Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION
BY TURNBAR

# OUTDOOR CAMPUS

Draußen. Gesund. Trainieren.

# Gesundheitstraining im naturnahen Raum – Die modernen Training-Spots für Parkanlagen und beliebte Jogging-Strecken.

Die zahlreichen positiven Gesundheitseffekte des Trainings in der freien Natur sind wissenschaftlich gesichert. Anders und kosteneffizient: die puristischen und ausgesprochen funktionellen Dr. WOLFF Training-Spots präsentieren sich dezent im Einklang mit Parklandschaft und Natur.

Die geniale Lösung auf kleinen Flächen mit doppeltem Nutzen: der Spaziergänger findet eine komfortable Sitzgelegenheit – der Fitness-Sportler sein perfektes Trainingsmedium für den Workout.

Entdecke das variantenreiche und gesundheitsorientierte Outdoor-Training in seiner neuen Form und an deinen Lieblingsplätzen.

Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION
BY TURNBAR

# MULTI-TRAINER

## Die perfekte Trainingsstation auf kleinstem Raum

**Weniger ist manchmal mehr und wirtschaftlich:**

- keine kostenintensive Trainingsanlage mit aufwändigem Landschaftsbau
- kein Fallschutz erforderlich
- leichte Montage – optional mit Fertigbeton-Fundament
- keine anspruchsvollen Calisthenic-Übungen nur für trainierte Nutzer
- Gesundheitstraining für Jedermann
- enorme Übungsvielfalt

**Krafttraining – Vom Leichten zum Schweren:**
Sit-up, Beinheben, leichte und schwere Liegestütz, Ruder-Zug, Kniebeuge, leichte und schwere Dips usw.

# FITNESS-PARKBANK

## Die wahrscheinlich sportlichste Parkbank der Welt

**Design und Funktion im Einklang – ein echter Hingucker im Grünen:**

- das edle Parkmobiliar mit gesundheitlichem Mehrwert
- sehr komfortable Sitzmöglichkeiten
- Edelstahl-Sitzfläche mit hochwertigem Lochdesign
- kompakte und robuste Edelstahlkonstruktion für hohe Trainingsbelastungen
- ausgesprochen mehrfunktional: über 20 verschiedene Fitnessübungen

**Krafttraining – für jede Altersgruppe:**
Variantenreiche Bauchübungen, leichte oder athletische Liegestütz, Ruder-Zug, einbeinige Kniebeuge, Dips, effektive Rückenübungen usw.

# RÜCKEN-TRAINER

## Für einen starken Rücken

**Trainingsqualität versus Rückenschmerz**

- die moderne Variante des Outdoor-Rückentrainings
- zwei unterschiedliche Ausgangspositionen für große und kleine Personen
- funktionelle Übungsformen aus Fitness und Physiotherapie

**Rückentraining auf die leichte Art:**
Die Übungsinhalte sind vor allem für Untrainierte gut geeignet. Fortgeschrittene finden in koordinativ anspruchsvollen Rücken-Workouts die Herausforderung. Das Balancetraining rundet die Möglichkeiten ab.

Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION
BY TURNBAR

# Die Vorteile im Blick

## Training mit Bewegungsqualität

- Sportwissenschaftliche Trainingskonzeption von erfahrenem Systemanbieter
- Komplette Trainingsprogramme mit nur einer Station
- Medical Fitness: Zahlreiche Rumpfmuskelübungen gegen Rückenschmerz
- Zielgruppenspezifische Programme über QR-Code und Video: Rückenzirkel, Bauch/Beine/Po, Total Body Workout

## Erstklassige Produktqualität

Auch bei intensiver Belastung stabil und robust durch clevere Rahmenkonstruktion aus Edelstahl. 100 % Made in Germany: langlebig, nachhaltig und nahezu wartungsfrei.

## Soviel ist sicher

- erfüllt: DIN EN 16630:2015 und DIN EN 1176-1:2008
- zertifiziert: TÜV und GS Siegel, ISO Zertifikat

TÜVRheinland ZERTIFIZIERT
www.tuv.com
ID 1111236436

GS geprüfte Sicherheit

## Technische Angaben

| | Multi-Trainer OT 801 | Fitness-Parkbank OT 800 | Rücken-Trainer OT 802 |
|---|---|---|---|
| Gerätemaße: | B: 126 T: 141 H: 98 cm | B: 126 T: 124 H: 98 cm | B: 105 T: 32 H: 89 cm |
| Fallbereich: | 426 x 441 cm | 425 x 427 cm | 333 x 404 cm |
| Freie Fallhöhe: | 98 cm | 98 cm | 89 cm |

Multi-Trainer OT 801

Fitness-Parkbank OT 800

Rücken-Trainer OT 802

Stand 03/2021 – Technische Änderungen vorbehalten

Dr. WOLFF® SPORTS & PREVENTION BY TURNBAR

Dr. WOLFF Sports & Prevention GmbH
Postfach 2767 · 59717 Arnsberg · Germany
Tel. +49 2932 47574-0 · Fax -44
info@dr-wolff.de · www.dr-wolff.de