

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

SPOT 3

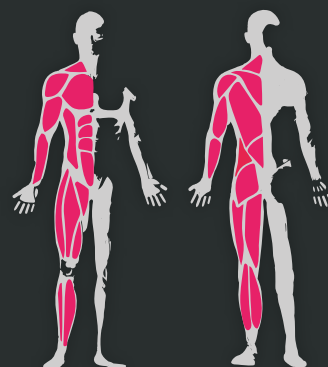


TRAVAILLER L'ENSEMBLE DU CORPS !

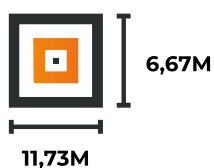
Le Spot 3 permet de travailler l'ensemble du corps. Elle réunit 8 postes de travaux musculaire différents. Très populaire et fortement appréciée des sportifs.



ACCESSIBLE PMR



DIMENSIONS



MARQUE DÉDIÉE



10 GARANTIE*
ANS



05 24 84 77 27



CONTACT@FREETNESS.FR



WWW.FREETNESS.FR



LES POSTES

1 ANNEAUX DE SUSPENSIONS

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

2 BARRE DE TRACTION

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

3 ABDOS INCLINÉ

Bien connu dans le sport. L'abdos incliné vous permet de travailler la sangle abdominale

4 PÔLE BARRE

La pôle barre est un exercice pour faire le drapeau.

5 DIPS

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

6 PONT DE SINGE ET PONT DE SINGE PMR

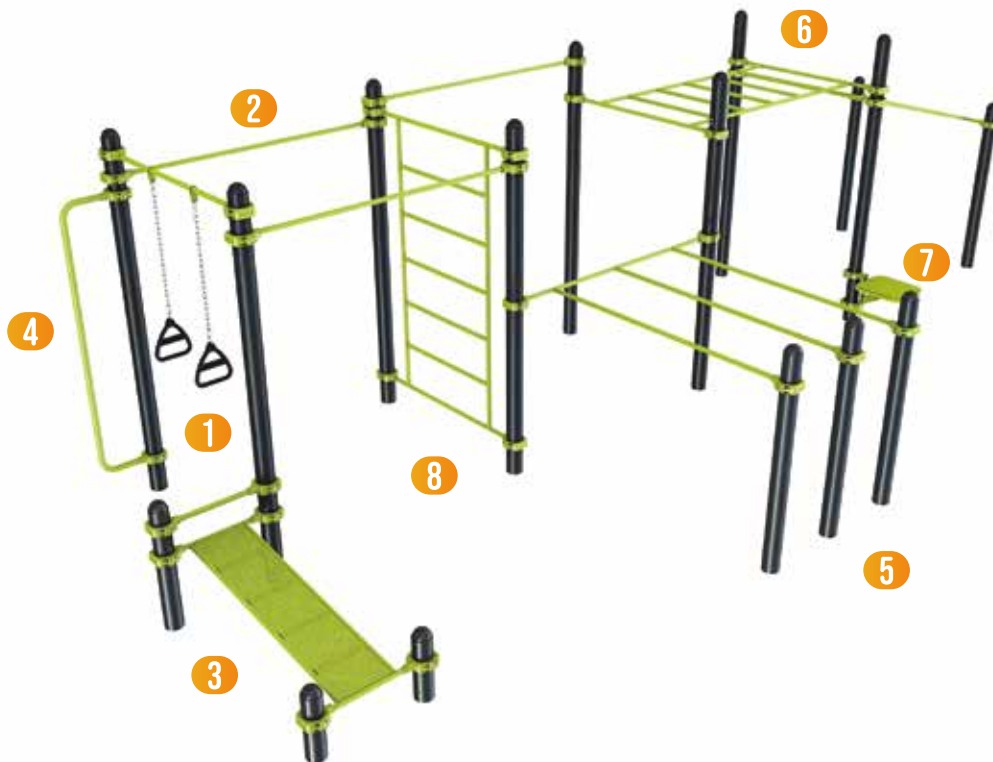
Le pont de singe est un exercice permettant d'améliorer sa résistance et sa force de traction.

7 STEP

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

8 ESPALIER

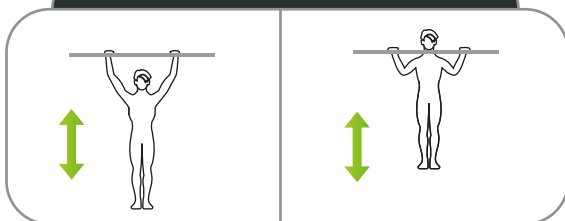
Il permet de s'étirer et d'améliorer la coordination des mouvements.



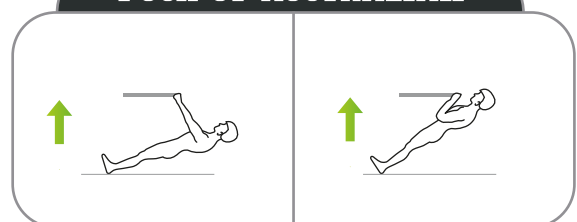
STREETWORKOUT

DÉCOUVREZ L'UNIVERS DU STREET WORKOUT VIA L'APPLICATION FREETNESS

APPLICATION FREETNESS
COACHING
PERSONNALISÉ

UNE MULTITUDE D'EXERCICES POSSIBLES !
PULL UP WIDE

DIPS

CHIN UP

PUSH UP AUSTRALIAN




LES COMPOSANTS

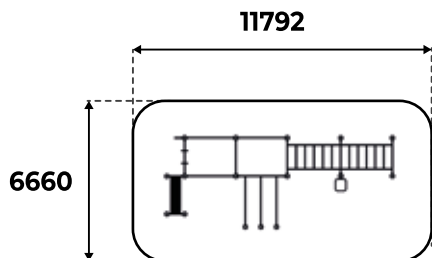
- 1** Structure en acier galvanisé thermolaqué.
- 2** Anneaux TRX Freetness
- 3** Barre de préhension 32mm et épaisseur de l'acier 5mm.
- 4** Montant verticale : Poteau rond, épaisseur 3mm
- 5** Notice en inox rivetée sur la potence.

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 SCELLEMENT

Direct noyé dans un plot de béton

