

Dip High

16-100-110



På dip high har man mange muligheter til å trene armer, mage, rygg og brystmuskulatur. Mange av øvelsene utfordrer i tillegg balansen, koordinasjon og mobiliteten. Gå armgang med strake armer fra den ene til den andre siden, utfør dips, planken, bodyweight row eller push-up på de vannrette stengene. Treningsaktiviteter: Kondisjon | Styrke | Balanse | Mobilitet | Koordinasjon Muskelgruppe: Armer | Skuldre | Mage | Rygg | Lår | rumpe | Bryst

Høyde:	1.6 m
Lengde:	2.3 m
Bredde:	0.6 m
Produktserie:	Calisthenics
Fallhøyde	1.3 m
Gulvhøyde	na
Stolpe/rør	Aluminium/Stål
Monteringstid	2 t
Anbefalt alder:	12 år
Produsent:	Søve
Fundament alt. 1	Støpes
Sikkerhetssone:	5,3x3,7 m
Minimum nødvendig sikkerhetsareal	18 m ²

