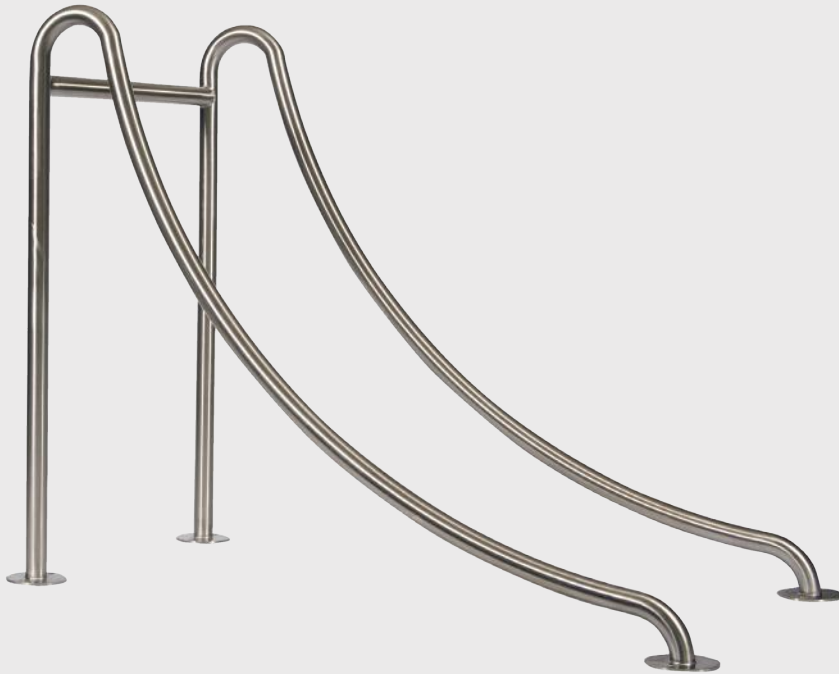


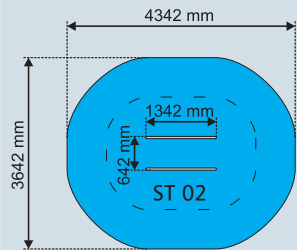
# ST 02 - Liegestützbarren



## Kräftigt die **Oberarm-** und **Brustmuskulatur**

Stellen Sie sich vor das Gerät und stützen Sie sich mit den Händen auf den Barren ab. Bauen Sie Körperspannung auf und machen Sie Liegestützen.

Probieren Sie verschiedene Griffhöhen. Je tiefer die Griffposition, desto stärker wird die Belastung. Sie können auch abwechselnd ein Bein anheben.



**Montage:**

Das Gerät wird komplett montiert angeliefert und bauseits einbetoniert (eine Montageanleitung ist auf [www.saysu.de](http://www.saysu.de) bzw. auf Anfrage erhältlich). Für die Planung stehen 2D- und 3D-Daten zur Verfügung. Produktabbildungen können u. U. vom Original abweichen – Vorbehalt der technischen Modifikation.



**Länge:** 1342 mm  
**Breite:** 642 mm  
**Höhe:** 1106 mm

**Stellfläche:** 0,86 m<sup>2</sup>

**Benötigte Stellfläche:** 4342 x 3642 mm

**Volumen:** 0,95 m<sup>3</sup>

**Gewicht:** 13 kg

**Rohrmaße:** Durchmesser: 42,4 mm      Stärke: 2 mm

**Metallteile:** Edelstahl

**Zertifikate:** TÜV und GS nach „DIN EN 16630:2015 Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich“

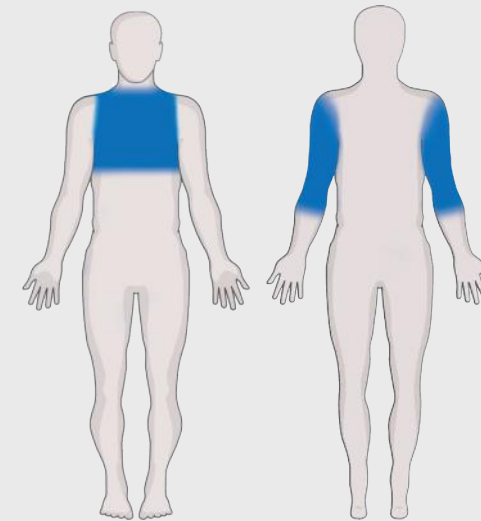
**Altersangabe:** Kinder unter 14 Jahren sollten die Geräte nur unter Aufsicht der Eltern benutzen

**Maximalgewicht:** 130 kg

**Sicherheitsabstand:** 1,50 m

**Fallhöhe:** < 1 m (möglicher Untergrund siehe DIN 79000:2012-05 Tab. 2 bzw. Montageanleitung)

**Sicherheitseinrichtung:** Nicht erforderlich



- Kraft
- Ausdauer
- Koordination
- Beweglichkeit
- Entspannung

**Kräftigt die Oberarm- und Brustmuskulatur**

**Funktion:** Wegdrücken des Oberkörpers

**Wirkung:** Kräftigung der Oberkörpermuskulatur

**Personen:** 1