



Übungsbeispiel: Dips mit erhöhter Beinauflage



Übungsbeispiel: Reverse Pull-Up

▶ Weitere Übungsbeispiele online:
sport-thieme.de
11 273 0905 🔍

1 | ab **199,95**

- ✓ Stabile Stahlrahmenkonstruktion für dreidimensionales Training
- ✓ Unzählige Übungsmöglichkeiten, wie z. B. Dips, Pull-Ups, Knee Lift, Front Lever Hold, uvm.



Übungsbeispiel: Klimmzug

1 | Sport-Thieme Bodyweight Gym

Für zahlreiche Pull-Up-Variationen, Dips, Knee Lifts, Front Lever uvm. Höhenverstellbare Klimmzugstange. Aus Stahl-Rundrohr (ø: 35 mm) mit verchromten Bügeln (ø: 30 mm). L (Stellbügel): 80-120 cm in 10 cm Schritten. H (Klimmzugstange): 125,5-195,5 cm in 10 cm Schritten. Belastbar bis 100 kg. Ca. 19 kg.

11 273 0905

▶ Video online
Stück 219,—
je Stück **199,95**

ab 5

✓ Für Calisthenics und Bodyweight-Training

2 | PowerCube

Für Calisthenics und Bodyweight-Training. Fördert Koordination, Kraft und Körperkontrolle. Dreidimensionales Training möglich. Aus verzinktem Stahl, (LxBxH): 113x63x63 cm, ø Gestänge: ca. 34 mm, max. bis 150 kg belastbar, 22 kg.

11 235 3803

▶ Video online
Stück 159,95

▶ Produktvideo online:
sport-thieme.de
11 235 3803 🔍

