

Kurzhandeln & Gewichtsbälle

✓ **Mit praktischen Schlaufen**



- 0,5 kg, Blau
- 1 kg, Rot
- 1,5 kg, Grün
- 2 kg, Violett
- 3 kg, Schwarz

1 | Sport-Thieme Aerobic Handeln

Softgummi ummantelt, komfortabel, verstellbare Hand- und Fußschleife mit Klettverschluss.

11 147 4305	0,5 kg, Blau ab 10	Paar 15,95 je Paar 13,95
11 147 4318	1 kg, Rot ab 10	Paar 19,95 je Paar 16,95
11 147 4321	1,5 kg, Grün ab 10	Paar 24,95 je Paar 20,95
11 147 4334	2 kg, Violett ab 10	Paar 29,95 je Paar 24,95
11 147 4347	3 kg, Schwarz ab 10	Paar 34,95 je Paar 29,95



✓ **Weiche Handel**
✓ **Ideal auch für den Seniorensport**

2 | Sport-Thieme Soft-Handel

Für Kräftigungsübungen und als Zusatzgewicht beim Ausdauersport nutzbar. Mit Handgriff für besseren Halt. Mit Sandfüllung. Obermaterial aus Neopren. Schwarz-Rot (0,5 kg), Schwarz-Grün (1 kg).

11 267 3019	je 0,5 kg	Paar 12,95
11 267 3006	je 1,0 kg	Paar 14,95



✓ **Aus hochwertigem Ruten**
✓ **Rutschfester Griff**

3 | Toqu Mini-Handel aus Ruten

Die klassische Handel im neuen Look und Material. Das Ruten schützt Bodenbeläge vor Beschädigungen. Die lose Gewichtsfüllung gibt einen weiteren Trainingseffekt. Sicherer und rutschfester Griff durch genoppte Fläche. Ruten ist pflegeleicht und abwaschbar. Die Handel kann auch im Wasser benutzt werden und rostet nicht.

[Video online](#)

250 g, Frühlingsgrün	11 220 0301	Stück 6,95
500 g, Pink	11 220 0314	Stück 7,95
1 kg, Blau	11 220 0327	Stück 9,95

Set

4 | Sport-Thieme Vinyl-Fausthandel-Set

Set-Bestandteile:

- 2 Vinyl Fausthandeln, 1,5 kg, Seite 309, 2]
- 2 Vinyl Fausthandeln, 3 kg, Seite 309, 2]
- 2 Vinyl Fausthandeln, 5 kg, Seite 309, 2]
- 1 praktischer Ablageständer

LxBxH: 38x38x28 cm.

Set
11 146 4610
ab 5

21,85 sparen!
~~76,00~~ 54,95
je Set 49,95

Sets

5 Jahre Garantie

5 | Sport-Thieme Kurzhandel-Set

Kurzhandeln mit auswechselbaren Scheiben aus Gusseisen. Kurzhandelstange 35 cm lang, ø 30 mm, ca. 2,5 kg. Bestückung 10, 15 oder 20 kg.

- **Set 1:** 2x 1,25 kg, 2x 2,5 kg + Stange = 10 kg
- **Set 2:** 2x 1,25 kg, 2x 5 kg + Stange = 15 kg
- **Set 3:** 2x 1,25 kg, 2x 2,5 kg, 2x 5 kg + Stange = 20 kg

5 Jahre Garantie!

Set 1 = 10 kg
11 146 5509
ab 6

Set 2 = 15 kg
11 146 5512
ab 6

Set 3 = 20 kg
11 146 5525
ab 6

5,90 sparen!
Set ~~35,85~~ 29,95
je Set 27,95

5,90 sparen!
Set ~~45,85~~ 39,95
je Set 37,95

9,80 sparen!
Set ~~59,75~~ 49,95
je Set 47,95

Set

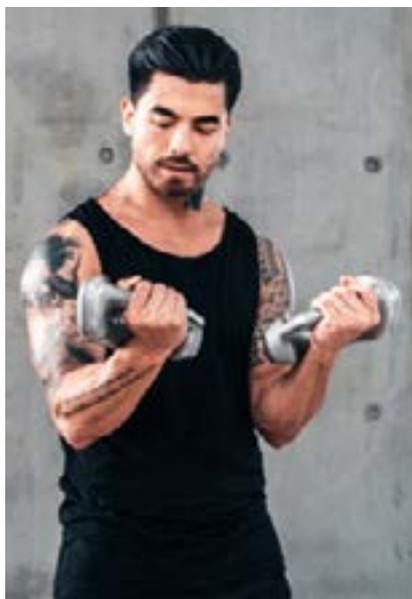
6 | Sport-Thieme 10 kg Handel-Set inkl. Koffer

Das Handel-Set im praktischen Aufbewahrungskoffer.

Set-Bestandteile:

- 1 Chrom-Handelstange mit gummiertem Griff, ø 30 mm
- 2 Chrom-Handelscheiben mit Gummieinlage, 2,5 kg
- 2 Chrom-Handelscheiben mit Gummieinlage, 1,25 kg
- 2 Sternverschlüsse
- 1 ABS-Aufbewahrungskoffer

11 146 5613
Stück 39,95



Neu!



7 | Neu! YAB Fitness Kurzhandel „3-in-1“

Multifunktionelle Kurzhandel in einzigartiger Form. Durch verschiedene Griffmöglichkeiten 3 Gewichte je Handel möglich. Umfangreiche Trainingsmöglichkeiten für alle Fitnesslevel. Aus Gusseisen mit PVC-Ummantelung.

In 6 Gewichtsabstufungen.

11 298 3208	1,3 kg	1 Paar 39,95
11 298 3211	2,4 kg	1 Paar 49,95
11 298 3224	4,1 kg	1 Paar 64,95
11 298 3237	5,9 kg	1 Paar 79,95
11 298 3240	7,6 kg	1 Paar 94,95
11 298 3253	9,8 kg	1 Paar 114,95

[Video online](#)

Gewichtsbälle



8 | TheraBand Gewichtsballe „Soft Weight“

Die Soft Weights von TheraBand sind die weiche Alternative zu herkömmlichen Gewichtsmanschetten oder Handeln. Handlich und in Ballform bieten sie einen funktionellen und gefälligen Griff für ein- oder beidseitige Übungsfolgen. ø 11 cm.

11 148 3707	0,5 kg, Beige	Stück 16,95
11 148 3710	1 kg, Gelb	Stück 18,95
11 148 3723	1,5 kg, Rot	Stück 21,95
11 148 3736	2 kg, Grün	Stück 24,95
11 148 3749	2,5 kg, Blau	Stück 26,95
11 148 3752	3 kg, Schwarz	Stück 28,95

9 | TheraBand Gewichtsbälle Set

Das Set besteht aus je einem Ball je Farbe.

11 148 3765	Set	18,75 sparen! Set 119,95
-------------	-----	------------------------------------