

Rekstok 2 delig

Leeftijd vanaf 12 jaar

€798 excl. BTW

€965,58 incl. BTW

Toestelspecificaties

Toestel hoogte

266 cm

Toestel grootte

L 255 cm X B 12 cm X H 266 cm

Productcode FS-21402



Beschrijving

De rekstok lijkt een eenvoudig calisthenics toestel maar biedt gevarieerde mogelijkheden om onder andere je spierkracht te trainen. Met deze rekstok 2 delig kun je op twee verschillende hoogteniveaus en/of met twee personen tegelijk trainen.

Wat is een dubbele rekstok?

De dubbele rekstok bestaat uit twee horizontale stangen die op verschillende hoogteniveaus zijn gemonteerd tussen verticale palen. Deze 2 delige rekstok voor buiten is geschikt voor vele oefeningen waaronder pull-ups, chin-ups en muscle-ups. Op dit multifunctionele sporttoestel kun je spierkracht, mobiliteit en uithoudingsvermogen naar een hoger niveau tillen. Of je nu begint met calisthenics of al een geofefende sporter bent, deze rekstok biedt vele mogelijkheden op verschillende (hoogte)niveaus.

Oefeningen op de outdoor rekstok

De rekstok is geschikt voor onder andere onderstaande oefeningen. Door op twee verschillende hoogtes te oefenen, haal je net iets meer uit je training.

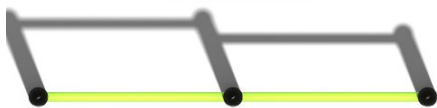
- **pull-ups:** versterken van rug- en armspieren
- **chin-ups:** goed voor je biceps en onderarmen
- **hang-ups:** voor gripkracht en schoudermobiliteit
- **leg raises:** een effectieve buikspiertraining
- **dips:** focus op borst en triceps

Voordelen van trainen met een rekstok

- **krachttraining en spieropbouw:** vele oefeningen richten zich op je bovenlichaam zoals pull-ups en chin-ups. Hierdoor train je je rug, biceps en schouders.
- **work-out in de buitenlucht:** het is al lang bewezen dat frisse lucht supergezond voor je is. Een outdoor calisthenics toestel is niet alleen goed voor je fysieke gezondheid maar buiten zijn vermindert ook stress en verhoogt je mentale focus
- **de rekstok is gemaakt van duurzaam metaal** en de horizontale stang kan in elke gewenste kleur geleverd worden. Je kunt het gehele jaar buiten trainen.

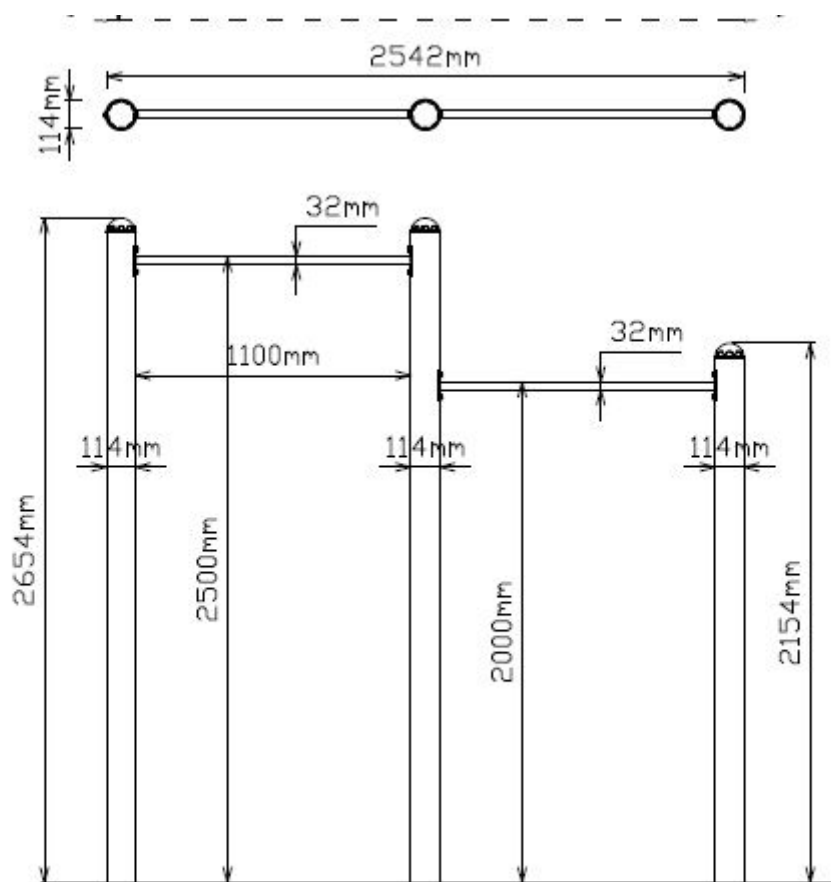
Outdoor calisthenics wordt steeds populairder. Het is een toegankelijke en laagdrempelige manier van buiten sporten. Ervaar de voordelen van krachttraining in de buitenlucht met deze outdoor rekstok 2 delig. Doe je oefeningen op verschillende hoogteniveaus of train gezellig samen op deze rekstok met je sportmaatje.

Foto's



Technische tekeningen

Matenplan





TnT speeltoestellen



Spelen met kleur zonder extra kosten

Kleuren spelen een belangrijke rol in een mensenleven, bewust en onbewust. Houd bij de inrichting van een speelplek daarom rekening met de kleurbeleving van kinderen. Bij TnT mag je zelf de kleuren van je speeltoestel bepalen. Kies voor kleuren die passen bij de leeftijdsgroep van de kinderen, aansluiten op je huisstijl of opgaan in de omgeving. Het aanpassen van de kleuren is een gratis service.



Metaal



Kunststof



PE



PE met gravering



HPL kleur



HPL met hout textuur

Technisch materialenoverzicht

Op deze pagina vind je een lijst met de meest gebruikte materialen in onze speeltoestellen en andere producten. Mocht je specifieke informatie wensen over een bepaald toestel of de gebruikte materialen, neem dan even contact met ons op.

Ronde palen / staanders, Bovenbalk, Wip-balk, Schommelstelling

90mm of 114mm gegalvaniseerd gepoedercoat staal met antiroest afwerking



Vierkante (natuurlijke) palen / staanders

100mm x 100mm aluminium 3,5mm dik



Vloeren, Plateau, Trappen, Zitvlak

3mm RVS frame met een 15mm HPL plaat

HPL trappen: 15mm HPL panelen met aluminium stepjes



Duikelstangen, Spijlwanden, Stangen, Hangrekken, HPL Trapleuningen

2,5mm gegalvaniseerd gepoedercoat antiroest staal. Laser gesneden



Wanden, Zitjes

Standaard wanden en zitjes: PE board

HPL wanden: 15mm HPL panelen



Glijbanen

RVS: Roestvrij staal

Kunststof: Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic in mallen vorm gegeven

HPL: 2mm roestvrij staal met 15mm HPL panelen



Kunststof

Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven

Netten

18 mm 6-draads-staaltouwen, onderling verbonden met aluminium verbindings- koppelingen

Schommel-lagers

Gegalvaniseerd staal, met nylon lagers en M12 draadstang

Schommel-kettingen

Roestvrij staal Ø6mm

Schommel-zitting

Spuitgegoten EPDM rubber met aluminium inlegplaat

Stepjes

Pe Board 15 mm

Kettingen

8mm RVS kettingen

Handvaten

LLDEP 10mm met rubber gecoat anti slip afwerking

Paalkappen

Aluminium

Kunststof - Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven

Schroeven

RVS 6 kant schroeven en gepolijste torx bouten