

Streetworkout-Anlage Münchenstein



Die Streetworkout-Anlage in Münchenstein steht der Öffentlichkeit für Trainings mit dem eigenen Körpergewicht zur Verfügung. Direkt daneben befindet sich eine Sportbox mit Leihmaterial "Functional Fitness".

Die Streetworkout-Anlage der Firma verticaltechnik aus Frenkendorf setzt der Kreativität keine Grenzen. Es gibt diverse Varianten von Klimmzügen, Liegestützen, Kniebeugen etc. Bei jeder Übung kann der Schwierigkeitsgrad angepasst werden, z.B. Klimmzug an der tiefen Stange, ohne das gesamte Körpergewicht. Für Fortgeschrittene sind Übungen mit höchster Körperspannung möglich, z.B. Human Flag, die menschliche Flagge, wobei der Körper waagrecht von einer Stange schwebt. Dazu braucht es viel Disziplin und hartes Training.

Das Training ist für Alt und Jung geeignet. Es ist nie zu spät, um damit zu beginnen, denn das funktionale Training mit dem eigenen Körpergewicht besteht aus natürlichen und gelenkschonenden Bewegungen. Die Anlage wurde im August 2017 unter anderem mit einem Beitrag von 30'000 Franken aus dem Swisslos Sportfonds Baselland erstellt.

Seit November 2023 befindet sich eine Sportbox mit Leihmaterial "Functional Fitness" direkt neben der Streetworkout-Anlage.

Mehr Informationen: www.sportbox.de

Öffnungszeiten	Mo, Di, Mi, Do, Fr: 08:00 Uhr bis 20:00 Uhr Sa: 10:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Kosten	Kostenlos
Quadratmeter	11.5 x 6.5m (72m ²)

Streetworkout-Anlage Welschmatt, Münchenstein

Pumpwerkstrasse
4142 Münchenstein
[Routenplaner](#)

Tel. 0041 61 416 11 00

[Zur Webseite](#)

