

Bauch- & Liegestütztrainer

Liegestütztrainer



1 | Sport-Thieme Push-Up Bar Twister

Rotierende Liegestützgriffe zur Stärkung von Rumpf, Armen, Schultern und Bauch. Bewegungsabläufe gelenkschonend und ergonomisch durchführbar. Mit Anti-Rutsch-Auflage. Der Liegestütztrainer verfügt über 3 Funktionen: Rotierend, durch Abnehmen der Griffe von der Plattform für feststehendes Liegestütztraining, und rotierende Plattform als dynamische Unterlage. Schwarz-Grau.

71 273 4503

Paar 34.50



ab 18.-

Pro

Basic

2 | Sport-Thieme Liegestützgriffe

Für stabiles oder instabiles Fitnesstraining. Perfekt für schnelles Muskelwachstum. Belastbar bis ca. 100 kg. Ausführung Basic, LxBxH: 21x13,5x12,5 cm, ca. 0,64 kg. Mit gerader Auflagefläche. Ausführung Pro, LxBxH: 20x14,5x13,5 cm, ca. 1,2 kg. Mit geschwungener Auflagefläche für instabiles Training.

71 273 4402 Basic

71 273 4415 Pro

Paar 18.-

Paar 27.50

Bauchmuskeltrainer



3 | Bauchmuskeltrainer „Power Ab Roller“

Ein ideales Fitnessgerät für Jung und Alt. Das verstellbare Kopfpolster garantiert die richtige Trainingshaltung und entlastet die Wirbelsäule. Der Bauchmuskeltrainer wird mit ausführlicher Trainingsanleitung geliefert. Abmasse: ca. 65x73x65 cm.

71 149 1379

ab 3

Stück 58.-

je Stück 52.-

Gleich mitbestellen:

Gymnastikmatten Seite 363-367

Ab Wheels



4 | Sport-Thieme „Power Ab Roller“

Trainiert den ganzen Körper. Mit stabilen Handgriffen und Pedalen zum Einstellen der Füße. ø 30,5x50 cm, thermoplastisches Gummi, Metall und Polypropylen, Schwarz-Rot.

71 148 3909

Stück 48.50



Basic

Return

5 | Sport-Thieme Ab Wheel

Fitnesstraining für Bauch, Rücken und Arme. Ergonomisch geformte Griffe für komfortables Training. Breites Rad verleiht Stabilität während des Workouts. Im Gegensatz zur Variante „Basic“, besitzt der Ab Wheel „Return“ eine Rücklaufhilfe (optimal für Einsteiger), die es ermöglicht, weiter nach vorne zu rollen und beim Zurückrollen unterstützt.

71 273 4604 Basic

71 273 4617 Return

Stück 27.50

Stück 41.50



6 | Iron Gym Speed Abs

Trainingsgerät zur Stärkung der Bauchmuskulatur. Ergonomisch geformte Griffe sorgen für festen Griff. Die stabile Rückholfeder erleichtert Einsteigern das Zurückrollen.

71 268 8305

Stück 55.-

Körperspannungstraining



7 | Pedalo Core-Trainer

Ermöglicht dynamisches Ganzkörpertraining durch verschiedene Übungsvariationen. Verbessert die Körperspannung. Polsterauflage für bequemes Aufstützen. Birke Multiplex, 50x50x9 cm, 1,6 kg.

71 274 5002

Stück 94.-



8 | Sport-Thieme Posture Board/Sitzkreisel

Schult Gleichgewicht und Koordination. Durch Training im Sitzen werden Schultern und Nacken geschont. Stärkt die Bauchmuskulatur. ø 28 cm, H: 7 cm, Orange.

71 232 5806

Stück 27.50



9 | Hanging Shoes/Gravity Boots

Aus Stahlblech mit Schaumstoffpolster zum Einhängen in Sprossenwände oder Klimmzugbügel. Belastbar bis max. 100 kg.

71 147 1407

Paar 129.-