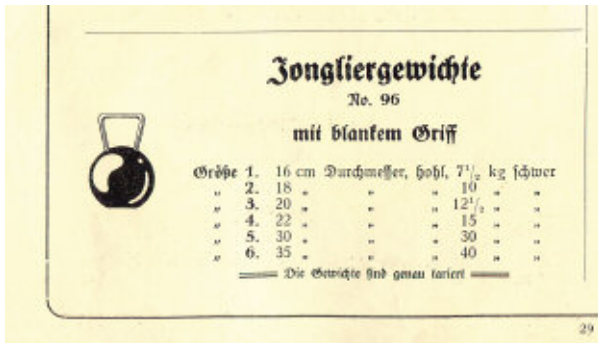


KETTLEBELLS

Kugelhanteln bzw. **Kettlebells** sind schon seit Ende des 19. Jahrhunderts bekannt. Modernes Kettlebell-Training ist Functional-Training. Die unscheinbaren Kettlebells fordern ganze Muskelketten statt isolierte Muskeln. Besonders der Rumpf, die Basis des Körpers wird gestärkt. Kettlebells sind das wohl beste Werkzeug für das Ganzkörpertraining. Bevor Sie beginnen möchten wir Sie darauf aufmerksam machen, dass es beim Training mit den Kettlebells ganz besonders wichtig ist, auf die richtige Körperhaltung zu achten, da beim Schwingen der Kettlebells sehr hohe Kräfte entstehen.



Auszug aus dem BENZ Sport Katalog von 1920.



NEU
im Sortiment

pro gym

Kettlebells

pro gym Kettlebells mit hautfreundlicher Neoprenbeschichtung, die den Boden schützt und Geräusche dämpft.

78901	4 kg
78902	6 kg
78903	8 kg
78904	12 kg



Kettlebells

Kettlebells Classic aus Gusseisen mit mattem, farbigem Vinylüberzug.

7556	4 kg	7559	12 kg
7542	6 kg	7560	16 kg
7557	8 kg	7561	20 kg
7558	10 kg	7562	24 kg
		7563	28 kg
		7564	32 kg

DAS ORIGINAL



Gewichtssack Bulgarian Bag

Der original Bulgarian Bag aus synthetischem Leder ist ein halbmondförmiger Schlauch, der mit Sand gefüllt und mit mehreren Griffen ausgestattet ist. Nahezu alle Übungen, die mit Kettlebells und Hanteln durchgeführt werden, können ebenfalls mit dem Bulgarian Bag absolviert werden. Zusätzlich kann er das Eigengewicht bei Klimmzügen, Kniebeugen, Dips, Liegestützen usw. erhöhen und so den Trainingsreiz intensivieren und nebenbei Schulter- und Nackenpartie stärken.

52244	5 kg, grün
52245	8 kg, blau
52246	12 kg, rot
52247	17 kg, grau
52248	22 kg, grau

NEU
im Sortiment



**8 KG / 10 KG / 12 KG /
14 KG / 16 KG**

Multigewichts Kettlebell

Die innovative Kettlebell vereint bestmögliche Funktionalität und Platzersparnis in einem Produkt. Im Inneren der Hantel sind 4 Gewichtsscheiben untergebracht die über das Schnellwechselsystem abgelegt oder aufgenommen werden können. Somit lässt sich das Gewicht variieren und es entsteht eine Kettlebell mit 8 kg, 10 kg, 12 kg, 14 kg oder 16 kg zur Verfügung. Zum Ändern des Gewichts wird oben einfach am Drehgriff das gewünschte Gewicht eingestellt und das nicht benötigte Gewicht bleibt auf dem Boden stehen. Diese Kettlebell ist sowohl für den Heimgebrauch als auch für Fitnessstudios geeignet.

7555



Kettlebells

Kettlebells aus Gusseisen.

8080	4 kg
8081	6 kg
8082	8 kg
8083	10 kg
8084	12 kg
8085	14 kg
8086	16 kg
8087	20 kg
8088	24 kg
8089	28 kg
8090	32 kg
8091	36 kg
8092	40 kg

Kettlebell-Set Leicht

4 er Kettlebell-Set bestehend aus 1x 4 kg, 1x 8 kg, 1x 12 kg 1x 16 kg, aus Gusseisen.

8093 Leicht-Set

Kettlebell-Set Mittel

4 er Kettlebell-Set bestehend aus 1x 12 kg, 1x 16 kg, 1x 20 kg 1x 24 kg, aus Gusseisen.

8094 Mittel-Set

Kettlebell-Set Schwer

4 er Kettlebell-Set bestehend aus 1x 20 kg, 1x 24 kg, 1x 28 kg 1x 32 kg, aus Gusseisen.

8095 Schwer-Set