

# SPORT

Attrezzature da sport e fitness



INCLUDING  
PLANNING  
TOOLS

# 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.





## 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

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

Norma nazionale italiana 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.

# CHECKLIST

## Come progettare 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?

### 3 BUDGET

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

### 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)

### 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 di 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
- altre 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.**

# 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.

# INDICE

## ATTREZZATURA SPORT / FITNESS

NORWELL FITNESS   materiale: metallo, plastica	10
SISU FINTESS   materiale: metallo, plastica	16
STREET WORKOUT   materiale: metallo, legno, plastica	24
LAPPSET FITNESS   materiale: metallo, legno, plastica	34
SENIOR SPORT   materiale: metallo, legno, plastica	44
DASH PARKOUR   materiale: metallo, plastica	54
GIOCHI CON LA PALLA E ARENE   materiale: metallo, legno, plastica	70
LAPPSET TAG   materiale: metallo, plastica	66
INTERATTIVI / SUTU   materiale: metallo, plastica	78

## ATTREZZATURE SPORT / FITNESS SPECIALI

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

Attrezzature da sport/fitness **per ANZIANI - Senior Sport** 46



### 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	6
Pianificare un'area da fitness per anziani	42
Che cos'è lo street Workout?	22
Street Workout - Istruzioni per principianti	26
Che cosa rende un'area Parkour ideale per l'allenamento?	52

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 circolatoria 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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



NW401 Stretch

HEIGHT: 123 cm  
LENGTH: 250 cm  
WIDTH: 39 cm  
IN-GROUND: 25 cm  
WEIGHT: 39 kg  
Free fall height: 90 cm  
ZONE: 17,0 m<sup>2</sup>



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: 22,7 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



NW203 Stepper



NW204 Hip



NW205 Cycle



NW302 Springer



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>





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 m<sup>2</sup>

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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>

\*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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



NWSW116 Boxer

HEIGHT: 235 cm  
 LENGTH: 120 cm  
 WIDTH: 30 cm  
 IN-GROUND: 30 cm  
 WEIGHT: 60 kg  
 ZONE: 11,9 m<sup>2</sup>



NWSW117 Rope

HEIGHT: 235 cm  
 LENGTH: 104 cm  
 WIDTH: 8,8 cm  
 IN-GROUND: 30 cm  
 WEIGHT: 77 kg  
 ZONE: 10,4 m<sup>2</sup>

### 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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>

NWS110 Chest Builder



NW503 Sign

HEIGHT: 107 cm  
 LENGTH: 48 cm  
 WIDTH: 83 cm  
 IN-GROUND: 25 cm  
 WEIGHT: 24 kg  
 ZONE: 11,4 m<sup>2</sup>

NWS111 Back Builder



NW504 Mini Sign

HEIGHT: 87 cm  
 LENGTH: 29 cm  
 WIDTH: 30 cm  
 IN-GROUND: 25 cm  
 WEIGHT: 8 kg  
 ZONE: 8,9 m<sup>2</sup>

NWS112 Ultra Bar



Inizia il tuo allenamento quando ti è comodo! Senza orari di apertura. Accessibile quando vuoi tu!

**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.





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 PREPARARTI 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 che incorpora e utilizza 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

M² 23,6

L: 6130  
W: 4170

480



### 081861 Sisu Overhead Pulldown



L: 2570  
W: 1400  
H: 1690

M² 22,6

L: 5570  
W: 4400

460



### 081864 Sisu Inclined Bench Press



L: 3000  
W: 1170  
H: 1500

M² 23,1

L: 6000  
W: 4170

550



### 081865 Sisu Overhead Press



L: 2530  
W: 1170  
H: 1500

M² 21,1

L: 5530  
W: 4170

500



### 081866 Sisu Bicep Curl



L: 2300  
W: 680  
H: 1500

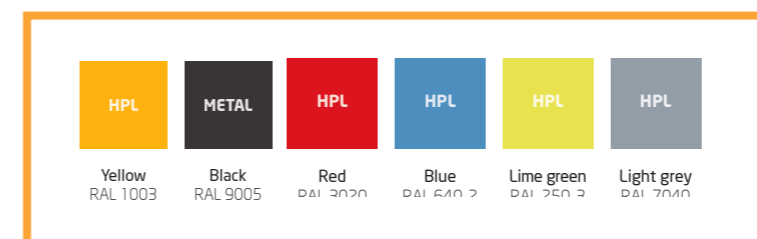
M² 17,6

L: 5300  
W: 3680

0







## SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!









081881  
Sisu Back Extension  
Hinta081881

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







081882  
Sisu Back'n Abs

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







081883  
Sisu Dip`n Core

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







081886  
Sisu Dip

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







081867  
Sisu Tricep Extension

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







081868   
Sisu Accessible Press


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







081880  
Sisu Sit Up

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



081862   
Sisu Squat

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



## 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



ALLENAMENTO CON IL PROPRIO PESO

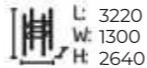
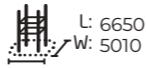
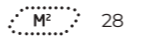

# STREET WORKOUT

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!

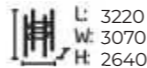
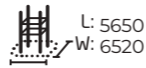
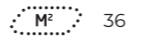



081650M   
Street Workout S

 L: 3220 W: 1300 H: 2640	 L: 6650 W: 5010
 28	 2220



081655M   
Street Workout M

 L: 3220 W: 3070 H: 2640	 L: 5650 W: 6520
 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 appoggiate 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'alto

081657M   
Street Workout L


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







Q17512   
Street Workout


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







Q11037   
Street Workout


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







Q12655-1   
Street Workout


 L: W: H:	 L: 15870 W: 8410
 114,4	 2310







Q17580   
Street Workout

 L: W: H:	 L: 7363 W: 4677
 28	

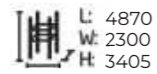
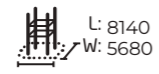




Q14916   
Street Workout

 L: W: H:	 L: W:
 80	 2530

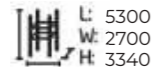
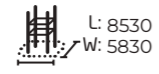
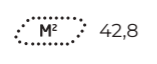



081850  
Sisu Fitness Frame S

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


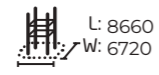
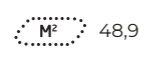



081855  
Sisu Fitness Frame M

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

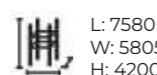
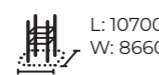




081857  
Sisu Fitness Frame L

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

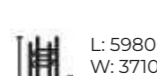

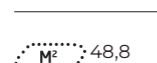



Q15618  
Sisu Fitness Frame

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

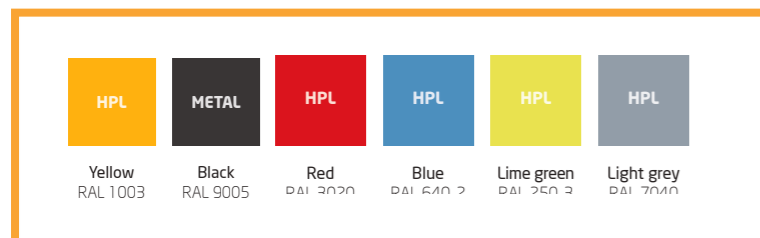


Q15666  
Sisu Fitness Frame

	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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>

Incl. one set of rings and punching bag



NWC607 Calisthenics



NWC608 Functional Training



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 m<sup>2</sup>

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 m<sup>2</sup>



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 m<sup>2</sup>



NWSW112 Step Blocks

HEIGHT: 40 cm  
 LENGTH: 29 cm  
 WIDTH: 152 cm\*

\*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 m<sup>2</sup>

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 m<sup>2</sup>



NWSW116 Boxer

HEIGHT: 235 cm  
 LENGTH: 120 cm  
 WIDTH: 30 cm  
 IN-GROUND: 30 cm  
 WEIGHT: 60 kg  
 ZONE: 11,9 m<sup>2</sup>



NWSW117 Rope

HEIGHT: 235 cm  
 LENGTH: 104 cm  
 WIDTH: 8,8 cm  
 IN-GROUND: 30 cm  
 WEIGHT: 77 kg  
 ZONE: 10,4 m<sup>2</sup>

Strutture  
 completamente  
 in metallo



UN ALLENAMENTO PERFETTO PER TUTTI

# LAPPSET FITNESS

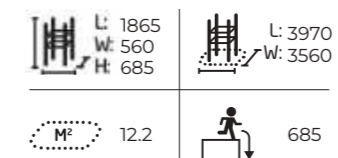
Queste attrezzature permettono a persone di vario livello di fitness di ottenere un allenamento funzionale completo. Le variazioni di movimento consentono di allenarsi in modo versatile per sviluppare forza, resistenza, velocità e coordinazione.



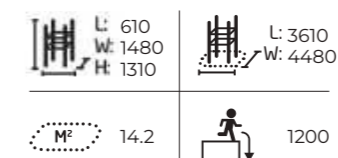
## SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!



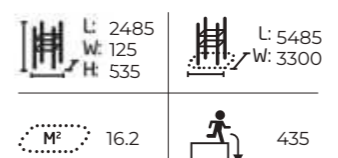
081210M  
Back'n Abs



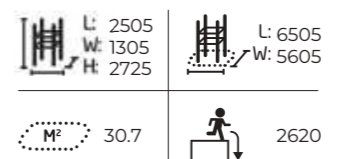
081220M ☀️  
Dip



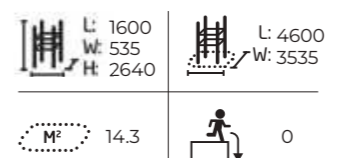
081225M ☀️  
Push-up




081230M  
Monkey Bars







081205M ☀️  
Barbell S




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
 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
 14.3	 0



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





081275M   
Dead Lift

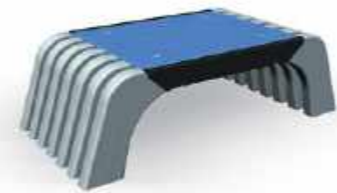
 L: 1720 W: 550 H: 1310	 L: 4720 W: 3550
 14.8	 0







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

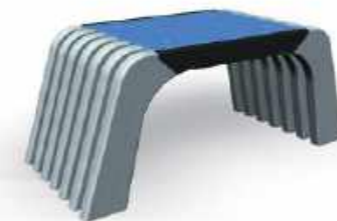
081200M  
Box S

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







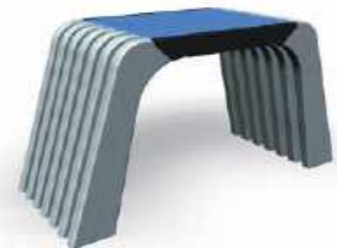
081201M  
Box M

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







081202M  
Box L

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







081235M  
Rope Wall


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







081236M  
Obstacle Wall

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








081240M   
Medicine Ball Throw

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







Weight 5 kg.

081245M   
Flying Rings


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







081250M  
Jumper

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

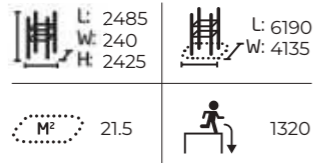



081255M   
Battling Ropes

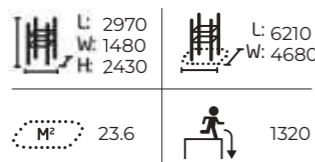
 L: 7940 W: 550 H: 1480	 L: 8330 W: 5720
 34.5	 0



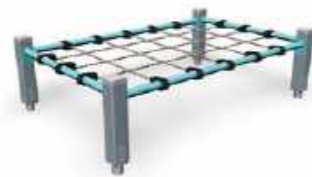
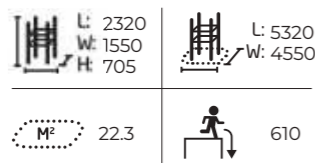
081265M  
Pull-up



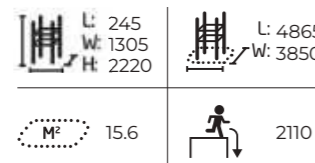
081270M   
Dip'n Fly



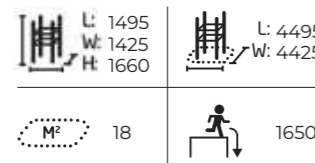
081280M  
Leopard Crawl



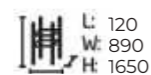
081282M  
Ladders




081285M  
Cargo Net Wall

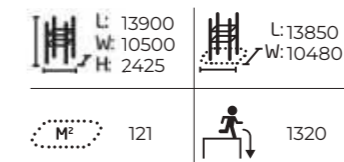


081290M  
Info Sign



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

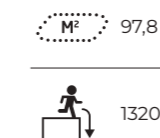
081320M   
Fitness Park S



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



081321M  
Fitness Park S

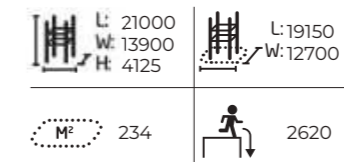


Without free weights. Size: 13,5 m x 8,5 m.

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



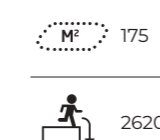
081325M  
Fitness Park M



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



081326M  
Fitness Park M



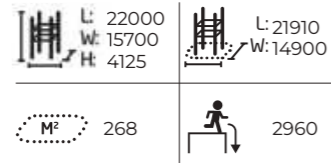
Without free weights. Size: 20 m x 10,5 m

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



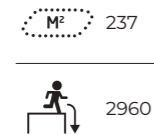
## 081330M Fitness Park L

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



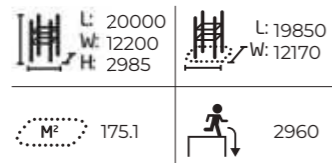
## 081331M Fitness Park L

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



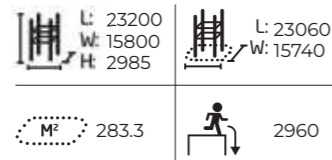
## 081305M Fitness Track M

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.

### COMUNITÀ

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 e l'isolamento.

### 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.

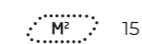
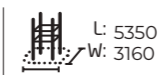
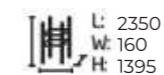


CAPACITÀ FUNZIONALE PER LA VITA QUOTIDANA

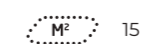
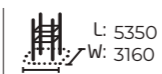
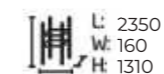
## SENIOR SPORT

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.

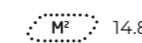
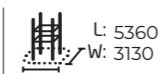
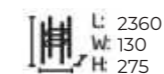
081400M  
Wave Bar



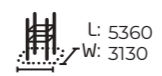
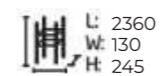
081402M  
Snake Bar



081405M  
Snake Beam



081406M  
Balance Beam



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
	M²: 14.8		1200



081415M  
Hip Spring



	L: 1300 W: 610 H: 855		L: 4300 W: 3610
	M²: 13.6		420



081416M  
Balance Spring



	L: 1300 W: 620 H: 1655		L: 4300 W: 3620
	M²: 13.6		320



081420M  
Shoulder Arches



	L: 1480 W: 810 H: 1305		L: 4480 W: 3810
	M²: 15.1		0



081425M  
Finger Stairs



	L: 130 W: 130 H: 2125		L: 3130 W: 3130
	M²: 7.9		0



081430M  
Wrist Workout



	L: 420 W: 130 H: 1660		L: 3420 W: 3130
	M²: 8.8		0



081435M  
Shoulder Wheel



	L: 910 W: 220 H: 1655		L: 3910 W: 3220
	M²: 10.7		0



081438M  
Shoulder Arches Right



	L: 1240 W: 770 H: 1305		L: 4240 W: 3770
	M²: 14.1		0



081440M  
Shoulder Arches Left



	L: 1240 W: 770 H: 1305		L: 4240 W: 3770
	M²: 14.1		0




081445M  
Sit and Up







	L: 1300 W: 990 H: 1305		L: 4300 W: 3990
	M²: 15.2		610







081450M   
Serpentine Path


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







081475M   
Sign


 L: 890 W: 120 H: 1650
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------







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



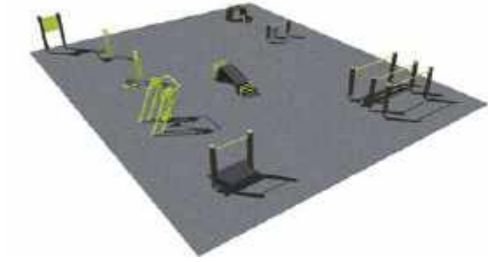
120031M   
Circular Track


 L: 3900 W: 3700 H: 1390	 L: 6680 W: 6680
 M <sup>2</sup> 31,9	 1300







L05379   
Senior Park, Middle Body and Walking


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







080495M   
Classic 95

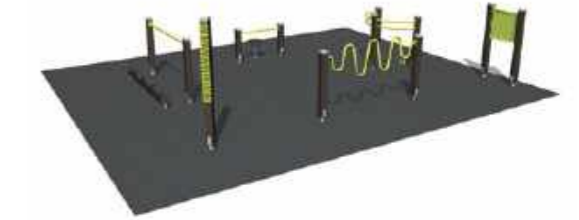
 L: 3920 W: 1170 H: 2280	 L: 4990 W: 7440
 M <sup>2</sup> 22,6	 300








081500M   
Senior Park S

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


 L: 8800 W: 7300 H: 2125	 L: 8800 W: 7220
 M <sup>2</sup> 54,6	 420







080484M   
Classic 84

 L: 5350 W: 5200 H: 1360	 L: 8290 W: 8200
 M <sup>2</sup> 10,3	 1250








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 <sup>2</sup> 80,1	 420







080483M   
Classic 83

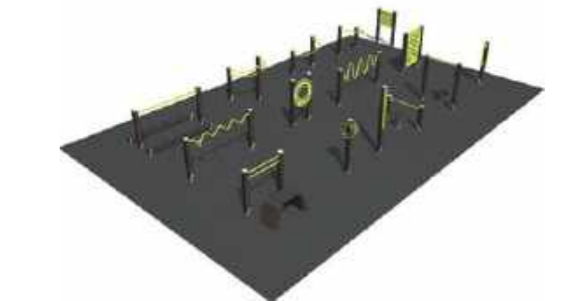
 L: 4930 W: 3050 H: 2260	 L: 7890 W: 5970
 M <sup>2</sup> 13,2	 1250








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 <sup>2</sup> 128,8	 610







080490M   
Classic 90

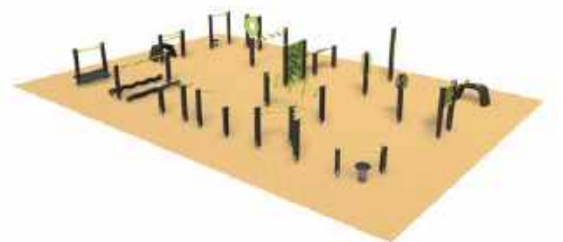
 L: 9270 W: 5800 H: 2280	 L: 12210 W: 9470
 M <sup>2</sup> 23,5	 1250




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 <sup>2</sup> 155,1	 1200



L05377   
Senior Park, Strength and Balance

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



**STRUTTURE  
COMBINATE  
SENIOR FITNESS**

# 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.

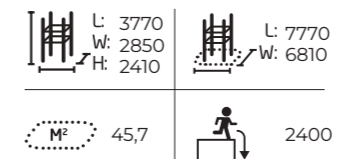
Un buon spot offre anche strutture uniche e inaspettate. Un buon spot sorprende anche dopo molto tempo, spesso grazie alla versatilità e ai piccoli dettagli che risvegliano il vostro interesse ancora e ancora o che non avete mai notato prima. Le strutture inaspettate vi sfidano a pensare in modo creativo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

MOVIMENTO INCESSANTE E ALLENAMENTO INTENSIVO

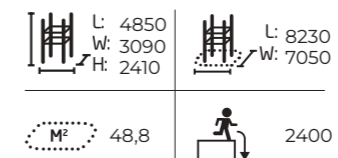
## DASH PARKOUR

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.

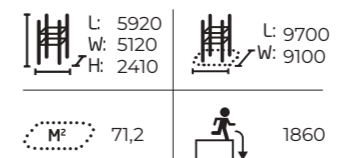
081750M  
Cage S



081751M  
Cage M



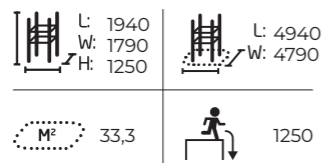
081752M  
Cage L



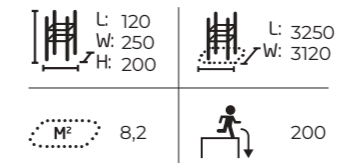
Le attrezzature DASH PARKOUR offrono agli appassionati un luogo di formazione conforme ai requisiti di questo sport ed è consentito affinare i movimenti in tutta sicurezza.

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.

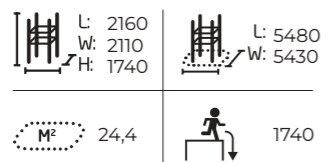
081740M  
Block S



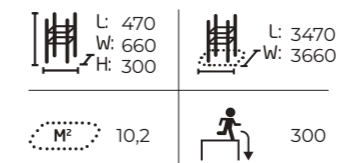
081700M  
Dex Step



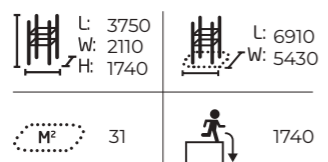
081741M  
Block M



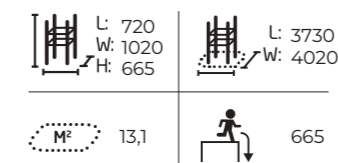
081701M  
Dex Landing



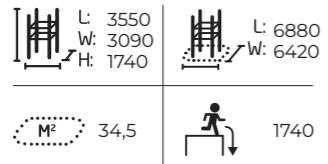
081743M  
Block Double S



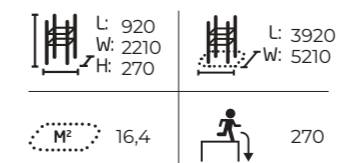
081702M  
Dex Box



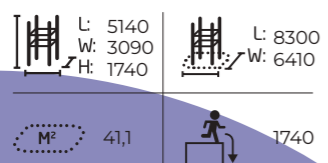
081744M  
Block Double M



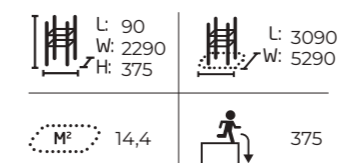
081703M  
Dex Beam



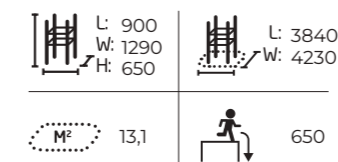
081745M  
Block Triple



081710M  
Rail Line



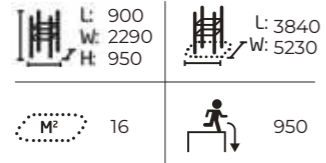
081711M  
Rail Corner Low



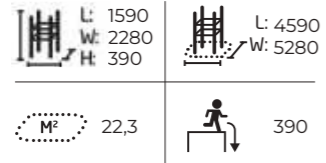
Le attrezzature Dash Parkour sono progettate secondo la norma SFS-EN 16899:2016.

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.

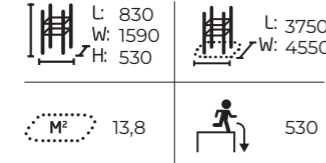
081712M  
Rail Corner High



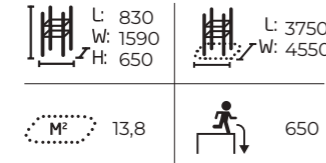
081713M  
Rail Square



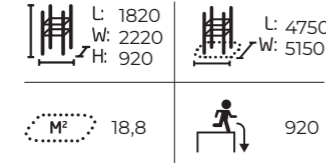
081720M  
Vault S



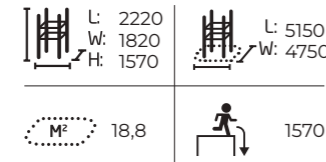
081721M  
Vault M



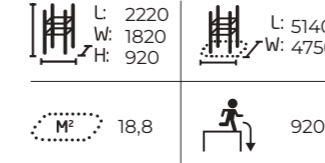
081722M  
Vault L



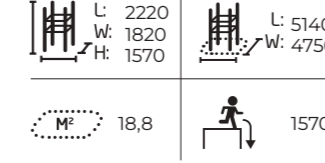
081726M  
Vault LU



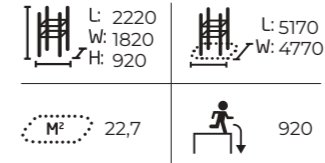
081723M  
Vault LX



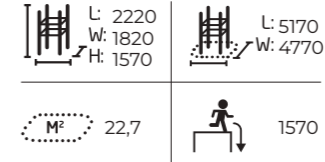
081727M  
Vault LXU



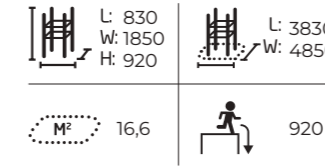
081724M  
Vault Square



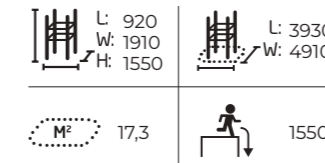
081728M  
Vault Square U



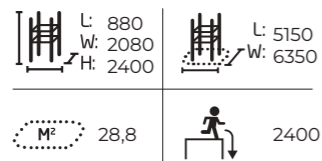
081730M  
Base S



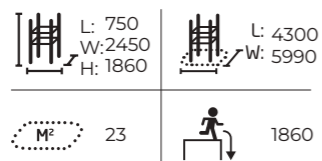
081731M  
Base M



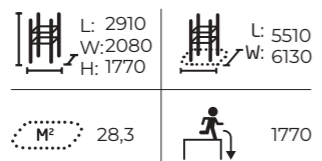
081732M  
Base L



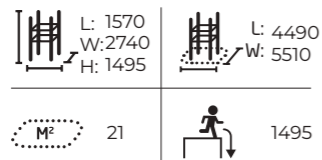
081733M  
Base Frame



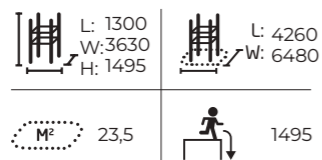
081734M  
Base Pile



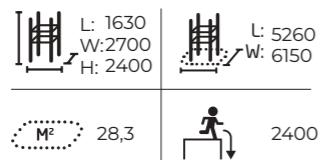
081735M  
Base Double S1



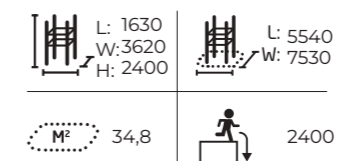
081736M  
Base Double S2



081737M  
Base Double M



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](http://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](http://lappset.com) for detailed product information.



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

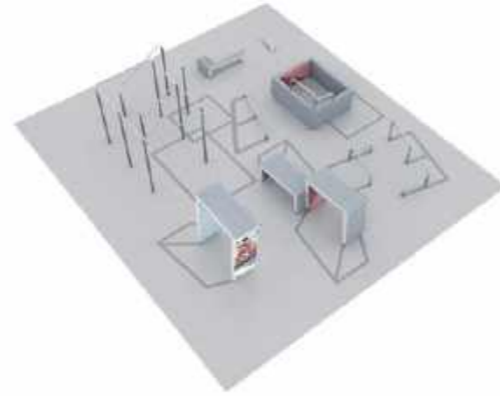
Un'attenta ricerca ha rivelato che i praticanti del parkour hanno grande rispetto per i valori dello sport e degli altri praticanti. Questo è diventato il punto centrale del Dash Parkour.

## 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](http://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](http://lappset.com) for detailed product information.

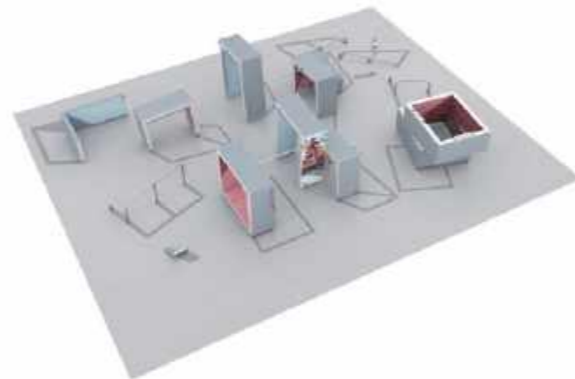


## 081784M Spot M1

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](http://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](http://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](http://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](http://lappset.com) for detailed product information.



## Cos'è 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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).



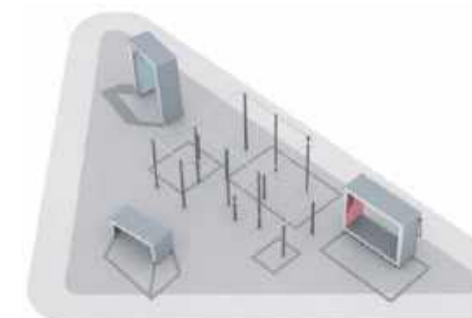
See [lappset.com](http://lappset.com) for detailed product information.

## 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](http://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.



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.

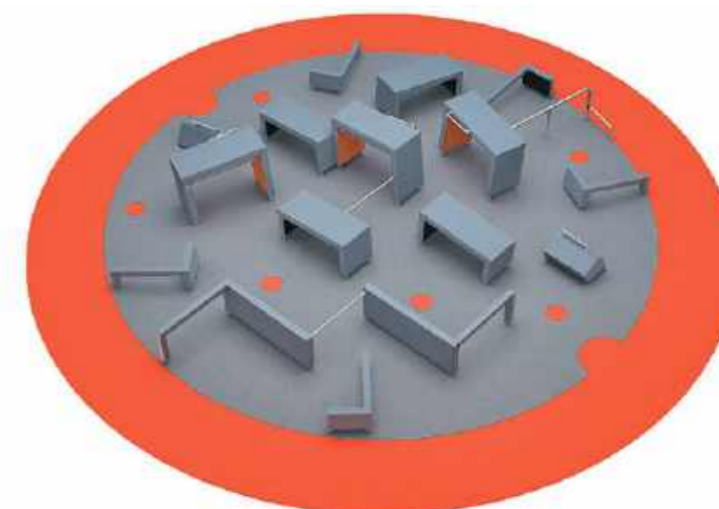
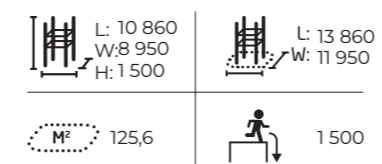
**Che il gioco abbia inizio!  
LE REGOLE**

## 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.

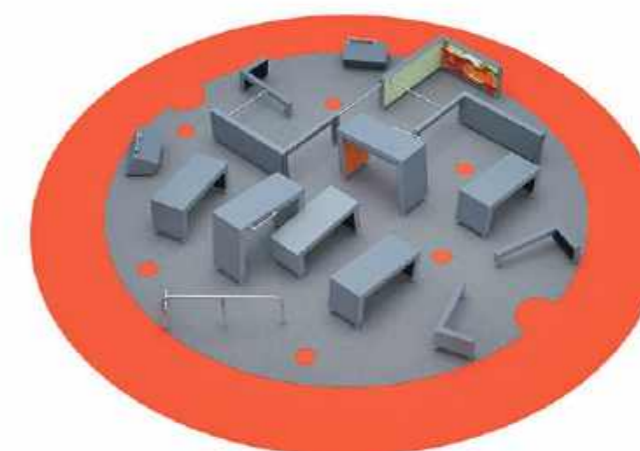
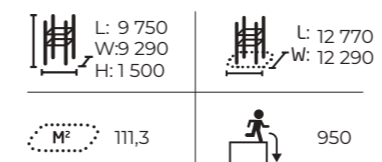


## 081791M TAG 2 – Over and Under

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.

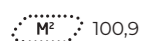
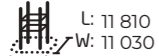


# 081792M TAG 3 – Low and Fast

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



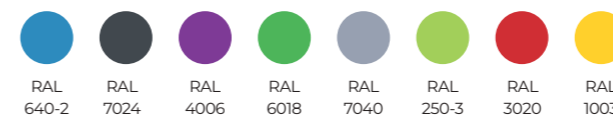
AMPIE OPPORTUNITÁ, STRUTTURE SINGOLE ED ARENE DA GIOCO

## 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



### SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!

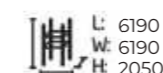


## PANNA CALCIO DI STRADA

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.

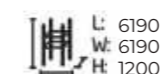
### 080901M Panna High



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



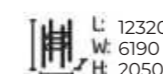
### 080902M Panna Low



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

L: 5830  
W: 10470  
H: 1250



Deep mounting.

080841M   
Ace Arena

L: 24390  
W: 11550  
H: 3000



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

L: 7400  
W: 1200  
H: 3000



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

L: 28360  
W: 13550  
H: 3000



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

L: 32360  
W: 15550  
H: 3000



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

L: 22400  
W: 13120  
H: 3130



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



Q13805  
Steel Net  
Arena

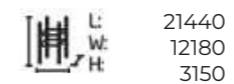
L: 27480  
W: 15670  
H: 3130



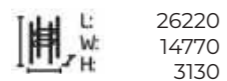
Q17843  
Steel net arena



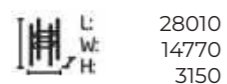
Q17427  
Ice arena



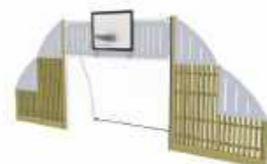
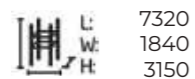
Q17357  
Steel net arena  
4x080921 (baskets  
on the long side) not  
included



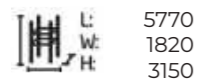
Q14775  
Steel net arena



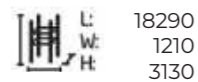
Q16756  
Arena goal &  
Basketball rack



Q12275  
Steel net goal  
basket



Q06347  
Steel net Arena  
end



080921M  
Basket Ball  
Stand 1

L: 1670  
W: 1200  
H: 3790



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

080922M  
Basket Ball  
Stand 2

L: 3200  
W: 1200  
H: 3790



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

080923M  
Basket Ball  
Stand 3

L: 3200  
W: 2200  
H: 3790



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

080924M  
Basket Ball  
Stand 4

L: 3200  
W: 3200  
H: 3790



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

**SCEGLI IL COLORE CHE TI PIACE!**





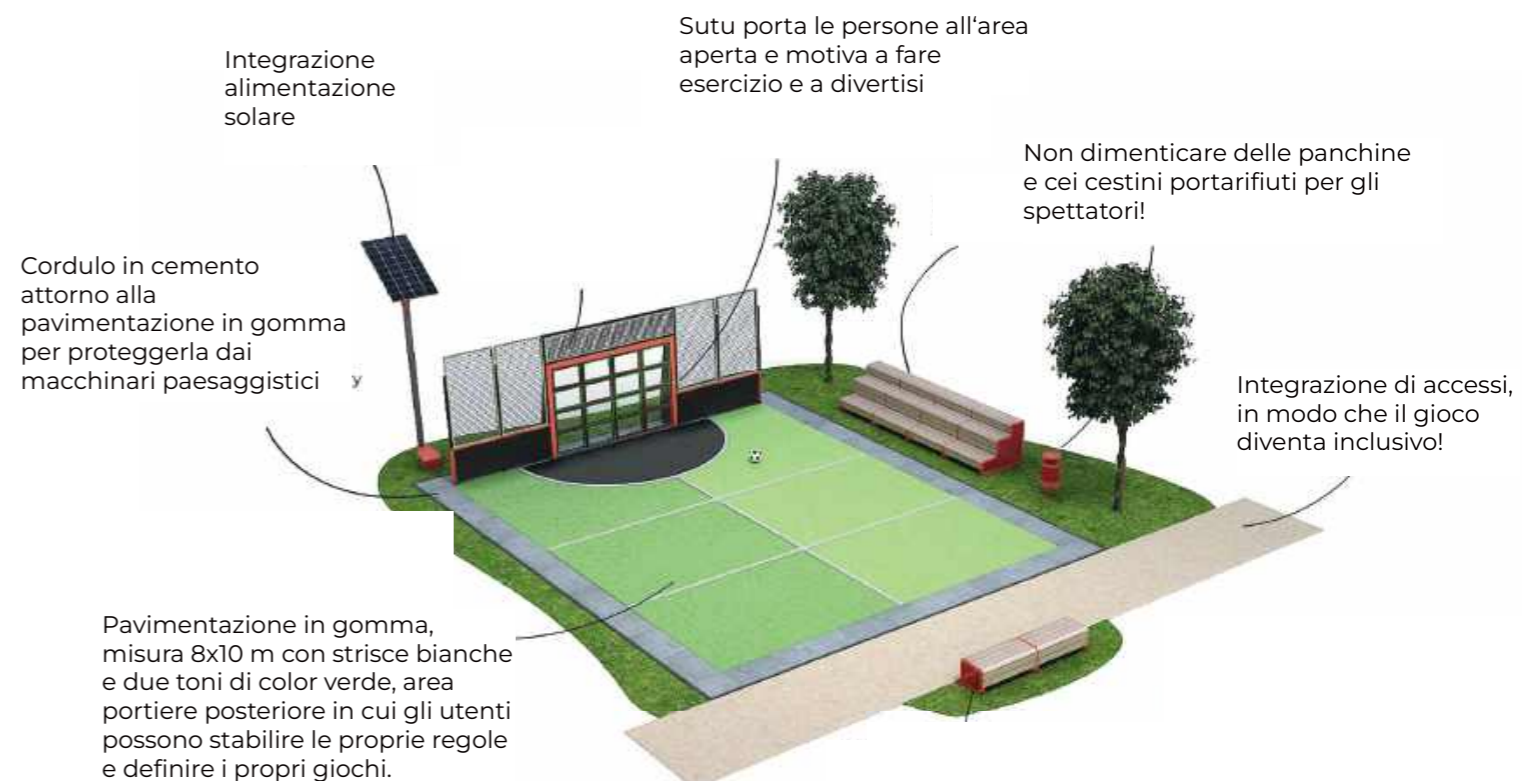
NUOVE TECNOLOGIE

## 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*

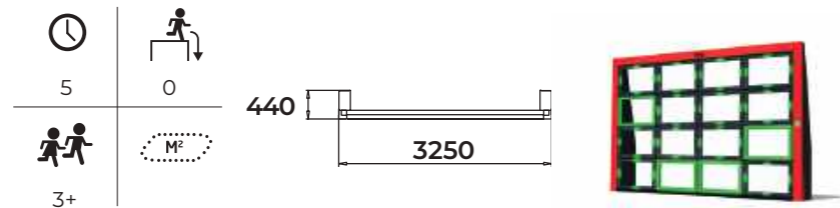


Scan or click here to learn more



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)



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)



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



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



New

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

Train together or solo, the Lappset Sutu is your companion for fitness and skill-building



## 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.





Distributore in esclusiva per l'Italia:

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

[info@euroform-w.it](mailto:info@euroform-w.it)  
[www.euroform-w.com](http://www.euroform-w.com)

**Explore the amazing world of sport!**