

PRODUCTNUMMER: ART0001632

Advanced training frame



PRODUCTBESCHRIJVING

De Advanced training frame is een outdoor crossfitstation van 1147 x 664 x 302 cm met extra betonblokken voor verankering. Geschikt vanaf 1,40 m, met een valhoogte van 1,0 m. Ideaal voor veelzijdige trainingen in sportparken en openbare fitnesszones.

SPECIFICATIES

Afmeting	1148x665x302cm
Gewicht	600kg
Leeftijdsgroep	Vanaf 14 jaar
Montage	Op betonpoeren
Trainingszone	1148x968cm
Valhoogte	232cm
Verpakkingsvolume	1,5m ³

BESTEKTEKST

Constructie en materialen

- Constructie van sterk staal, thermisch verzinkt en voorzien van een hoogwaardige poedercoating
- Ontworpen voor intensief dagelijks gebruik in openbare buitenruimtes
- Slijtvaste greepontwerpen voor veilige grip tijdens dynamische oefeningen
- Alle bevestigingspunten en verbindingen zijn vandalismebestendig en weers- en UV-resistent
- Onderhoudsarm ontwerp geschikt voor langdurige plaatsing in elke buitenomgeving

Functionele beschrijving

- De Advanced Training Frame biedt een zeer breed scala aan workout-mogelijkheden, waaronder:
 - Monkey bars
 - Pull-ups & chin-ups
 - Parallel bars
 - Dips
 - Rings en suspensietraining
 - Klimladders
 - Swing-overs en traverse-oefeningen
 - Mobility & coordination oefeningen
 - Step-up / plyo-platform (indien voorzien)
- Belaste spiergroepen:
 - Rugspieren (latissimus dorsi, trapezius)
 - Borst & schouders
 - Armen en gripkracht
 - Core-stabiliteit
 - Benen en heupbuigers
- Volledige lichaamstraining door combinatie van kracht, mobiliteit en cardio
- Het toestel ondersteunt zowel beginners als gevorderde sporters en is bovendien geschikt voor circuittrainingen en bootcamps

Installatie en plaatsing

- Geschikt voor zowel in-ground als surface mount installatie
- Vrije valhoogte: 1,0 meter
- Aanbevolen ondergrond: rubbertegels, kunstgras of valdempende zone conform EN-normen
- Door de omvang (11+ meter) is plaatsing in een ruime outdoor trainingszone vereist