



Katalog und Preisliste 01-2010





PlayTop Outdoor-Fitness

Bewegung, die Spaß macht

Gerätetraining in freier Natur ist etwas völlig Neues.
Die Übungen sind kurzweilig, machen Spaß und dienen
der Gesundheit!

Zum Trainieren jeder Körperpartie gibt es das geeignete Gerät

An unseren Outdoor-Fitnessgeräten werden alle
Körperpartien wie Arme, Beine, Knie, Schultern
und Rücken etc. zielgerecht und schonend trainiert.

Die Geräte können in vier Gruppen
zusammengefasst werden:

Muskelaufbau

Koordination

Herz/Kreislauf

Massage

Die Übungen sind einfach und selbst für Ungeübte
problemlos zu bewältigen. An unseren ausgereiften
und eigens für die Bedürfnisse von Erwachsenen
entwickelten Geräten können sich Menschen
ab 150 cm Körpergröße altersgerecht bewegen.
Sinnvoll zusammengestellt lassen sich die Geräte
zu einem attraktiven Fitnesspark kombinieren.
Hierzu beraten wir Sie gerne.



Wussten Sie,
dass es nicht ausreicht,
ausschließlich das Herz-Kreislauf-
System zu trainieren?



Keine Frage, das Herz ist unser wichtigstes Organ. Aber es sind zwei Pumpsysteme, die für Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden entscheidend sind: Das Herz und die Muskulatur. Wie in einem Kreisverkehr zirkuliert Blut zwischen diesen beiden Pumpsystemen – Blut, das unseren Körper mit lebenswichtigem Sauerstoff versorgt und Kohlendioxid abtransportiert. Mit Hochdruck schießt das sauerstoffgesättigte Lebenselixier aus der linken Herzkammer zu den Organen und in die Peripherie des Körpers. Je weiter sich das Blut vom Herzen entfernt, desto stärker sinkt jedoch der Blutdruck. Ist das Blut erstmal in den Beinen angelangt, braucht es neuen Schwung für den Rückweg zum Herzen – und diesen Schwung liefert in erster Linie die Muskulatur. Wie das funktioniert? Die Muskelfasern ziehen sich zusammen und erhöhen so den Druck auf die blutgefüllten Venen, die in der Muskulatur liegen. Die Venen werden leergedrückt wie ein Gummischlauch. Es gilt: Je kräftiger die Muskulatur, desto effektiver funktioniert die Muskelpumpe und damit das Herz-Kreislaufsystem.

Es sind also auch unsere Muskeln, die für die Durchblutung wichtiger Körperregionen sorgen. Eine trainierte Muskulatur ist in extremer Form durchzogen von kleinen Blutgefäßen und Kapillaren. So gelangt der Sauerstoff schneller dorthin, wo er für die Energiegewinnung in den Zellen gebraucht wird. Nur regelmäßige, aktive Bewegung garantiert sämtlichen Bereichen unseres Körpers eine ausreichende Versorgung mit Blut und Sauerstoff. Ein leichtes Krafttraining steigert unsere innere Körperenergie für ein tatkräftiges Leben.

Herzlichst, Ihr

Dr. med. Reinhard Kobelt

INCO

Institut für medizinisches Coaching
und therapeutisches Training in Bad Homburg

www.drkobelt.de



PlayTop Outdoor-Fitness

Outdoor - Fitnessgeräte steigern die Attraktivität Ihrer Einrichtung

Städte / Gemeinden:

Fitnessgeräteparks erhöhen die Anziehungskraft von Parks, Grünflächen und Freibädern.

Hotels:

Outdoor-Fitnessgeräte sind eine perfekte Ergänzung Ihres Wellnessangebotes.

Wohnanlagen / Seniorenheime:

Auf den Grünflächen von Wohn- und Seniorenanlagen bringt ein Fitnessgerätepark die Menschen in Bewegung.

Campingplätze / Freizeiteinrichtungen:

Ein zusätzliches Freizeitangebot, das die Urlauber begeistern wird.

Ausbildungszentren:

Nach geistiger Arbeit sorgen Fitnessgeräte in frischer Luft für Abwechslung und Entspannung.

Raststätten / Autohöfe:

Jeder zweite Raststättenbesucher wünscht sich mehr Möglichkeiten zu sportlicher Betätigung.



AirWalker VI



Gerätekategorie:

Herz-Kreislauf, Koordination

Trainingseffekt:

Gelenkschonendes Training für die gesamte Bein- und Hüftmuskulatur. Fördert darüber hinaus den Gleichgewichtssinn.

Benutzungshinweis:

Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Fußplatten und halten sich an den Griffstangen fest. Gleiten Sie dann mit den Beinen vor und zurück. Es können zwei Personen das Gerät gleichzeitig benutzen.

Energie-/Krafteinsatz:

Gering

Länge: 172 cm Breite: 70 cm Höhe: 125 cm

Gewicht: ca. 80 kg

Preis: €1.970,-
zuzügl. MwSt.

Bestellnummer
PT.D.MB002-VZ



Skitrainer



Gerätekategorie:
Herz-Kreislauf

Trainingseffekt:
Durch die ellipsenförmige Bewegung ermöglicht der Skitrainer ein besonders gelenkschonendes Training für die gesamte Bein- und Hüftmuskulatur. Darüber hinaus werden der Schultergürtel und die Armmuskulatur beansprucht.

Benutzungshinweis:
Stellen Sie sich auf die Fußplatten und halten sich an den Griffen fest. Laufen Sie mit den Beinen vorwärts (zur Abwechslung auch rückwärts) und unterstützen die Bewegung mit Ihren Armen durch wechselseitiges Ziehen und Drücken.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 108 cm Breite: 61 cm Höhe: 151 cm
Gewicht: ca. 45 kg

Preis: €1.554,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.HX001-VZ



Zugturm



Gerätekategorie:
Herz-Kreislauf

Trainingseffekt:
Kräftigung und Mobilisierung des gesamten Schulter- und Nackenbereiches.
Kann gut zur Verbesserung der Schulterbeweglichkeit genutzt werden.

Benutzungshinweis:
Stehen Sie direkt vor dem Gerät und nehmen die Griffe in Ihre Hände. Führen Sie jetzt abwechselnd Ihre Arme nach oben und unten. Wenn möglich, bis die Arme fast durchgestreckt sind.
Das Gerät ist auch für zwei Personen geeignet.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 110 cm Breite: 70 cm Höhe: 245 cm
Gewicht: ca. 60 kg

Preis: €1.320,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.DQ002-VZ



Swing



Gerätekategorie:
Koordination

Trainingseffekt:
Trainiert die Hüft- und Beinmuskulatur. Darüber hinaus werden die schrägen Bauchmuskeln beansprucht und das Gleichgewicht geschult .

Benutzungshinweis:
Besteigen Sie mit beiden Füßen das Standbrett und halten sich an den Haltebügeln fest. Beginnen Sie langsam wechselseitig nach links und rechts zu schwingen. Keine hektischen Bewegungen entstehen lassen und auf eine gerade Haltung achten.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 125 cm Breite: 82 cm Höhe 112 cm
Gewicht: ca. 70 kg

Preis: €1.610,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.HB002-VZ



Tai-Ji Excenter



Gerätekategorie:

Koordination

Trainingseffekt:

Durch die exzentrischen Bewegungen, ähnlich wie beim Tai Chi werden der Schultergürtel und der obere Rücken gekräftigt. Darüber hinaus findet eine sanfte Mobilisierung des Schultergelenkes statt.

Benutzungshinweis:

Stellen Sie sich vor das Gerät und greifen die Haltestange. Beginnen Sie mit kreisenden Bewegungen nach links oder rechts und lassen sich von der Bewegung führen.

Energie-/Krafteinsatz:

Gering

Durchmesser: 83 cm Höhe: 108 cm

Gewicht: ca. 40 KG

Preis: €1.240,-
zuzügl. MwSt.

Bestellnummer
PT.D.TS001-VZ



Beinwippe



Gerätekategorie:
Koordination

Trainingseffekt:
Kräftigung der gesamten Oberschenkelstreck- und -beugemuskulatur.

Benutzungshinweis:
Stabilen Sitz einnehmen, Füße auf das Fußpendel stellen und mit den Händen die Griffstange fassen. Beine gegen die Kraft des Übungspartners drücken, bis die Kniegelenke fast gestreckt sind und wieder in die Ausgangslage zurückkehren oder die Muskelspannung einen Moment halten. Gerät für zwei Personen.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering bis Mittel

Länge: 166 cm Breite: 56 cm Höhe: 109 cm
Gewicht: ca. 60 kg

Preis: €1.668,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.XZ003-VZ



Step-by-Step



Gerätekategorie:
Koordination

Trainingseffekt:
Steigerung der Beweglichkeit im Schultergelenk und Verbesserung des koordinativen Zusammenspiels zwischen Fingern und Schulter. Weiterhin wird eine sanfte Dehnung der Schulter erreicht.

Benutzungshinweis:
Lassen Sie Ihre Finger „Schritt für Schritt“ von der untersten Stufe nach oben wandern, bis Sie die letzte Stufe erreicht haben.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 100 cm Breite: 35 cm Höhe: 234 cm
Gewicht: ca. 40 kg

Preis: €1.183,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.J.JS001-VZ



Torso-Trainer



Gerätekategorie:

Koordination

Trainingseffekt:

Fördert die Beweglichkeit der Hüftgelenke und der Lendenwirbelsäule. Der Gleichgewichtssinn wird trainiert und die schräge Bauchmuskulatur beansprucht.

Benutzungshinweis:

Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf einen der Drehteller, halten sich mit den Händen an dem Haltegriff fest und kreisen Ihre Hüften gleichmäßig nach links und rechts.

Energie-/Krafteinsatz:

Geringer Krafteinsatz.

Länge: 100 cm Breite: 60 cm Höhe: 116 cm

Gewicht: ca. 30 kg

Preis: €1.380,-
zuzügl. MwSt.

Bestellnummer
PT.D.NY001-VZ



Balancierbalken



Gerätekategorie:

Koordination

Trainingseffekt:

Verbessert auf spielerische Art und Weise den Gleichgewichtssinn und die koordinativen Fähigkeiten. Trainiert zusätzlich die Fuß- und Beinmuskulatur.

Benutzungshinweis:

Steigen Sie vorsichtig an einer Seite auf und balancieren Sie zum anderen Ende des Balkens.

Energie-/Krafteinsatz:

Gering

Länge: 300 cm Breite: 17 cm Höhe: 20 cm

Gewicht: ca. 50 kg

Preis: €1.224,-
zuzügl. MwSt.

Bestellnummer
PT.J.PH001-VZ



Tai-Ji Masseur



Gerätekategorie:
Koordination, Massage

Trainingseffekt:
Durch die genoppte Oberfläche werden die Hände angenehm massiert und eine durchblutungsfördernde Stimulation der Hände und Arme wird erreicht. Darüber hinaus wird die Koordination von Arm- und Schultermuskulatur verbessert.

Benutzungshinweis:
Legen Sie Ihre Handflächen auf die Drehteller und führen Sie kreisende Bewegungen aus.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 110 cm Breite: 112 cm Höhe: 154 cm
Gewicht: ca. 50 kg

Preis: € 1.670,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.TY001-VZ



Zugschaukel



Gerätekategorie:
Muskelaufbau

Trainingseffekt:
Kräftigung des Schulter- und Nackenbereiches, des oberen Rückens und der Armmuskulatur.

Benutzungshinweis:
Stabilen Sitz einnehmen, Füße auf die Fußplatten stellen und mit den Händen die Griffstange fassen. Mit den Armen gegen die Kraft des Übungspartners ziehen, bis Ihre Arme fast den eigenen Körper berühren und wieder in die Ausgangslage zurückkehren oder für einen Moment die Muskelspannung halten. Gerät für zwei Personen.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 218 cm Breite: 55 cm Höhe: 112 cm
Gewicht: ca. 70 kg

Preis: €1.953,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.QB001-VZ



Schulter-Trainer



Gerätekategorie:
Muskelaufbau

Trainingseffekt:
Training des gesamten Schultergürtels sowie der Arm- und Unterarmmuskulatur. Verbesserung der Handgreifkraft.

Benutzungshinweis:
Stellen Sie sich vor das Gerät und greifen mit einer Hand die Schwungscheibe. Während Ihr Trainingspartner versucht, die Scheibe zu sich zu drehen, müssen Sie dagegenhalten. Seitenwechsel nicht vergessen.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 100 cm Breite: 42 cm Höhe: 164 cm
Gewicht: ca. 80 kg

Preis: €1.284,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.BL001-VZ



Bauchmuskel-Trainer



Gerätekategorie:
Muskelaufbau

Trainingseffekt:
Kräftigung der Bauchmuskulatur sowie der Hüftbeugemuskulatur .

Benutzungshinweis:
Rücken am Rundbogen anlegen, Füße unter den Stangen fixieren. Hände seitlich am Kopf oder auf der Brust verschränken. Oberkörper nach vorne ziehen und langsam wieder zurückbewegen, bis eine Spannung im Bauch auftritt. Überstreckung nach hinten muss dabei unbedingt vermieden werden!

Energie-/Krafteinsatz:
Mittel

Länge: 131 cm Breite: 84 cm Höhe:118 cm
Gewicht: ca.70 kg

Preis: €1.620,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.J.YS001-VZ



Schultergürteltrainer



Gerätekategorie:
Muskelaufbau

Trainingseffekt:
Kräftigung und Mobilisierung des gesamten Schulter-Nacken-Bereiches. Kann gut zur Verbesserung der Schulterbeweglichkeit genutzt werden.

Benutzungshinweis:
Greifen Sie wahlweise einen der beiden Halteknäufe (kleines oder großes Bewegungsausmaß) und führen entweder im oder gegen den Uhrzeigersinn kreisende Bewegungen durch. Führen Sie die Rotation möglichst großflächig durch. Setzen Sie bewusst Ihren Arm und Rücken mit ein.

Energie-/Krafteinsatz:
Gering

Länge: 45 cm Breite: 58 cm Höhe: 188 cm
Gewicht: ca. 40 kg

Preis: €1.522,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.D.KL001-VZ



Kombianlage



Gerätekategorie:
Muskelaufbau

Trainingseffekt:

Variante 1: Hocheffektive Kräftigung des gesamten oberen Rückens und der Armbeuger.

Variante 2: Effektive Kräftigung der unteren Bauchmuskulatur.

Variante 3: Kräftigung von Brust-, Schulter-, Arm- und Rumpfmuskulatur.

Benutzungshinweis:

Variante 1: Klimmzüge: An die Klimmzugstange hängen. Pendelbewegungen vermeiden und dann den Körper bis auf Brusthöhe nach oben ziehen und wieder langsam nach unten führen.

Variante 2: Beinheben: Lehnen Sie sich mit dem Rücken an das Gitter an und halten sich gut an den Handgriffen fest. Oberschenkel waagrecht und Unterschenkel senkrecht. Becken und Beine zum Körper führen und langsam wieder absenken.

Variante 3: Liegestütze: Fassen sie die beiden Haltebügel, strecken Ihren Körper nach hinten weg und ruhen mit den Fußspitzen am Boden. Bewegen Sie nun den gestreckten Körper parallel zum Boden nach unten, bis Sie einen Ellbogenwinkel von etwa 90 Grad erreicht haben. Danach wieder nach oben drücken, bis die Ellbogen fast durchgestreckt sind.

Energie-/Krafteinsatz:
Mittel bis Hoch

Höhe: 205 cm Breite: 121 cm Länge: 118 cm
Gewicht: ca. 60 kg

Preis: €1.420,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.J.DL001-VZ



Hinweistafel



Auf der Hinweistafel werden bis zu 6 Geräte Ihrer Wahl mit Ihren Beschreibungen genannt, wie z. B. Benutzungshinweise, Trainingseffekte, Sicherheitshinweise usw.

Außerdem empfiehlt es sich, folgende Hinweise auf die Tafel zu platzieren: Rechtliche Hinweise, Sponsoren, Haftungsausschlüsse, Eigentümer und Adresse

Beschreibbare Fläche
Länge: 100 cm Höhe: 65 cm
Gewicht: ca. 15 kg

Preis: € 690,-
zuzügl. MwSt.
Bestellnummer
PT.HWT001-VZ



PlayTop Outdoor-Fitness

Qualitätsstandard

Die wartungsfreien, massiven Metallgeräte sind verzinkt und pulverbeschichtet und speziell für den Außeneinsatz entwickelt worden. Das Pulverbeschichten ist ein Verfahren, bei dem ein elektrisch leitfähiger Werkstoff mit Pulverlacken aufgetragen wird. Dabei wird das Pulver elektrostatisch auf den zu beschichtenden Untergrund aufgesprüht und anschließend eingebrannt.

Vorteile des Pulverbeschichtens:

- Umweltfreundlich (ohne Lösungsmittel)
- Hoher Korrosionsschutz
- Hohe mechanische Widerstandsfähigkeit
- Hohe Witterungsbeständigkeit
- Gute antibakterielle Eigenschaften
- Chemikalienbeständig

TÜV - Zertifizierung



Alle Geräte wurden nach EN 1176 und EN 957 vom TÜV-Thüringen geprüft.

Garantie

Auf die Geräte gewähren wir 5 Jahre gegen Bruch und 2 Jahre Garantie auf alle mechanischen Teile. Schäden durch Vandalismus und unsachgemäße Benutzung sind nicht Gegenstand der Garantie.



PlayTop Outdoor-Fitness

Basisfarben

Die neue Basisfarbe ist Perldunkelgrau - RAL 9023. Weitere RAL-Farben auf Anfrage.
Bei kurzfristigen Lieferwünschen erfragen Sie bitte unseren aktuellen Lagerbestand.

Montage

Die Geräte sind überwiegend vormontiert.

Die Befestigung der Geräte erfolgt mittels Verschraubung.

Erforderliche Vorbereitung zur Montage:

- Anfertigung eines frostfreien Fundaments sowie einer Schablone zur genauen Platzierung der Bolzen im Fundament (bauseits).

Sonstiges

Alle Preise verstehen sich ab Lager zuzüglich gesetzlich geltender Mehrwertsteuer.



01/10