



social gym



palestre all'aperto

STREET WORKOUT · OUTDOOR FITNESS

Scopri il tuo potenziale atletico



**Creatori di
spazi pubblici**

Più che uno slogan, per TLF il concetto è al tempo stesso una filosofia e un processo che grazie alla grande esperienza maturata in questi anni, permette di conoscere, interpretare e condividere l'idea che gli spazi pubblici sono un privilegiato veicolo d'incontro, interazione, e promozione del benessere delle persone.

Le palestre all'aperto **Street Workout** di **Social Gym** è un sistema vario di svago per esterni che contribuisce al benessere della comunità fornendo un miglioramento della qualità di vita, permettendo all'intera comunità di ritrovarsi in un dinamico percorso fitness all'aria aperta.

Il design compatto lo rende la scelta perfetta quando lo spazio è limitato. Fino a 20 persone possono allenarsi in appena 23m² e ogni modello offre opzioni adattabili per persone di tutti i livelli di fitness.

Le stazioni per l'allenamento **Street Workout** e **Workout Fit** sono accessibili e sempre disponibili, trasformando parchi, scuole, aree pubbliche e spazi privati.

Un'opportunità per muoversi, respirare e ritrovare equilibrio, ad ogni età!

Outdoor Gym sono stazioni fitness che offrono un allenamento *total body* che danno la possibilità di fare esercizi combinati sia per la parte alta del corpo che per la muscolatura inferiore, con movimenti per i quali il corpo stesso, con il suo peso, rappresenta la resistenza durante lo svolgimento degli esercizi.

Includendo attrezzature che offrono tutti gli elementi del fitness, puoi garantire che la tua area fitness all'aperto sia adatta al successo, offrendo una routine completa che promuove il miglioramento della salute e il benessere.



Promozione del benessere

Gli attrezzi fitness di Social Gym offrono la combinazione di divertimento e benessere: l'attività all'aperto è un ottimo modo per assumere vitamina D, aumentare la serotonina e migliorare l'umore e il benessere generale. Oggi possiamo fare tutto questo mentre svolgiamo attività fisica: un valore aggiunto per la qualità della vita



BENESSERE IMMEDIATO

Migliora la salute mentale e fisica generale
Riduce il rischio di malattie cardiovascolari
Incoraggia la socializzazione e la motivazione



BENESSERE PER TUTTI

Incoraggia un'ampia diversità di utenti
Riunisce le comunità in un ambiente sano e positivo
Favorisce l'utilizzo da parte di persone di età e livelli diversi



ALL'APERTO È MEGLIO

Rende l'attività fisica più piacevole e frequente
Una palestra 24/7 senza abbonamenti
Riqualifica aree urbane in punti di incontro



caratteristiche tecniche

Street Workout e Workout FIT

- **Montanti in acciaio**
Street Workout: 100x100x3mm
Workout FIT: 70x70x3 mm
- **Barre e scale in acciaio rinforzato**
- **Superfici in HDPE da 15 mm**
- **Verniciatura strutturale antiruggine**



Outdoor Gym

Resistenza, sicurezza e zero manutenzione

Attrezzi costruiti in acciaio zincato e plastiche di alta qualità, resistenti agli agenti atmosferici e al vandalismo.

- Giunti flessibili al posto dei cuscinetti
- Movimento fluido, silenzioso e senza lubrificazione
- Materiali anti-vandalismo
- Acciaio zincato a caldo e verniciato a polvere

I vantaggi Social Gym

Tutti i prodotti Social Gym sono progettati ponendo al primo posto la forma fisica.

I nostri prodotti sono stati accuratamente studiati e testati da esperti del settore per soddisfare gli standard **EN 1176** e **EN 16630:2015**, relativi alle attrezzature per il fitness all'aperto e coperte da **24 mesi di garanzia**, offrendo un investimento sicuro.

Tutti i prodotti Social Gym includono etichette informative che forniscono istruzioni dettagliate e indicano i gruppi muscolari coinvolti nell'esercizio.

Inoltre, i nostri prodotti sono progettati per utenti dai 12 anni in su, con l'aspettativa che un allenamento completo includa i quattro elementi chiave dell'attività fisica: muscolare, core (fascia lombo addominale), aerobica, oltre a equilibrio e flessibilità.

In forma per il successo

Allineare la scelta delle attrezzature fitness al benessere globale del corpo è fondamentale per garantire un programma di allenamento completo ed equilibrato. Sebbene la scelta delle attrezzature dipenda dagli obiettivi della comunità, dagli utenti, dal budget e dallo spazio disponibile, è altrettanto importante che l'area fitness garantisca un allenamento completo, offrendo opportunità per il potenziamento muscolare, l'allenamento del core (area coxo-lombo-pelvica), il fitness dinamico ed equilibrio e la flessibilità.



TONO E RESISTENZA Ogni elemento è progettato per potenziare i gruppi muscolari principali, questi attrezzi aiutano a superare i propri limiti e migliorare le prestazioni in modo naturale e funzionale.



STABILITÀ E CONTROLLO Un core forte aiuta a mantenere stabilità e controllo in ogni movimento. Gli attrezzi Social Gym aiutano a migliorare equilibrio, forza e benessere per muoversi con più sicurezza e armonia.



FITNESS DINAMICO

Il fitness dinamico offre un allenamento efficace e a basso impatto, divertente e adatto a ogni livello di preparazione fisica



EQUILIBRIO E FLESSIBILITÀ L'equilibrio e la flessibilità potenziano stabilità, coordinazione e ampiezza di movimento, fondamentali per muoversi in modo sicuro e armonioso, a ogni età. Gli attrezzi Social Gym sono progettati per migliorare stabilità e controllo, elementi chiave per un benessere fisico completo.

street workout

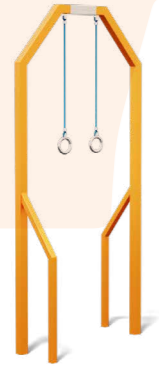


Indice per la ricerca rapida

Anelli Codice: 88100 P. 8	Trazioni x1 Codice: 88170 P. 8	Trazioni x2 Codice: 88225 P. 8	Trazioni x3 Codice: 88150 P. 8	Trazioni x4 Codice: 88115 P. 8	Spalliera Codice: 88160 P. 8	Set di scale Codice: 88105 P. 9	Corda Codice: 88240 P. 9
Parallele P. 9	Flessioni Codice: 88120 P. 9	Tricipiti Codice: 88235 P. 9	Zig Zag Codice: 88140 P. 10	Scala orizzontale Codice: 88200 P. 10	Panca inclinata Codice: 88110 P. 10	Doppia panca Codice: 88230 P. 10	Ostacoli Codice: 88180 P. 11
Ostacoli tre altezze Codice: 88190 P. 11	Stepper Codice: stepper P. 11	Trave equilibrio Codice: 88210 P. 11	SW 01 Codice: 88001 P. 12	SW 02 Codice: 88002 P. 12	SW 03 Codice: 88003 P. 13	SW 04 Codice: 88004 P. 13	SW 06 Codice: 88006 P. 13
SW 07 Codice: 88007 P. 13	SW 08 Codice: 88008 P. 14	SW 09 Codice: 88009 P. 14	SW 10 Codice: 88010 P. 14	SW 11 Codice: 88011 P. 14	SW 12 Codice: 88012 P. 15	SW 13 Codice: 88013 P. 15	SW 14 Codice: 88014 P. 16
SW 15 Codice: 88015 P. 16	SW 18 Codice: 88018 P. 17	SW 19 Codice: 88019 P. 17	SW 21 Codice: 88021 P. 18	SW 23 Codice: 88023 P. 18	SW 24 Codice: 88024 P. 18	SW 25 Codice: 88025 P. 18	SW 26 Codice: 88026 P. 19
SW 27 Codice: 88027 P. 19	SW 28 Codice: 88028 P. 20	SW 29 Codice: 88029 P. 20	SW 30 Codice: 88030 P. 20	SW 31 Codice: 88031 P. 20	SW 34 Codice: 88032 P. 21	SW 36 Codice: 88034 P. 21	SW 63 Codice: 88063 P. 21
WF 01 Codice: 87001 P. 22	WF 02 Codice: 87002 P. 22	WF 03 Codice: 87003 P. 22	WF 04 Codice: 87004 P. 22	WF 08 Codice: 87008 P. 23	WF 12 Codice: 87012 P. 23	WF 17 Codice: 87017 P. 23	WF 18 Codice: 87018 P. 23



Tono e resistenza



ANELLI

Permettono un allenamento completo di forza e stabilità, migliorando equilibrio e controllo del corpo.

Codice: 88100

Dim. (cm): 180x120x390h - AS: 480x310 (12,8 m²) - AC: 125h



SET TRIPLA BARRA TRAZIONI

Ideali per potenziare braccia, spalle e busto con esercizi di trazione e sospensione.

Codice: 88150

Dim. (cm): 270x140x230h - AS: 637x507 (24,9 m²) - AC: 130h



SET BARRI TRAZIONI

Ideali per potenziare braccia, spalle e busto con esercizi di trazione e sospensione.

Codice: 88115

Dim. (cm): 180x150x230h - AS: 480x450 (19,6 m²) - AC: 130h



SPALLIERA

Stimola la forza, la coordinazione e l'agilità grazie ai movimenti di arrampicata controllata.

Codice: 88160

Dim. (cm): 180x120x390h - AS: 480x310 (12,8 m²) - AC: 130h



BARRA SINGOLA TRAZIONI

Ideali per potenziare braccia, spalle e busto con esercizi di trazione e sospensione.

Codice: 88170

Dim. (cm): 180x10x230h - AS: 587x417 (24,9 m²) - AC: 130h



BARRA TRAZIONI DOPPIA

Ideali per potenziare braccia, spalle e busto con esercizi di trazione e sospensione.

Codice: 88225

Dim. (cm): 270x10x160h - AS: 570x310 (15,7 m²) - AC: 60h



SISTEMA DI SCALE

Sviluppa la resistenza e la mobilità delle spalle con esercizi dinamici in sospensione.

Codice: 88105

Dim. (cm): 270x145x230h - AS: 570x445 (23,4 m²) - AC: 130h



BARRE PARALLELE

Sviluppa la muscolatura di braccia, petto e core con esercizi a corpo libero.

Codice: 88130

Dim. (cm): 257x59x116h - AS: 557x359 (13,7 m²) - AC: 180h

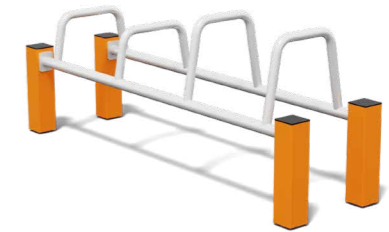


PARALLELE BASSE FLESSIONI

Favoriscono il rinforzo del torace e delle braccia attraverso piegamenti e workout a corpo libero.

Codice: 88120

Dim. (cm): 180x65x30h - AS: 480x365 (15,4 m²) - AC: 30h



PANCA TRICIPITI

Ideali per tonificare braccia e spalle, migliora la forza del tronco superiore con esercizi di spinta.

Codice: 88235

Dim. (cm): 190x51x73h - AS: 490x351 (15,2 m²) - AC: 73h



CORDA DA RAMPICATA

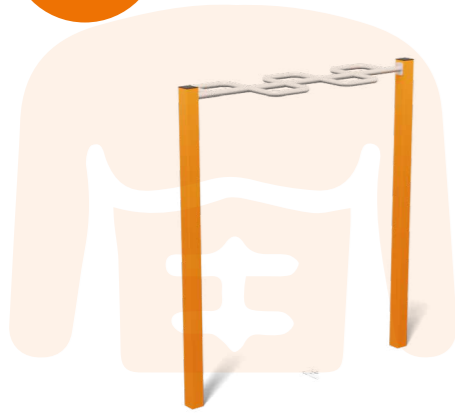
Allena forza, coordinazione e resistenza attraverso movimenti di trazione e controllo del corpo.

Codice: 88240

Dim. (cm): 75x10x310h - AS: 442x377 (13,7 m²) - AC: 200h



stabilità e controllo



BARRA ZIG ZAG

Allena equilibrio, ritmo e controllo attraverso percorsi sospesi e movimenti fluidi.

Codice: 88140

Dim. (cm): 210×60×230h - AS: 510×360 (16,4 m²) - AC: 130h



SCALA ORIZZONTALE

Sviluppa la resistenza e la mobilità delle spalle con esercizi dinamici in sospensione.

Codice: 88200

Dim. (cm): 270×145×230h - AS: 570×445 (23,4 m²) - AC: 130h



PANCA INCLINATA

Progettata per esercizi mirati al rinforzo del core e alla tonificazione della zona addominale.

Codice: 88110

Dim. (cm): 128×110×120h - AS: 428×410 (15,5 m²) - AC: 120h



DOPPIA PANCA INCLINATA

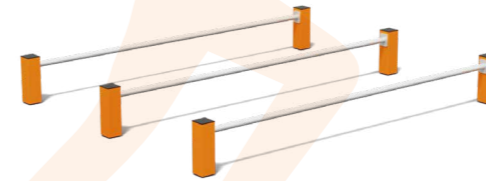
Progettata per esercizi mirati al rinforzo del core e alla tonificazione della zona addominale.

Codice: 88230

Dim. (cm): 301×191×120h - AS: 601×491 (27,5 m²) - AC: 120h



fitness dinamico

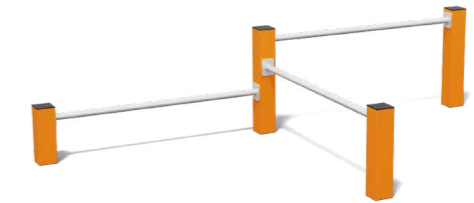


TRIPLO OSTACOLI BASSI

Perfetto per esercizi di salto e pliometria, stimola reattività, potenza e coordinazione

Codice: 88180

Dim. (cm): 260×210×32h - AS: 560×510 (26,6 m²) - AC: 30h



TRIPLO OSTACOLI VARIE ALTEZZE

Perfetto per esercizi di salto e pliometria, stimola reattività, potenza e coordinazione

Codice: 88190

Dim. (cm): 270×140×60h - AS: 570×440 (18,8 m²) - AC: 60h

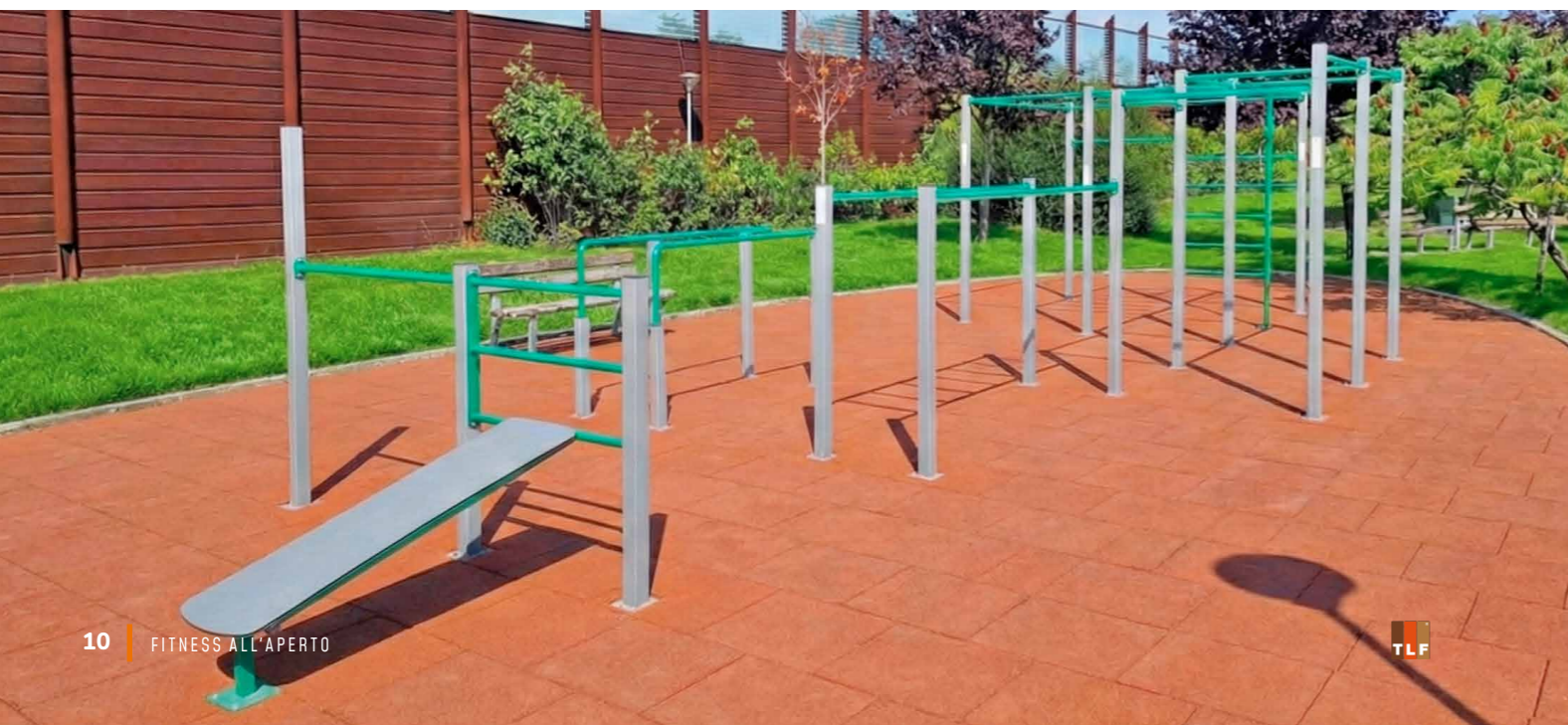


STEPPER (H. 20/40/60)

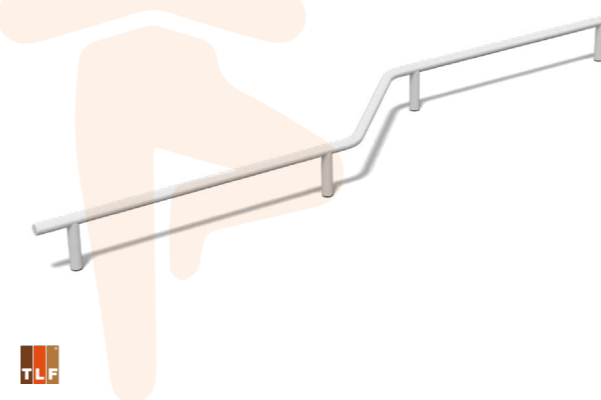
Ottimo per allenare gambe e glutei, favorisce la resistenza e l'attività cardiovascolare.

Codice: STEPPER

Dim. (cm): 40×40×20/40/60h - AS: 340×340 (9 m²) - AC: 20/40/60h



equilibrio e flessibilità



TRAVE DI EQUILIBRIO

Migliora la postura e la concentrazione con esercizi di bilanciamento e coordinazione motoria

Codice: 88210

Dim. (cm): 450×78×30h - AS: 750×378 (21,8 m²) - AC: 30h



street workout



Una stazione versatile che combina esercizi di stabilità e controllo con il potenziamento di tono e resistenza muscolare.

Codice: 88001

Dim. (cm): 665x180x260h - AS: 970x510 (38,3 m²) - AC: 160h

Stazioni di allenamento:

- Set barre di trazione
- Spalliera
- Barra zig zag



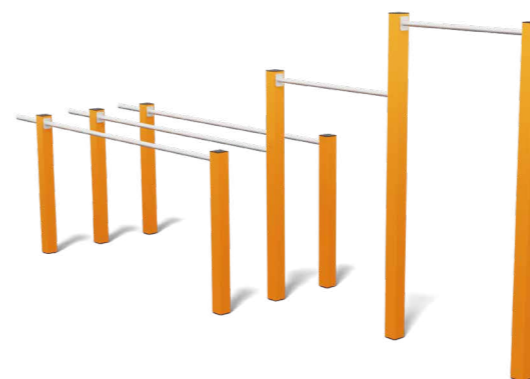
Una stazione multifunzionale che unisce equilibrio e forza per un allenamento completo del corpo.

Codice: 88002

Dim. (cm): 502x150x230h - AS: 805x450 (34,1 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Pertica



Una combinazione di esercizi di forza e resistenza, migliorando l'equilibrio, il controllo e la coordinazione.

Codice: 88003

Dim. (cm): 545x120x230h - AS: 805x420 (28,4 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Barre di trazione
- Parallele triple



Stazione completa che combina esercizi di forza, mobilità e controllo.

Codice: 88004

Dim. (cm): 760x760x260h - AS: 1.060x1.063 (83,7 m²) - AC: 160h

Stazioni di allenamento:

- Parallele alte
- Parallele basse
- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Barre per flessioni
- Panca inclinata
- Barre lunghe
- Pertica



Stazione completa che integra attrezzi diversi per allenare forza, equilibrio e mobilità.

Codice: 88006

Dim. (cm): 530x428x390h - AS: 830x809 (54,7 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Parallele
- Pertica
- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale



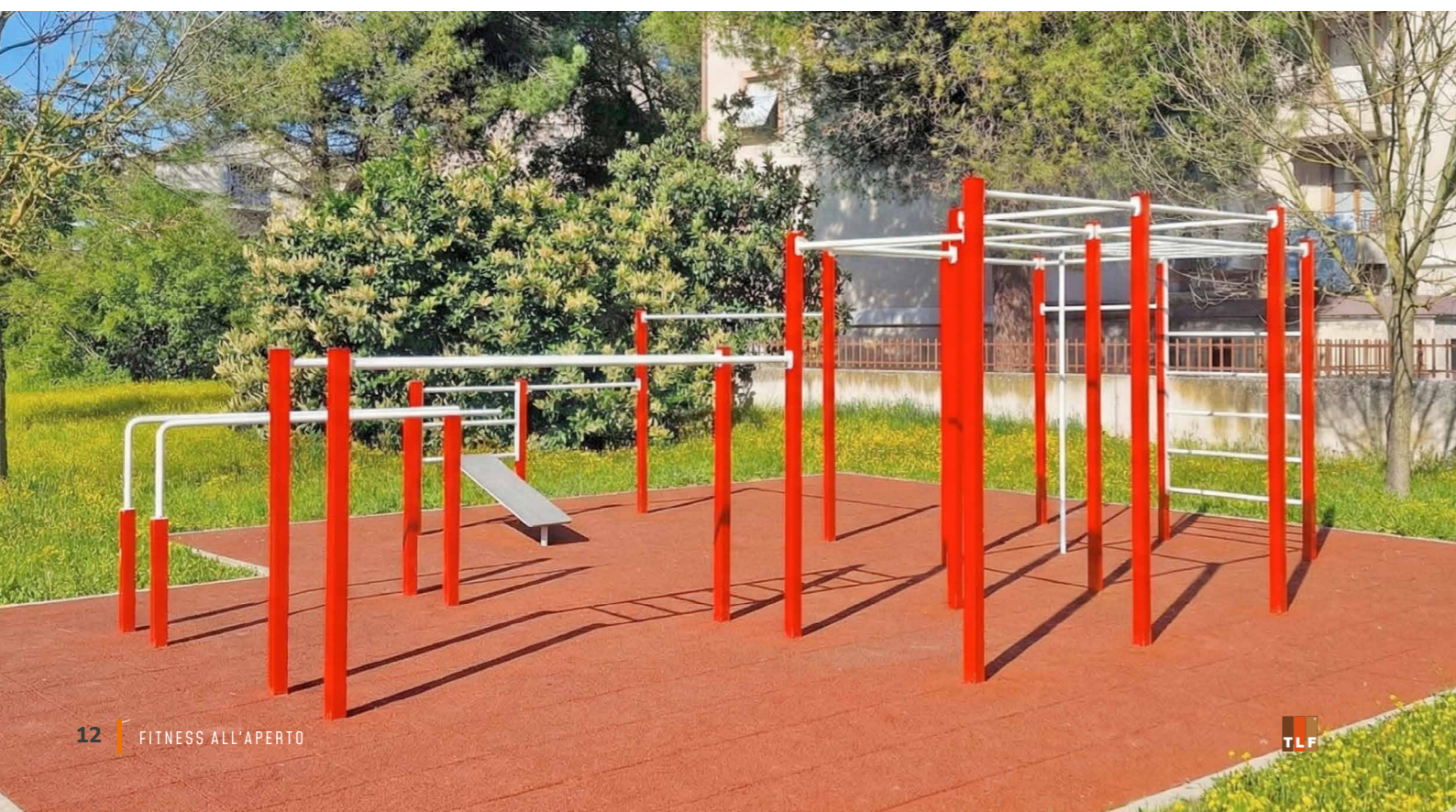
Struttura multifunzione con spalliera, scala orizzontale, trazioni, panca e parallele per un allenamento completo.

Codice: 88007

Dim. (cm): 760x530x260h - AS: 1.063x830 (73,1 m²) - AC: 160h

Stazioni di allenamento:

- Parallele alte
- Parallele basse
- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Panca inclinata
- Barre lunghe
- Pertica





Modulo polivalente che permette esercizi di potenziamento, coordinazione e controllo.

Codice: 88008

Dim. (cm): 759x799x390h - AS: 1.119x1.099 (102,3 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Parallele alte
- Parallele basse
- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Scala "zig-zag"
- Barre di flessioni
- Pertica
- Panca inclinata
- Barre lunghe
- Anelli da ginnastica



Stazione combinata ideale per attività motorie complete.

Codice: 88009

Dim. (cm): 492x485x390h - AS: 790x801 (57,9 m²) - AC: 160h

Stazioni di allenamento:

- Parallele triple
- Set barre di trazione
- Anelli da ginnastica
- Spalliera
- Scala orizzontale



Allenamento completo che integra attrezzi diversi per migliorare forza ed equilibrio.

Codice: 88010

Dim. (cm): 406x331x230h - AS: 706x631 (38,4 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Spalliere
- Pertica
- Scala orizzontale
- Set barre di trazione
- Stazione per dip/abs



Struttura multifunzione per un allenamento completo del core.

Codice: 88011

Dim. (cm): 884x538x350h - AS: 1.210x891 (84,3 m²) - AC: 240h

Stazioni di allenamento:

- Panche
- Parallele triple
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Barra inclinata
- Cilindro rotante
- Anelli da ginnastica
- Scala "zig-zag"
- Pertica



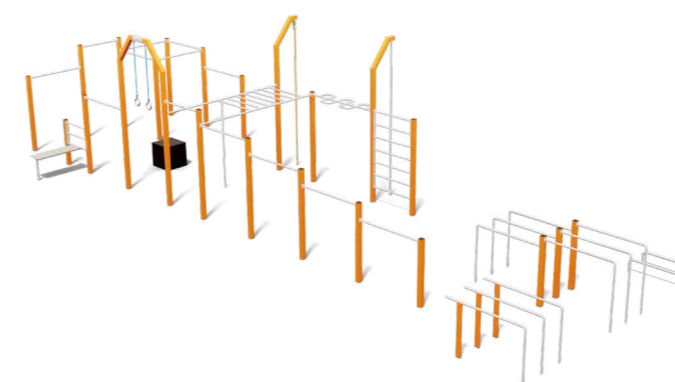
Struttura multifunzione con spalliera, scala, trazioni, panca, dips/abs per allenare forza, equilibrio e mobilità.

Codice: 88012

Dim. (cm): 695x508x230h - AS: 996x813 (61,3 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Spalliere
- Scala orizzontale
- Panca
- Barre di trazioni
- Stazione per dip/abs



Struttura articolata che riunisce diversi elementi del lavoro funzionale.

Codice: 88013

Dim. (cm): 1.761x624x390h - AS: 2.058x942 (164,4 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Scala orizzontale
- Scala "zig-zag"
- Barre di trazioni
- Barre di flessioni
- Parallele
- Anelli da ginnastica
- Corda d'arrampicata
- Pertica
- Box Plyo
- Panca



Stazione completa che integra attività di forza, equilibrio, coordinazione e mobilità.



Codice: 88014
Dim. (cm): 762x616x230h - AS: 1.062x942 (60,2 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Scala orizzontale
- Set barre di trazione
- Parete laterale
- Parallele
- Panca



Modulo completo pensato per stimolare tutte le principali capacità motorie.



Codice: 88015
Dim. (cm): 635x497x230h - AS: 924x797 (62,8 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Panca
- Parallele triple
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Pertica



Stazione completa che integra attrezzi diversi per allenare forza ed equilibrio.

Codice: 88018
Dim. (cm): 575x513x390h - AS: 875x813 (52,5 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Parallele
- Panca



Struttura multifunzione per un allenamento completo del core.

Codice: 88019
Dim. (cm): 513x515x391h - AS: 813x896 (53,8 m²) - AC:280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Corda d'arrampicata
- Parallele
- Panca





Modulo completo pensato per stimolare tutte le principali capacità motorie.

Codice: 88021

Dim. (cm): 978x650x390h - AS: 1.278x1.026 (96,8 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Parallele
- Barre di flessioni
- Panca orizzontale
- Pertica



Struttura articolata che riunisce diversi elementi del lavoro funzionale.

Codice: 88023

Dim. (cm): 602x538x390h - AS: 902x918 (62,8 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Panca
- Corda d'arrampicata
- Parallele



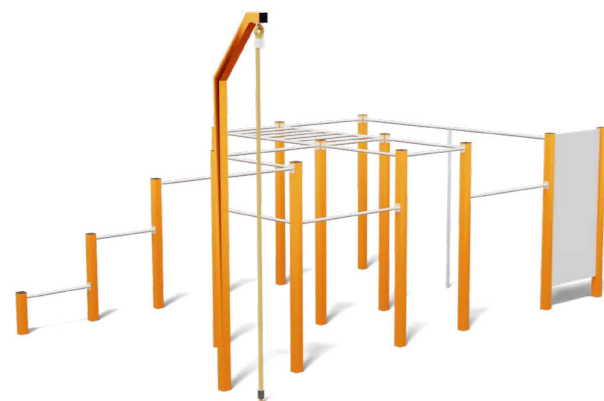
Combinazione di forza, mobilità e controllo per un workout completo e adatto a diversi livelli.

Codice: 88024

Dim. (cm): 1.177x550x390h - AS: 1.477x875 (107,3 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Parete laterale
- Parallele triple
- Panca
- Corda d'arrampicata
- Pertica



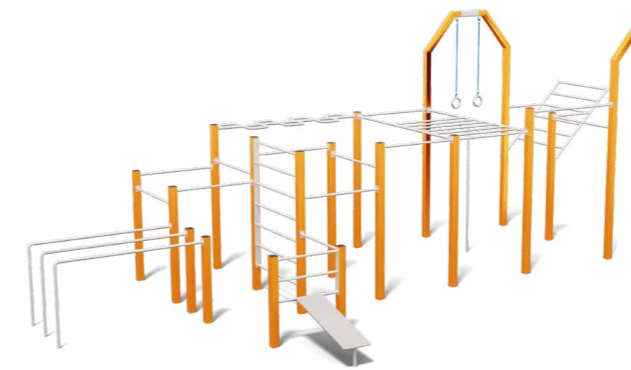
Una soluzione compatta che riunisce diversi esercizi di potenziamento e stabilità in un'unica postazione.

Codice: 88025

Dim. (cm): 690x425x390h - AS: 1.034x805 (65,3 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Parete laterale
- Set barre di trazione
- Corda d'arrampicata
- Pertica
- Barre di flessioni



Stazione che favorisce gli esercizi di tonificazione, coordinazione e resistenza.

Codice: 88026

Dim. (cm): 1.036x548x390h - AS: 1.360x848 (85,2 m²) - AC: 280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Scala inclinata
- Scala "zig-zag"
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Parallele triple
- Corda d'arrampicata
- Pertica
- Panca



Stazione combinata ideale per attività motorie complete.

Codice: 88027

Dim. (cm): 436x494x390h - AS: 806x751 (47 m²) - AC: 171h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Scala inclinata
- Set barre di trazione
- Pertica
- Parallele



Per allenamenti vari e progressivi che combinano diversi esercizi di potenziamento e stabilità.



Codice: 88028

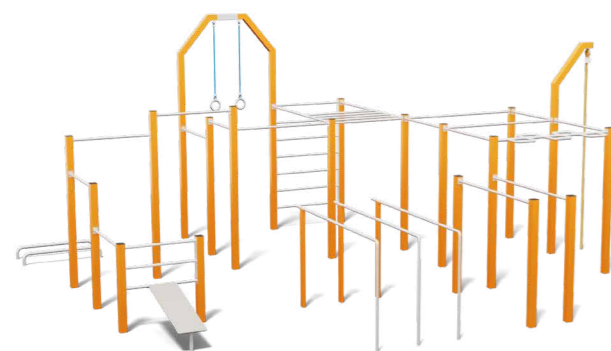
Dim. (cm): 1.389x618x390h - AS: 1.694x913 (118 m²) - AC:280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Scala "zig-zag"
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Parallele
- Pertica
- Panca



Perfetta per sviluppare forza e stabilità con esercizi che coinvolgono i principali gruppi muscolari.



Codice: 88029

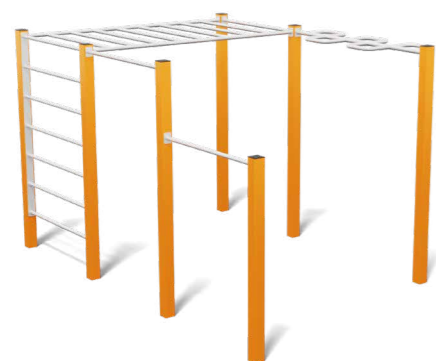
Dim. (cm): 885x740x390h - AS: 1.267x1.044 (101,3 m²) - AC:240h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Scala "zig-zag"
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Parallele alte e triple
- Corda d'arrampicata
- Panca



Una stazione essenziale per migliorare tono muscolare, postura e capacità di movimento.



Codice: 88030

Dim. (cm): 415x285x230h - AS: 715x560 (35,9 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Scala orizzontale
- Spalliera
- Scala "zig-zag"
- Set barre di trazione



Per allenamenti che combinano sospensioni, spinta, sollevamento e controllo del corpo.



Codice: 88031

Dim. (cm): 780x545x290h - AS: 1.076x873 (71,4 m²) - AC: 187h

Stazioni di allenamento:

- Scala orizzontale
- Spalliera
- Pertica
- Set barre di trazione
- Parallele doppie e triple



Versatilità per sviluppare forza e stabilità con esercizi che coinvolgono i principali gruppi muscolari.

Codice: 88034

Dim. (cm): 822x675x390h - AS: 1.200x1.055 (92 m²) - AC:280h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Scala inclinata
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Stazione per dip/abs
- Barre di flessioni
- Parallele triple
- Pertica
- Panche



Una stazione essenziale per migliorare tono muscolare, postura e capacità di movimento.



Codice: 88036

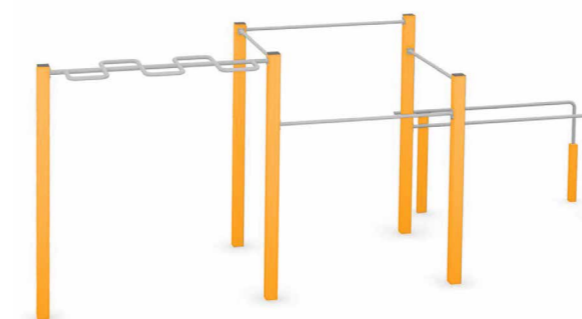
Dim. (cm): 1.204x257x390h - AS: 1.502x555 (66 m²) - AC: 157h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Parallele
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Scala "zig-zag"



Stazione completa che integra attrezzi diversi per allenare forza, equilibrio e mobilità.



Codice: 88063

Dim. (cm): 582x228x230h - AS: 878x525 (45 m²) - AC: 130h

Stazioni di allenamento:

- Scala "zig-zag"
- Parallele
- Set barre di trazione





workout fit



Per allenamenti vari e progressivi che combinano diversi esercizi di potenziamento e stabilità.

Codice: **87001**

Dim. (cm): 515x161x261h - AS: 815x461 (37 m²) - AC:160h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Scala "zig-zag"
- Set barre di trazione



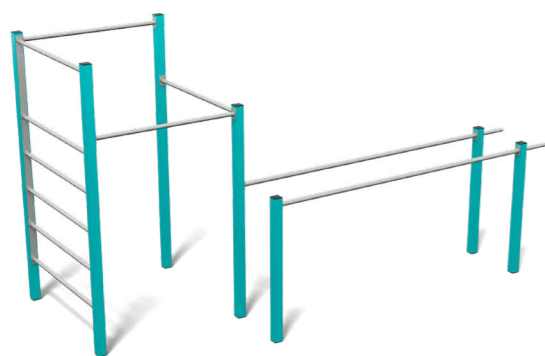
Perfetta per sviluppare forza e stabilità con esercizi che coinvolgono i principali gruppi muscolari.

Codice: **87002**

Dim. (cm): 413x134x231h - AS: 713x434 (30 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Scala orizzontale
- Pertica
- Set barre di trazione



Una stazione essenziale per migliorare tono muscolare, postura e capacità di movimento.

Codice: **87003**

Dim. (cm): 413x189x231h - AS: 713x489 (29 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Set barre di trazione
- Parallele



Multistazione dinamica per sviluppare forza e stabilità con esercizi che coinvolgono i principali gruppi muscolari.

Codice: **87004**

Dim. (cm): 769x642x261h - AS: 1.069x942 (77 m²) - AC:160h

Stazioni di allenamento:

- Spalliera
- Scala orizzontale
- Pertica
- Set barre di trazione
- Parallele alte e basse
- Panca



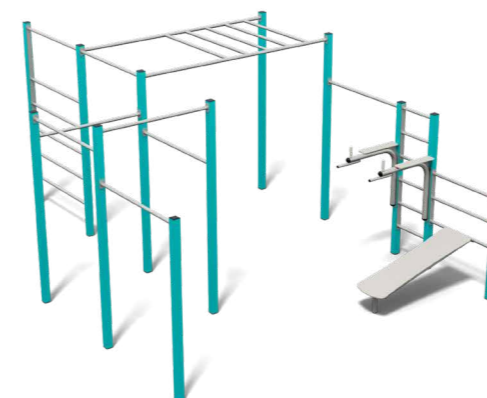
Per allenamenti vari e progressivi che combinano diversi esercizi di potenziamento e stabilità.

Codice: **87008**

Dim. (cm): 742x677x231h - AS: 1.040x975 (81 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Panca
- Anelli da ginnastica
- Barre di flessioni
- Set barre di trazione
- Spalliera
- Pertica
- Scala orizzontale
- Scala "zig-zag"
- Parallele alte e basse



Perfetta per sviluppare forza e stabilità con esercizi che coinvolgono i principali gruppi muscolari.

Codice: **87012**

Dim. (cm): 537x518x231h - AS: 815x807 (49 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Set barre di trazione
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Stazione per dip/abs
- Panca



Una stazione essenziale per migliorare tono muscolare, postura e capacità di movimento.

Codice: **87017**

Dim. (cm): 438x517x261h - AS: 745x817 (48 m²) - AC:160h

Stazioni di allenamento:

- Panca
- Spalliera
- Scala orizzontale
- Set barre di trazione
- Pertica
- Anelli da ginnastica



Per allenamenti che combinano sospensioni, spinta, sollevamento e controllo del corpo.

Codice: **87018**

Dim. (cm): 569x517x231h - AS: 867x817 (50 m²) - AC:130h

Stazioni di allenamento:

- Anelli da ginnastica
- Scala orizzontale
- Spalliera
- Set barre di trazione
- Barre di flessioni
- Parallele
- Panca



outdoor gym



Indice per la ricerca rapida

Pylon Codice: 26000 P. 26	Butterfly Codice: 26059 P. 26	Leg Press Codice: 26069 P. 26	Back extension Codice: 26079 P. 26	Cross-country Codice: 26089 P. 27	Sitting press Codice: 26099 P. 28	Rower Codice: 26109 P. 28
Pendolo II Codice: 26119 P. 28	Horse Rider Codice: 26129 P. 28	Forbici Codice: 26139 P. 29	Scala orizzontale Codice: 26149 P. 29	Leg curl Codice: 26159 P. 30	Preacher curl Codice: 26169 P. 30	Butterfly Incl. Codice: 26179 P. 30
Sitting Press Incl. Codice: 26189 P. 30	Bench press Codice: 26209 P. 31	Twister Codice: 26259 P. 31	Stepper Codice: 26309 P. 32	Lat pull down Codice: 26359 P. 32	Knee raise dip Codice: 26409 P. 33	Panca esercizi Codice: 26459 P. 33
Massaggiatore Codice: 26509 P. 33	Sci de fondo Codice: 26559 P. 33	Ski slalom Codice: 26609 P. 34	Pendulum Codice: 26659 P. 34	Air walker Codice: 26709 P. 35	Bicicletta Codice: 26759 P. 35	Bicicletta sdraiata Codice: 26769 P. 36
Spalliera Codice: 26909 P. 36	Barra trazioni Codice: 26959 P. 36	Tai chi 4 dischi Codice: 26809 P. 37	Tai chi 2 dischi Codice: 269659-1 P. 37	Atlas 8 stazioni Codice: 26080 P. 38	Ombreggiante Codice: 26010 P. 38	Basket inclusivo Codice: 2015 P. 39

outdoor gym



PYLON 1/2 POSTI

Codice: 26000
Supporto per 1 o 2 stazioni.
Dim. [cm]: 48x8x181h



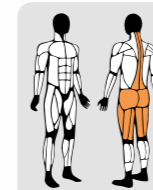
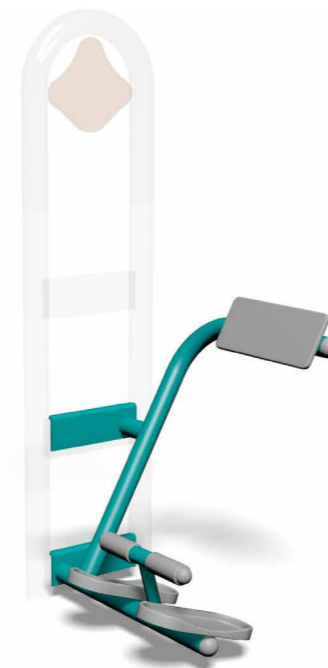
PYLON 3 POSTI

Codice: 26030
Supporto per 3 stazioni.
Dim. [cm]: 48x55x181h



PYLON 4 POSTI

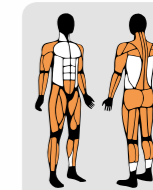
Codice: 26040
Supporto per 4 stazioni.
Dim. [cm]: 55x55x181h



Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio

BACK EXTENSION

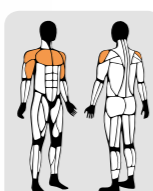
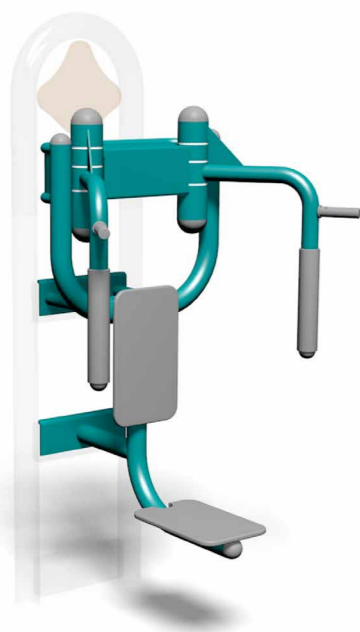
Codice: 26079
Rafforza i muscoli del core e della schiena.
Dim. [cm]: 64x80x181h - AS: 364x380 (11,8 m²) - AC:22h



Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio

CROSS - COUNTRY

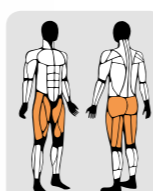
Codice: 26089
Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.
Dim. [cm]: 125x57x181h - AS: 468x357 (14,7 m²) - AC:32h



Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio

BUTTERFLY

Codice: 26059
Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo.
Dim. [cm]: 83x85x181h - AS: 383x385 (12,6 m²) - AC:41h

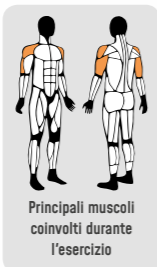


Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio

LEG PRESS

Codice: 26069
Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.
Dim. [cm]: 83x85x181h - AS: 383x385 (12,6 m²) - AC:41h



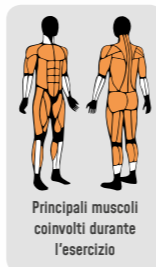


SITTING PRESS

Codice: 26099

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo promuovendo la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 91x81x181h - AS: 391x381 (13,1 m²) - AC:45h

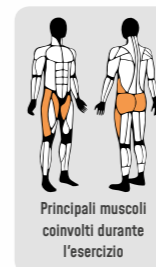


ROWER

Codice: 26109

Rafforza i muscoli della parte superiore e inferiore, promuovendo la forza del core, la resistenza muscolare e la forza di presa.

Dim. [cm]: 142x77x181h - AS: 442x377 (14,2 m²) - AC:54h

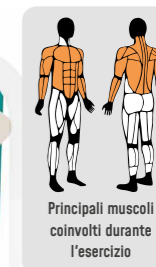


FORBICI

Codice: 26139

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo e la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 63x64x181h - AS: 363x485 (15,6 m²) - AC:62h

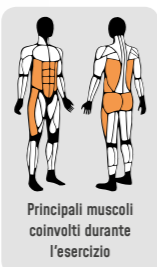


SCALA ORIZZONTALE

Codice: 26149

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo, i muscoli del core e della schiena.

Dim. [cm]: 215x61x194h - AS: 549x361 (17,8 m²) - AC:94h

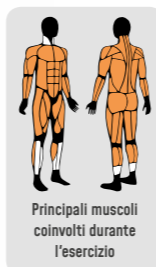


PENDOLO II

Codice: 26119

Rafforza i muscoli del core e della schiena, promuovendo la mobilità e la flessibilità generali.

Dim. [cm]: 103x64x181h - AS: 403x470 (16,9 m²) - AC:87h



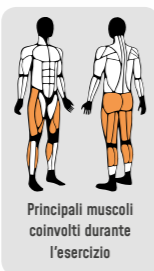
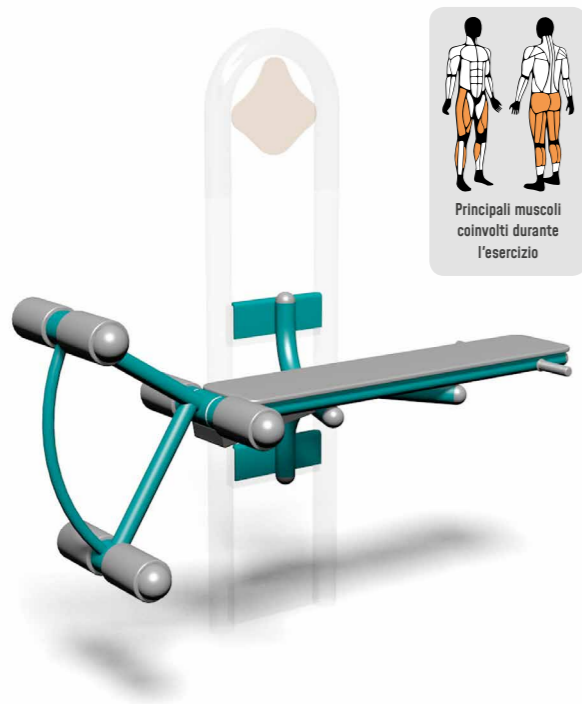
HORSE RIDER

Codice: 26129

Rafforza i muscoli della parte superiore e inferiore, promuovendo la forza del core, la resistenza muscolare e la forza di presa.

Dim. [cm]: 125x74x181h - AS: 420x374 (13,3 m²) - AC:70h



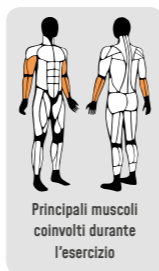
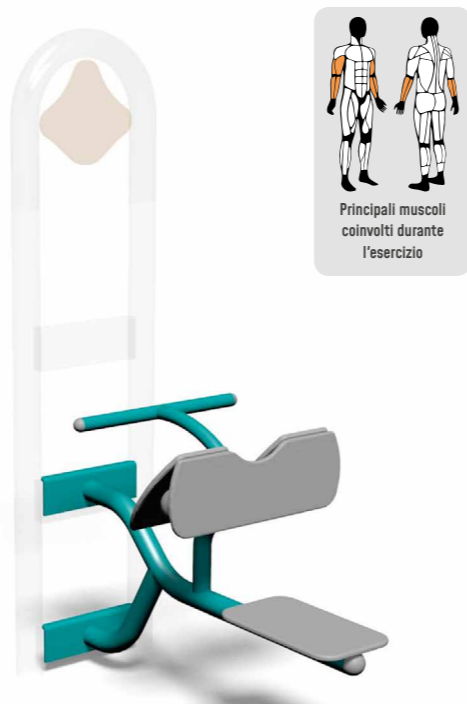


LEG CURL

Codice: 26159

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo e la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 75x176x181h - AS: 375x476 [15,6 m²] - AC:87h

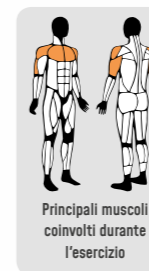
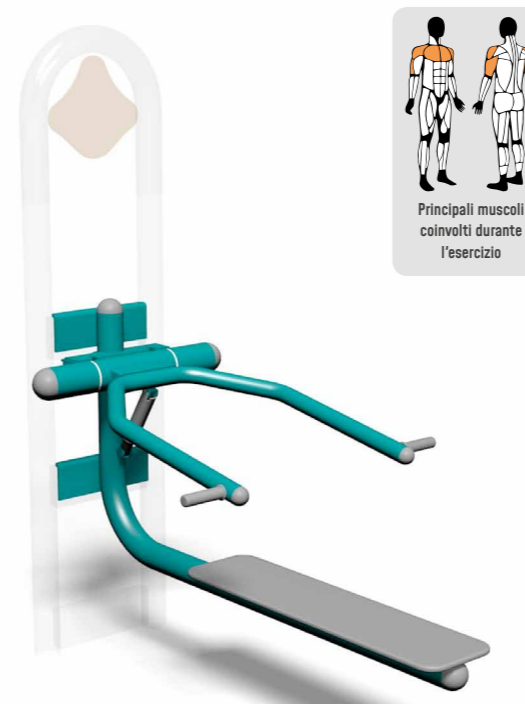


PREACHER CURL

Codice: 26169

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e la forza di presa.

Dim. [cm]: 114x55x181h - AS: 414x355 [12,7 m²] - AC:40h

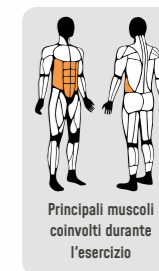


BENCH PRESS

Codice: 26209

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 146x84x181h - AS: 446x384 [14,6 m²] - AC:40h

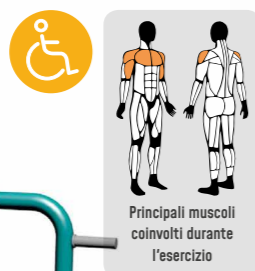


TWISTER

Codice: 26259

Promuove la flessibilità e rafforza i muscoli del core.

Dim. [cm]: 79x53x181h - AS: 379x355 [11,2 m²] - AC:28h

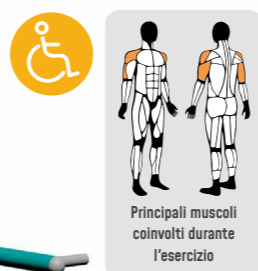
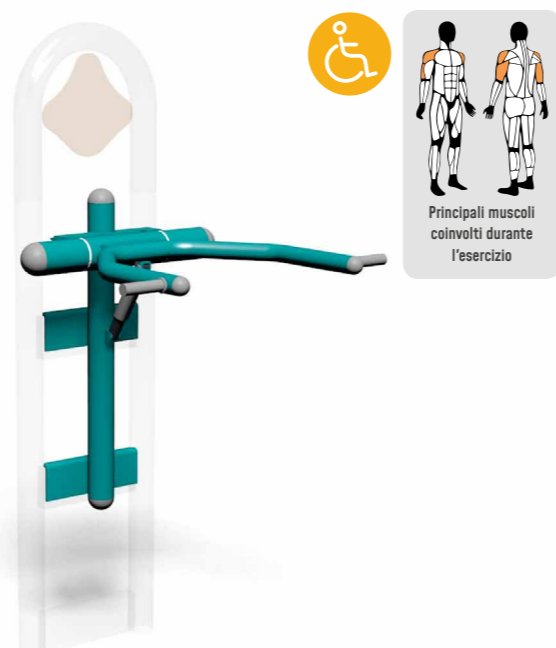


BUTTERFLY ACCESSIBLE

Codice: 26179

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 79x90x181h - AS: 378x387 [12 m²]



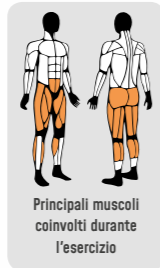
SITTING PRESS ACCESSIBLE

Codice: 26189

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo promuovendo la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 101x84x181h - AS: 380x385 [12,5 m²]



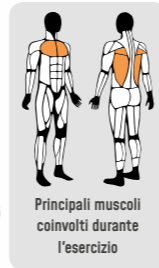


STEPPER

Codice: 26309

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 85x53x181h - AS: 385x353 (11,6 m²) - AC:58h

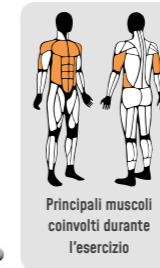
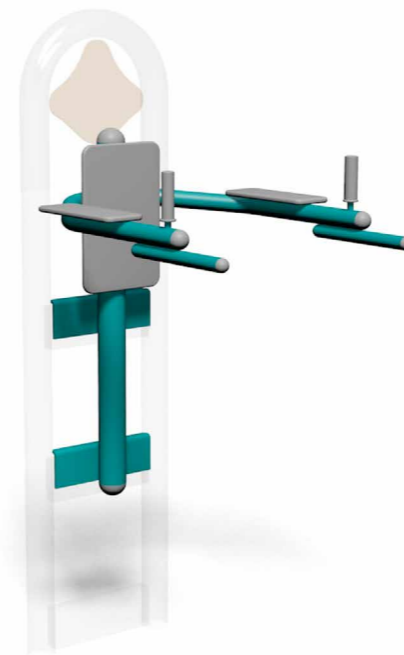


LAT PULL DOWN

Codice: 26359

Rafforza i muscoli della parte superiore e del core, promuovendo la resistenza muscolare.

Dim. [cm]: 81x84x181h - AS: 381x384 (13,5 m²) - AC:40h

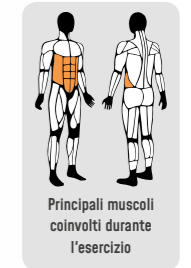
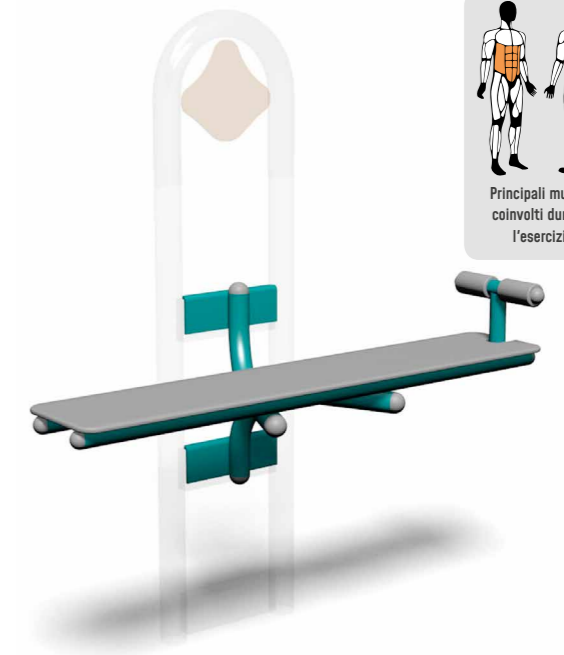


KNEE RAISE DIP

Codice: 26409

Rafforza i muscoli del core e della schiena.

Dim. [cm]: 92x70x181h - AS: 394x365 (12,5 m²) - AC:31h



PANCA PER ESERCIZI

Codice: 26459

Rafforza i muscoli del core e della schiena.

Dim. [cm]: 155x60x181h - AS: 455x360 (14,1 m²) - AC:84h

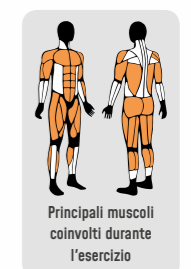


MASSAGGIATORE SCHIENA

Codice: 26509

Promuove la flessibilità della schiena, favorendo il condizionamento della parte superiore del corpo.

Dim. [cm]: 90x109x181h - AS: 385x406 (13,6 m²)



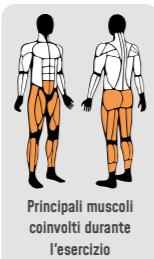
SCI DI FONDO

Codice: 26559

Rafforza i muscoli della parte superiore e inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 145x58x202h - AS: 445x358 (13,7 m²) - AC:44h



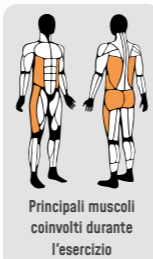


SKI SLALOM

Codice: 26609

Promuove la resistenza muscolare, cardiorespiratoria e l'equilibrio, e rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo e il core.

Dim. [cm]: 78x53x181h - AS: 378x353 [11,1 m²] - AC:56h

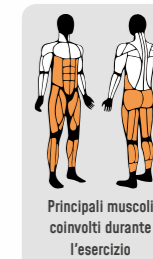
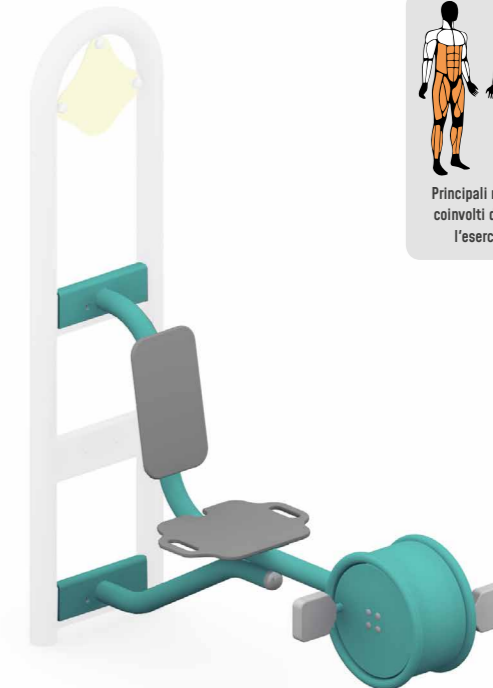


PENDULUM

Codice: 26659

Rafforza i muscoli della schiena e della parte inferiore del corpo, promuovendo la mobilità e la flessibilità generali.

Dim. [cm]: 127x69x181h - AS: 427x469 [13,3 m²] - AC:92h

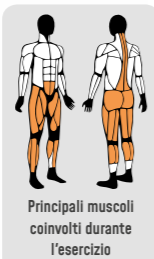
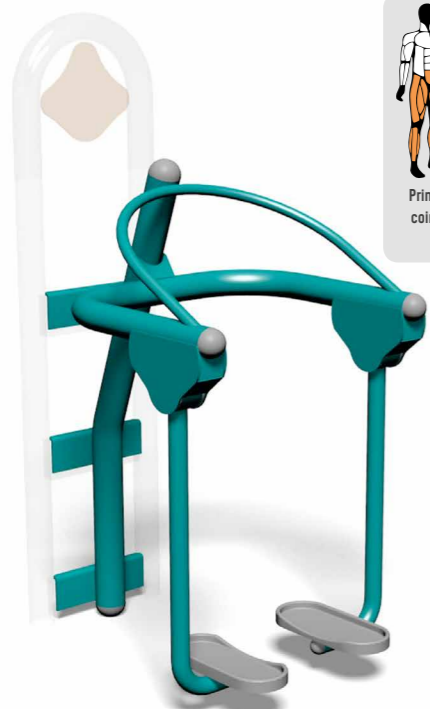


BICICLETTA ORIZZONTALE

Codice: 26769

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 145x53x181h - AS: 445x353 [13,8 m²] - AC:45h

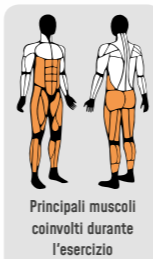


AIR WALKER

Codice: 26709

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 105x76x181h - AS: 452x377 [15,1 m²] - AC:74h

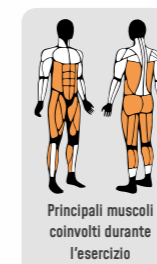


BICICLETTA

Codice: 26759

Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 102x54x181h - AS: 402x354 [11,9 m²] - AC:90h

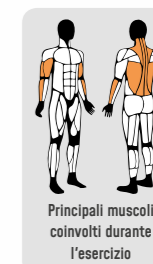
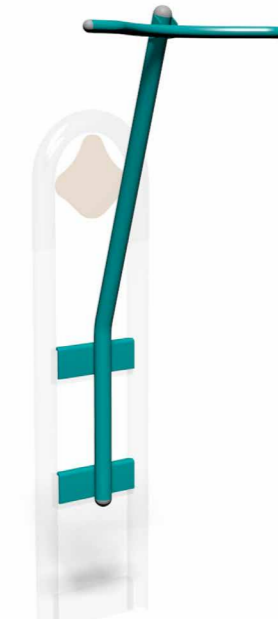


SPALLIERA

Codice: 26909

Promuove la flessibilità e lo sviluppo dei flessori del core e della parte inferiore dell'anca.

Dim. [cm]: 67x98x204h - AS: 367x398 [12,6 m²] - AC:104h



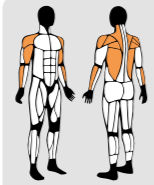
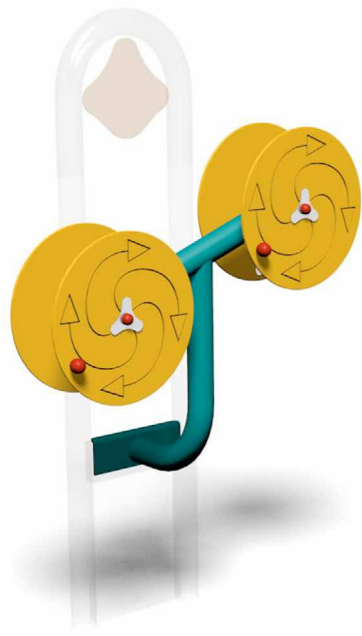
BARRA PER TRAZIONI

Codice: 26959

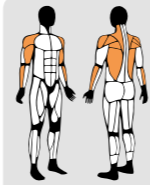
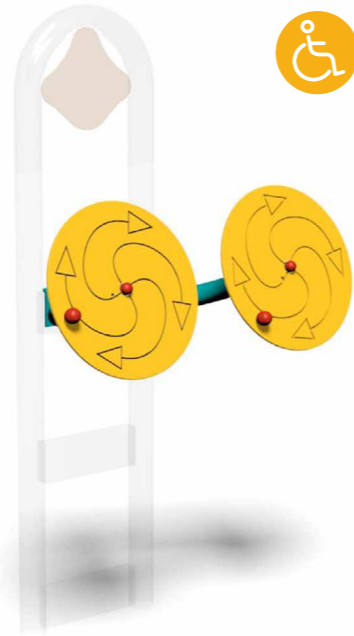
Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo e del core.

Dim. [cm]: 60x80x214h - AS: 360x380 [12,2 m²] - AC:105h





Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio



Principali muscoli coinvolti durante l'esercizio

TAI CHI 4 DISCHI

Codice: 26809

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo.

Dim. [cm]: 51x109x181h - AS: 409x348 [12,3 m²]

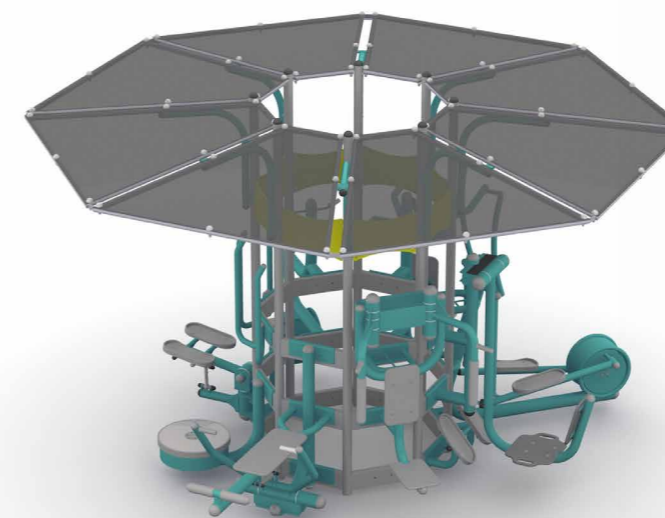


TAI CHI 2 DISCHI

Codice: 26859-I

Rafforza i muscoli della parte superiore del corpo.

Dim. [cm]: 66x101x183h - AS: 366x401 [12 m²]

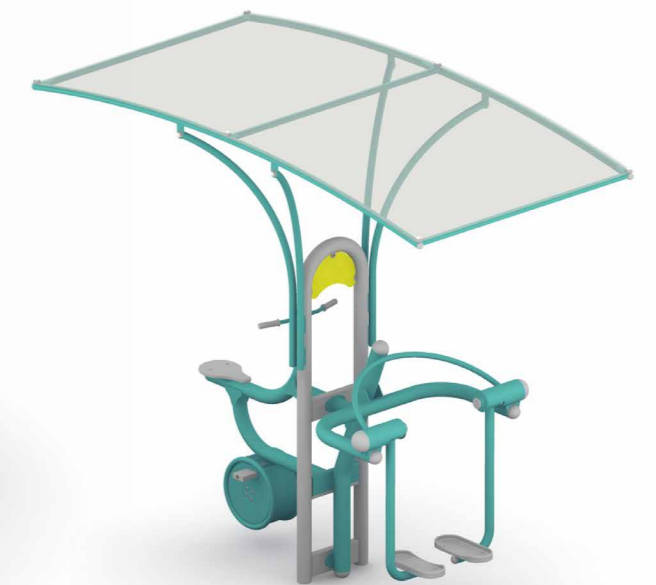


ATLAS 8 STAZIONI MULTI GYM

Codice: 26080

Possono essere installati fino a 8 attrezzi.

Dim. [cm]: 416x416x250h - AS: 708x708 [39,3 m²] - AC:90h

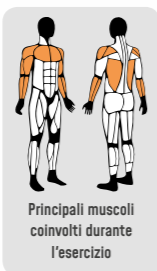


STRUTTURA OMBREGGIANTE

Codice: 26010

Il dispositivo è destinato al montaggio su un pilone a due stazioni.

Dim. [cm]: 302x150x265h

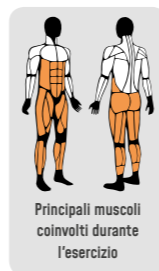


BASKET ACCESSIBILE

Codice: 2015

Ottimo allenamento per tricipiti, muscolatura pettorale e delle spalle.

Dim. [cm]: 119x115x240h



PEDALI PER PANCA

Codice: 170

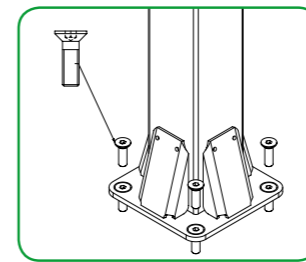
Rafforza i muscoli della parte inferiore del corpo, promuovendo la resistenza muscolare e cardiorespiratoria.

Dim. [cm]: 41x34x43h

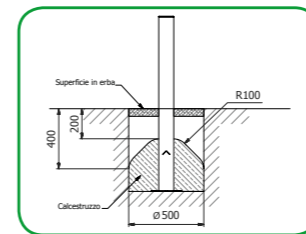


Installazione

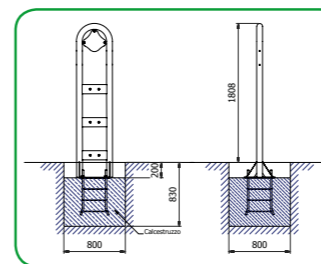
I prodotti Social Gym sono disponibili con le seguenti opzioni di montaggio:



WORKOUT - MONTAGGIO SU CLS



WORKOUT - PALO DA CEMENTARE



OUTDOOR FITNESS - GABBIA DA CEMENTARE

segnaletica

Tutti i prodotti Social Gym includono segnaletica didattica, che si tratti di un adesivo resistente presente sul prodotto o di un cartello indipendente (indicato), che include istruzioni passo a passo, un diagramma muscolare che indica i muscoli che vengono allenati e informazioni sulla sicurezza per l'utente.



favolozza colori



ELEMENTI METALLICI

Per la verniciatura dei nostri prodotti utilizziamo vernici strutturali della massima qualità nei seguenti colori:

-  RAL 1003 - Giallo
-  RAL 2003 - Arancia
-  RAL 3020 - Rosso
-  RAL 4003 - Viola erica
-  RAL 4008 - Viola
-  RAL 5015 - Blu
-  RAL 5018 - Turchese
-  RAL 6029 - Verde menta
-  RAL 6018 - Verde
-  RAL 7047 - Telegrijo
-  RAL 9007 - Grigio

PERIODO DI GARANZIA

Calcolato a partire dal momento in cui l'apparecchiatura viene ricevuta dal cliente

-  **2 ANNI** attrezzature in acciaio, cemento e plastica, con esclusione di difetti estetici.
-  **6 MESI** componenti sostituiti nei dispositivi (la parte sostituita non estende il periodo di garanzia dell'intero dispositivo).



Dal 1984 il marchio **TLF**[®] si è impegnato a migliorare la vita dei cittadini, favorendo e creando spazi che integrino nel proprio stile di vita il movimento e l'esercizio all'aperto in armonia con l'ambiente.

In **TLF**[®] progettiamo e produciamo attrezzature fitness che promuovono uno stile di vita sano ed equilibrato, la socializzazione e l'inclusività.

E per garantire un domani migliore, abbiamo sviluppato sistemi di lavoro e di scelta dei fornitori che si sono dimostrati vincenti nel contesto di un'azione responsabile, al fine di ridurre gli effetti del cambiamento climatico.

TLF s.r.l.

Via del Molino, 42 - Corsalone
52010 Chiusi della Verna (AR)
T. 0575 531 400
info@tlf.it
www.tlf.it



ISO 9001:2015

Sistema di gestione della qualità dei processi aziendali.



ISO 14001:2015

Sistema di gestione finalizzato a ridurre al minimo l'impatto negativo dell'attività aziendale sull'ambiente.



Il *Forest Stewardship Council (FSC)* è un'organizzazione globale senza fini di lucro dedicata alla promozione della gestione responsabile delle foreste del mondo. Richiedi i nostri prodotti certificati FSC[®].



ID 1111293556

TÜV RHEINLAND

Certificazione della rispondenza dei prodotti a norma **UNI EN 1176 e 16630:2015**



CAM.

Certificato che individua prodotti che rispondono ai Criteri Ambientali Minimi.



RATING DI LEGALITÀ

Strumento volto alla promozione e all'introduzione di principi di comportamento etico in ambito aziendale



Certificato che garantisce i requisiti tecnici, economici e professionali per l'esecuzione di lavori pubblici in conformità alle normative vigenti.

Le caratteristiche tecniche, descrizioni, colori e altro sono da ritenersi puramente indicative. Le dimensioni dell'attrezzatura in questo catalogo sono soggette a variazioni di $\pm 5\%$ rispetto a quelle indicate.

TLF si riserva il diritto di modificare ogni prodotto laddove sia necessario per migliorarne la qualità sia dal punto di vista delle dimensioni che della struttura.

SIAMO PRESENTI SU
acquistinretepa.it



CONSULTA
I NOSTRI
CATALOGHI

