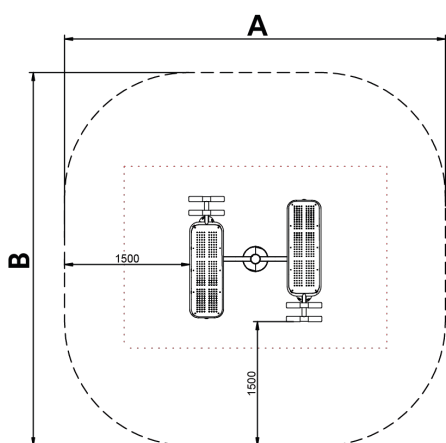




Die BENITO Outdoor Fitness Elemente ermöglichen Erwachsenen, und vor Allem älteren Menschen, im Außenbereich sportliche Tätigkeiten auszuüben. Sport im Freien belebt Körper und Geist, verbessert das Allgemeinbefinden und die Lebensqualität, und fördert gleichzeitig einen gesunden Lebensstil und soziale Kontakte. Für die Gesundheit: Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems, Muskelaufbau, Beweglichkeit, Flexibilität und Koordination. Soziale Funktionen: Gemeinsame sportliche Tätigkeit, Förderung der Integration und einer verbesserten Nutzung des öffentlichen Raumes.

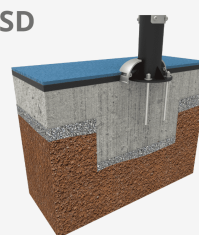


A=4610mm 18.90m² 0.56m 2

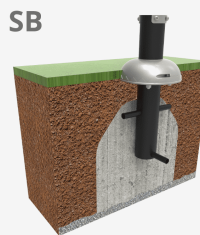
B=4520mm



SD



SB



Materialien

Funktion und trainierte Muskulatur: Trainiert die komplette Bauchmuskulatur sowie Brustmuskeln, Lendenmuskeln und Trizeps. Verbessert die Stabilität des Oberkörpers. Ausführung der Übung: Legen Sie sich auf die Liege äche und stellen Sie Ihre Füße auf der unteren Ablage ab. Mit den Händen hinter dem Kopf und nach vorne gerichteten Ellenbogen richten Sie den Oberkörper auf und gehen langsam zurück.

Bodenanker-Schrauben nicht enthalten.

Spielfunktionen



Alternativen:



JSA004N



JSA002N



JSA003N



JSA006N



JSA014N



JSA018N



JSA007N



JSA001N



JSA010N



JSA009N



JSA008N



JSA011N



JSA005N