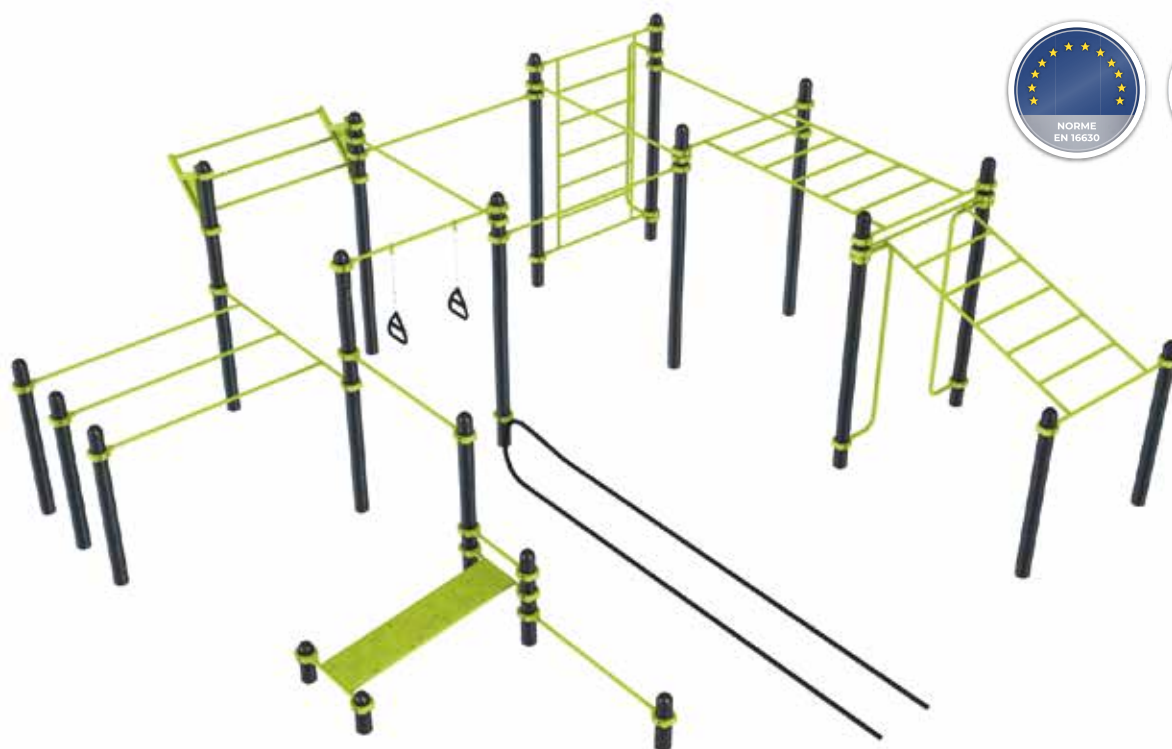
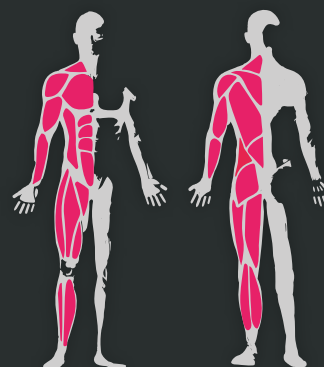
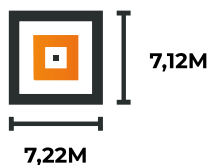


| | | | | | | |
|---------------|----------------|------------|---------------|------------|--------|-----------------------|
| FITNESS | PISTON | LEST | CHARGEUR | R-PRO | INOX | STREET WORKOUT |
| STATION COMBO | PARCOURS SANTÉ | COMBATTANT | PLATEAU NINJA | FIGHT CLUB | SENIOR | MOBILIER |

SPOT 4

TRAVAILLER L'ENSEMBLE DU CORPS !

Le Spot 4 permet de travailler l'ensemble du corps. Elle réunit 12 postes de travaux musculaire différents. Très populaire et fortement appréciée des sportifs.


ACCESSIBLE PMR
DIMENSIONS

MARQUE DÉDIÉE

10 GARANTIE*
ANS



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 BARRE DE TIRAGE

Accroché par les mains, bras tendus et pieds au sol. Amener le corps au plus proche de la barre.

4 BARRE DE POMPES

Travailler les pectoraux et les triceps avec la barre de pompes.

5 ABDOS INCLINÉ

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

6 PÔLE BARRE

La pôle barre est un exercice pour faire le drapeau.

7 DIPS

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

8 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.

9 BARRE EN DEVERS

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

10 ESPALIER

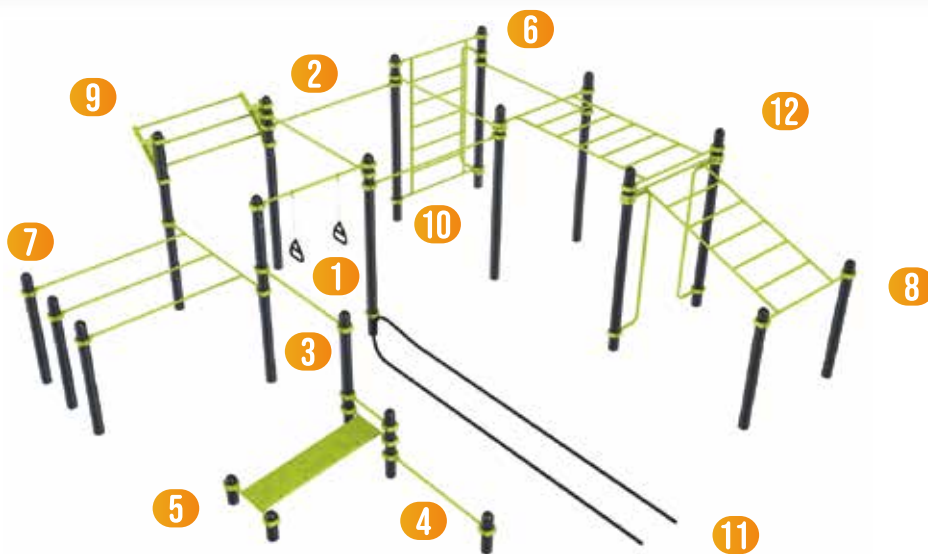
Il permet de s'étirer et d'améliorer la coordination des mouvements.

11 BATTLE ROPE

La corde ondulatoire permet de faire une multitude d'exercices, idéal pour travailler le cardio.

12 BARRE DE TRACTION PMR + PÔLE BARRE

Les barres de pôle permettent aux PMR d'accéder à la barre de traction et de travailler le haut du corps.



STREETWORKOUT

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

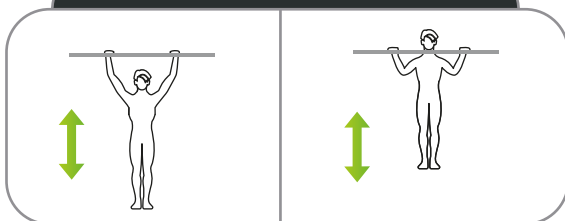
APPLICATION FREETNESS

COACHING
PERSONNALISÉ

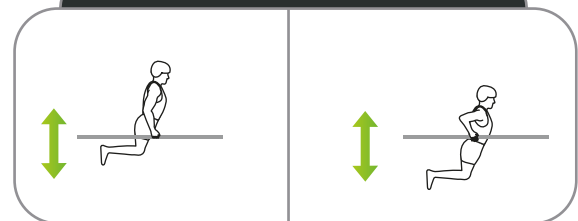


UNE MULTITUDE D'EXERCICES POSSIBLES !

PULL UP WIDE



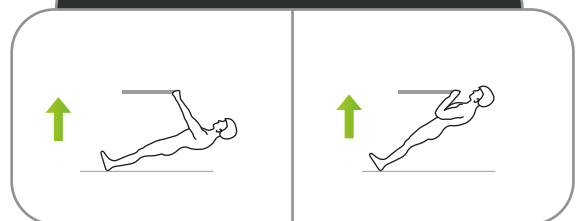
DIPS



CHIN UP



PUSH UP AUSTRALIAN



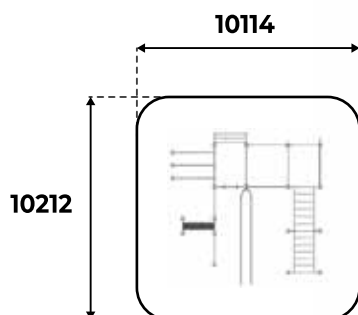
LES COMPOSANTS

- 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.
- 6** Corde en nylon : 9m

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

