

SPORT

Attrezzature da sport e fitness



INCLUDING
PLANNING
TOOLS



CONTENT

ATTREZZATURA SPORT / FITNESS

NORWELL FITNESS materiale: metallo, plastica	8
SISU FINTESS materiale: metallo, plastica	16
LAPPSET GYM materiale: metallo, plastica	22
STREET WORKOUT materiale: metallo, legno, plastica	28
LAPPSET FITNESS materiale: metallo, legno, plastica	38
SENIOR SPORT materiale: metallo, legno, plastica	48
DASH PARKOUR materiale: metallo, plastica	58
LAPPSET TAG materiale: metallo, plastica	70
GIOCHI CON LA PALLA E ARENE materiale: metallo, legno, plastica	74
SPORT INTERATTIVO materiale: metallo, plastica	78
PUMPTRACK materiale: metallo, legno	82

ATTREZZATURE SPORT / FITNESS SPECIALI



Attrezzature da sport/fitness **INCLUSIVO - Sport per tutti!**

Attrezzature da sport/fitness **per ANZIANI - Senior Sport**

48



SPORT PER TUTTI ATTREZZATURE INCLUSIVE

I prodotti segnati con il simbolo del sole sono adatte anche alle persone con disabilità

PLANNING TOOLS

CHECKLIST - Pianificare un'area da sport/fitness	2
Lo sport all'aperto promuove l'attività fisica	14
Pianificare un'area da fitness per anziani	46
Che cos'è lo street Workout?	26
Street Workout - Istruzioni per principianti	30
Che cosa rende un'area Parkour ideale per l'allenamento?	56

COME PIANIFICARE UN'AREA DA SPORT E FITNESS?

1 PIANIFICAZIONE DELL'AREA

- Dimensioni e forma dell'area totale
- Descrizione dell'ambiente circostante (parco, centro commerciale, parco privato ecc.)
- Direzione della luce / del sole
- Alberi o altri oggetti ombreggianti esistenti nell'area
- Quali requisiti locali devono essere presi in considerazione?
- Che tipo di parchi sportivi ci sono già nelle vicinanze? - Evitare strutture simili!
- Quali attrezzature esistenti devono essere mantenute?
- Le attrezzature esistenti sono state sottoposte a verifica in base alle normative esistenti per le attrezzature da sport?
- Il layout progettato è adatto all'allenamento di gruppo guidato?

2 UTENTI

- Chi utilizzerà il parco?
- Qual è la demografia delle persone che vivono nelle vicinanze?
 - adolescenti
 - famiglie
 - club da sport
 - anziani
- Quante persone deve ospitare il parco?
- È possibile includere delle attività per tutte le età? (bambini - adolescenti - adulti - anziani)

3 BUDGET

- Pianificazione dell'area
- Smaltimento delle strutture precedenti
- Attrezzature
- Installazione
- Pavimentazione di sicurezza
- Manutenzione

4 ALTRI POSSIBILI ELEMENTI DI ESERCIZIO

- arrampicate
- giochi con la palla
- bicicletta, monopattino, pattinaggio
- corsa
- parkour, freerunning

Il progetto è inclusivo?

Ricordate di scegliere attività per diversi livelli di abilità.

La pavimentazione uniforme rende il parco accessibile a tutti. I nostri prodotti inclusivi permettono a tutti di muoversi alle proprie condizioni.

5 I DINTORNI

- tavoli/sedute per bambini, adulti, anziani, inclusivi
- cestini per rifiuti
- posacenere
- pergola, gazebo, pensiline
- area per il barbecue
- fioriere
- area per cani

7 ALTRI PUNTI DA RICORDARE

- illuminazione
- posti ombreggiati
- punti di ingresso ed uscita
- passaggi pedonali
- un campo da calcio può diventare una pista di pattinaggio in inverno?
- possibilità di aggiungere altre funzioni al progetto?
- design inclusivo?

9 INSTALLAZIONE

- Assicurarsi che l'area sia assemblata e installata da professionisti. Non dimenticate di programmare le ispezioni periodiche del parco.

Alla squadra di montaggio servono le seguenti informazioni prima dell'installazione:

- foto dell'area
- data per l'installazione
- composizione dell' terreno (asfalto, sabbia, erba, bosco ecc.)
- accessibilità per le macchine di manutenzione
- percorsi di servizio durante l'installazione
- persona di contatto e relativi recapiti per eventuale domande

Installazione dell' parco:

1. preparazione dell'area
2. installazione delle attrezzature
3. installazione della pavimentazione

6 PAVIMENTAZIONE DI SICUREZZA

- La scelta della pavimentazione antitrauma può avere un alto impatto sul costo totale del parco e sulla sua durata nel tempo.

8 CARTELLI PER INFORMAZIONI

- cartelli informativi secondo la normativa EN16630
- numero di telefono di emergenza
- numero di telefono per la manutenzione del parco
- nome, indirizzo del parco
- istruzione per l'uso delle attrezzature
- altri informazioni essenziali

10 APERTURA

Organizzare istruttori professionisti, musica, spettacoli, palloncini. Invitare famiglie, club sportivi, stampa, blogger, ospiti d'onore all'inaugurazione del parco.

Fateli sentire a casa e diventeranno visitatori abituali del parco.

Il benessere appartiene a tutti è per quello che vorremmo creare insieme a voi area da fitness e sport all'aperto!

I nostri partner sono leader nella realizzazione di aree da SPORT e FITNESS

Una struttura sportiva all'aperto ben progettata unisce gente di ogni età e livelli fisici. L'ottima forza muscolare previene lesioni e aiuta anche a preservare le nostre capacità funzionali man mano che invecchiamo. Quando l'allenamento è sicuro e divertente allo stesso tempo tutte le generazioni hanno la possibilità di condividere questo divertimento in un'area sportiva all'aperto.

Attrezzature per palestre all'aperto, attrezzature da parkour e prodotti sportivi per anziani creano condizioni di allenamento moderne e versatili, indipendentemente dall'età e dal livello fisico. Combinando attrezzature di diversi gruppi di prodotti, è possibile creare un'area fitness all'aperto stimolante sia per chi svolge attività fisica tutti i giorni sia per gli atleti professionisti.





**Inizia il tuo allenamento
quando ti è comodo!
Senza orari di apertura.**

**Molto più di un semplice movimento
all'aperto...**

Ogni dettaglio è ben studiato, dall'alto livello di funzionalità e usabilità per garantire i massimi benefici agli utenti, al design estetico danese, facile da collocare in qualsiasi ambiente.

Accessibile quando vuoi tu!



GARANZIE E RICAMBI

pezzi di ricambi garantiti per 10 anni dopo l'uscita di produzione del prodotto

20 anni

- strutture e componenti in acciaio
- elementi realizzati in laminato ad alta pressione (HPL)
- parti trattati a Linax

15 anni

- componenti in alluminio
- componenti in plastica rinforzata con fibra di vetro

10 anni

- componenti in legno trattati con pre-servante senza contatto con il suolo
- componenti in legno trattati con preservante a contatto con il suolo (in Europa)
- componenti in cemento
- finitura superficiale di componenti in acciaio e alluminio
- impugnature per arrampicata

5 anni

- componenti in legno trattati con preservante a contatto con il suolo (fuori dall'Europa)
- componenti in legno non trattati con preservante
- componenti in plastica e fibra di vetro
- reti e corde rinforzate in acciaio
- molle
- parti in jatoba

3 anni

- parti in gomma o rivestite in gomma, componenti in poliuretano
- parti in movimento (malfunzionamento)
- corpi in legno di attrezzature a molla
- cavi, catene in acciaio
- finitura superficiale di componenti diversi da acciaio e alluminio
- pannelli di compensato verniciati o rivestiti
- parti in legno con verniciatura ma senza manutenzione (arredo parco)

1 anno

- reti e corde nei prodotti sportivi
- elementi tessili
- componenti con rivestimento in gesso
- componenti elettronici

A young man with short hair and a light beard, wearing a black tank top, is looking upwards and to the left. He is standing in front of an outdoor fitness station with black metal frames and green horizontal bars. The background is a blurred outdoor setting with trees and a flag.

**SÌ, I NOSTRI
PRODOTTI SONO
CERTIFICATI
SECONDO LA NORMA
UNI EN 16630**

...è la norma europea che regola i requisiti di sicurezza per la fabbricazione, l'installazione, l'ispezione e la manutenzione e i metodi di prova relativi alle attrezzature installate in modo permanente per il fitness all'aperto.

STRUTTURE FITNESS

NORWELL FITNESS

Molto più di un semplice allenamento all'esterno...

Ogni dettaglio è ben studiato, dall'alto livello di funzionalità e usabilità per garantire i massimi benefici agli utenti, al design estetico danese, facile da collocare in qualsiasi ambiente.



Quattro elementi essenziali

Le condizioni per un'elevata qualità di vita possono essere suddivise in quattro importanti aree di allenamento: funzione circuitale ottimale, buona forza del corpo, equilibrio/coordinazione e sufficiente flessibilità.

Abbiamo reso più facile orientarsi in un parco fitness di Norwell utilizzando i simboli colorati sulle stazioni di fitness, per facilitare la navigazione nel parco Norwell Outdoor Fitness. Ogni colore indica l'attività di allenamento su cui ci si concentra e il gruppo muscolare interessato:

CARDIO - FORZA - EQUILIBRIO - FLESSIBILITÀ



CARDIOVASCOLARE

Il mantenimento di una funzione cardiovascolare ottimale è un prerequisito per una buona salute ed è essenziale per un'elevata qualità di vita. Le stazioni cardio di Norwell possono aiutare tutti a raggiungere questi obiettivi.

FORZA

Le attrezzature per la forza mantengono e aumentano la forza dei grandi gruppi muscolari del corpo, i tendini diventano più forti e i muscoli lavorano in modo più efficiente.

EQUILIBRIO

Le attrezzature per l'equilibrio esercitano le capacità di equilibrio e di coordinazione e non solo aiutano a ridurre il rischio di lesioni, ma danno anche un beneficio a lungo termine in tutti gli aspetti delle attività della vita.

FLESSIBILITÀ

Attrezzature per la flessibilità - La resistenza muscolare e la flessibilità danno la possibilità di eseguire non solo un programma di allenamento, ma anche il movimento fisico continuo di tutti i giorni.

Siamo esperti di attrezzature per il fitness all'aperto.

La nostra linea fitness copre la fascia d'età dai 13 anni in su. Inoltre, una linea che supporta l'allenamento di utenti con esigenze speciali e diversi attrezzi adatti agli anziani.

Abbiamo sviluppato una serie di strumenti speciali per massimizzare i benefici dell'utilizzo delle nostre stazioni fitness: Guide al fitness, App e codici QR che consentono di accedere a esercizi e video di allenamento.





NW101 Chest

HEIGHT: 220 cm
 LENGTH: 89 cm
 WIDTH: 70 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 83 kg
 Free fall height: 75 cm
 ZONE: 11,2 m²



NW102 Back

HEIGHT: 220 cm
 LENGTH: 89 cm
 WIDTH: 73 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 77 kg
 Free fall height: 62 cm
 ZONE: 11,2 m²



NW103 Sit Up

HEIGHT: 56 cm
 LENGTH: 216 cm
 WIDTH: 39 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 35 kg
 Free fall height: 56 cm
 ZONE: 17 m²



NW104 Pull Up

HEIGHT: 222 cm
 LENGTH: 113 cm
 WIDTH: 103 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 125 kg
 Free fall height: 222 cm
 ZONE: 23,7 m²



NW105 Bar

HEIGHT: 103 cm
 LENGTH: 106 cm
 WIDTH: 58 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 35 kg
 Free fall height: 103 cm
 ZONE: 12,7 m²



NW106 Leg

HEIGHT: 220 cm
 LENGTH: 93 cm
 WIDTH: 61 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 75 kg
 Free fall height: 60 cm
 ZONE: 11,9 m²



NW107 Dual Pull Up

HEIGHT: 223 cm
 LENGTH: 132 cm
 WIDTH: 103 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 86 kg
 Free fall height: 137 cm
 ZONE: 15 m²



NW108 Arm Walker

HEIGHT: 198 cm
 LENGTH: 83 cm
 WIDTH: 308 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 83 kg
 Free fall height: 98 cm
 ZONE: 22 m²



NW110 Multi Ladder

HEIGHT: 93 cm
 LENGTH: 191 cm
 WIDTH: 68 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 65 kg
 Free fall height: 93 cm
 ZONE: 15,4 m²



NW201 Air Walker

HEIGHT: 127 cm
 LENGTH: 253 cm
 WIDTH: 96 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 98 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 20 m²



NW202 Cross

HEIGHT: 172 cm
 LENGTH: 220 cm
 WIDTH: 47 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 93 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 15,7 m²



NW204 Hip

HEIGHT: 123 cm
 LENGTH: 250 cm
 WIDTH: 113 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 65 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 20,9 m²



NW206 Rider

HEIGHT: 145 cm
 LENGTH: 99 cm
 WIDTH: 56 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 50 kg
 Free fall height: 70 cm
 ZONE: 12,1 m²



NW207 Triple Jumper

HEIGHT: 70 cm
 LENGTH: 207 cm
 WIDTH: 227 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 82 kg
 Free fall height: 70 cm
 ZONE: 25,7 m²



NW301 Twister

HEIGHT: 123 cm
 LENGTH: 252 cm
 WIDTH: 162 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 80 kg
 Free fall height: 77 cm
 ZONE: 22,6 m²



NW303 Balancer

HEIGHT: 38 cm
 LENGTH: 272 cm
 WIDTH: 32 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 65 kg
 Free fall height: 38 cm
 ZONE: 17,1 m²



NWC603 Combi 1

HEIGHT: 223 cm
 LENGTH: 260 cm
 WIDTH: 108 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 110 kg
 Free fall height: 116 cm
 ZONE: 20,9 m²



NWC605 Combi 3

HEIGHT: 127 cm
 LENGTH: 253 cm
 WIDTH: 215 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 150 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 25,6 m²



NWC609 Combi 5

HEIGHT: 220 cm
 LENGTH: 170 cm
 WIDTH: 73 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 160 kg
 Free fall height: 46 cm
 ZONE: 15,5 m²



NW401 Stretch

HEIGHT: 123 cm
 LENGTH: 250 cm
 WIDTH: 39 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 39 kg
 Free fall height: 90 cm
 ZONE: 17,2 m²



NW502 Ping Pong

HEIGHT: 74/91 cm
 LENGTH: 275 cm
 WIDTH: 153 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 196 kg
 Free fall height: 74 cm
 ZONE: 23,7 m²



NW203 Stepper



NW204 Hip



NW205 Cycle



NW302 Springer





NWSW108 Tire Flip

HEIGHT: 54 cm
 LENGTH: 302 cm
 WIDTH (tire): 121 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT (ex tire): 30 kg
 Free fall height: 54 cm
 ZONE: 21,6 m²

Excl. tire



NWSW109 Horizontal Ladder

HEIGHT: 205 cm
 LENGTH: 103 cm
 WIDTH: 377 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 200 kg
 Free fall height: 205 cm
 ZONE: 36,7 m²



NWSW110 Dual Bar

HEIGHT: 103 cm
 LENGTH: 190 cm
 WIDTH: 57 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 65 kg
 Free fall height: 103 cm
 ZONE: 15,8 m²



NWSW112 Step Blocks

HEIGHT: 40 cm
 LENGTH: 29 cm
 WIDTH: 152 cm*
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 75 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 13 m²
 *total width (2 pcs)



NWSW114 Triple Pull Up

HEIGHT: 225 cm
 LENGTH: 104 cm
 WIDTH: 292 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 195 kg
 Free fall height: 121 cm
 ZONE: 21 m²



NWSW115 Parkour

HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 119 cm
 WIDTH: 119 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 125 kg
 Free fall height: 232 cm
 ZONE: 20,8 m²



NWSW116 Boxer

HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 120 cm
 WIDTH: 30 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 60 kg
 ZONE: 11,9 m²



NWSW117 Rope

HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 104 cm
 WIDTH: 8,8 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 77 kg
 ZONE: 10,4 m²

SPECIAL NEEDS



NWS113 Hand Cycle

HEIGHT: 116 cm
 LENGTH: 92 cm
 WIDTH: 93 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 40 kg
 Free fall height: 116 cm
 ZONE: 11,6 m²



NWS114 Tai Chi

HEIGHT: 125 cm
 LENGTH: 93 cm
 WIDTH: 50 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 25 kg
 Free fall height: 94 cm
 ZONE: 11,9 m²



NWS110 Chest Builder



NWS111 Back Builder



NWS112 Ultra Bar



NW503 Sign

HEIGHT: 107 cm
 LENGTH: 48 cm
 WIDTH: 83 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 24 kg
 ZONE: 11,4 m²



NW504 Mini Sign

HEIGHT: 87 cm
 LENGTH: 29 cm
 WIDTH: 30 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 8 kg
 ZONE: 8,9 m²



Lo sport all'aperto promuove l'attività fisica!

In tutto il mondo si vedono sempre più aree sportive all'aperto messe a disposizione del pubblico. Qual è il motivo di questa tendenza? L'utilizzo degli impianti sportivi è spesso lontano dall'essere ottimale.

Gli atleti utilizzano spesso le aree sportive all'aperto la sera, ma al di fuori di questi orari i campi sportivi e le palestre all'aperto rimangono inutilizzati. Si crea una situazione vantaggiosa per tutti rendendo le aree sportive accessibili a tutti e sfruttando al meglio gli impianti sportivi nelle ore „non di punta“.

Attivare tutti è fondamentale

Molti utenti, come un vicino centro di assistenza o una scuola, possono utilizzare l'area sportiva per l'attività all'aperto. Queste possono essere, ad esempio, il bingo all'aperto per gli anziani o gli allenamenti istruiti per le persone con uno stato socio-economico basso.

Le amministrazioni locali possono aumentare l'utilizzo e incoraggiare l'attività fisica di un maggior numero di persone collocando le attrezzature sportive all'aperto nelle immediate vicinanze.

Noi di Lappset crediamo fermamente nell'immagine ideale della creazione di spazi esterni progettati per incoraggiare l'esercizio fisico all'aperto. Campi sportivi, palestre all'aperto offrono alle persone l'opportunità di fare attività fisica all'aperto.

L'aggiunta di opportunità sportive facilita lo sviluppo fisico e stimola il miglioramento delle capacità cognitive e sociali. È importante raggiungere coloro che non frequentano abitualmente i parchi sportivi. Per raggiungere l'obiettivo di coinvolgere tutti i residenti e le parti interessate nell'attività fisica, indipendentemente dall'età o dalle capacità, è importante promuovere le opportunità di fitness ovunque. Ciò include l'offerta di luoghi per incontri di gruppo, sessioni di allenamento e attività ricreative.

L'esercizio fisico per sollevare lo spirito

Uno spazio sportivo può essere allestito per servire e sollevare lo spirito di persone di tutte le età e può combinare diversi elementi sportivi.

Tra le possibilità ci sono il callisthenics, il parkour, il crossfit, i percorsi a ostacoli per adulti o le palestre all'aperto con allenamento con i pesi. Questi elementi sportivi sono facilmente accessibili, anche senza guida. Ciò li rende un'ottima aggiunta alle strutture sportive esistenti per aumentare le possibilità di movimento. Ad esempio, questi elementi migliorano notevolmente i campi sportivi o le piste da corsa esistenti.

Queste opzioni possono anche funzionare da sole come parchi sportivi all'aperto. Se volete garantire uno spazio sportivo inclusivo e accessibile a tutti, scegliete le attrezzature e le superfici giuste in modo da facilitare l'accesso agli utenti con disabilità o che utilizzano ausili per la mobilità.

Potete enfatizzare gli spazi sportivi aggiungendo un dispositivo interattivo come un Sutu o un Fono. In questo modo si ottengono spazi sportivi ampiamente sostenuti da tutti, anche dai giovani.



STRUTTURE FITNESS

SISU FITNESS

Il design stravagante delle attrezzature Sisu Fitness è gradevole alla vista e si adatta perfettamente all'ambiente urbano. I materiali di alta qualità assicurano la resistenza dell'attrezzatura agli allenamenti più duri e a tutte le condizioni atmosferiche.



SISU E' LA RISPOSTA AL TUO ALLENAMENTO, SEMPLICEMENTE PER TENERTI IN FORMA, PER PREPARATI ALLE COMPETIZIONI OPPURE PER RIABILITAZIONI.

Che piova o splenda il sole, Sisu Fitness vi garantisce un adeguato allenamento all'aperto. Con l'attrezzatura Sisu Fitness, tutti possono crearsi un programma di fitness muscolare completo e stimolante, con movimenti che non sono solo facili nell'uso, ma anche sicuri e divertenti. La regolazione della resistenza rende l'attrezzatura adatta a tutti gli utenti, indipendentemente dal loro livello di fitness. Dopo aver costruito un po' di forza muscolare, l'aumento della resistenza regolabile sull'attrezzo aumenta la motivazione all'esercizio.

SISU FITNESS WEIGHT

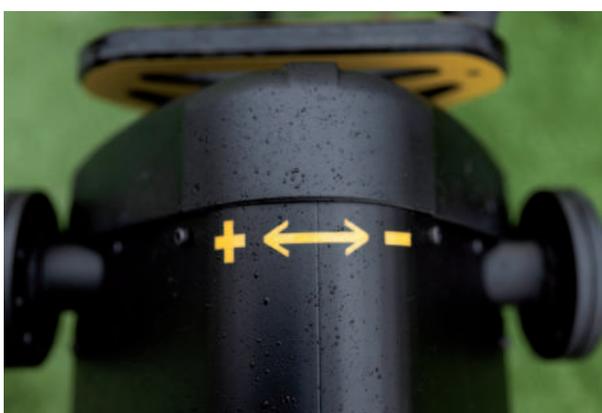
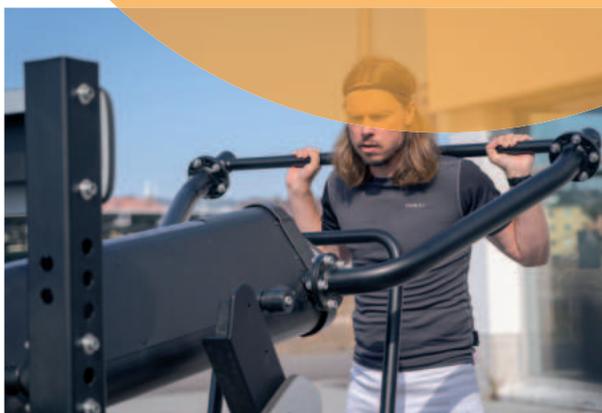
sono un'attrezzatura ma con pesi regolabili. L'attrezzatura simili alle macchine utilizzate nelle palestre e offre la stessa gamma di allenamenti.

SISU FITNESS FRAME

sono una gamma di attrezzature per l'allenamento di allenamento che incorpora e utilizza il peso corporeo dell'utente il peso corporeo dell'utente durante l'esecuzione dell'esercizio. Utilizzando il proprio peso corporeo, si può facilmente regolare da soli il livello di difficoltà. Questo tipo di allenamento richiede alcune conoscenze di base su come eseguire gli esercizi per ottenere i migliori risultati.

Cos'è Sisu?

- Attrezzatura per il fitness completa e all-inclusive per uso esterno
- Fornisce un allenamento progressivo e motivante
- Consente l'adattamento e la regolazione dei movimenti e della resistenza del peso
- Porta l'allenamento all'aperto a nuovi livelli
- Combina l'allenamento con i pesi e il peso corporeo



I MUSCOLI - diversi tipi di lavoro muscolare

Le attrezzature SISU FITNESS WEIGHT consentono di allenare i principali gruppi muscolari: petto, schiena, spalle, gambe, glutei e braccia. La varietà dei movimenti comprende la panca, shoulder press, /military press, lateral row, pull down.

Il nome del singolo attrezzo fornisce una buona indicazione sul tipo di movimento a cui è adatto e le icone indicano i muscoli che saranno attivi durante l'allenamento.

La particolarità delle attrezzature di SISU FITNESS WEIGHT (ad eccezione della resistenza regolabile al 100%) è che includono tutte le tre le varianti di lavoro muscolare: concentrico, isometrico ed eccentrico.



Lavoro muscolare concentrico

Accorciamento attivo del muscolo
Quando la tensione nel muscolo aumenta e le fibre muscolari si accorciano o si contraggono.



Lavoro muscolare isometrico

Allungamento attivo del muscolo
Contrazione muscolare senza movimento. Allenamento statico della forza.



Lavoro muscolare eccentrico

L'opposto del lavoro muscolare concentrico.
Quando si tiene il muscolo completamente fermo a un determinato angolo, in modo che non si verifichi

081860
Sisu Bench Press



	L: 3130 W: 1170 H: 1500		L: 6130 W: 4170
	M ² 23,6		480



081861
Sisu Overhead
Pulldown



	L: 2570 W: 1400 H: 1690		L: 5570 W: 4400
	M ² 22,6		460



081864
Sisu Inclined Bench
Press



	L: 3000 W: 1170 H: 1500		L: 6000 W: 4170
	M ² 23,1		550



081865
Sisu Overhead Press



	L: 2530 W: 1170 H: 1500		L: 5530 W: 4170
	M ² 21,1		500



081866
Sisu Bicep Curl



	L: 2300 W: 680 H: 1500		L: 5300 W: 3680
	M ² 17,6		0



SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!





081867
Sisu Tricep Extension



 L: 1980 W: 680 H: 1540	 L: 4980 W: 3680
 M ² : 16,4	 0



081868 
Sisu Accessible Press



 L: 2420 W: 1170 H: 1500	 L: 5420 W: 4170
 M ² : 20,7	 0



081880
Sisu Sit Up

 P: 1690 L: 450 K: 1500	 P: 4690 L: 3450
 M ² : 14,3	 850



081881
 Sisu Back Extension
 Hinta081881

 P: 1360 L: 710 K: 1500	 P: 4360 L: 3710
 M ² 14,2	 900



081882
 Sisu Back'n Abs

 P: 2840 L: 710 K: 1500	 P: 5840 L: 3710
 M ² 19,7	 900



081883
 Sisu Dip`n Core

 P: 2840 L: 1150 K: 1500	 P: 5840 L: 4150
 M ² 22,3	 1020



081886
 Sisu Dip

 P: 890 L: 650 K: 1500	 P: 3890 L: 3650
 M ² 12,2	 1020



081862 ★ NEW
 Sisu Squat

 L: 2300 W: 1170 H: 1500	 L: 5300 W: 4170
 M ² 23,6	 0



STRUTTURE FITNESS

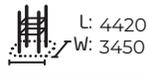
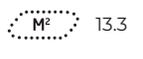
LAPPSET GYM

Il design di ogni pezzo dell'attrezzatura Gym è così semplice che spinge automaticamente le persone a fare gli esercizi correttamente per cui migliora la sicurezza e la motivazione. Durante gli esercizi, sono le persone stesse a fungere da motore e da peso.



081001M Cross Trainer

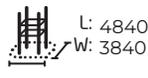
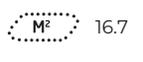
Surface mounting.

 L: 2570 W: 670 H: 1910	 L: 4420 W: 3450
 M ² 13.3	 620



081002M Air Walker

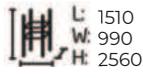
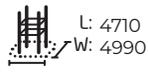
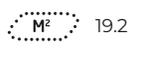
Surface mounting.

 L: 1240 W: 1070 H: 1530	 L: 4840 W: 3840
 M ² 16.7	 345



081003M Pull-up

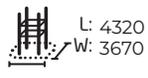
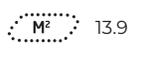
Deep or surface mounting.

 L: 1510 W: 990 H: 2560	 L: 4710 W: 4990
 M ² 19.2	 2360



081004M Sit-up

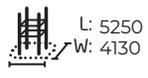
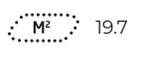
Surface mounting.

 L: 1600 W: 670 H: 750	 L: 4320 W: 3670
 M ² 13.9	 750



081005M Chest

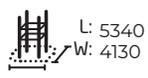
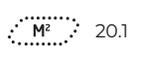
Surface mounting.

 L: 1510 W: 1130 H: 2560	 L: 5250 W: 4130
 M ² 19.7	 650



081006M Back

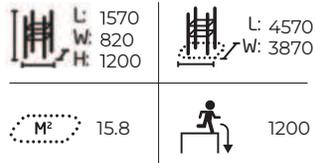
Surface mounting.

 L: 1510 W: 1130 H: 2560	 L: 5340 W: 4130
 M ² 20.1	 650



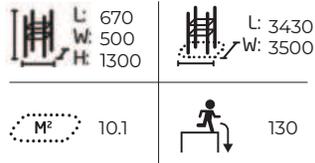
081007M Dip Bar

Deep or surface mounting.



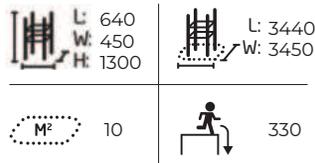
081008M Core Twister

Surface mounting.



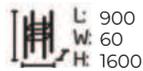
081009M Squat Spring

Surface mounting.



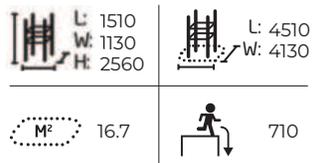
081010M Sign

Surface mounting.



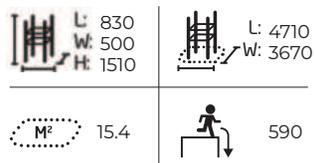
081011M Leg Press

Surface mounting.



081012M Hip

Surface mounting.





**SCEGLI IL COLORE
CHE TI PIACE!**



Lime
RAL250-3



White
RAL9010



Grey
RAL7024

Che cos'è lo Street Workout?

Una vita in autonomia anche in età avanzata

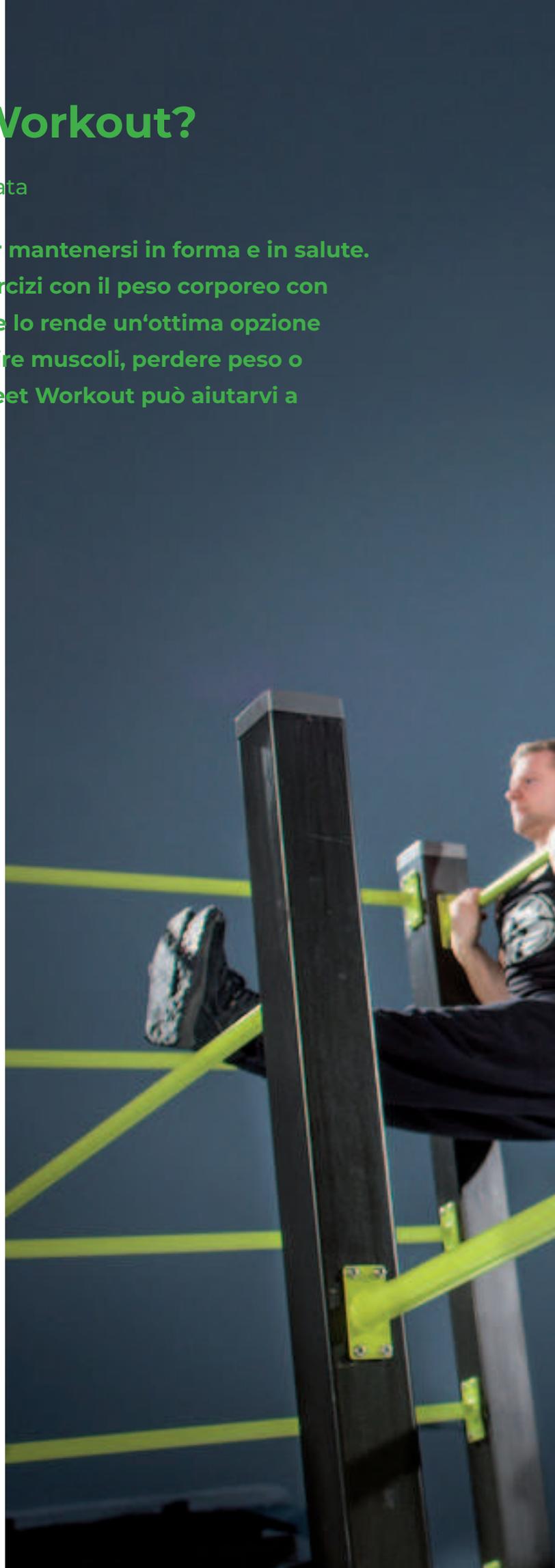
Lo Street Workout è un ottimo modo per mantenersi in forma e in salute. Si tratta di un esercizio che combina esercizi con il peso corporeo con l'allenamento della forza e il cardio, il che lo rende un'ottima opzione per i principianti. Sia che vogliate costruire muscoli, perdere peso o semplicemente mettervi in forma, lo Street Workout può aiutarvi a raggiungere i vostri obiettivi.

Lo street workout è una forma di esercizio creativo che combina elementi di ginnastica e parkour. L'allenamento è adatto a quasi tutti e può essere praticato praticamente ovunque. È possibile allenarsi utilizzando il proprio peso corporeo o diverse strutture.

Gli elementi chiave dello Street Workout sono le verticali, le flessioni, i tuffi, le trazioni, le sospensioni e le loro combinazioni.

Nel 2015 si sono svolti i primi campionati finlandesi di Street Workout, quindi l'allenamento può essere solo un passatempo o può essere portato a un livello competitivo. L'immaginazione gioca un ruolo importante nello Street Workout, in quanto gli appassionati propongono le sequenze più inventive e impegnative che si possano immaginare.

Questo sport ha guadagnato costantemente popolarità e consapevolezza pubblica. C'è ancora del lavoro da fare per creare luoghi adatti e appositamente designati per lo Street Workout in tutta la Finlandia. Dobbiamo attivare le autorità locali e le aziende per fornire luoghi adatti allo Street Workout su scala più ampia.



IMPORTANTE PER LA PIANIFICAZIONE

Questi sono alcuni tipi comuni di attrezzature utilizzate per la palestra del parco callistenico:

- Barre parallele
- Scala a pioli
- Stazione di sollevamento
- Panca per dip
- Panca per sit-up
- Barre per flessioni



A man in a black tank top is performing a pull-up on a green outdoor gym bar. He is looking to the right with a focused expression. The background shows other gym equipment and trees under a clear sky. A semi-transparent grey box with a green border is overlaid on the top left of the image, containing text.

ALLENAMENTO CON IL PROPRIO PESO

STREET WORKOUT

Le attrezzature Street Workout consentono di svolgere un allenamento efficace e versatile a corpo libero. Un'area di allenamento compatta che può essere adattata anche ai spazi più piccoli.

SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!



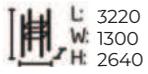
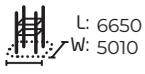
ACTIVE

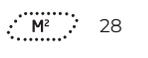
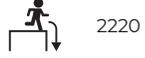
SLOW

JOY

SOLID

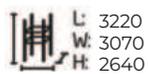
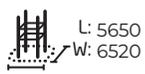
081650M Street Workout S

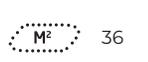
	L: 3220 W: 1300 H: 2640		L: 6650 W: 5010
-----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------

	M ² 28		2220
------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	------------------------------------------------------------------------------------	------



081655M Street Workout M

	L: 3220 W: 3070 H: 2640		L: 5650 W: 6520
-------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	--------------------

	M ² 36		2340
-------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	------



Street Workout

Istruzioni per principianti

Come posso iniziare? Ecco alcune istruzioni? Buon divertimento!

PULL UPS

1. Trazioni assistite con una banda elastica - presa pronata, notare che il movimento inizia con i muscoli della schiena.
2. Presa pronata stretta - la presa pronata stretta è di solito più facile, ma tende a coinvolgere i bicipiti, quindi bisogna essere consapevoli di far lavorare invece i muscoli della schiena.
3. Presa pronata larga - naturalmente mirata ai muscoli dorsali, questa variante è più impegnativa ma molto efficace.
4. Gambe sollevate - richiede un forte controllo del core e il pull-up non può essere assistito da alcun movimento del corpo.



Altri varianti per PULL UPS



Presa pronata stretta



Presa pronata larga



Gambe sollevate



DIPS

1. Con le gambe piegate appoggiate a una panca - Mantenete la schiena dritta, evitate di impegnare le gambe e usate solo i tricipiti per spingervi in alto.
2. Con le gambe dritte appoggiate a una panca - Con le gambe dritte, questa variante è più impegnativa. Valgono le stesse istruzioni: mantenete la schiena dritta e fate lavorare i tricipiti.
3. Tuffo con elastico alle parallele - Avvolgete l'elastico intorno alle mani e fatelo passare sotto le gambe o le ginocchia piegate per aiutarvi nel tuffo.
4. Tuffo normale - Senza elastico, concentratevi sul raggiungimento di un angolo di 90 gradi e spingetevi verso l'alto impegnando i tricipiti. Il modo migliore per eseguire questo esercizio è mantenere un buon ritmo durante le ripetizioni e sostenere il lavoro muscolare con una respirazione corretta (ad esempio, spingendo verso l'alto durante l'espirazione).

Altri varianti per DIPS



Con le gambe dritte appoggiatevi alla panca



Dip con elastico alle parallele

APPESO ALLA SBARRA

1. Sollevare le ginocchia - Mantenere il corpo in posizione stabile e sollevare le ginocchia verso il petto.

2. Sollevare le gambe dritte - Mantenere il corpo in posizione stabile e sollevare le gambe all'altezza dei fianchi mantenendole dritte. Impegnate i muscoli addominali ed evitate di usare i flessori dell'anca. Se i tendini del ginocchio sono tesi, mantenere le gambe dritte può essere difficile.

3. Sollevare le gambe dritte toccando la sbarra - In questa variante mantenete il corpo in posizione stabile e concentratevi su un movimento controllato. Impegnate gli addominali per sollevare le gambe e non aiutate il movimento oscillando il corpo. Inoltre, utilizzate una resistenza negativa al rilascio e mantenete la schiena dritta e gli addominali impegnati per tutta la durata dell'esercizio.

4. Sollevamento delle gambe dritte verso la sbarra e verso l'alto - In questa variante, mantenete il corpo in una posizione stabile e concentratevi su un movimento controllato. Impegnate gli addominali per sollevare le gambe come sopra e impegnate anche gli addominali inferiori nella fase finale quando sollevate le gambe dritte verso l'alto. Evitate di oscillare il corpo per ottenere uno slancio supplementare e mantenete una resistenza negativa al momento del rilascio. Questa è la più impegnativa delle variazioni.



Altri varianti per LA SBARRA



Sollevamento delle gambe dritte



Sollevamento delle gambe dritte a contatto con la sbarra



Sollevamento delle gambe dritte verso la sbarra e verso l'altro

081657M 
Street Workout L

	L: 5600 W: 3070 H: 2640		L: 9140 W: 7200
	50,1		2530



Q11037 
Street Workout

	L: 10120 W: 1610 H: 2590		L: 10840 W: 5040
	45,4		2590



Q17580 
Street Workout

	L: 1480 W: 4150 H: 2430		L: 7360 W: 4680
	27,9		2080



Q17512 
Street Workout

	L: 3030 W: 3570 H: 2510		L: 5750 W: 6539
	26,8		1300



Q12655-1 
Street Workout

	L: 4160 W: 12390 H: 2700		L: 8410 W: 15870
	117,9		1470

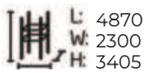


Q14916 
Street Workout

	L: 5600 W: 5920 H: 2640		L: 9055 W: 9350
	80,3		1910

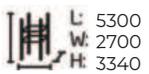
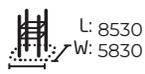
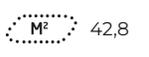
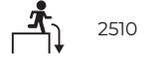


081850
Sisu Fitness Frame S

 L: 4870 W: 2300 H: 3405	 L: 8140 W: 5680
 40	 2510

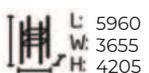
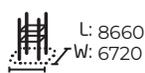
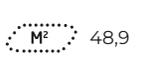


081855
Sisu Fitness Frame M

 L: 5300 W: 2700 H: 3340	 L: 8530 W: 5830
 42,8	 2510



081857
Sisu Fitness Frame L

 L: 5960 W: 3655 H: 4205	 L: 8660 W: 6720
 48,9	 2750

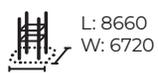


Q15618
Sisu Fitness Frame

 L: 7580 W: 5805 H: 4200	 L: 10700 W: 8660
 84,7	 2750



Q15666
Sisu Fitness Frame

 L: 5980 W: 3710 H: 4200	 L: 8660 W: 6720
 48,8	 2750



SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!





Un percorso street workout per una forma fisica ottimale

I prodotti della serie Street Workout sono apparentemente semplici, ma offrono un sistema di fitness molto completo basato sul calisthenics. Utilizzando barre di diverse dimensioni e formazioni, posizioni e altezze, i partecipanti possono tentare e perfezionare esercizi che vanno dalle classiche trazioni alla sfida estrema della bandiera umana.





NWC607 Calisthenics

HEIGHT: 239 cm
 LENGTH: 335 cm
 WIDTH: 335 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 505 kg
 Free fall height: 239 cm
 ZONE: 35,5 m²



NWC608 Functional Training

HEIGHT: 239 cm
 LENGTH: 408 cm
 WIDTH: 351 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 675 kg
 Free fall height: 139 cm
 ZONE: 42,6 m²

Incl. one set of rings and punching bag



NWSW108 Tire Flip

HEIGHT: 54 cm
 LENGTH: 302 cm
 WIDTH (tire): 121 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT (ex tire): 30 kg
 Free fall height: 54 cm
 ZONE: 21,6 m²

Excl. tire



NWSW109 Horizontal Ladder

HEIGHT: 205 cm
 LENGTH: 103 cm
 WIDTH: 377 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 200 kg
 Free fall height: 205 cm
 ZONE: 36,7 m²



NWSW110 Dual Bar

HEIGHT: 103 cm
 LENGTH: 190 cm
 WIDTH: 57 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 65 kg
 Free fall height: 103 cm
 ZONE: 15,8 m²



NWSW112 Step Blocks

HEIGHT: 40 cm
 LENGTH: 29 cm
 WIDTH: 152 cm*
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 75 kg
 Free fall height: 40 cm
 ZONE: 13 m²

*total width (2 pcs)



NWSW114 Triple Pull Up

HEIGHT: 225 cm
 LENGTH: 104 cm
 WIDTH: 292 cm
 IN-GROUND: 40 cm
 WEIGHT: 195 kg
 Free fall height: 121 cm
 ZONE: 21 m²

Incl. rings



NWSW115 Parkour

HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 119 cm
 WIDTH: 119 cm
 IN-GROUND: 25 cm
 WEIGHT: 125 kg
 Free fall height: 232 cm
 ZONE: 20,8 m²



NWSW116 Boxer

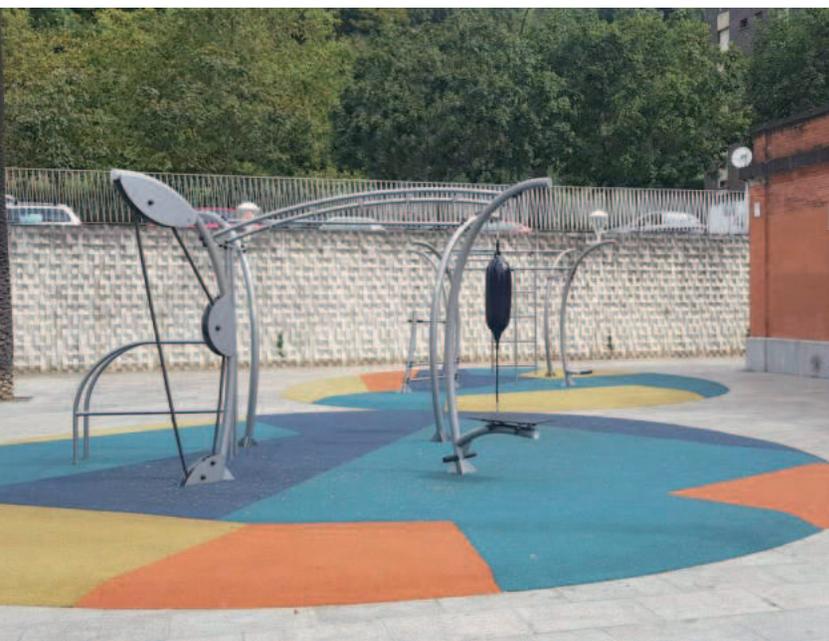
HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 120 cm
 WIDTH: 30 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 60 kg
 ZONE: 11,9 m²



NWSW117 Rope

HEIGHT: 235 cm
 LENGTH: 104 cm
 WIDTH: 8,8 cm
 IN-GROUND: 30 cm
 WEIGHT: 77 kg
 ZONE: 10,4 m²

**Strutture
completamente
in metallo**



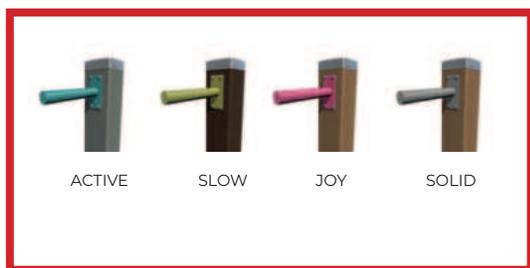
UN ALLENAMENTO PERFETTO PER TUTTI

LAPPSET FITNESS

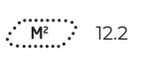
Queste attrezzature permettono a persone di vario livello di fitness di ottenere un allenamento funzionale completo. Le variazioni di movimento consentono di allenarsi in modo versatile per sviluppare forza, resistenza, velocità e coordinazione.

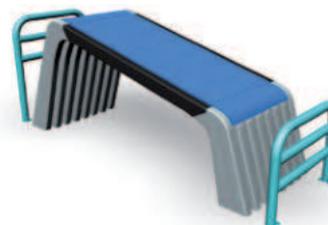


SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!

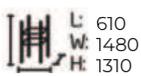
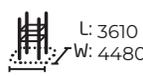
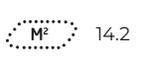


081210M
Back'n Abs

 L: 1865 W: 560 H: 685	 L: 3970 W: 3560
 M ² 12.2	 685

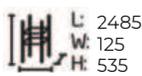
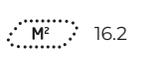


081220M ☀️
Dip

 L: 610 W: 1480 H: 1310	 L: 3610 W: 4480
 M ² 14.2	 1200

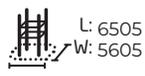
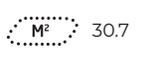


081225M ☀️
Push-up

 L: 2485 W: 125 H: 535	 L: 5485 W: 3300
 M ² 16.2	 435

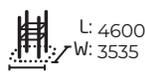
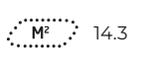


081230M
Monkey Bars

 L: 2505 W: 1305 H: 2725	 L: 6505 W: 5605
 M ² 30.7	 2620



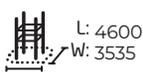
081205M ☀️
Barbell S

 L: 1600 W: 535 H: 2640	 L: 4600 W: 3535
 M ² 14.3	 0



Weight 25 kg. Not according to EN16630, see lappset.com for more information.

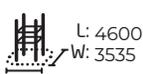
081206M ☀️
Barbell M

 L: 1600 W: 535 H: 2640	 L: 4600 W: 3535
 M ² 14.3	 0

Weight 35 kg. Not according to EN16630, see lappset.com for more information.



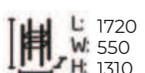
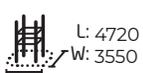
081207M ☀️
Barbell L

 L: 1600 W: 535 H: 2640	 L: 4600 W: 3535
 M ² 14.3	 0

Weight 45 kg. Not according to EN16630, see lappset.com for more information.



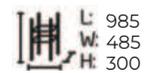
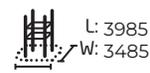
081275M ☀️
Dead Lift

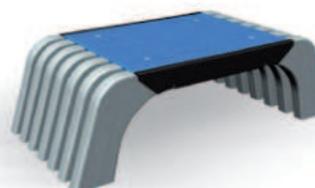
 L: 1720 W: 550 H: 1310	 L: 4720 W: 3550
 M ² 14.8	 0

Weight 65 kg. Not according to EN16630, see lappset.com for more information.

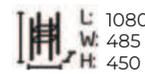
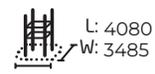
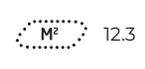


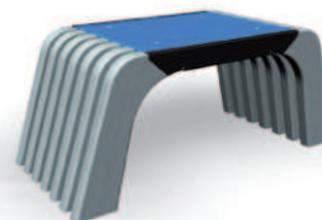
081200M
Box S

 L: 985 W: 485 H: 300	 L: 3985 W: 3485
 M ² 12	 300

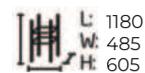
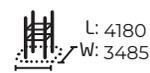
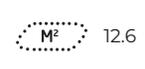


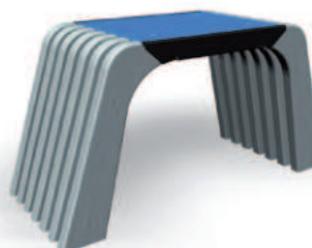
081201M
Box M

 L: 1080 W: 485 H: 450	 L: 4080 W: 3485
 M ² 12.3	 450

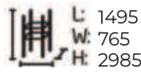
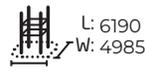


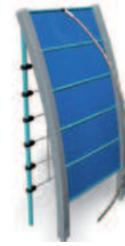
081202M
Box L

 L: 1180 W: 485 H: 605	 L: 4180 W: 3485
 M ² 12.6	 605

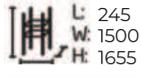
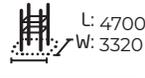
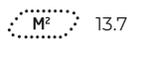


081235M
Rope Wall

 L: 1495 W: 765 H: 2985	 L: 6190 W: 4985
 M ² 25.6	 2960

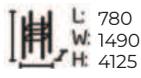
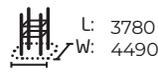
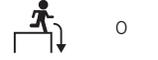


081236M
Obstacle Wall

 L: 245 W: 1500 H: 1655	 L: 4700 W: 3320
 M ² 13.7	 1645



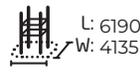
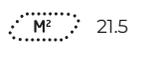
081240M 
Medicine Ball Throw

 L: 780 W: 1490 H: 4125	 L: 3780 W: 4490
 M ² 15	 0



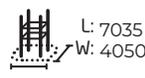
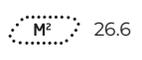
Weight 5 kg.

081245M 
Flying Rings

 L: 2485 W: 245 H: 2425	 L: 6190 W: 4135
 M ² 21.5	 1320

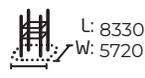
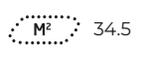
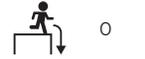


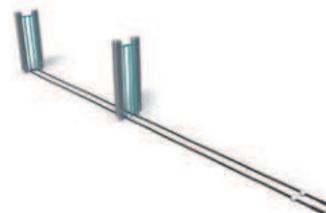
081250M
Jumper

 L: 4125 W: 1305 H: 1005	 L: 7035 W: 4050
 M ² 26.6	 905



081255M 
Battling Ropes

 L: 7940 W: 550 H: 1480	 L: 8330 W: 5720
 M ² 34.5	 0



081265M
Pull-up

 L: 2485 W: 240 H: 2425	 L: 6190 W: 4135
 M ² 21.5	 1320



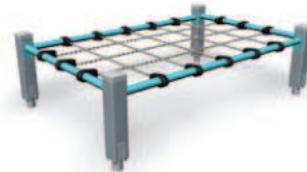
081270M 
Dip'n Fly

 L: 2970 W: 1480 H: 2430	 L: 6210 W: 4680
 M ² 23.6	 1320



081280M
Leopard Crawl

 L: 2320 W: 1550 H: 705	 L: 5320 W: 4550
 M ² 22.3	 610



081282M
Ladders

 L: 245 W: 1305 H: 2220	 L: 4865 W: 3850
 M ² 15.6	 2110



081285M
Cargo Net Wall

 L: 1495 W: 1425 H: 1660	 L: 4495 W: 4425
 M ² 18	 1650



081290M
Info Sign

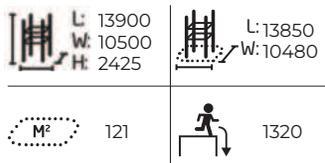
 L: 120 W: 890 H: 1650



ESEMPI DI PROGETTI COMPLETI PER CREARE LA TUA AREA DA FITNESS!

081320M Fitness Park S

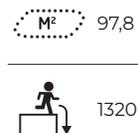
Products: 081205M, 081206M, 081255M, 081220M,
081265M, 081200M, 081201M, 081202M, 081210M,
081290M.



081321M Fitness Park S

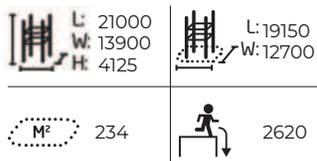
Without free weights. Size: 13,5 m x 8,5 m.

Products: 081255M, 081220M, 081265M,
081200M, 081201M, 081202M, 081210M,
081290M



081325M Fitness Park M

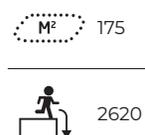
Products: 081290M x 2, 081200M, 081201M,
081202M, 081255M, 081210M, 081220M,
081265M, 081205M, 081206M, 081207M,
081275M, 081230M, 081236M, 081240M,
081250M.



081326M Fitness Park M

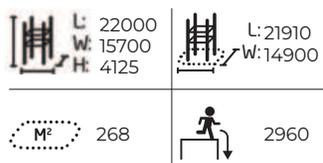
Without free weights. Size: 20 m x 10,5 m

Products: 081255M, 081240M, 081236M,
081250M, 081200M, 081201M, 081202M,
081220M, 081210M, 081265M, 081230M,
081290M



081330M Fitness Park L

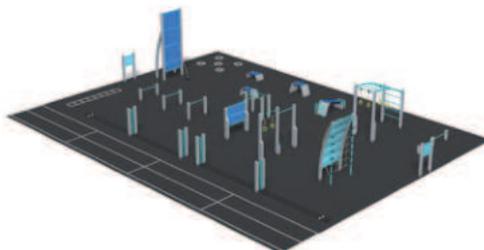
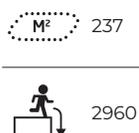
Products: 081255M, 2 x 081290M, 081250M, 081230M, 081285M, 081220M, 081235M, 081275M, 081225M, 081210M, 081200M, 081201M, 081202M, 081240M, 081245M, 081205M, 081206M, 081207M.



081331M Fitness Park L

Without free weights. Size: 15,5 m x 20 m

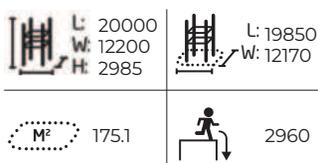
Products: 081255M, 081240M, 081230M, 081235M, 081200M, 081201M, 081202M, 081245M, 081225M, 081236M, 081250M, 081220M, 081210M, 081290M



081305M Fitness Track M

Without free weights.

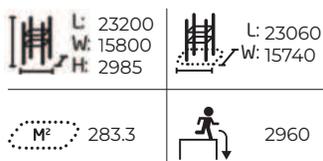
Products: 081290M, 081200M, 081201M, 081250M, 081282M, 081235M, 081245M, 081280M, 081236M, 081230M, 081225M



081310M Fitness Track L

Without free weights.

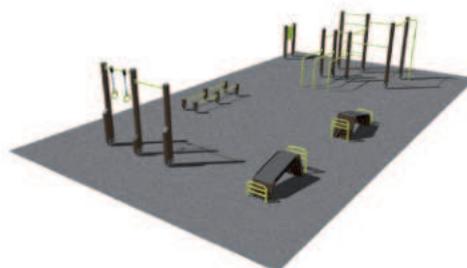
Products: 081290M, 081200M, 081201M, 081250M, 081282M, 081235M, 081245M, 081280M, 081236M, 081230M, 081225M





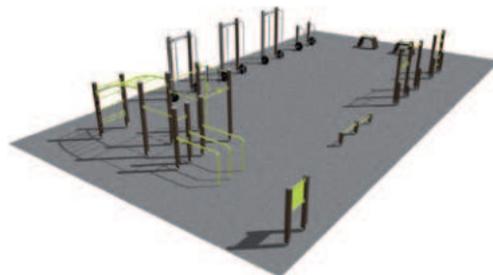
L05374 Streetworkout & Fitness 1

Products:
081245M, 081225M x 2,
081290M, 081655M, 081210M
x 2



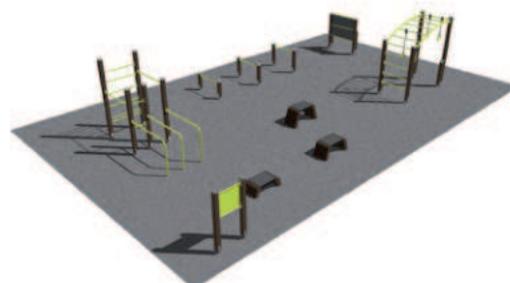
L05375 Streetworkout & Fitness 2

Products:
081657M, 081207M, 081206M,
081205M, 081275M, 081470M x 2,
081282M, 081245M, 081225M, 081290M



L05376 Streetworkout & Fitness 3

Products:
081650M, 081250M, 081236M,
081230M, 081200M, 081201M,
081202M, 081290M



Sport per anziani

Una vita in autonomia anche in età avanzata

Anche le generazioni più anziane devono mantenersi attive, impegnate e sociali. Incoraggiare il movimento, il gioco e le attività ricreative può migliorare il loro benessere generale.

Un parco sportivo è un luogo eccellente per questo. Le attrezzature per lo sport inclusivo per anziani possono essere collocate in un parco sportivo per anziani, o a complemento di altri luoghi di allenamento. Può funzionare anche come parco situato vicino a un centro di assistenza o a una casa di riposo.

I luoghi di allenamento rappresentano un modo eccellente per gli anziani di mantenersi emotivamente e fisicamente attivi.

Le attrezzature outdoor Senior Sport sono eccellenti anche per la riabilitazione, l'allenamento della mobilità e la cura del corpo dopo un allenamento intenso!

IMPORTANTE PER LA PIANIFICAZIONE

ACCESSIBILITÀ

Questi luoghi devono essere facili e accessibili, in modo che un maggior numero di persone li raggiunge.

Ciò potrebbe includere la garanzia di opzioni di trasporto pubblico, buone condizioni stradali o anche percorsi ciclabili che possano essere utilizzati anche dai pedoni. Avere diversi percorsi per entrare e uscire dal luogo di allenamento non solo è comodo, ma incoraggia gli anziani ad essere attivi. Anche la pavimentazione deve essere accessibile.

COINVOLGIMENTO

Gli anziani sono un gruppo eterogeneo di persone con esigenze diverse o problemi legati all'età. Alcuni anziani desiderano far parte di una comunità di coetanei, altri hanno bisogno di tenersi in forma o di utilizzare attrezzature per la riabilitazione, altri ancora hanno bisogno di una panchina all'ombra per godersi il panorama o osservare la vita quotidiana. Assicuratevi di coinvolgere la comunità e i residenti della zona nel vostro progetto prima del processo di progettazione, per includere i loro desideri e le loro esigenze.



COMUNITÁ

Motivare gli anziani a uscire di casa e a vivere all'aria aperta ha molti vantaggi. L'idea generale di progettare un parco per gli anziani è quella di favorire il benessere, incoraggiando un senso di comunità e trascorrendo del tempo insieme. Non solo per tenersi in forma, fare esercizio fisico o per scopi riabilitativi, ma anche per interagire e impegnarsi con i coetanei all'aria aperta. I benefici di una comunità condivisa e di un senso di appartenenza possono prevenire la solitudine

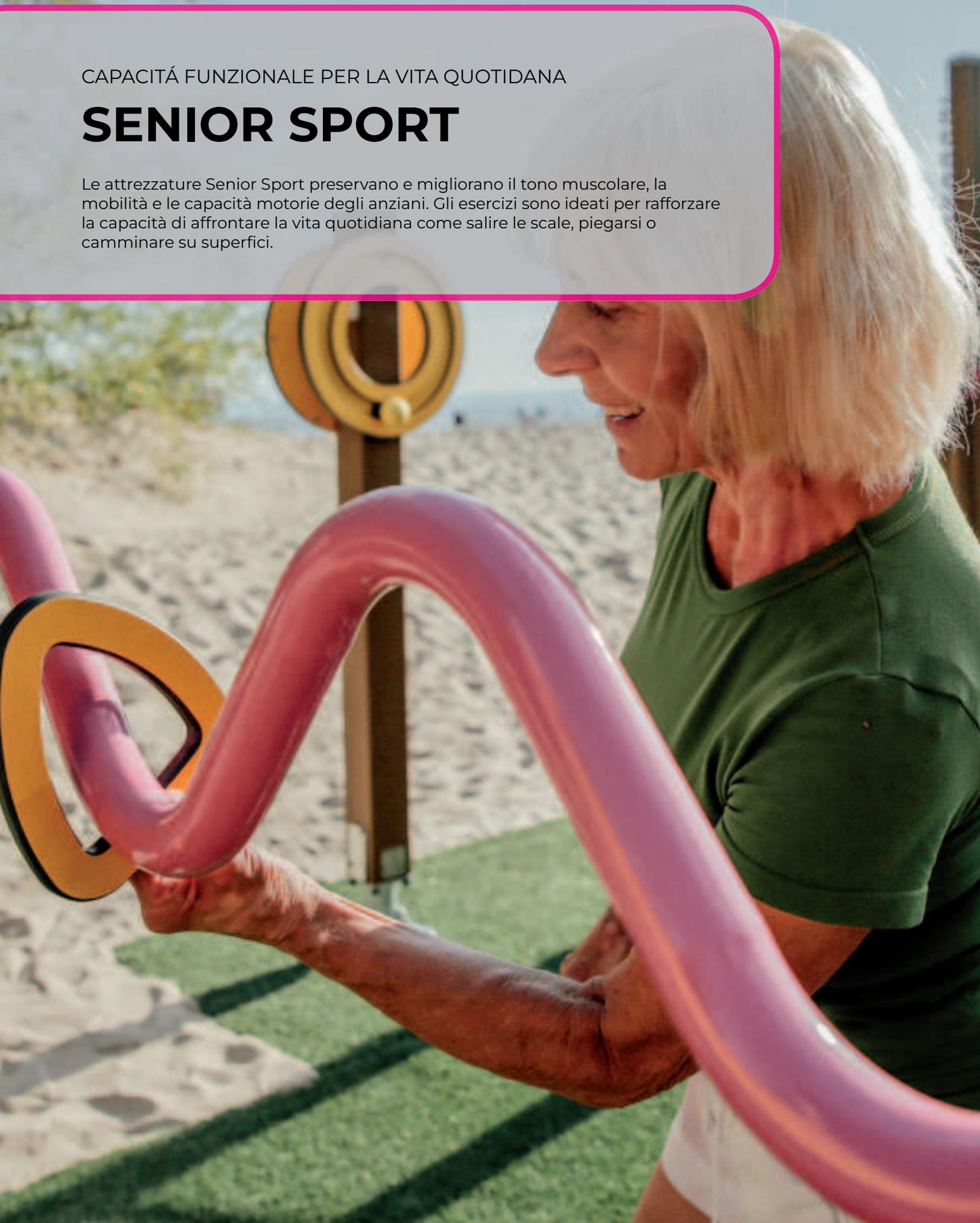
SICUREZZA

L'attrezzatura deve essere attentamente valutata, facile da usare, avere istruzioni chiare e, soprattutto, essere sicura. Un'attrezzatura di qualità è indispensabile per evitare infortuni. Mantenere l'area in ordine e pulita può anche rendere il parco sicuro e prevenire le cadute. Una buona illuminazione del parco renderà l'area più sicura e accogliente, soprattutto per chi soffre di patologie che compromettono la vista. Le zone d'ombra sono d'obbligo. Gli anziani devono stare al fresco e al riparo dal sole per evitare la disidratazione, soprattutto durante la stagione calda. La presenza di servizi igienici e di acqua potabile vicino al luogo prescelto aumenterà il numero di persone che visitano il parco.

CAPACITÀ FUNZIONALE PER LA VITA QUOTIDANA

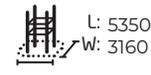
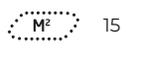
SENIOR SPORT

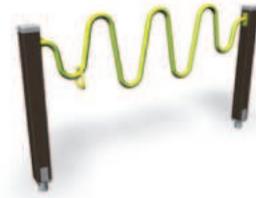
Le attrezzature Senior Sport preservano e migliorano il tono muscolare, la mobilità e le capacità motorie degli anziani. Gli esercizi sono ideati per rafforzare la capacità di affrontare la vita quotidiana come salire le scale, piegarsi o camminare su superfici.



081400M
Wave Bar

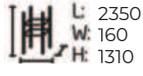
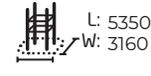
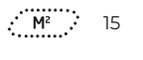


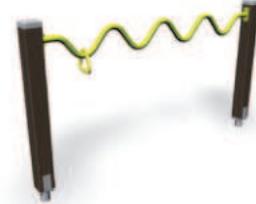
 L: 2350 W: 160 H: 1395	 L: 5350 W: 3160
 15	 0



081402M
Snake Bar

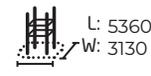
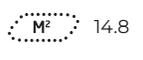


 L: 2350 W: 160 H: 1310	 L: 5350 W: 3160
 15	 0



081405M
Snake Beam

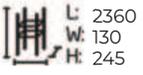
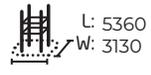
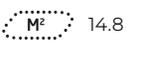


 L: 2360 W: 130 H: 275	 L: 5360 W: 3130
 14.8	 275



081406M
Balance Beam



 L: 2360 W: 130 H: 245	 L: 5360 W: 3130
 14.8	 245



Le attrezzature Senior Sport sono inclusive.

SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!



La nostra missione è quella di far muovere gente di ogni età. Una sessione di fitness accresce anche la dimensione sociale, in quanto l'area Sport Senior è un modo naturale di trascorrere del tempo insieme per tutte le generazioni, dai nonni ai nipoti.

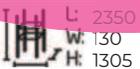
Benessere del corpo e della mente

Le attrezzature sportive Senior Sport allenano il coordinamento, le capacità motorie e le funzioni di memoria. Semplici esercizi per le dita, per esempio, sono di grande aiuto quando si tratta di aprire imballaggi alimentari e porte.

L'importanza di mantenere la forza muscolare e l'equilibrio diventano evidenti in molte cose piccole, per abbottonarsi una camicia o viaggiare con i mezzi pubblici. Parchi anziani svolgono un ruolo importante come luoghi di incontro informali, favorendo l'interazione sociale tra gli anziani, un fattore fondamentale per la promozione di una vita attiva e in buona salute.

081410M
Balance Rail

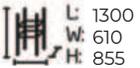
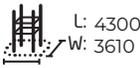
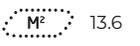


	L: 2350 W: 130 H: 1305		L: 5350 W: 3130
	M ² 14.8		1200



081415M
Hip Spring

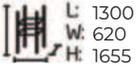
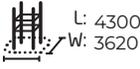


	L: 1300 W: 610 H: 855		L: 4300 W: 3610
	M ² 13.6		420



081416M
Balance Spring

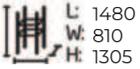
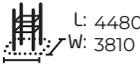


	L: 1300 W: 620 H: 1655		L: 4300 W: 3620
	M ² 13.6		320



081420M
Shoulder Arches



	L: 1480 W: 810 H: 1305		L: 4480 W: 3810
	M ² 15.1		0



081425M
Finger Stairs



 L: 130 W: 130 H: 2125	 L: 3130 W: 3130
 7.9	 0



081430M
Wrist Workout



 L: 420 W: 130 H: 1660	 L: 3420 W: 3130
 8.8	 0



081435M
Shoulder Wheel



 L: 910 W: 220 H: 1655	 L: 3910 W: 3220
 10.7	 0



081438M
Shoulder Arches Right



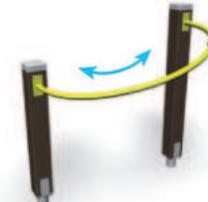
 L: 1240 W: 770 H: 1305	 L: 4240 W: 3770
 14.1	 0



081440M
Shoulder Arches Left



 L: 1240 W: 770 H: 1305	 L: 4240 W: 3770
 14.1	 0



081445M
Sit and Up



 L: 1300 W: 990 H: 1305	 L: 4300 W: 3990
 15.2	 610



081450M 
Serpentine Path

 L: 1200 W: 130 H: 1655	 L: 4200 W: 3130
 11.2	 0



081455M 
Hand Roll

 L: 310 W: 460 H: 1660	 L: 3310 W: 3460
 9.5	 0



081460M 
Memory Game

 L: 1450 W: 1000 H: 1005	 L: 4450 W: 4000
 15.9	 875



081465M 
Step And Calf

 L: 1300 W: 570 H: 1485	 L: 4300 W: 3570
 13.4	 350



081470M 
Bench Workout

 L: 1180 W: 490 H: 730	 L: 4180 W: 3490
 12.7	 610



081471M 
Bench Workout
With Pedals

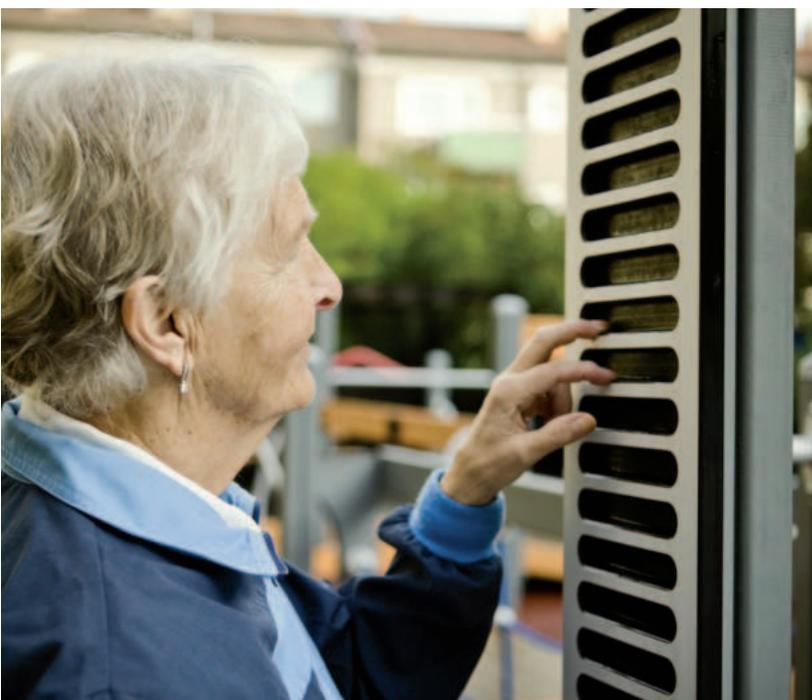
 L: 1180 W: 990 H: 730	 L: 4180 W: 3990
 14.7	 610



081475M
Sign



L: 890
W: 120
H: 1650



120031M 
Circular Track

 L: 3900 W: 3700 H: 1390	 L: 6680 W: 6680
 M ² 31,9	 1300



080495M 
Classic 95

 L: 3920 W: 1170 H: 2280	 L: 4990 W: 7440
 M ² 22,6	 300



080484M 
Classic 84

 L: 5350 W: 5200 H: 1360	 L: 8290 W: 8200
 M ² 10,3	 1250



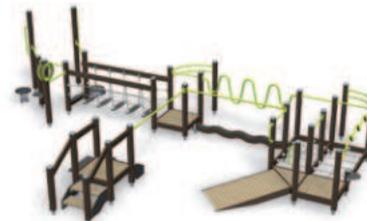
080483M 
Classic 83

 L: 4930 W: 3050 H: 2260	 L: 7890 W: 5970
 M ² 13,2	 1250



080490M 
Classic 90

 L: 9270 W: 5800 H: 2280	 L: 12210 W: 9470
 M ² 23,5	 1250

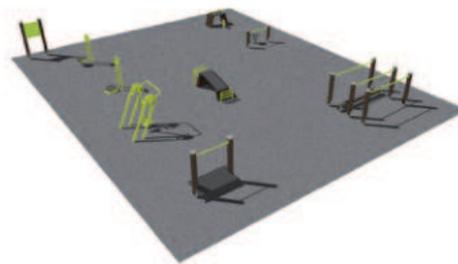


**STRUTTURE
COMBinate
SENIOR FITNESS**

L05379

Senior Park, Middle Body and Walking

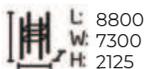
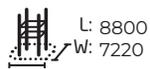
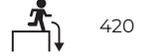
Products:
081475M, 081471M, 081415M, 081410M,
081406M, 081210M, 081465M, 081002M,
081008M, 081009M

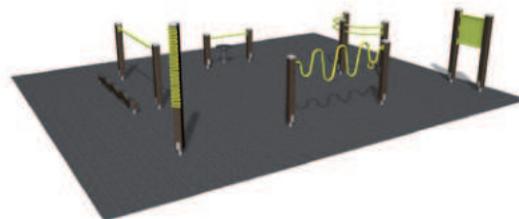


081500M

Senior Park S

Products:
081400M, 081405M,
081410M, 081415M, 081420M,
081425M, 081475M

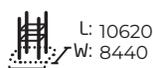
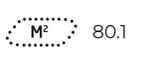
 L: 8800 W: 7300 H: 2125	 L: 8800 W: 7220
 M ² : 54.6	 420



081510M

Senior Park M

Products:
081402M, 081405M, 081410M,
081415M, 081420M, 081425M, 081416M,
081430M, 081435M, 081475M

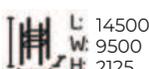
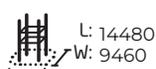
 L: 10700 W: 8500 H: 2125	 L: 10620 W: 8440
 M ² : 80.1	 420

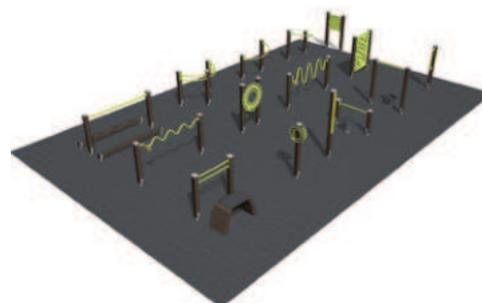


081520M

Senior Park L

Products:
081402M, 081405M, 081410M, 081406M,
081415M, 081420M, 081425M, 081416M,
081430M, 081435M, 081438M, 081440M,
081445M, 081450M, 081400M, 081455M,
081475M

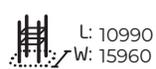
 L: 14500 W: 9500 H: 2125	 L: 14480 W: 9460
 M ² : 128,8	 610

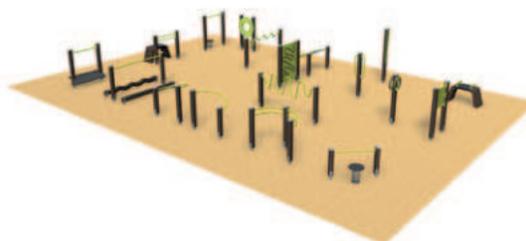


081530M

Senior Park XL

Products:
081402M, 081405M, 081410M, 081406M,
081415M, 081420M, 081425M, 081416M,
081430M, 0814445M, 081435M, 081438M,
081440M, 081450M, 081455M, 081460M,
081465M, 081470M, 081400M, 081475M

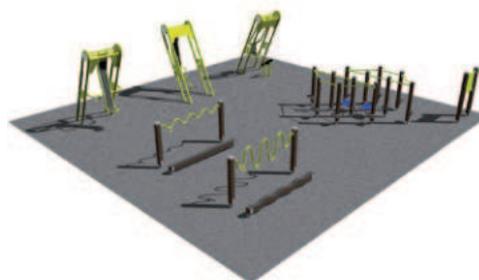
 L: 11000 W: 16000 H: 2125	 L: 10990 W: 15960
 M ² : 155.1	 1200



L05377

Senior Park, Strength and Balance

Products:
081005M, 081006M, 081011M,
120031M, 081475M, 081405M,
081400M, 081406M, 081402M



Che cosa rende un'area Parkour ideale per l'allenamento?

Le caratteristiche di un buon luogo per il parkour

Il parkour è uno sport emozionante e impegnativo che richiede agilità, forza e creatività. Consiste nel muoversi attraverso gli ostacoli presenti nell'ambiente nel modo più efficiente possibile. Tuttavia, non tutti i luoghi sono adatti all'allenamento del parkour. Per ottenere il massimo dalla pratica del parkour, è necessario trovare un buon posto che offra una varietà di sfide e opportunità di movimento.

Dove si può allenare il parkour?

L'allenamento del parkour si è sempre svolto in ambienti diversi, per lo più in strutture caratteristiche degli spazi urbani, ma anche nei parchi e persino nei boschi.

I luoghi migliori sono facilmente accessibili, solidi e con strutture interessanti che favoriscono il movimento creativo.

I tracciatori chiamano i loro luoghi di allenamento „spot“. I luoghi migliori sono ben conosciuti e riconosciuti dai praticanti e spesso vengono chiamati così in base alla posizione, alle qualità, alle strutture, agli edifici o alle aziende che si trovano nelle vicinanze.

Nell'allenamento del parkour, è tipico girovagare ed esplorare i dintorni nella speranza di trovare un buon posto. È anche tipico che i traceurs si riuniscano in un luogo familiare per alcune strutture o per allenare una certa abilità.

PERCHÉ CREARE AREE DI PARKOUR?

Un ambiente specifico per il parkour ben progettato può mettere insieme tutte le buone qualità di un luogo perfetto per il parkour e aggiungere anche alcuni fattori aggiuntivi.

Uno di questi fattori è la sicurezza. Una buona area parkour è progettata secondo gli standard di sicurezza. Le scelte dei materiali e la collocazione delle attrezzature possono favorire la sicurezza generale rispetto ai luoghi di strada, mantenendo le sfide essenziali per questo sport. I parchi parkour costruiti sono lontani da distrazioni come il traffico o aree di gioco piene di elementi sorprendenti che potrebbero portare a lesioni mentre le persone si allenano nel parco.



LE CARATTERISTICHE DI UN LUOGO PERFETTO PER IL PARKOUR

Facile da raggiungere e sicuro

Un luogo di allenamento perfetto ha molte caratteristiche speciali, come la facilità di accesso, che significa due cose:

Innanzitutto, ci si può allenare senza essere disturbati. In secondo luogo, il luogo non è troppo lontano dai luoghi che la gente usa nella vita di tutti i giorni o si può raggiungere facilmente con i mezzi pubblici.

D'altra parte, il traffico che attraversa il luogo rende l'allenamento più difficile, indipendentemente dalla qualità strutturale del luogo.

Le strutture del luogo devono essere robuste e durevoli. Se una ringhiera crolla quando ci si atterra sopra, ci si può infortunare e/o essere multati per aver violato la proprietà di qualcuno.

È bene avere molte strutture diverse in un'area piccola. Vagare durante l'allenamento è divertente ogni tanto, ma di solito è meglio se non si è costretti a spostarsi troppo solo per trovare una certa forma o struttura.

Diversi livelli di difficoltà per diversi livelli di abilità

I luoghi urbani sono talvolta monotoni, con solo uno o due tipi di strutture che si ripetono. Per questo motivo è necessario scegliere in anticipo il tipo di allenamento specifico che si vuole fare e poi trovare uno spot adatto.

Inoltre, se il luogo non offre abbastanza strutture con difficoltà sufficiente per i diversi livelli di abilità, è necessario scegliere i compagni di allenamento in base al luogo stesso. Nel parkour è essenziale combinare i movimenti per creare molti tipi di corse e linee. Per farlo, è bene che gli ostacoli siano piuttosto vicini l'uno all'altro, invece di dover correre a lungo solo per combinare un movimento con un altro.

Un buon spot offre anche strutture uniche e inaspettate. Un buon spot sorprende anche dopo molto tempo, spesso grazie alla versatilità e ai piccoli dettagli che risvegliano il vostro interesse ancora e ancora o che non avete mai notato prima. Le strutture inaspettate vi sfidano a pensare in modo creativo e a risolvere i problemi.

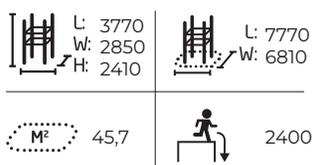


MOVIMENTO INCESSANTE E ALLENAMENTO INTENSIVO

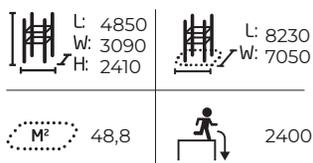
DASH PARKOUR

L'obiettivo del parkour è quello di eseguire movimenti delicati e incessanti in maniera straordinaria. Questo sport sviluppa movimento, controllo del corpo e interazione con l'ambiente. Le attrezzature Dash Parkour sono state progettate insieme alla Parkour Academy.

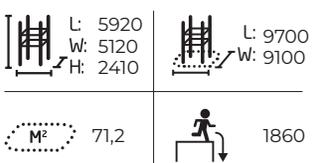
081750M
Cage S



081751M
Cage M



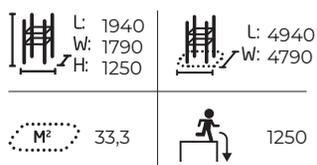
081752M
Cage L



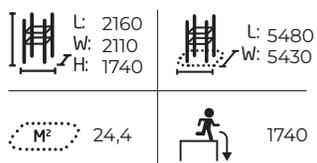
Le attrezzature DASH PARKOUR offrono agli appassionati un luogo di formazione conforme ai requisiti di questo sport ed è consentito affinare i movimenti in tutta sicurezza.

Le aree per parkour alimentano la nostra immaginazione e offrono una vasta gamma di possibilità per eseguire diversi tipi di movimento e opzioni di percorso per tutte le età. Nella progettazione dell'area è possibile utilizzare progetti confezionati oppure rivolgersi al servizio MyDesign di Lappset, dove i nostri ingegneri collaborano strettamente con i professionisti di questo sport.

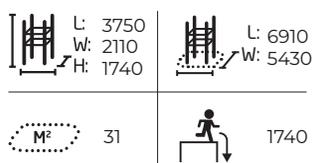
081740M
Block S



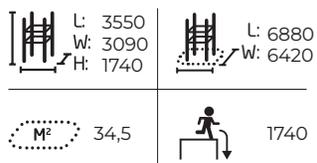
081741M
Block M



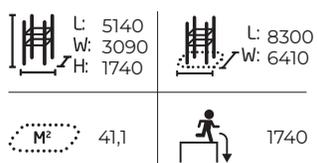
081743M
Block Double S



081744M
Block Double M

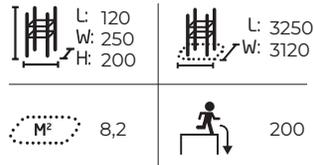


081745M
Block Triple

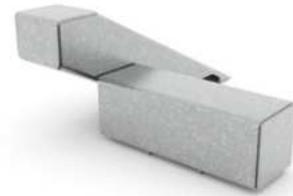
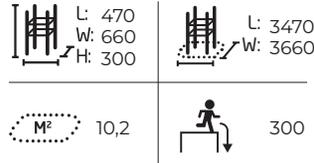


Le attrezzature Dash Parkour sono progettate secondo la norma SFS-EN 16899:2016. Quando l'altezza di caduta è inferiore a 1600 mm, non è richiesta la superficie di attenuazione degli urti (IAS). L'altezza libera di caduta deve essere determinata dalla parte superiore dell'attrezzatura.

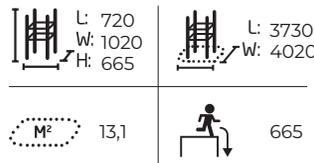
081700M
Dex Step



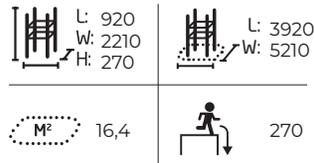
081701M
Dex Landing



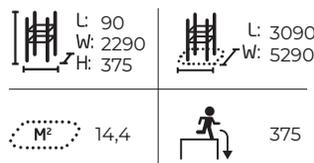
081702M
Dex Box



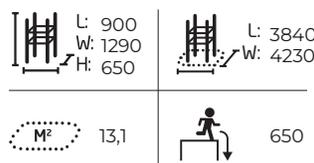
081703M
Dex Beam



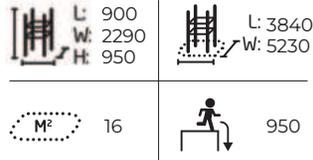
081710M
Rail Line



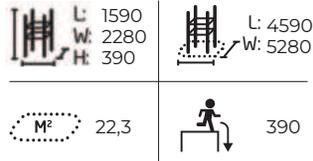
081711M
Rail Corner Low



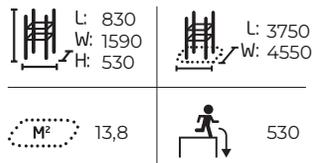
081712M
Rail Corner High



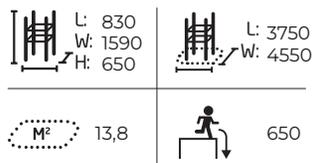
081713M
Rail Square



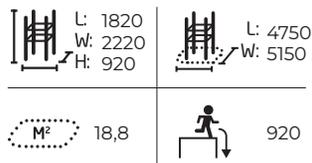
081720M
Vault S



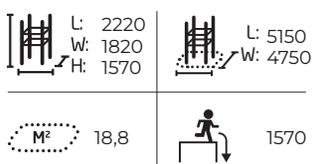
081721M
Vault M



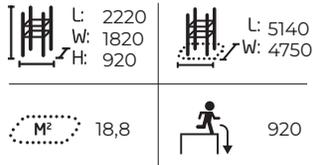
081722M
Vault L



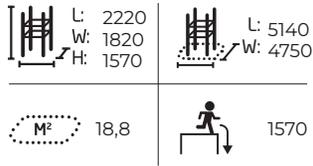
081726M
Vault LU



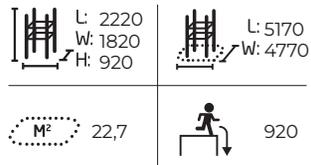
081723M
Vault LX



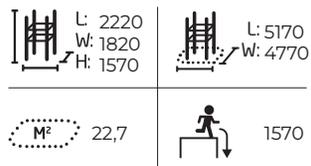
081727M
Vault LXU



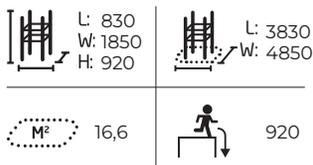
081724M
Vault Square



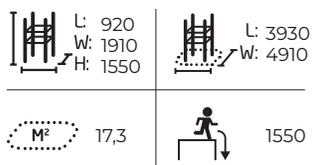
081728M
Vault Square U



081730M
Base S



081731M
Base M



081732M
Base L

 L: 880 W: 2080 H: 2400	 L: 5150 W: 6350
 28,8	 2400



081733M
Base Frame

 L: 750 W: 2450 H: 1860	 L: 4300 W: 5990
 23	 1860



081734M
Base Pile

 L: 2910 W: 2080 H: 1770	 L: 5510 W: 6130
 28,3	 1770



081735M
Base Double S1

 L: 1570 W: 2740 H: 1495	 L: 4490 W: 5510
 21	 1495



081736M
Base Double S2

 L: 1300 W: 3630 H: 1495	 L: 4260 W: 6480
 23,5	 1495

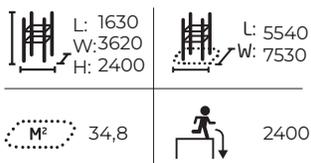


081737M
Base Double M

 L: 1630 W: 2700 H: 2400	 L: 5260 W: 6150
 28,3	 2400



081738M Base Double L



081780M Spot S1

Size: 7,0 x 7,9 m

Products:

Base Double S1 (081735M), Base Double S2 (081736M),
2 x Vault L (081722M) , 4 x Vault M (081721M), 2 x Vault S
(081720M),
2 x Dex Box (081702M) , 4x Additional Bar (910328).



See lappset.com for detailed product information.

081781M Spot S2

Size: 7,0 x 9,2 m

Products:

Base Double S2 (081736M), Vault Square U
(081728M), Vault L (081722M), Vault S (081720M),
2 x Rail Corner High /081712M), Rail Square
(081713M), 2 x Rail Line (081710M), 3 x Dex Step
(081700M), Dex Beam (081703M), Dex Landing
(081701M).



See lappset.com for detailed product information.

**L'attrezzatura Dash
Parkour è pensata
per l'allenamento di
parkour nelle aree
pubbliche.**

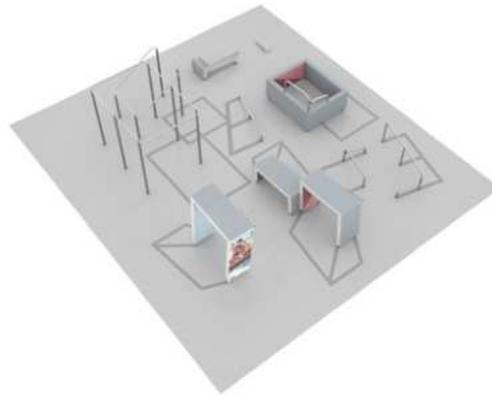
Un'attenta ricerca ha rivelato che i praticanti del parkour hanno grande rispetto per i valori dello sport e degli altri praticanti. Questo è diventato il punto centrale del Dash Parkour.

081782M Spot S3

Size: 7,4 x 9,1 m

Products:
Base Double S2 (081736M), Base L (081732M),
Vault Square U (081728M), Vault S (081720M), Dex
Step (081700M), Cage S (081750M), Rail Corner
High (081712M), Rail Corner Low (081711M), Rail
Line (081710M).

See lappset.com for detailed product information.

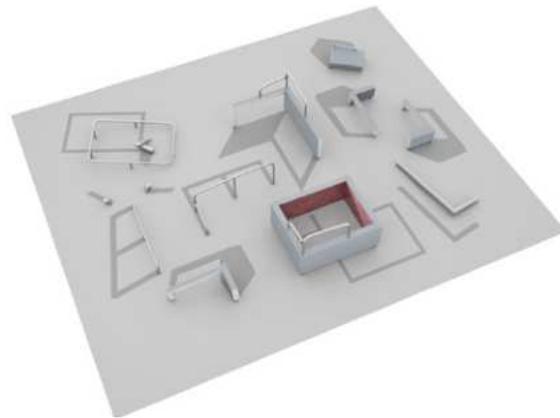


081783M Spot S4

Size: 6,9 x 9,0 m

Products:
2 x Dex Step (081700M), Dex Landing (081701M),
Dex Beam (081703M), Dex Box (081702M), Rail
Line (081710M), Rail Square (081713M), Rail Corner
High (081712M), 2 x Vault S (081720M), Vault M
(081721M), Vault LXU (081727M), Vault Square U
(081728M).

See lappset.com for detailed product information.

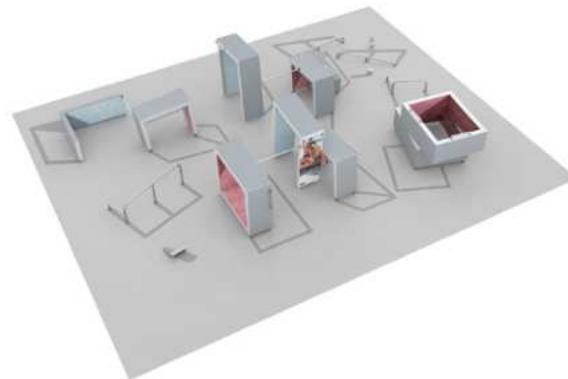


081784M Spot M1

Size: 8,5 x 11,9 m

Products:
Base Double M (081737M), Base L (081732M),
Base Frame (081733M), Base Double S1 (081735M),
Base M (081731M), Base Pile (081734M), Vault
L (081722M), Rail Corner High (081712M), Rail
Corner Low (081711M), 2 x Rail Line (081710M), Dex
Landing (081701M), 2 x Dex Step (081700M), 3 x
Additional Bar Element (910328).

See lappset.com for detailed product information.

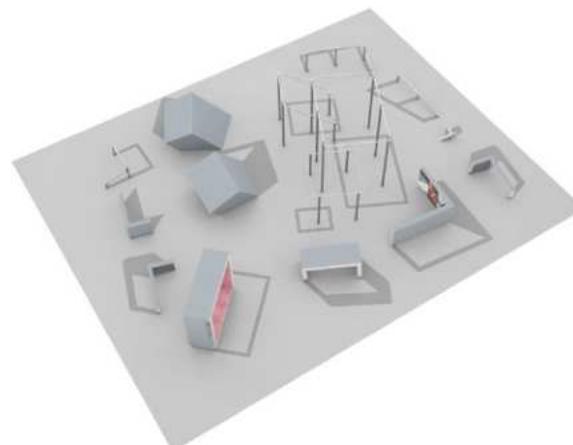


081785M Spot M2

Size: 11,0 x 12,6 m

Products:
Cage M (081751M), Base Frame (081733M), Base
S (081730M), Vault L (081722M), 2 x Vault M
(081721M), Vault S (081720M), Block M (081741M),
Block S (081740M), Rail Corner High (081712M),
Rail Corner Low (081711M), Rail Line (081710M), Dex
Landing (081701M).

See lappset.com for detailed product information.



081786M

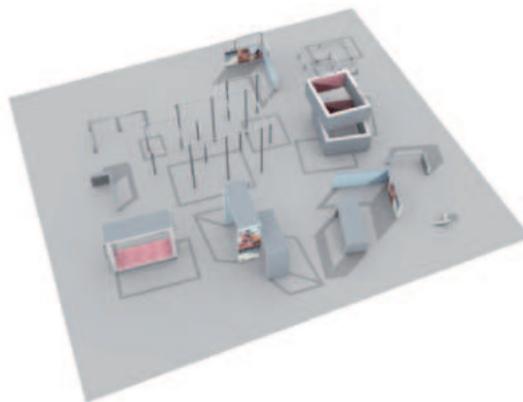
Spot L1

Size: 11,0 x 12,6 m

Products:

Cage M (081751M), Base Double M (081737M), Base Pile (081734M), Base Frame (081733M), Base S (081730M), Vault LU (081726M), Vault L (081722M), Vault M (081721M), Vault S (081720M), Rail Corner High (081712M), Rail Corner Low (081711M), Rail Square (081713M), Dex Landing (081701M), Dex Step (081700M).

See lappset.com for detailed product information.



081787M

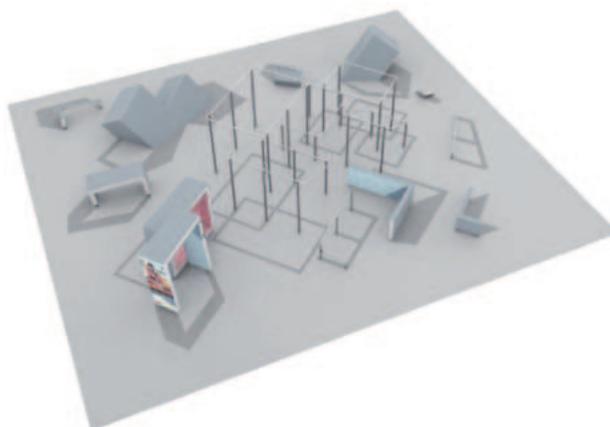
Spot L2

Size: 7,0 x 9,2 m

Products:

Cage L (081752M), Base Double L (081738M), Base S (081730M), Block Double S (081743M), Block S (081740M), Vault L (081722M), Vault M (081721M), Vault S (081720M), Dex Box (081702M), Dex Landing (081701M), Rail Line (081710M), Rail Corner High (081712M).

See lappset.com for detailed product information.



Cos'è il Dash Parkour?

- Tutti gli spot di Dash Parkour sono versatili e offrono molte possibilità di allenamento. Le singole attrezzature sono sempre alla giusta distanza l'uno all'altro.
- Dash Parkour è accattivante e „urbano“ credibile anche tra i tracciatori del parkour.
- Le attrezzature offrono diversi livelli di difficoltà: ce ne sono diverse angolazioni, diversi tipi di superfici su cui saltare ed esercitare l'equilibrio.
- I materiali delle attrezzature sono di alta qualità.
- Dash Parkour è stato progettato da persone che praticano parkour.
- Le attrezzature sono adatte ai bambini, agli adulti - dai principianti ai professionisti!

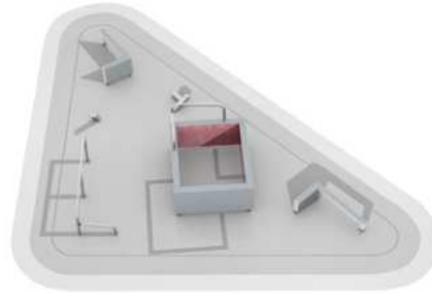
081760M

Module 1: Vault & Jump

Size: 6,4 x 6,5 m

Products:
Dex Step (081700M), Dex Landing (081701M), Rail
Corner High (081712M), Vault S (081720M), Vault M
(081721M), Vault Square U (081728M).

See lappset.com for detailed product information.



081761M

Module 2: Balance & Foot Placement

Size: 5,9 x 5,9 m

Products:
Dex Step (081700M), Dex Beam (081703M), 2 x Rail
Line (081710M), Rail Square (081713M), Rail Corner
Low (081711M), Vault M (081721M).

See lappset.com for detailed product information.



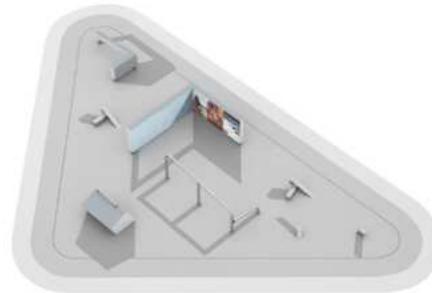
081762M

Module 3: Vault & Precision

Size: 6,4 x 6,4 m

Products:
2x Dex Step (081700M), 2x Dex Landing (081701M),
Dex box (081702M), Vault S (081720M), Vault L
(081722M), Rail Corner High (081712M).

See lappset.com for detailed product information.



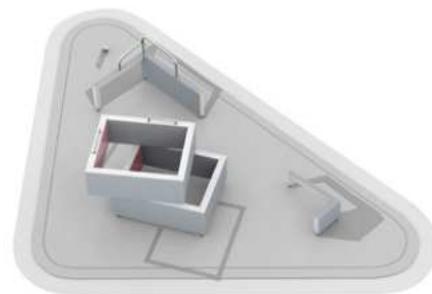
081763M

Module 4: Cat Leap & Underbar

Size: 5,9 x 6,4 m

Products:
Dex Step (081700M), Vault M (081721M), Vault LXU
(081727M), Base Pile (081734M).

See lappset.com for detailed product information.



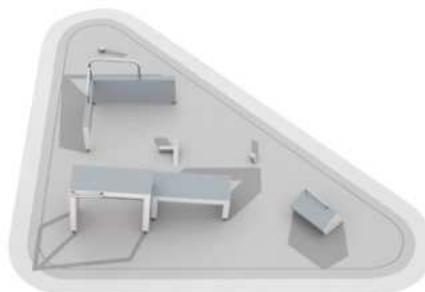
081764M

Module 5: Underbar & Precision

Size: 6,4 x 6,5 m

Products:
2 x Dex Step (081700M), Dex Landing (081701M), Dex Box (081702M), Vault LXU 081727M, Base Double S2 (081736M).

See lappset.com for detailed product information.



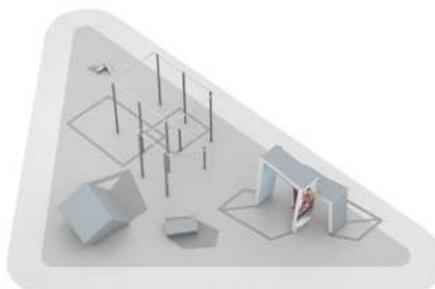
081765M

Module 6: Hanging & Cat Leap

Size: 9,1 x 2,7 m

Products:
Dex Landing (081701M), Dex Box (081702M), Block M 081741M, Cage S (081750M), Base Double M (081737M).

See lappset.com for detailed product information.



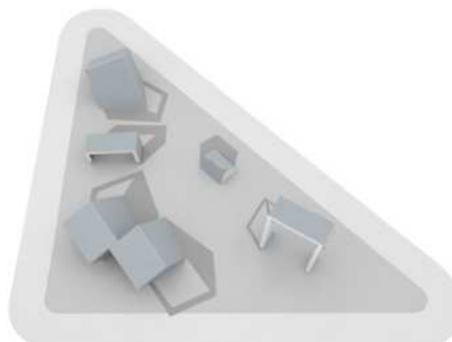
081766M

Module 7: Tic tac & Cat Leap

Size: 9,1 x 8,2 m

Products:
Dex Box (081702M), Block S (081740M), Block Double M (081744M), Base S (081730M), Base L (081732M).

See lappset.com for detailed product information.



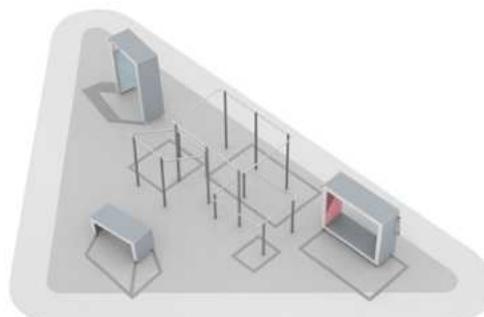
081767M

Module 8: Hanging & Wall Run

Size: 8,0 x 8,8 m

Products:
Base Frame (081733M), Base S (081730M), Base L (081732M), Cage M (081751M).

See lappset.com for detailed product information.





PRENDIMI SE RIESCI

LAPPSET TAG

Le aree da gioco Dash Parkour Tag porteranno il gioco del tag e “il pavimento è lava” ad un livello completamente nuovo.

Che il gioco abbia inizio! LE REGOLE

Le regole familiari dei giochi sono le stesse da sempre, ma le aree da gioco Dash Parkour Tag già pronte rendono il gioco molto più divertente. Ognuno può giocare secondo il proprio livello di abilità ed immaginazione.

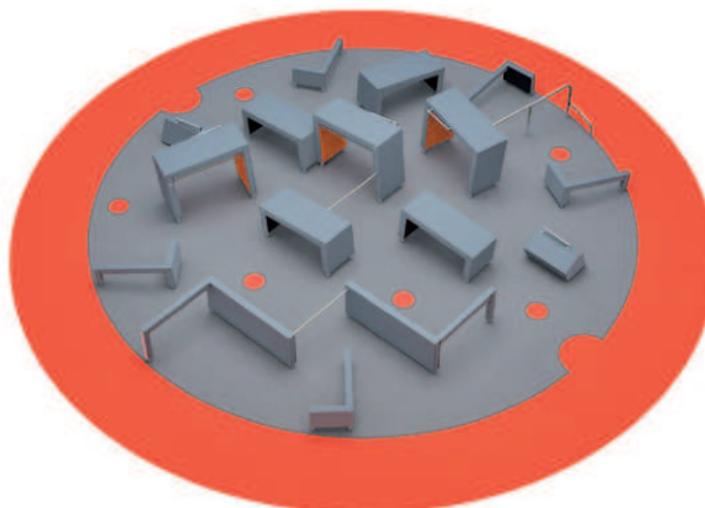
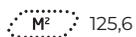
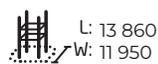
La superficie dell'attrezzatura ruvida e resistente di Dash Parkour Tag è fatta di materiale antiscivolo. Con questa attrezzatura è possibile creare un'area di gioco che promuove sia l'immaginazione che l'agilità - nel cortile di una scuola o in un parco.

081790M TAG 1 – High and Low

Size: 10,9 x 9 m

Products:
081702M, 081712M, 081720M, 081721M, 081723M, 081730M,
081731M, 081736M, 910328.

TAG 1 is designed to comply with EN16899 standard.
Surface not included.

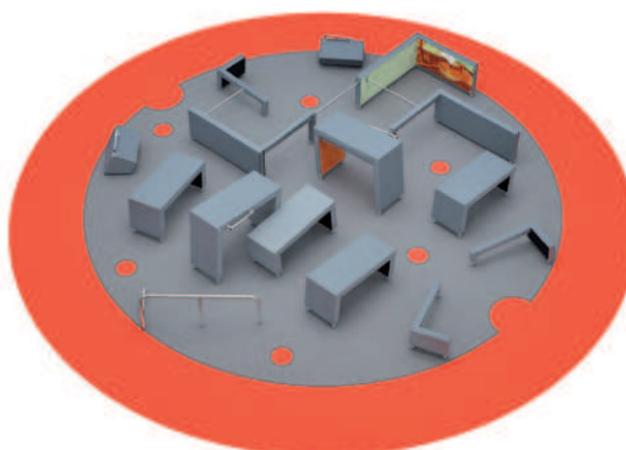
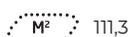
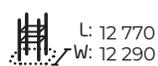


081791M TAG 2 – Over and Under

Size: 9,8 x 9,3 m

Products:
081702M, 081712M, 081720M, 081721M, 081722M, 081723M,
081730M, 081731M, 081735M, 910328.

TAG 2 is designed to comply with EN16899 standard.
Surface not included.



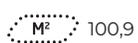
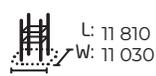
081792M

TAG 3 – Low and Fast

Size: 8.7 x 8 m

Products:
081700M, 081701M, 021702M, 081703M, 081710M, 081712M,
081713M, 081720M.

TAG 3 is designed to comply with EN1176 standard.
Surface not included.



**Adatto anche ai più
piccoli „traceur“ > 8
anni!**

traceur = praticanti del parkour



AMPIE OPPORTUNITÁ, STRUTTURE SINGOLE ED ARENE DA GIOCO

GIOCHI CON LA PALLA

La nostra gamma di arene per giochi urbani con la palla offre opzioni durevoli e popolari, indipendentemente dallo sport. L'arena è adatta per il calcio, ma con gli accessori può essere utilizzata anche per floorball, basket e pallavolo



PANNA CALCIO DI STRADA

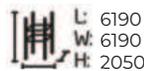
Il campetto compatto PANNA può essere posizionato ovunque, ad esempio nel cortile di casa o in un parco.

La struttura in metallo è resistente all'usura e cambiamento delle condizioni climatiche.

SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!



080901M Panna High



Accessory: 702623 Installation stones.

7 colour options for metal posts: Blue RAL 640-2, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

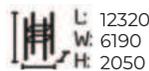
080902M Panna Low



Accessory: 702623 Installation stones.

7 colour options for metal posts: Blue RAL 640-2, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

080905M Panna Arena



7 colour options for metal posts: Blue RAL 640-2, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

Regole di gioco:

Una partita uno contro uno senza interruzioni, nella quale vince chi segna più gol in tre minuti oppure chi riesce a "fare tunnel" all'avversario. Sono sufficienti un pallone e una certa dose di fantasia, per "inventare" il modo di tirare la sfera in mezzo alle gambe dell'avversario. È uno sport di grande tecnica, che stimola la creatività e che insegna il rispetto per le regole e per le persone.

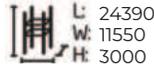
Il risultato è un gioco dinamico, una danza sul pallone, un dribbling dopo l'altro, pochissimi schemi a imprigionare la fantasia e l'improvvisazione.

080826
Mini Arcsport



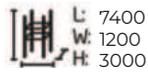
Deep mounting.

080841M 
Ace Arena



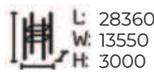
8 colour options for laminate walls: Blue RAL 640-2, Dark grey RAL 7024, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

080840M
Ace Ball Point



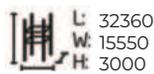
8 colour options for laminate walls: Blue RAL 640-2, Dark grey RAL 7024, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

080842M
Ace Arena 13x26



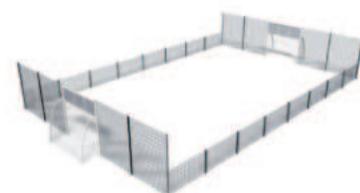
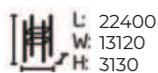
8 colour options for laminate walls: Blue RAL 640-2, Dark grey RAL 7024, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

080843M
Ace Arena 15x30



8 colour options for laminate walls: Blue RAL 640-2, Dark grey RAL 7024, Fuchsia RAL 4006, Green RAL 6018, Light grey RAL 7040, Lime green RAL 250-3, Red RAL 3020, Yellow RAL 1003

080851
Metal Arena



Deep mounting.

080950
Goal XS

L: 720
W: 1520
H: 960



080951
Goal S

L: 720
W: 1920
H: 1260



080952
Goal M

L: 740
W: 2550
H: 1680



080953
Goal L

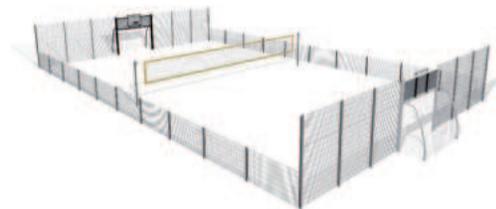
L: 740
W: 3150
H: 2080



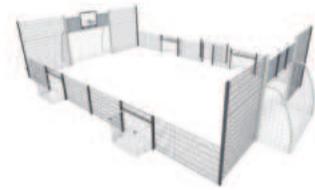
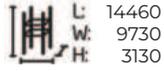
080971M
Q13805
Steel Net
Arena

Deep mounting.
Colours RAL 690-2, RAL 7024, RAL 250-3

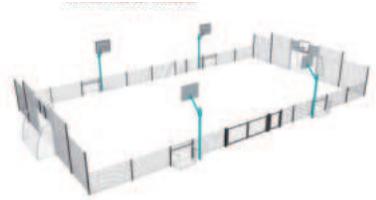
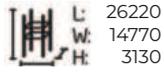
L: 1670
W: 27480
H: 15670
3130



Q17843
Steel net arena



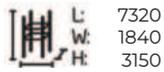
Q17357
Steel net arena
4x080921 (baskets
on the long side) not
included



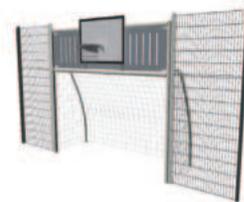
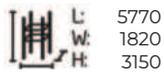
Q14775
Steel net arena



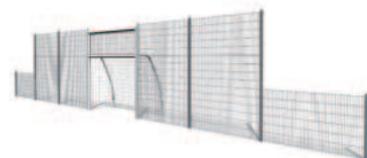
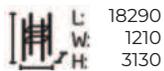
Q16756
Arena goal &
Basketball rack



Q12275
Steel net goal
basket

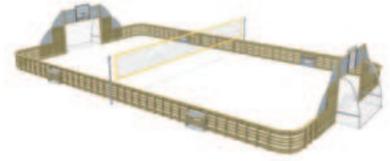


Q06347
Steel net Arena
end

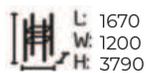


Q17427
Ice arena

L: 21440
W: 12180
H: 3150



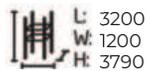
080921M Basket Ball Stand 1



Deep mounting.
Colours RAL 690-2, RAL 7024, RAL 250-3



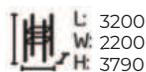
080922M Basket Ball Stand 2



Deep mounting.
Colours RAL 690-2, RAL 7024, RAL 250-4



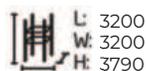
080923M Basket Ball Stand 3



Deep mounting.
Colours RAL 690-2, RAL 7024, RAL 250-5



080924M Basket Ball Stand 4



Deep mounting.
Colours RAL 690-2, RAL 7024, RAL 250-6



SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!





NUOVE TECNOLOGIE

SPORT INTERATTIVI

Noi di Lappset stiamo rivoluzionando lo sport per tutti! La nostra missione è migliorare il benessere del mondo creando giochi stimolanti che stimolano l'immaginazione, favoriscono l'apprendimento, rispettano l'ambiente e incoraggiano l'attività.



PARETE DA CALCIO INTERATTIVA

Lappset Sutu



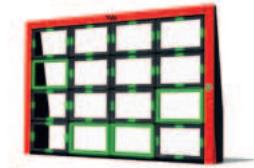
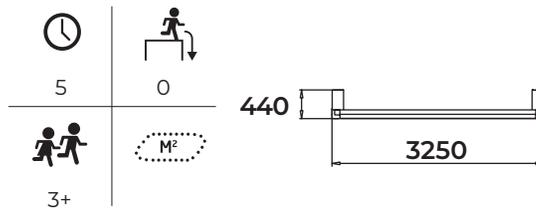
ESEMPIO DI PROGETTAZIONE



Scan or click here to learn more

Basic product

YA3550
Sutu



New



YA3550-MG Lappset Sutu Interactive adatto per zone marittime

Carefree pack



YA8566 Lappset Sutu Interactive adatto per zone marittime

Color options



YA3590 Colore diverso per le parti rosse del Sutu, disponibili in tutti i colori RAL

Fencing & boarding options



YA3555M Recinzione taglia M 5,65 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)



YA3555M-GR

Recinzione in rete metallica misura M 5,65 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)



YA3555L

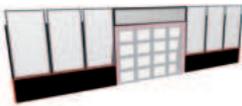
Recinzione misura L 7,95 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)

New



YA3555L-GR

Recinzione in rete metallica misura L 7,95 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)



YA3555XL

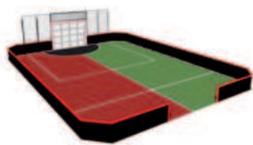
Recinzione taglia XL 10,25 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)

New



YA3555XL-GR

Recinzione in rete metallica misura XL 10,25 x 2,8 m (larghezza x altezza) (solo per montaggio in profondità)



YA3560L

Lappset Sutu Plaza dimensioni L 10,7 m x 12 m (larghezza x lunghezza), pannelli HPL, inclusa recinzione a L, escluso tappeto erboso artificiale

New



YA3560L-GR

Lappset Sutu Plaza dimensioni L 10,7 m x 12 m (larghezza x lunghezza), grigliato, inclusa recinzione a L, escluso tappeto erboso artificiale



YA3560XL

Lappset Sutu Plaza dimensioni L 13 m x 14,3 m (larghezza x lunghezza), pannelli HPL, inclusa recinzione a L, escluso tappeto erboso artificiale



YA3560XL-GR

Lappset Sutu Plaza dimensioni L 13 m x 14,3 m (larghezza x lunghezza), grigliato, inclusa recinzione a L, escluso tappeto erboso artificiale

Lappset Ace Arena boarding



Q11412

Recinzione e assito Ace Arena Sutu 10 x 11 m (larghezza x lunghezza), montaggio in profondità



Q11415

Recinzione e tavolato Ace Arena Sutu 10 x 11 m (larghezza x lunghezza), montaggio in profondità



Lappset Sutu Interactive ball wall

Ecco alcune caratteristiche chiave di Sutu:

- perfetta combinazione tra avanzata tecnologia con facile utilizzo intuitivo
- Divertimento per tutte le età e abilità - rende attrattivo la tua struttura e attira nuovi clienti/visitatori
- Rimane attrattivo nel tempo: aggiornamenti continui di nuovi giochi
- I 16 pannelli LED illuminati sono protetti contro gli urti.

COS'É UN PUMP TRACK?

Una pump track è un circuito fatto di salite, discese (bump) e curve paraboliche che permettono di fare salti e acrobazie, ma anche solo di sperimentare il brivido

I VANTAGGI

È un'ottima attività sportiva che stimola tutto il corpo e soprattutto l'equilibrio, i riflessi, il collegamento mente-muscolo e la sensibilità motoria. un ottimo modo per allenare le proprie abilità sulla bicicletta, i pattini, lo skateboard o il monopattino a prescindere dall'uso che ne facciate di solito.

PUMPTRACK

La superficie della pista è progettata per guidare con qualsiasi condizione meteorologica



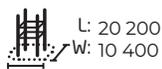
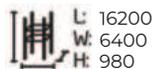
A person wearing a colorful helmet and a white t-shirt is riding a bicycle on a PumpTrack track. The track is a dark, curved surface with a series of small, light-colored dots along its length. The rider is leaning forward, and the background shows a clear blue sky and some green trees. The overall scene is dynamic and energetic.

VELOCITÀ SENZA LIMITI

PUMPTRACK

I PumpTrack attirano sia grandi che piccoli piloti. Le linee del percorso sono chiare e le parti inferiori della pista possono essere cavalcate a una velocità inferiore. Le attrezzature possibili per la guida includono bicicletta, scooter, skateboard, monopattini e anche una sedia a rotelle. I Pump Track vengono realizzati utilizzando moduli con una struttura in legno e metallo.

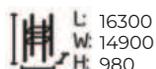
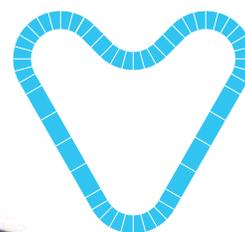
081621 Pumptrack S



Total length of track 36 m.



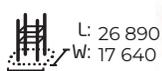
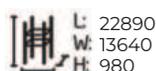
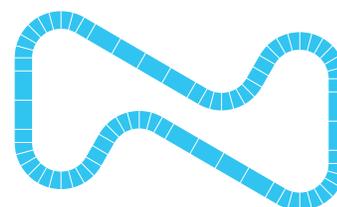
081623 Pumptrack M



Total length of track 47 m.



081625 Pumptrack L



Total length of track 67,5 m.



Pump è il gesto con cui si spinge con le gambe verso il basso in fase di discesa per aumentare la velocità, tipicamente usato proprio sui bumps.

Track, significa semplicemente percorso.



Avete bisogno di aiuto?

I nostri esperti sono qui
per aiutarvi!

T 0474 678131

info@euoform-w.it



Distributore in esclusiva per l'Italia:

euroform K. Winkler srl
Via Daimer 67
I-39032 Campo Tures (BZ)
T +39 0474 678 131
F +39 0474 678 648

info@euroform-w.it
www.euroform-w.com

www.lappset.com

Explore a new world of SPORT!