeschichtung schützt die roten 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:

- 2 x Standfüße
- 2 x u-förmige Stangen mit $\varnothing$ 42 mm
- Montageanleitung

Schrauben zur Bodenbefestigung sind nicht im Lieferumfang enthalten.

Produkteigenschaften

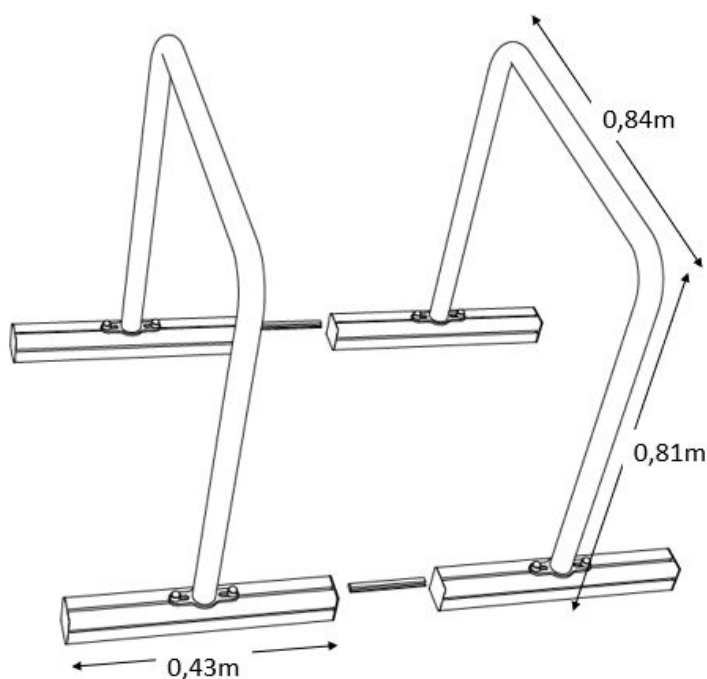
Nutzergruppe	Sportler
Muskelgruppen	Brust, Schulter, Rücken, Arme, Oberkörper, Trizeps, Oberarme, Waden
Crossselling Ähnliche Artikel	Fitnesskit
Trainingsziele	Ausdauer, Kraft

Produkt Merkmale

- Qualitätsprodukt - Made in Germany
- Für Außenbereich und Innenraum
- Leicht zu verstauen
- Ideal zum Mitnehmen
- Breite individuell anpassbar
- Trainingsstangen mit griffiger Oberfläche
- Durchdachtes und stabiles Sportgerät
- Modernes Design
- Unkomplizierte Montage

Technische Daten

Material	Aluminium-Profil schwarz eloxiert Stahlrohre, pulverbeschichtet
Länge	ca. 850 mm
Breite	ca. 850 mm
Höhe	ca. 820 mm
maximales Körpergewicht	150 kg



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 Dips können eine Vielzahl von kräftigenden Übungen durchgeführt werden, die auf Oberkörper, Bauchmuskeln und Körpermitte abzielen.

Weitere Bilder

