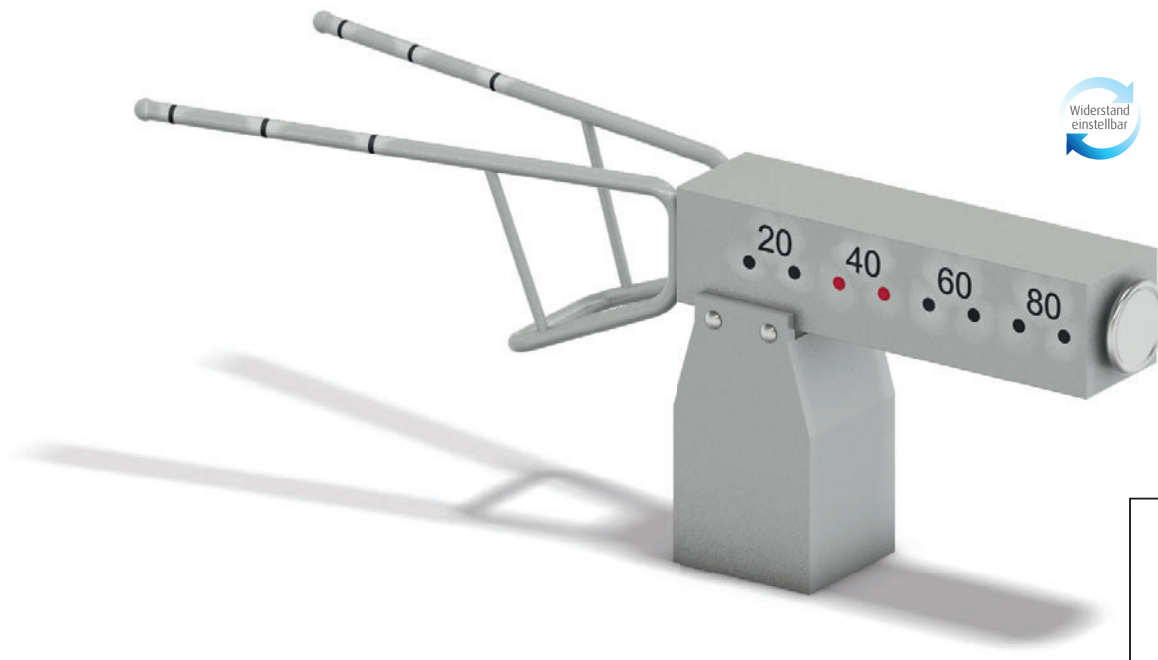


Kraft

Station Dips



Funktion

Trainieren der Armstreckmuskulatur, der Schultermuskulatur und der Stütz-muskulatur.

Übungsbeschreibung

Gegen einen Gewichtswiderstand ist der Bügel der Wippenkonstruktion nach unten zu drücken. Durch eine Schautafel angeleitet, differenziert durch unterschiedliche Handgriffe am Bügel, wird die Armstreck-, die Schulter- und die Stütz-muskulatur trainiert.

Verstellbares Gewicht – nur im beaufsichtigten Bereich einsetzbar.

12.04.018 **Dips**

Technische Angaben

Gerätemaße 1,80 m x 0,70 m
 Fallbereich 5,00 m x 3,70 m (Mindestfreiraum)
 Freie Fallhöhe..... < 1,20 m (Griffhöhe)
 Untergrund Rasen (lt. DIN EN 1176/77)
 Altersangabe geeignet ab 9 Jahre

