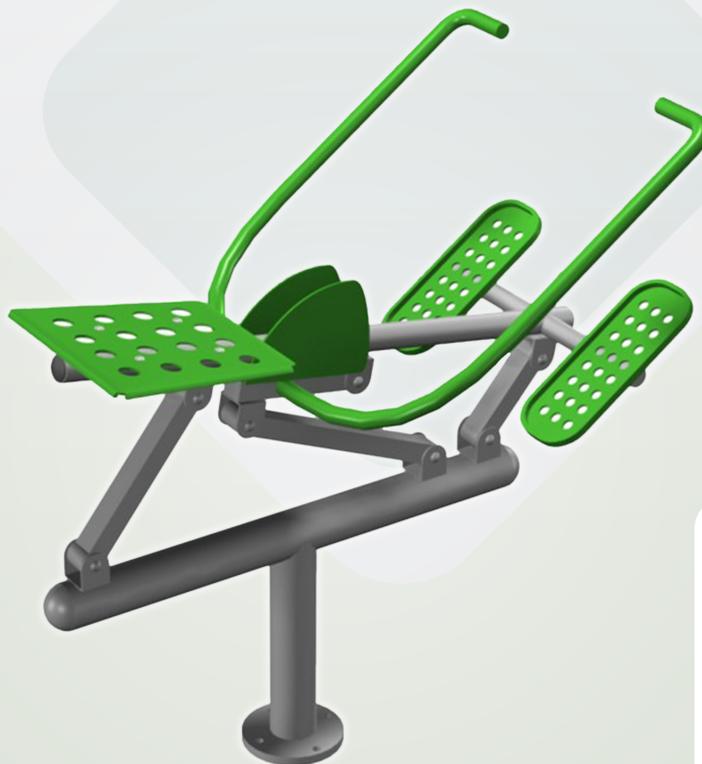




Verdespazio

ATTREZZI OUTDOOR FITNESS



Le nostre aree per il Fitness Outdoor sono composte da strutture robuste e resistenti alle normali condizioni meteo, alle più elevate intensità di utilizzo ed ai danneggiamenti intenzionali. Sono costruite per rispondere alle nostre priorità: sicurezza, design, comodità ed efficacia d'uso. In una parola: qualità!

Punti di forza. Utilizzabili da praticanti di tutte le età. Tempi di installazione ridotti. Costi di acquisto contenuti. Ampia varietà di esercizi possibili: le attrezzature propongono attività di potenziamento oppure di tipo aerobico. La combinazione dei vari attrezzi, permette di allenare e sviluppare tutte le principali fasce muscolari.

Tutte le attrezzature, i materiali di sostegno ed i pannelli informativi sono metallici, realizzati con l'impiego di robusto acciaio. Gli elementi strutturali sono realizzati in tubolare di **acciaio zincato e verniciato** di circa 9 cm di diametro, con uno spessore di 3,6 mm. Tutte le strutture sono realizzate nel rispetto delle norme europee per le aree fitness all'aperto e per i parchi gioco: **EN16630** e **1176-1**. La certificazione che attesta la rispondenza alle normative citate è rilasciata dall'ente **TÜV REINLAND**. Tutta la filiera produttiva ha luogo in Paesi dell'**Unione Europea**. Scelte che vanno a garanzia della sicurezza degli utilizzatori e rappresentano una tutela dell'ente che si è fatto carico della realizzazione dell'area e si occupa della gestione.

I **colori** standard sono il grigio, per gli elementi di sostegno, ed il verde per le attrezzature in movimento, con la possibilità di **realizzazioni personalizzate**.

Caratteristiche di installazione. Tutte le strutture sono progettate per essere fissate rigidamente al suolo. La staffa di base deve essere vincolata ad un plinto di fondazione in calcestruzzo, trenta centimetri al di sotto della superficie del terreno. Gli attrezzi non necessitano di una pavimentazione di sicurezza. Ogni attrezzo è caratterizzato da un'area di impatto che non deve registrare interferenze con aree di altri attrezzi o con altre installazioni fisse.



Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p style="text-align: center;">AIR WALKER - codice 29SXOFC-02</p> <p>Tipologia Stazione aerobica. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Allenare i muscoli delle gambe e dei fianchi senza sovraccaricare le articolazioni. Incrementa il senso di equilibrio. Metodo di utilizzo Salire con entrambi i piedi sui due pedali ed afferrare saldamente la barra anteriore. Muovere avanti e indietro le gambe come a riprodurre una camminata veloce.</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo o in abbinamento con il Crosstrainer OFC-05</i></p> <table border="1" data-bbox="585 813 1493 853"> <tr> <td data-bbox="585 813 979 853">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 813 1493 853">1430 x 540 x h (f.t.) 1570</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1430 x 540 x h (f.t.) 1570
Dimensioni (mm)	1430 x 540 x h (f.t.) 1570			
	<p style="text-align: center;">CROSSTRAINER - codice 29SXOFC-05</p> <p>Tipologia Stazione aerobica. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Allenare dolcemente i muscoli delle gambe e dei fianchi senza sovraccaricare le articolazioni. Incrementa il senso di equilibrio. Efficace per il consumo dei grassi corporei. Metodo di utilizzo Salire sui pedali afferrando saldamente le barre verticali. Spingere alternativamente con i piedi, coordinando ed aiutando il movimento con la spinta o la trazione delle braccia.</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo o in abbinamento con Air Walker OFC-02 ed un pannello di supporto OFC-01.</i></p> <table border="1" data-bbox="585 1361 1493 1402"> <tr> <td data-bbox="585 1361 979 1402">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1361 1493 1402">1320 x 600 x h (f.t.) 1580</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1320 x 600 x h (f.t.) 1580
Dimensioni (mm)	1320 x 600 x h (f.t.) 1580			
	<p style="text-align: center;">VOGATORE - codice 29SXOFC-11</p> <p>Tipologia Aerobica/potenziamento. Livello di difficoltà Medio. Efficace per... Uno degli esercizi più completi, in grado di attivare praticamente tutte le fasce muscolari. Eccellente per migliorare l'efficienza dell'organismo. Metodo di utilizzo Occupare il sedile e collocare i piedi sui pedali. Dopo avere afferrato le maniglie, tirare la braccia verso il tronco, spingendo contemporaneamente con le gambe nella direzione opposta. Tornare nella posizione di partenza e ripetere il movimento.</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo o in abbinamento con un pannello di supporto OFC-01 e Leg press OFC-07.</i></p> <table border="1" data-bbox="585 1957 1493 1998"> <tr> <td data-bbox="585 1957 979 1998">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1957 1493 1998">1180 x 940 x h (f.t.) 1010</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1180 x 940 x h (f.t.) 1010
Dimensioni (mm)	1180 x 940 x h (f.t.) 1010			

Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p style="text-align: center;">TWISTER - codice 29SXOFC-09</p> <p>Tipologia Stazione aerobica. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Attivare le articolazioni dell'anca e della zona lombare. Allena il senso di equilibrio e i muscoli addominali. Metodo di utilizzo Prendere posizione sulla piastra di appoggio con entrambi i piedi ed afferrare le maniglie con le mani. Ruotare l'anca con movimento uniforme da destra a sinistra e viceversa.</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo, doppio (prodotto in foto) o in abbinamento con Sky Trainer OFC-10</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">Dimensioni (mm)</td> <td style="width: 50%;">755 x 880 x h (f.t.) 1480</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	755 x 880 x h (f.t.) 1480
Dimensioni (mm)	755 x 880 x h (f.t.) 1480			
	<p style="text-align: center;">SKI TRAINER - codice 29SXOFC-10</p> <p>Tipologia Stazione potenziamento. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Allenare i muscoli delle anche. Attiva le articolazioni dell'anca e della zona lombare, migliora il senso di equilibrio, ha effetto sui muscoli lombari e addominali. Metodo di utilizzo Salire con entrambi i piedi sulle piastre di appoggio tenendosi saldamente alla barra di appoggio. Muovere le gambe da destra a sinistra con un movimento a pendolo.</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo (prodotto in foto), doppio o in abbinamento con Twister OFC-09.</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">Dimensioni (mm)</td> <td style="width: 50%;">730 x 880 x h (f.t.) 1450</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	730 x 880 x h (f.t.) 1450
Dimensioni (mm)	730 x 880 x h (f.t.) 1450			
	<p style="text-align: center;">TWISTER e SKI TRAINER - codice 29SXOFC-0910</p> <p>Tipologia Aerobica/potenziamento. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Combinazione di due attrezzi efficaci per riattivare e rinforzare il bacino, la zona lombare e addominale. Metodo di utilizzo Prendere posizione con entrambi i piedi sulle apposite pedane, reggendosi saldamente alle barre di sostegno. A seconda dell'attrezzo, muovere il bacino in senso rotatorio o far ondeggiare le gambe a destra e sinistra.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">Dimensioni (mm)</td> <td style="width: 50%;">1440 x 880 x h (f.t.) 1480</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1440 x 880 x h (f.t.) 1480
Dimensioni (mm)	1440 x 880 x h (f.t.) 1480			

Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p style="text-align: center;">TAI CHI WHEELS - codice 29SXOFC-15</p> <p>Tipologia Stazione potenziamento. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Rinforzare i muscoli delle braccia e migliorare l'efficienza delle articolazioni della parte alta del corpo. Metodo di utilizzo Afferrare la ruota grande con una mano per volta. Afferrare le ruote piccole con entrambe le mani (una per ruota). Ruotare a destra e sinistra, regolando la velocità del movimento.</p> <p><i>Varianti configurazione: possibilità di combinare la ruota grande o la coppia di ruote piccole a piacimento.</i></p> <table border="1" data-bbox="584 887 1492 927"> <tr> <td data-bbox="584 887 979 927">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 887 1492 927">1200 x 1200 x h (f.t.) 1900</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1200 x 1200 x h (f.t.) 1900
Dimensioni (mm)	1200 x 1200 x h (f.t.) 1900			
	<p style="text-align: center;">BICICLETTA - codice 29SXOFC-18</p> <p>Tipologia Aerobica/potenziamento. Livello di difficoltà Facile. Efficace per... Potenziare i muscoli delle gambe e migliorare l'efficienza generale dell'organismo. Metodo di utilizzo Accomodarsi sul seggiolino e poggiare i piedi sui pedali, afferrando la barra anteriore con le mani. Pedalare...</p> <p><i>Varianti configurazione: singolo o in abbinamento con il pannello di supporto OFC-01.</i></p> <table border="1" data-bbox="584 1440 1492 1480"> <tr> <td data-bbox="584 1440 979 1480">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1440 1492 1480">540 x 832 x h (f.t.) 1077</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	540 x 832 x h (f.t.) 1077
Dimensioni (mm)	540 x 832 x h (f.t.) 1077			
	<p style="text-align: center;">TABELLA INFORMATIVA - codice 29SXOFC-14</p> <p>Tipologia Generale. Livello di difficoltà -. Efficace per... Avere uno spazio su cui esporre le informazioni generali dell'area fitness, il regolamento con le limitazioni di utilizzo e ricordare alcune nozioni di base. È il posto adatto su cui esporre le informazioni su chi ha finanziato la realizzazione dell'area e ricordare le modalità di contatto con l'amministrazione che ne ha in carico la gestione.</p> <table border="1" data-bbox="584 1928 1492 1968"> <tr> <td data-bbox="584 1928 979 1968">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1928 1492 1968">459 x 90 x h (f.t.) 1800</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	459 x 90 x h (f.t.) 1800
Dimensioni (mm)	459 x 90 x h (f.t.) 1800			

Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p align="center">PANNELLO DI SUPPORTO - codice 29SXOFC-01</p> <p>Tipologia Generale. Livello di difficoltà -.</p> <p>Efficace per... Sostenere e informare. Questo pannello assolve la doppia funzione di base di supporto per attrezzi e di sostegno per le tabelle informative. Gli attrezzi possono essere applicati su una oppure su entrambe le facce del pannello, avvitandone i supporti ai fori standard già predisposti. Le tabelle informative consentono di descrivere la tipologia di attrezzatura e di descrivere agli utilizzatori dell'area fitness i modi corretti di eseguire gli esercizi.</p> <table border="1" data-bbox="587 763 1481 801"> <tr> <td data-bbox="587 763 976 801">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="976 763 1481 801">530 x 90 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	530 x 90 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	530 x 90 x h (f.t.) 1880			
	<p align="center">SPALLIERA - codice 29SXOFC-03</p> <p>Tipologia Potenziamento. Difficoltà Medio/impegnativo.</p> <p>Efficace per... Potenziare i muscoli degli arti superiori. Può essere usato per lo stretching.</p> <p>Metodo di utilizzo Fronte all'attrezzo, afferrare gli appigli esterni della barra superiore e sollevare il corpo fino all'altezza delle spalle, evitando movimenti oscillatori. Scendere lentamente. In alternativa, le barre inferiori possono essere sfruttati come appoggi per le gambe in fase di riscaldamento o di allungamento dopo l'allenamento.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="587 1352 1481 1391"> <tr> <td data-bbox="587 1352 976 1391">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="976 1352 1481 1391">860 x 700 x h (f.t.) 2190</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	860 x 700 x h (f.t.) 2190
Dimensioni (mm)	860 x 700 x h (f.t.) 2190			
	<p align="center">LEG RAISE - codice 29SXOFC-06</p> <p>Tipologia Potenziamento. Livello di difficoltà Impegnativo.</p> <p>Efficace per... Potenziare gli addominali inferiori o i tricipiti brachiali.</p> <p>Metodo di utilizzo Spalle all'attrezzo, posare gli avambracci sulle barre orizzontali ed afferrare le maniglie. Mantenendo il busto in posizione verticale, flettere le gambe e avvicinarle al petto, riportandole poi lentamente in posizione verticale. Oppure, per le braccia, afferrando le barre orizzontale, portarsi in posizione eretta ed effettuare lentamente delle flessioni.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="587 1948 1481 1986"> <tr> <td data-bbox="587 1948 976 1986">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="976 1948 1481 1986">1100 x 560 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1100 x 560 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	1100 x 560 x h (f.t.) 1880			

Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p align="center">PANCA - codice 29SXOFC-04</p> <p>Tipologia Potenziamento. Livello di difficoltà Impegnativo. Efficace per... Potenziare i muscoli retti ed obliqui dell'addome. Metodo di utilizzo Adagiarsi sulla panca in posizione supina, piegando le ginocchia e bloccando le gambe aiutandosi con la barra trasversale. Incrociando le braccia sul petto, sollevare la testa ed il tronco. Riguardagnare la posizione supina abbassando dolcemente il tronco. In aggiunta, dopo il sollevamento può essere effettuata una torsione. Fare movimenti dolci e continui.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="592 896 1481 936"> <tr> <td data-bbox="592 896 975 936">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="978 896 1481 936">1520 x 710 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1520 x 710 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	1520 x 710 x h (f.t.) 1880			
	<p align="center">PANCA ROMANA - codice 29SXOFC-08</p> <p>Tipologia Potenziamento. Livello di difficoltà Medio. Efficace per... Potenziare i muscoli estensori della schiena, bicipiti della coscia e glutei. Metodo di utilizzo Salire sulla pedana bloccando la parte posteriore della caviglia contro la barra trasversale. Poggiare il bacino contro il supporto superiore, piegare e sollevare il torace completamente e con movimenti lenti e fluidi.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="592 1440 1481 1480"> <tr> <td data-bbox="592 1440 975 1480">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="978 1440 1481 1480">620 x 820 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	620 x 820 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	620 x 820 x h (f.t.) 1880			
	<p align="center">LEG PRESS - codice 29SXOFC-07</p> <p>Tipologia Potenziamento. Livello di difficoltà Medio. Efficace per... Potenziare i muscoli degli arti inferiori. Metodo di utilizzo Sedersi saldamente sul seggiolino e posizionare entrambi i piedi sugli appoggi. Estendere e ripiegare le gambe per allontanare e avvicinare il corpo dalla struttura, mantenendo le ginocchia in asse.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="592 1915 1481 1968"> <tr> <td data-bbox="592 1915 975 1968">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="978 1915 1481 1968">1050 x 620 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	1050 x 620 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	1050 x 620 x h (f.t.) 1880			

Attrezzature Fitness per esterno	Descrizione articolo			
	<p align="center">PULL DOWN - codice 29SXOFC-12</p> <p>Tipologia Potenziamento. Difficoltà Medio/impegnativo. Efficace per... Allenare i muscoli dorsali superiori e le braccia. Metodo di utilizzo Sedersi ed impugnare le barre orizzontali. Avvicinare le barre al tronco e riportarle verso la posizione di partenza fino ad estendere quasi completamente le braccia. L'esercizio può essere effettuato in posizione frontale o dorsale rispetto alla macchina, impugnando le maniglie perpendicolari o parallele rispetto al pannello di supporto per allenare diversi gruppi muscolari.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="584 891 1490 936"> <tr> <td data-bbox="584 891 979 936">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 891 1490 936">840 x 1070 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	840 x 1070 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	840 x 1070 x h (f.t.) 1880			
	<p align="center">CHEST PRESS - codice 29SXOFC-13</p> <p>Tipologia Potenziamento. Difficoltà Medio/impegnativo. Efficace per... Potenziare pettorali, spalle e braccia. Metodo di utilizzo Prendere posizione sul seggiolino ed afferrare le maniglie nella parte inferiore delle barre. Allontanare le barre dal torace e tornare lentamente nella posizione di partenza. Impugnare indifferentemente le maniglie orizzontali o verticali.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="584 1442 1490 1487"> <tr> <td data-bbox="584 1442 979 1487">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1442 1490 1487">840 x 1120 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	840 x 1120 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	840 x 1120 x h (f.t.) 1880			
	<p align="center">PULL DOWN e CHESTPRESS - codice 29SXOFC-1213</p> <p>Tipologia Potenziamento. Difficoltà Medio/impegnativo. Efficace per... Potenziare i muscoli degli arti superiori. Metodo di utilizzo La combinazione tra questi due articoli rappresenta la soluzione più classica nell'allestimento di un'area fitness. Permette di concentrare in un'unica postazione le attrezzature che garantiscono la maggiore varietà di allenamento per i muscoli pettorali e gli arti superiori.</p> <p><i>Varianti configurazione: il montaggio su pannello OFC-01 permette l'abbinamento tra più attrezzi, anche di diverso tipo.</i></p> <table border="1" data-bbox="584 1971 1490 2016"> <tr> <td data-bbox="584 1971 979 2016">Dimensioni (mm)</td> <td data-bbox="979 1971 1490 2016">840 x 2000 x h (f.t.) 1880</td> </tr> </table>		Dimensioni (mm)	840 x 2000 x h (f.t.) 1880
Dimensioni (mm)	840 x 2000 x h (f.t.) 1880			

Attrezzature Fitness per esterno

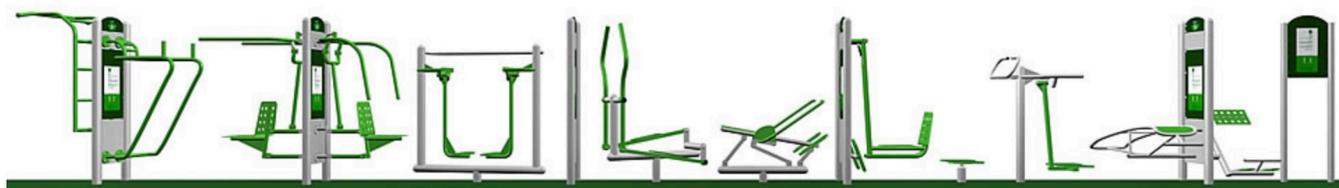
Esempi di composizione



MINI SET - 6 attrezzi - 69 mq

Una proposta pensata per le aree meno affollate. Il MINI SET offre la possibilità di creare una zona di allenamento all'aperto a fronte di una disponibilità di spazi e di un impegno di spesa relativamente modesti. Questa composizione è piccola ma comunque completa, grazie ad una scelta di attrezzi che consentono la maggiore varietà di esercizi. Potrebbe trovare la sua collocazione come integrazione di un'area gioco, piuttosto che all'interno di aree condominiali o in residenze private.

Il set è composto da... Sei stazioni di allenamento per attività di riscaldamento, aerobiche e di potenziamento. Lo costituiscono l'Airwalker, un pannello di supporto che sostiene sui due lati una Spalliera e il Leg Raise, l'ellittica Cross Trainer, il dispositivo integrato di Twister e Ski Trainer per gli arti inferiori. Rispettando le zone di impatto di ogni attrezzo, come imposto dalle norme di riferimento, questo set può essere inserito in un'area di 69 mq.



SET COMPLETO - 12 attrezzi - 140 mq

La soluzione per realizzare un'area fitness completa e che possa sopportare una massiccia affluenza di praticanti offrendo la possibilità a tutti di svolgere l'allenamento desiderato senza tempi di attesa. La soluzione si presenta completa con gli attrezzi ed i macchinari che possono accompagnare in una seduta completa, dalle attività di riscaldamento all'allenamento aerobico, oppure agli esercizi di potenziamento per tutte le fasce muscolari. La sua collocazione ideale è nelle aree verdi o in tutti quegli spazi urbani che richiamano un alto numero di persone.

Il set è composto da... Una tabella informativa con il regolamento generale dell'area fitness e le informazioni di contatto dell'amministrazione, dodici stazioni di allenamento. Per le attività aerobiche sono disponibili Airwalker, l'ellittica Cross Trainer, il dispositivo integrato con Twister e Ski Trainer. Il Vogatore, un attrezzo universale e immancabile per le sue caratteristiche. Infine tutti gli attrezzi di potenziamento, come le Panche per addominali e dorsali, la Spalliera integrata con il Leg Raise, la "pressa" per gli arti inferiori e l'immancabile Pull Down e Chest Press per il potenziamento della parte superiore del tronco e degli arti superiori. Questo tipo di attrezzature, dotate di pannelli di supporto con una completa descrizione degli esercizi eseguibili, occupa un'area di 140 mq.

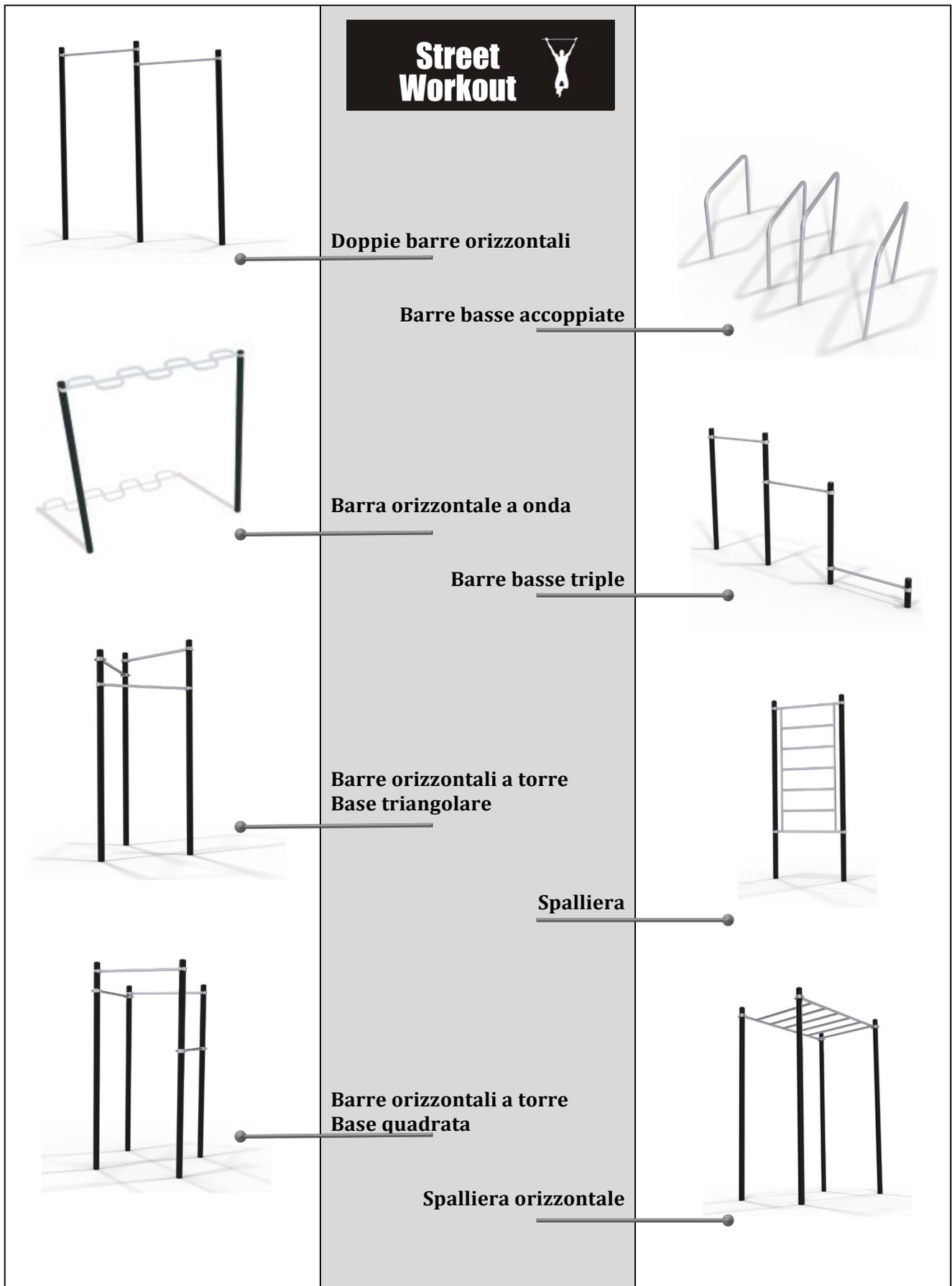
Il termine inglese **Street Workout**, che può essere tradotto in **allenamento da strada**, indica l'attività fisica all'aperto svolta nel contesto di aree attrezzate con semplici attrezzi ginnici come parallele, spalliere o barre per trazioni. Con queste attrezzature vengono eseguiti esercizi interamente a corpo libero.

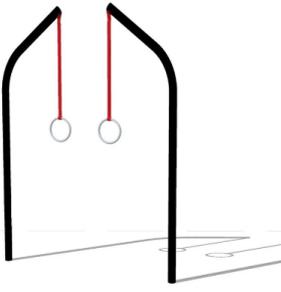
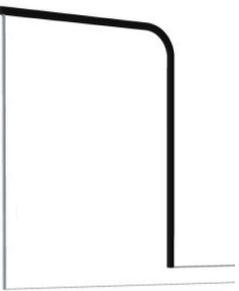


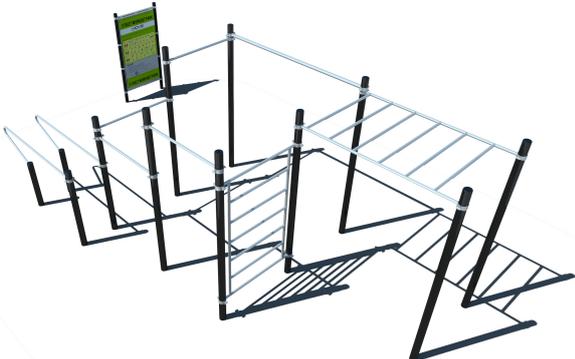
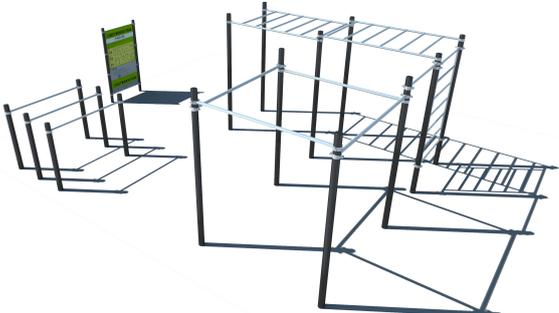
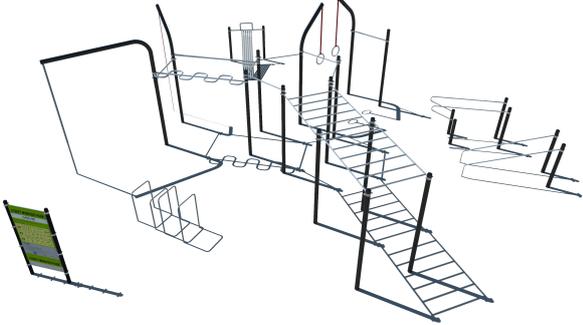
La linea **1Move** è stata pensata e progettata per soddisfare questa nuova tendenza, sempre più popolare e praticata dalle nuove generazioni. Le attrezzature per lo Street Workout rappresentano una riscoperta di un modo di allenamento tradizionale che permette di colmare il gap tra le attività propriamente ludiche di un parco gioco e quelle più strutturate tipiche del fitness per esterni. Grazie alle loro caratteristiche, i singoli attrezzi possono essere combinati in set di varie dimensioni e caratteristiche a seconda delle esigenze specifiche. Le strutture sono equipaggiate con tabelle informative che illustrano diversi tipi di esercizio che è possibile riprodurre. Queste sono utili per dare alcuni suggerimenti ai principianti per iniziare il loro allenamento standard, prima che siano sufficientemente esperti per sviluppare in autonomia il proprio percorso di allenamento personalizzato.

Gli attrezzi 1Move sono metallici, realizzati esclusivamente in acciaio per assicurare la maggiore durata in varie condizioni meteo e per assicurare la massima resistenza all'uso anche più esasperato ed ai tentativi di danneggiamento intenzionale. I pali e le strutture portanti sono in **acciaio zincato a caldo**, rivestiti con **verniciatura a polveri** di poliestere termoindurente. Le barre e le strutture di esercizio sono zincate a caldo. I colori standard sono il nero per gli elementi strutturali e grigio acciaio per gli attrezzi.





<p>Street Workout </p>			
	<p>Parallele</p>		<p>Parallele inclinate</p>
	<p>Anelli doppi</p>		<p>Panca inclinata</p>
	<p>Anelli</p>		<p>Sacco boxe</p>
	<p>Corda da arrampicata</p>		<p>Pertica da arrampicata</p>

Attrezzature Fitness per esterno	Esempi di composizione
	<p>SET START</p> <p>Composizione di attrezzature per percorso ginnico Street Workout. Strutture portanti in tubolare di acciaio zincato e verniciato Ø 88,9 mm. Composto da: 1 pannello informativo; 1 scala orizzontale di sospensione; 1 scala verticale (spalliera); 1 coppia di parallele; 5 barre a diverse altezze.</p> <p>Altezza massima elementi ginnici: cm 245 Area di sicurezza: cm 685 x 1080</p>
<p>SET MEDIUM</p> <p>Composizione di attrezzature per percorso ginnico Street Workout. Strutture portanti in tubolare di acciaio zincato e verniciato Ø 88,9 mm. Composto da: 1 pannello informativo; 2 scale orizzontali di sospensione; 1 scala verticale (spalliera); 5 barre a diverse altezze; 1 triple barre basse.</p> <p>Altezza massima elementi ginnici: cm 245 Area di sicurezza: cm 938 x 1080.</p>	
	<p>SET LARGE</p> <p>Composizione di attrezzature per percorso ginnico Street Workout. Strutture portanti in tubolare di acciaio zincato e verniciato Ø 88,9 mm. Composto da: 1 pannello informativo; 2 scale orizzontali di sospensione; 1 scala verticale (spalliera); 5 barre a diverse altezze; 4 barre basse; 1 barra a onda; 1 coppia di anelli; 1 fune di risalita; 1 pertica; 1 panca addominali; 1 coppia di parallele; 1 coppia parallele inclinate.</p> <p>Altezza massima elementi ginnici: cm 319 Area di sicurezza: cm 1286 x 1456</p>



Verdespazio

VERDESPAZIO s.n.c. di Massimiliano Biasion & C.

SEDE OPERATIVA: Via Cottolengo, 45 - 10079 Mappano (TO)

SEDE LEGALE: Via B. Luini, 116 - 10149 Torino

Tel. e Fax (+39) 011 99 68 213

E-mail: info@verdespazio.it

www.verdespazio.it

