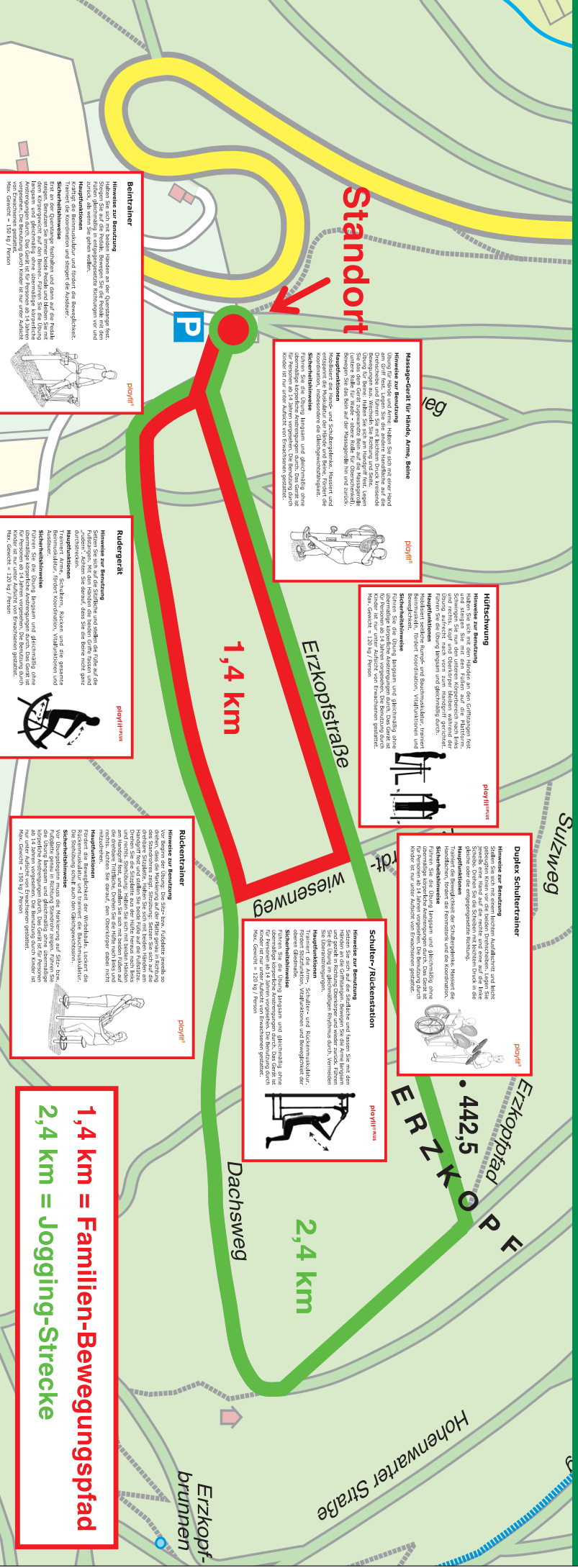




FAMILIEN-Bewegungspfad



Standort

1,4 km

Erzkopfstraße

wiesenweg

2,4 km

Dachsweg

442,5

ERKOPFBAD

1,4 km = Familien-Bewegungspfad
2,4 km = Jogging-Strecke

Beitrittsröhre

Hinweise zur Benutzung Halten Sie sich mit einer Hand an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit der anderen Hand an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Hauptfunktionen Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Messgerät für Hände, Arme, Beine

Hinweise zur Benutzung Umgang für Hände und Arme: Halten Sie sich mit einer Hand an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit der anderen Hand an der Griffstange nach unten. Umgang für Beine: Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Hilfsfunktion

Hinweise zur Benutzung Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Duplex Schultertrainer

Hinweise zur Benutzung Stellen Sie sich mit einem festen Auftrittsblock und leicht gebeugten Knieen auf die rechte und linke Seite der Matte. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Hauptfunktionen Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Schulter-/Rückenstation

Hinweise zur Benutzung Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Rückenröhre

Hinweise zur Benutzung Vor Beginn der Übung für Sitz- bzw. Rückenröhre muss die Rückenröhre auf dem Boden liegen. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Hauptfunktionen Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Rudergerät

Hinweise zur Benutzung Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Hauptfunktionen Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Sicherheitsmerkmale Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten. Halten Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange fest und ziehen Sie sich mit beiden Händen an der Griffstange nach unten.

Die Benutzung der Geräte erfolgt auf eigene Gefahr!

Allgemeine Sicherheitshinweise für die Benutzung:

Die Geräte sind für Personen ab 14 Jahren vorgesehen. Wenn Sie unter gesundheitlichen Einschränkungen leiden, sprechen Sie vor der Benutzung mit Ihrem Arzt. Führen Sie die Übungen langsam und gleichmäßig ohne übermäßige körperliche Anstrengung durch. Vergewissern Sie sich, dass Sie eine sichere Stand- bzw. Sitzposition eingenommen haben. Halten Sie sich an den vorgegebenen Griffen bzw. Griffstangen gut fest. Tragen Sie bitte eng anliegende Kleidung. Achten Sie grundsätzlich z. B. bei Schals darauf, dass die Kleidung sich nicht an den Geräten verhängt. Tragen Sie geeignetes Schuhwerk (fest sitzend & rutschfest). Wenden Sie keine Gewalt an den Geräten an.

