

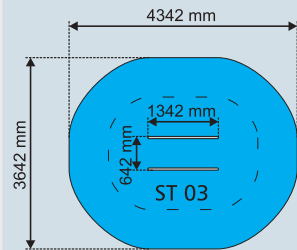
ST 03 - Armzugbarren



Kräftigt die **Oberarm-, Brust- und Rückenmuskulatur**

Stellen Sie sich zwischen die Barren und hängen Sie sich von unten daran. Bauen Sie Körperspannung auf. Ziehen Sie sich an die Streben heran. Halten Sie kurz die Position und bewegen Sie sich wieder langsam zurück.

Probieren Sie verschiedene Griffhöhen. Je tiefer die Griffposition, desto stärker wird die Belastung.



Montage:

Das Gerät wird komplett montiert angeliefert und bauseits einbetoniert (eine Montageanleitung ist auf 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: 1621 mm

Stellfläche: 0,86 m²

Benötigte Stellfläche: 4342 x 3642 mm

Volumen: 1,40 m³

Gewicht: 21 kg

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

Metallteile: Edelstahl

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

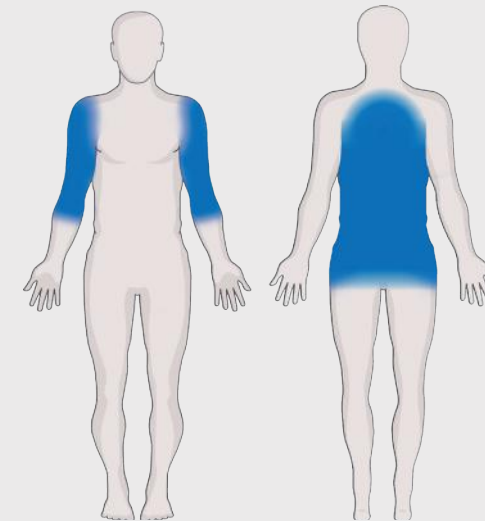
Altersangabe: Kinder unter 14 Jahren sollten die Geräte nur unter Aufsicht der Eltern benutzen

Maximalgewicht: 130 kg

Sicherheitsabstand: 1,50 m

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

Sicherheitseinrichtung: Nicht erforderlich



- Kraft
- Ausdauer
- Koordination
- Beweglichkeit
- Entspannung

Kräftigt die Oberarm-, Brust- und Rückenmuskulatur

Funktion: Heranziehen des Oberkörpers

Wirkung: Kräftigung der Rückenmuskulatur

Personen: 1