

Dubbele Monkey bars

Leeftijd vanaf 12 jaar

€2.234 excl. BTW

€2.703,14 incl. BTW

Toestelspecificaties

Toestel hoogte

230 cm

Toestel grootte

L 478 cm X B 128 cm X H 230 cm

Productcode FS-21414



Beschrijving

De dubbele monkey bar met rechte ladder is een effectief calisthenics toestel voor krachttraining. Met de dubbele ladder op twee hoogteniveaus biedt dit sporttoestel een variatie in krachtoefeningen zoals pull-ups en muscle-ups.

Wat is een dubbele monkey bar met rechte ladder?

De dubbele monkey bar met rechte ladder is een outdoor fitnessstoestel dat vaak wordt gebruikt tijdens calisthenicstrainingen of obstacle races. Maar wij verwerken deze ook in [onze speeltoestellen voor de openbare ruimte](#). De dubbele monkey bar bestaat uit zes staanders waartussen twee rechte ladders met gebogen sporten, die op verschillende hoogtes zijn gemonteerd. Deze ladders hebben parallelle sporten die zorgen voor stabiliteit en controle tijdens de oefeningen, terwijl de [monkey bar met snake ladder](#) juist de grip-uitdaging vergroot.

Oefeningen op de dubbele monkey bar met rechte ladder

De dubbele monkey bar met rechte ladder is ideaal voor zowel de beginnende als de geoefende sporters die hun kracht en behendigheid willen verbeteren. Het sporttoestel is gericht op het ontwikkelen van gripkracht en versterken van schouders en rugspieren en armen en romp. Door met je handen over te grijpen, terwijl je met het lichaam in de lucht hangt, beweeg je van de ene naar de andere kant van het toestel.

- **hang-ups:** stil hangen aan de ladder of extra spanning in schouders en romp houden om de gripkracht en schoudermobiliteit te verbeteren.
- **monkey bar traverse:** hand over hand bewegen van de ene naar de andere kant van de ladder.
- **lache swing:** met een zwaaiende beweging hand over hand naar de overkant van de ladder.
- **side-to-side traverse:** zijwaarts via de ladder naar de andere kant bewegen
- **one hand hangs:** met een hand hangen aan een sport van de ladder om de gripkracht en onderarmen te versterken.
- **pull-ups:** omhoogtrekken aan een sport van de ladder
- **leg-raises:** benen omhoogtillen voor sterke buikspieren
- **flying monkey:** een sport van de ladder volledig loslaten terwijl je hand voor hand voortbeweegt naar de volgende sport.

Voordelen dubbele monkey bar met rechte ladder

- **krachttraining en spieropbouw:** de monkey bar is geschikt voor calisthenics, ninja warrior training en obstacle runs. De rechte ladder zorgt voor stabiliteit en controle.

- work-out in de buitenlucht: Een outdoor calisthenics toestel is niet alleen goed voor de fysieke gezondheid maar buiten zijn vermindert ook stress en verhoogt de mentale focus. Heerlijk sporten in de buitenlucht is supergezond.
- de monkey bar is gemaakt van duurzaam metaal en de horizontale ladder kan in elke gewenste kleur geleverd worden. Je kunt het gehele jaar buiten trainen.

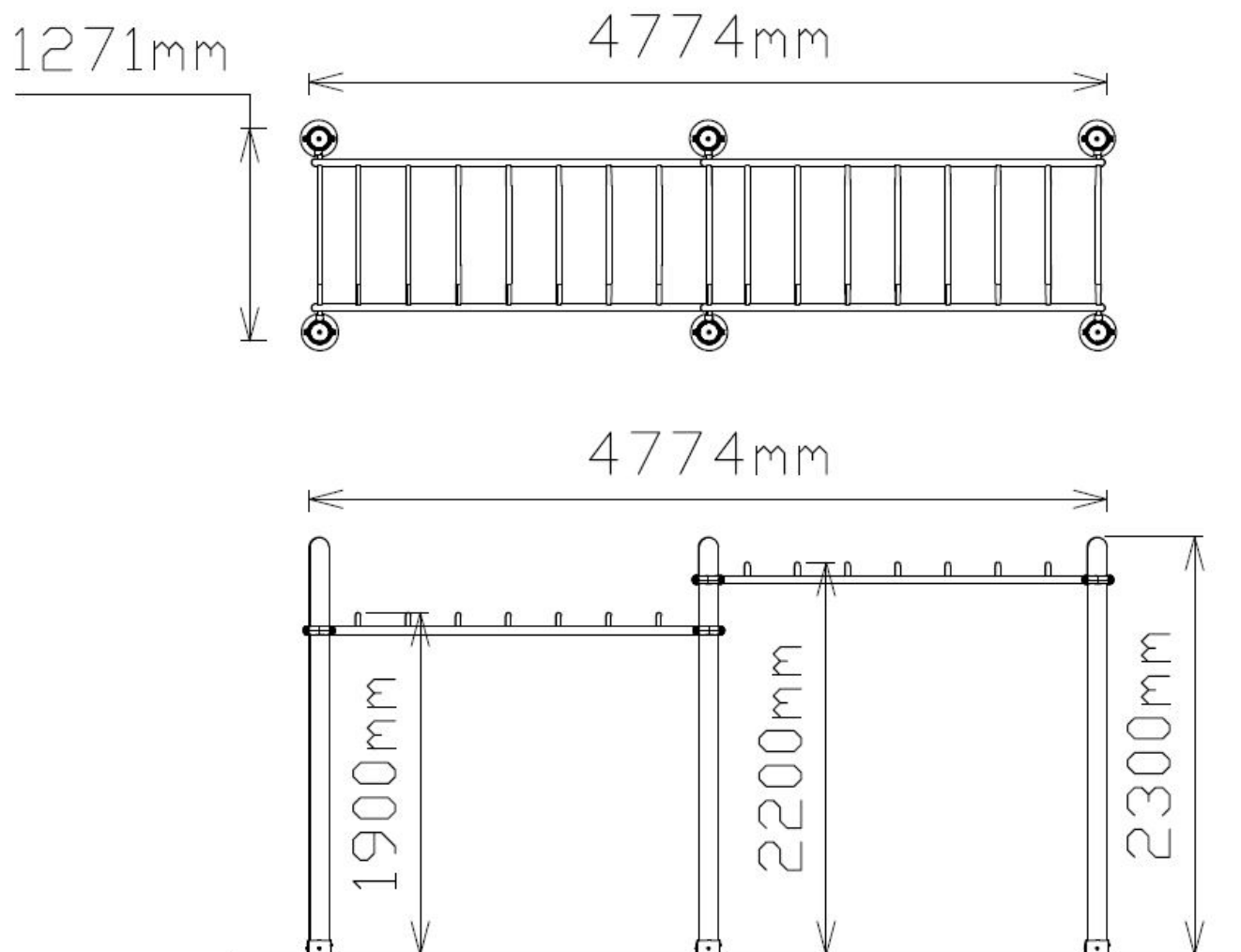
Outdoor calisthenics wordt steeds populairder. Het is een toegankelijke en laagdrempelige manier van buiten sporten. Ervaar de voordelen van krachttraining in de buitenlucht met deze dubbele monkey bar met rechte ladder. Dit sporttoestel tilt een work-out naar een hoger level.

Foto's



Technische tekeningen

Matenplan



Bepaal zelf de kleuren van je professionele speeltoestel

Kleuren zijn belangrijk in een mensenleven. Kleuren kunnen een bepaald gevoel of een bepaalde sfeer oproepen. Kleuren kunnen de stemming beïnvloeden en geven informatie. Bij de inrichting van een speelplek is het daarom belangrijk rekening te houden met de kleurbeleving van kinderen. En die kunnen per leeftijdsgroep verschillen. Hoe belangrijk is het dan om zelf de kleuren voor een speeltoestel te kunnen kiezen? En deze service is bij TnT Speeltoestellen zonder extra meerkosten!

Kunststof kleuren



Metaal kleuren



PE Kleuren Polyethleen

Onze PE panelen zijn in verschillende diktes leverbaar

Enkele kleuren PE



Dubbele kleuren PE



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.

Palen Bovenbalk Staanders Wip-balk Schommelstelling	90mm of 114mm gegalvaniseerd gepoedercoat staal met antiroest afwerking	
Vloeren Plateau Trappen Zitvlak	2,5mm staalbord met rubber gecoate anti slip afwerking	 
Duikelstangen Spijwanden Stangen Hangrekken	2,5mm gegalvaniseerd gepoedercoat antiroest staal. Laser gesneden	 
Wanden Zitjes	PE board	 
Glijbanen	Roestvrij staal Roestvrij staal met PE zijanten Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven	  
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 gecoate anti slip afwerking	
Paalkappen	Aluminium Kunststof - Gerecycled LLDEP 10mm zonbestendig plastic. In mallen vorm gegeven	
Schroeven	RVS 6 kant schroeven en gepolijste torx bouten	