



Projekt: Kulturverein Wiederau

Outdoor-Fitnesspark

Gerät: Calisthenics Functional 6 von Elements Sports



An der Outdoor Fitnessanlage können bis zu sechs Personen gleichzeitig trainieren. Anders als an den meisten öffentlichen Calisthenics-Geräten dürfen an den Anlagen der Serie auch **Jugendliche und Kinder unter 14** Jahren ohne Aufsicht trainieren. Die Geräte sind nach zwei EN Normen für den öffentlichen Raum zertifiziert:

EN 16630:2015 für standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich für Jugendliche und Erwachsene oder Benutzer ab einer Körpergröße von mindestens 1400 mm

EN 1176-1:2017 Spielplatzgeräte und Spielplatzböden

Neben dem klassischen Outdoor-Fitnesspark ergeben sich somit für Calisthenics Functional Anlagen weitere interessante Einsatzmöglichkeiten:

- Schulhöfe Outdoor
- Fitnessparks für Eltern und Kinder
- Spielplätze Öffentliche Plätze mit Kinder-Spielgeräten
- Ergänzung von Mehrgenerationenparks

DIE KOMPONENTEN DER CALISTHENICS FUNCTIONAL-ANLAGE

2 x Klimmzugstange 1 x Hangelleiter 1 x Sprossenwand 1 x Bauch- / Liegestütztrainer 1 x Dipstangen

1 x Rudern / Liegestütz / Dip Bar / Kniebeuge - Helfer

Trainingsmöglichkeiten:

Die Calisthenics Functional Anlage ermöglicht die Ausführung von fast allen üblichen Übungen aus dem Bereich **Street-Workout** sowie vielen **Functional Fitness** Übungen. Unter anderem:

Klimmzüge (Pull-Ups) | Dips | Leg-Raises | Human Flag | Muscle-Ups | Body Rows | Hanging Abs | Inversionsübungen | Crunches | Kniebeugen (Squats) | Sit-Ups | Liegestützen

Modulsystem:

Jedes Calisthenics Functional Rig ist **erweiterbar** und die zahlreichen Anbauteile können **auf vielfältige Art miteinander kombiniert** werden. Es ist durch den TÜV bestätigt, dass auch kombinierte Komponenten die Vorgaben von EN 16630 und EN 1176 erfüllen.