

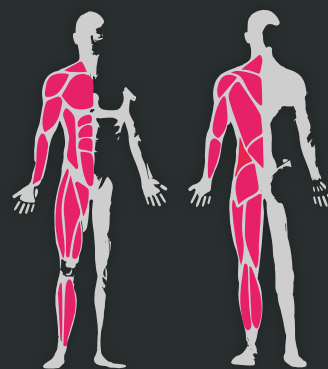
FITNESS	PISTON	LEST	CHARGEUR	R-PRO	INOX	STREET WORKOUT
STATION COMBO	PARCOURS SANTÉ	COMBATTANT	PLATEAU NINJA	FIGHT CLUB	SENIOR	MOBILIER

CROSS TRAINING V2



TRAVAILLER L'ENSEMBLE DU CORPS !

La Cross Training V2 permet de travailler l'ensemble du corps. Elle réunit 14 postes de travaux musculaire différents. Très populaire et fortement appréciée des sportifs.



DIMENSIONS



MARQUE DÉDIÉE



10 GARANTIE*
ANS



LES POSTES (1)

1 ÉCHELLE DE TRACTION

L'échelle de traction est idéal pour renforcer les biceps, la sangle abdominale et les muscles du dos.

2 ESPALIER

Il permet de s'étirer et d'améliorer la coordination des mouvements.

3 PONT DE SINGE

Le pont de singe est un exercice permettant d'améliorer sa résistance et sa force de traction.

4 DIPS

Les dips permettent de travailler les triceps, les pectoraux et les épaules.

5 ABDOS LOMBAIRES

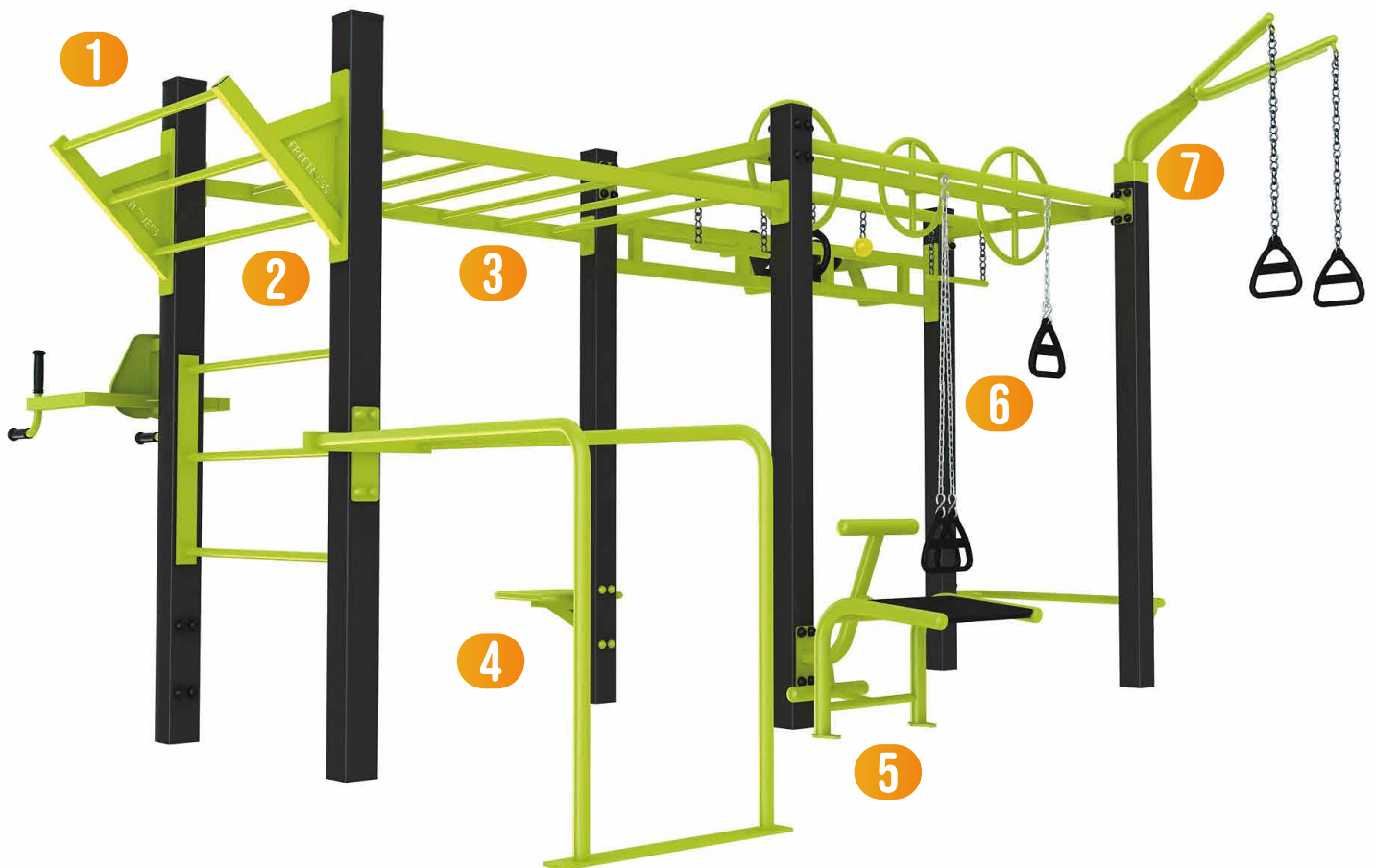
Le combiné abdos / lombaires est un support pour travailler l'ensemble de la sangle abdominale.

6 ANNEAUX TRX

Les anneaux TRX permettent de muscler l'ensemble du corps,

7 ANNEAUX DE SUSPENSIONS

Les anneaux de suspensions permettent de travailler l'ensemble du corps.



LES POSTES (2)

8 CLIMB TRAINER

Grimper de barre en barre à la force des bras. Améliorer sa résistance et sa force de traction.

9 SUSPENSIONS MOBILES

Traverser les suspensions mobiles à la force du bras et des poignés.

10 BARRE DE POMPES

La pompe est un exercice physique de musculation qui sollicite les pectoraux et les triceps.

11 BARRE DE TRACTION

Les tractions ont pour objectif le développement des muscles du dos et des bras.

12 STEPS

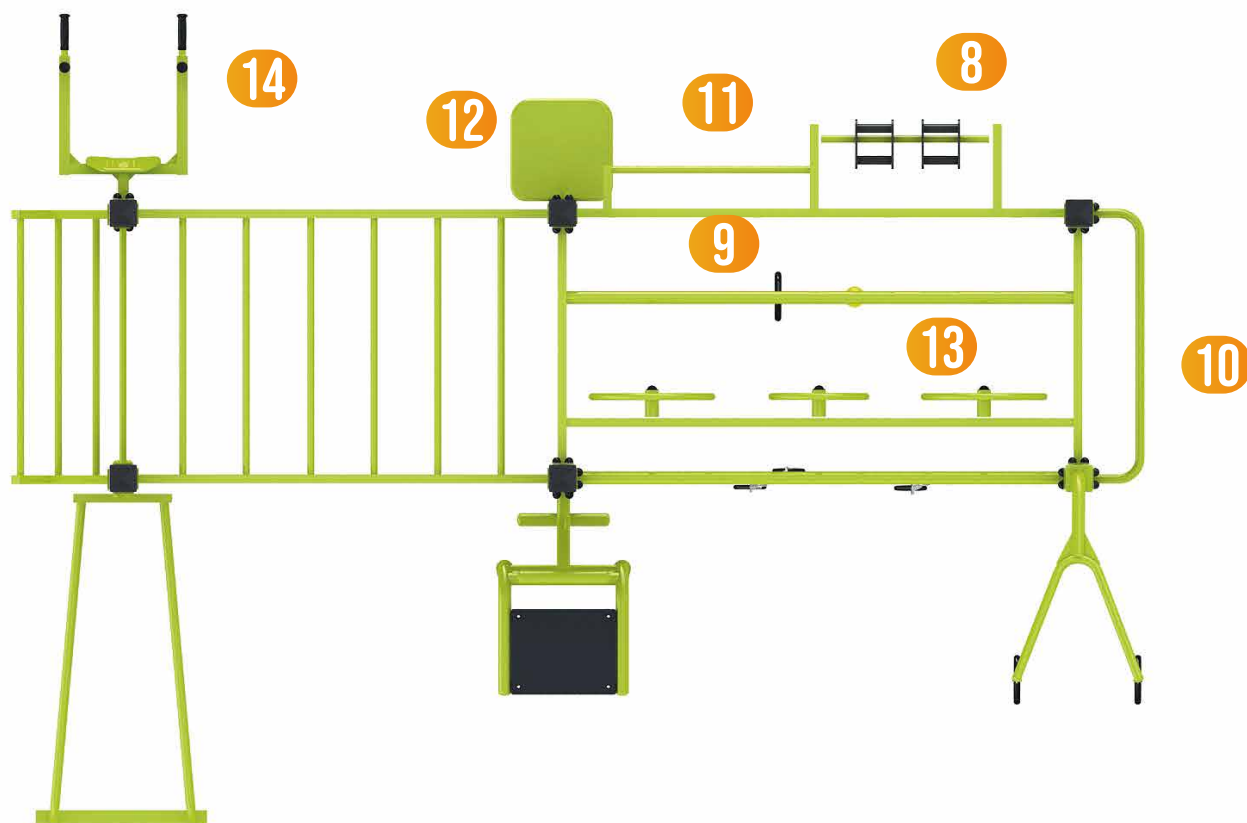
Le step est une activité cardio-vasculaire. Il permet d'améliorer sa condition physique et de s'affiner.

13 ROUES NINJA

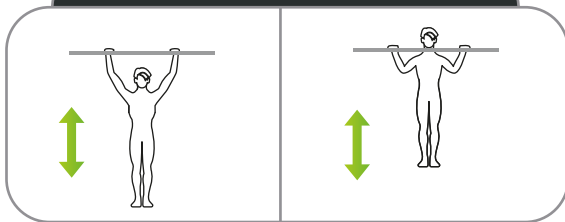
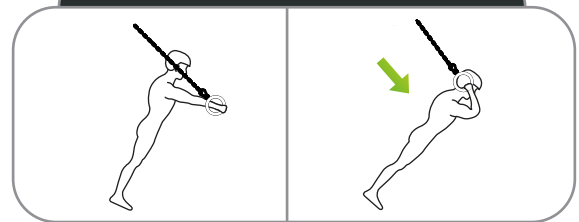
Traverser les roues ninja à la force du bras et des poignées. Améliorer sa résistance.

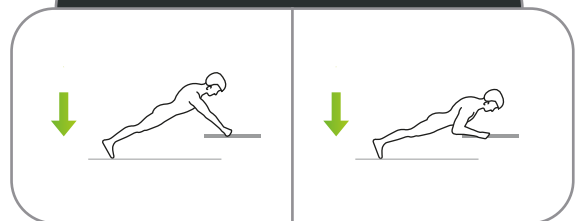
14 CHAISE ROMAINE

La chaise romaine est destinée à développer principalement la force et le volume des triceps, des pectoraux, des épaules et de la ceinture abdominale.



STREETWORKOUT
DÉCOUVREZ L'UNIVERS DU STREET WORKOUT VIA L'APPLICATION FREETNESS
APPLICATION FREETNESS
**COACHING
PERSONNALISÉ**

UNE MULTITUDE D'EXERCICES POSSIBLES !
PULL UP WIDE

TRICEPS PRESS

CHIN UP

INCLINE PUSH UP




LES COMPOSANTS

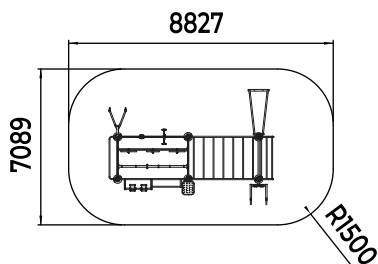
- 1** Structure en acier galvanisé thermolaqué.
- 2** Anneaux TRX Freetness
- 3** Barre de préhension 32mm et épaisseur de l'acier 5mm.
- 4** Montant verticale : Poteau carré, épaisseur 3mm
- 5** Notice en inox rivetée sur la potence.

Sur quel type de sol pouvons-nous poser l'équipement ?

Béton, enrobé et stabilisé	Terreau naturel	Sol engazoné	Copeaux de bois*	Gravier*	Sable*	Sol souple*	Dalle amortissante*	Gazon synthétique*
✗	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

* Selon la norme EN 16630.

ZONE D'IMPACT



FONDATION CHEVILLAGE

Dalle béton

