

SCHLINGENTRAINING



VARIOSLING®
einfach vielseitig trainieren
made in GERMANY

Das Schlingentraining ist die effektivste Trainingsmethode für die gelenkstabilisierenden Muskeln. Vor allem im Bauch- und Rückenbereich wird die tieferliegende Muskulatur erreicht. Schlingentrainer sind absolut alltagstauglich und fast überall zu befestigen. Das Geniale: Man braucht 1. nur das eigene Körpergewicht und 2. den Variosling® Sling-Trainer. Der Sling-Trainer ist ein innovatives, hocheffektives Fitness-Tool, mit dem sich Anfänger und Profis überall ganz leicht in Form bringen können. Zwischenzeitlich ist das Suspension Training in vielen Fitnessstudios und nahezu allen Sportarten etabliert und findet immer mehr den Weg in den Privatbereich, da der Schlingentrainer sich mit einem Türanker schnell und einfach an jeder Tür befestigen lässt, sodass einem vielseitigen und intensiven Schlingentraining nichts mehr im Wege steht. Nach dem Training wird der Variosling® einfach und platzsparend im mitgelieferten Netz verstaut.



VarioSling® Basic Paket

Produktspezifikationen:

- Länge des VarioSling® Basic von 190 - 270 cm stufenlos einstellbar
- Gesamtgewicht beträgt 600g
- über 300 Übungen möglich
- geeignet für Heimanwender und Slingfitness-Anfänger

Lieferumfang:

- VarioSling® Basic Trainer
- Decken- und Wandhalterung aus Edelstahl
- Türanker
- praktisches Aufbewahrungsnetz
- Slingfitness DVD Vol. 1-3 und 2.2
- Übungsposter mit 10 Übungen
- Übungshandbuch mit 16 Übungen
- Trainingshinweise

33022 Set

VarioSling® Professional

Produktspezifikationen:

- Länge des VarioSling® Professional von 190 - 330 cm stufenlos einstellbar
- Gesamtgewicht beträgt 800 g
- über 300 verschiedene Übungen
- geeignet für die regelmäßige Trainingsarbeit von Fitnesstrainern, Physiotherapeuten und Profisportlern

Lieferumfang:

- VarioSling® Professional Suspension Trainer mit austauschbaren Grifffschlaufen
- Türanker und Karabiner zur Befestigung
- Slingfitness DVD Vol. 1
- Übungsposter mit 10 Übungen
- Übungshandbuch mit 16 Übungen
- Trainingshinweise
- Praktisches Aufbewahrungsnetz zum Transport

33023 Set

VarioSling® Professional Paket

Produktspezifikationen:

- Länge des VarioSling® Professional von 190 - 330 cm stufenlos einstellbar
- Gesamtgewicht beträgt 800 g
- über 300 verschiedene Übungen
- geeignet für die regelmäßige Trainingsarbeit von Fitnesstrainern, Physiotherapeuten und Profisportlern

Lieferumfang:

- VarioSling® Professional Suspension Trainer
- Decken- und Wandhalterung aus Edelstahl
- Türanker und Karabiner zur Befestigung
- Aufbewahrungsnetz
- Slingfitness DVD Vol. 1-3 + 2.2 mit über 70 Übungsvideos
- Übungsposter mit 10 Übungen
- Übungshandbuch mit 16 Übungen
- Trainingshinweise

33024 Set

NEU
im Sortiment



Slide Pads

Einsetzbar beim Fitnessstraining oder in der Physiotherapie bei stabilisierenden Schulter-, Hüft-, Kniegelenk- und Wirbelsäulenübungen. Mit fließenden Bewegungen stärken Sie die einzelnen Muskelgruppen. Die Oberfläche der Pads ermöglicht ein Gleiten über glatte Böden. 2er Set oval 31 x 22 cm aus Polyester und Schaumstoff.

32871 Set



NEU
im Sortiment



Fitness Set

Holen Sie sich mit dem Fitness Set einfach Ihr Fitnessequipment nach Hause. Das Set beinhaltet: 2 Vinylfausthanteln je 0,5 kg, 2 Vinylfausthanteln je 1 kg, Fitness Tube Expander leicht und Rope Skipping Seil 300 cm lang.

8106 Set



Schlingentraining

Schlingentraining - der ultimative Guide zum Ganzkörpertraining. 100 Übungen von leicht bis schwer sind hier alle mit detaillierten Bildfolgen dargestellt. Dieses Buch enthält 20 Übungsprogramme, von Spezialisten zusammengestellt. Auf einfache und schnelle Weise wird die Fitness des Sportlers verbessert. 192 Seiten mit 200 Farbfotos. Autor: Anders Berget & Lennart Krohn-Hansen.

42396