

## 1 | Sport-Thieme Aqua Spezial Zugseil inkl. Bauchgurt

Für das Training von Kraft und Kraftausdauer. Gummi-seil, Handschlaufen und Bauchgurt aus strapazierfähigem Gurtband. Durch den verstellbaren Bauchgurt wirkt das Aqua Spezial Zugseil wie eine kleine „Gegenstromanlage“. Aqua-Zugseile können jederzeit für das Schwimmkraft-Training auch im Wasser angewendet werden. Inkl. ausführlicher Trainingsanleitung. Länge der Zugseile 4,5 m.

• **Typ I** Zugkraft ca. 5 kg, für Kinder und Anfänger. Zugseil Gelb.

**Trainingseffekte:** Aufbau und Ausdauer der Schwimmzugmuskulatur.

• **Typ II** Zugkraft ca. 10 kg, für Kinder und Fortgeschrittene, stärkere Anfänger. Zugseil Blau-Rot-Gelb.

**Trainingseffekte:** Aufbau und Ausdauer der speziellen Schwimmkraft.

• **Typ III** Zugkraft ca. 15 kg, für Jugendliche, vor allem weiblich auf allgemeinem Trainingsniveau. Zugseil Rot-Blau-Gelb.

**Trainingseffekte:** Kraftaufbau für Anfänger, Ausdauer bei Fortgeschrittenen.

• **Typ IV** Zugkraft ca. 20 kg, für Jugendliche, vor allem männlich auf Leistungsniveau. Zugseil Blau-Rot-Gelb.

**Trainingseffekte:** Kraft und Ausdauer der Schwimmzugmuskulatur, auch Maximalkraft.

• **Typ V** Zugkraft ca. 25 kg, für gut trainierte Schwimmer auf höherem Niveau. Zugseil Blau.

**Trainingseffekte:** Kraftausdauer (Stehvermögen) und Maximalkraft (Sprintvermögen).

71 281 5002	Typ I	Stück	48.50
71 281 5015	Typ II	Stück	52.—
71 281 5028	Typ III	Stück	58.—
71 281 5031	Typ IV	Stück	59.—
71 281 5044	Typ V	Stück	66.—



ab **48.50**

- ✓ **Verbesserte Ausführung inkl. Bauchgurt**
- ✓ **Mit Handschlaufen aus strapazierfähigem Gurtband**



### Team-Tipp

#### Nora Kirchner

Seit 23 Jahren Schwimmerin. Mitarbeiterin im Marketing, seit 2006 bei Sport-Thieme.



„Mein persönliches Lieblingsprodukt fürs Schwimmtraining! Das Zugseil ist klein, handlich und überaus langlebig. Mein eigenes Exemplar hält bereits 16 Jahre lang und hat mich bisher nie hängen lassen.“



2 |

- ✓ **Hohe Elastizität der Latex-Zugseile**
- ✓ **Zur individuellen Befestigung**

## 2 | StretchCordz Aqua-Gym Long-Belt

Schwimmkraft-Training im Wasser. Trainiert exakt die Schwimm-Muskeln! Spezial-Latex-Schlauch 7,5 m lang, dehnbar bis auf 25 m. Dient zur Schwimmkraft-Steigerung. Mit dem Aqua-Gym steigert sich die Schwimmkraft so, dass die andere Beckenseite erreicht wird. Gurt mit Schnellverschluss, hochwertiges Latexseil und alle Befestigungsteile rostfrei.

Silber, Zugstärke 1,3-3,6 kg

71 224 6000 Stück 189.—

Gelb, Zugstärke 2,2-6,3 kg

71 224 6013 Stück 189.—

Grün, Zugstärke 3,6-10,8 kg

71 224 6026 Stück 195.—

Rot, Zugstärke 5,4-14,1 kg

71 224 6039 Stück 199.—



3 |

- ✓ **Verkürzte Länge**
- ✓ **Ideal geeignet für kleine Becken**
- ✓ **Optimales Abstosstraining**

## 3 | StretchCordz Aqua-Gym Short-Belt

Gleiche Eigenschaften wie StretchCordz Aqua-Gym Long Belt a, jedoch mit Spezial-Latex-Schlauch in verkürzter 1,2 m Länge, dehnbar bis auf ca. 4 m. Ideal geeignet für Abstoss-Training und stationäres Schwimmtraining, auch in kleinen Becken.

Grün, Zugstärke 3,6-10,8 kg

71 224 6042 Stück 76.—

Rot, Zugstärke 5,4-14,1 kg

71 224 6055 Stück 79.—



4 |

## 4 | StretchCordz mit Handpaddel

Zugseil mit Handpaddel für das spezifische Schwimmkraft-Training an Land. Hohe Elastizität der Latex-Zugseile. Dadurch steigt der Widerstand während des Zuges nicht so stark an. Kraftverlauf ideal dem des Schwimmers angepasst. Hochwertige Latex-Schläuche und sichere Verbindungen zu den Kunststoffteilen. Länge 120 cm. In vier verschiedenen Zugstärken.

Gelb, Zugstärke 2,2-6,3 kg

71 213 0822 Stück 89.—

Grün, Zugstärke 3,6-10,8 kg

71 213 0806 Stück 89.—

Rot, Zugstärke 5,4-14,1 kg

71 213 0819 Stück 94.—

Blau, Zugstärke 6,3-15,4 kg

71 213 0848 Stück 98.—



Mehr Produkte fürs Schwimmtraining im Online-Shop: [sport-thieme.ch](http://sport-thieme.ch)