



Skandinaviska Utegym

– gör friskvård enkelt för alla!

I Kina har de funnits länge. Aktivitetsparker där människor möts och tränar en stund som en självklar del av vardagen.

– Äntligen har dessa utegym hittat till vår sida av jordklotet...

Skandinaviska Utegym AB

Vår affärsidé bygger på att erbjuda effektiva, enkla träningsredskap placerade i vår närmiljö. Vi vill skapa aktiva mötesplatser med utegym, träningsredskap lämpliga för såväl gammal som ung. En affärsidé grundad på lång erfarenhet av folkhälsoarbete, idrott och kinesisk medicin.

Skonsam träning för hela kroppen

En aktivitetspark består av en grupp redskap, med riktade funktioner för allsidig träning, där kroppens samtliga muskelgrupper används. Den egna kroppsvikten används som motstånd. Det ger en skonsam och effektiv träning, samtidigt som kondition, balans och koordination förbättras.

Fantastiska resultat med enkla medel

Gör friskvård till en vana, innan jobbet eller efter kvällspromenaden. Regelbunden träning får människan att må bra. Aktivitetsparker med utegym erbjuder träningsmöjligheter för alla – dygnet runt, i vår närmiljö.



Skandinaviska Utegym AB
levererar utegym i olika
modeller och färger.

Välj mellan separata redskap
eller våra kombinationsgym med
flera olika träningsfunktioner.

Modulerna finns med tre, sex
respektive tio funktioner.

Bilden visar vår 10-modul,
placerad vid motionsslungan
i Jungfruviken på Hönö,
i Öckerö kommun.

Folkhälsa för alla. Skandinaviska Utegym AB skapar möjligheter för effektiv och skonsam träning i din närmiljö.

Många fördelar med utegym

- rolig, lättillgänglig friskvård
- erbjuder enkla övningar anpassade för de flesta
- skapar naturliga mötesplatser, levande torg och aktiva skolgårdar
- säkra, tåliga träningsredskap för alla väder
- lättplacerade i parker, friluftsanläggningar, på arbetsplatser, hotell etc

Skandinaviska Utegym AB erbjuder olika baspaket med utegym, för såväl offentlig som privat miljö. Vid speciella önskemål skräddarsyr vi träningspaket anpassade efter just ert behov.

Våra utegym är av yttersta kvalitet, levererade av Kinas största och äldsta leverantör av träningsredskap för utomhusbruk.

Välkommen att kontakta oss för ett friskare Sverige!



Lollo Wernäng • VD

Vår VD har 25 års erfarenhet av
Kinesisk medicin & Idrottsmedicin

Skandinaviska Utegym AB
Box 204
475 08 Fotö

Tfn +46 (0) 31 - 788 17 70
Mobil +46 (0) 70 - 307 75 71

info@utegym.com
www.utegym.com

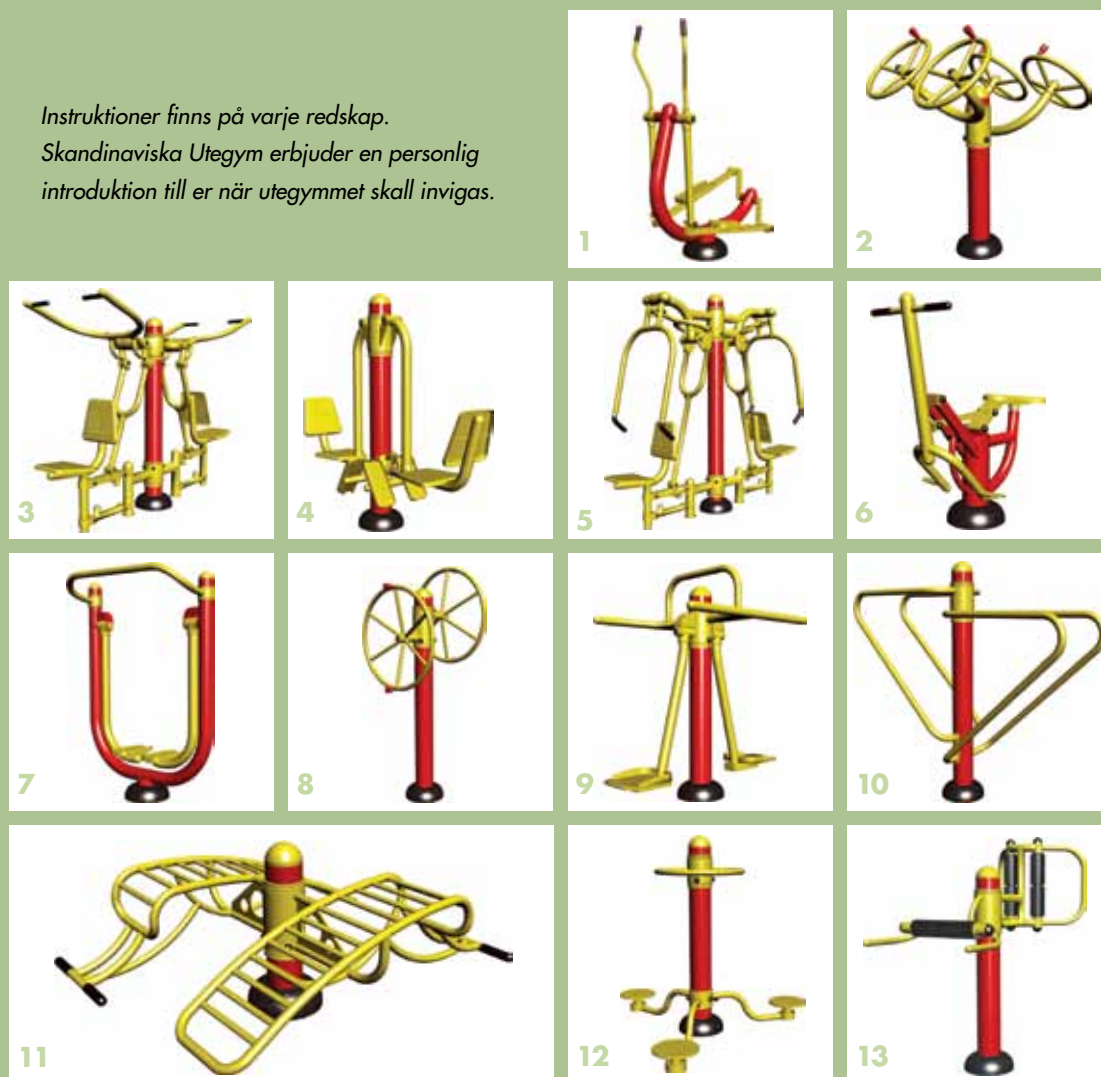
SKANDINAVISKA
UTEGYM

Cirkelträna med Skandinaviska UtegyM

Med vårt cirkelträningspaket skapar ni en aktiv mötesplats!

Cirkelträning ökar kroppens cirkulation, styrka och flexibilitet. Detta paket är lämpat för stora parker, skolor och äldreboenden. Träningsprogrammet som medföljer bygger på växelvis träning mellan ben och överkropp. Följden blir snabb pulsökning och en effektivt riktad styrketräning, där en muskelgrupp i taget tränas respektive vilas. Genom att utföra alla rörelser maximalt ökas kroppens flexibilitet och smidighet. Träningspasset avslutas med en rogivande massage.

Instruktioner finns på varje redskap.
Skandinaviska UtegyM erbjuder en personlig introduktion till er när utegymmet skall invigas.



Cirkelträning

Bild	Artikelnummer	Benämning	Funktion	Mått – längd x bredd x höjd
1	NC-T2001F	Elliptical Cross Trainer	Cirkulation • Balans • Styrka: axlar & ben	1030 x 480 x 1485
2	NC-T2001G	Taiji Wheel	Flexibilitet: axlar & skuldror • Balans	1310 x 1060 x 1410
3	NC-T2001K	Pull Chair	Styrka: rygg, armar & axlar	2145 x 760 x 1650
4	NC-T2001L	Leg Stretcher	Styrka: ben & höfter	1730 x 460 x 1430
5	NC-T2001M	Push Chair	Styrka: bröst, axlar & rygg	2090 x 700 x 1920
6	NC-T2001B	Bonny Rider	Cirkulation: hela kroppen	970 x 550 x 1100
7	NC-T2001C	Rambler	Cirkulation • Flexibilitet: höft • Styrka: ben	1075 x 450 x 1410
8	NC-T2001T	Arm Wheel	Flexibilitet • Cirkulation: axlar & skuldror	935 x 730 x 1890
9	NC-T2001O	Surfing Board	Cirkulation • Balans: coreövning	1165 x 950 x 1440
10	NC-T2001N	Exercising Bars	Styrka: axlar, armar & mage	1880 x 535 x 1595
11	NC-T2001U	Sit-up Trainer	Styrka • Flexibilitet: mage & rygg	1300 x 1130 x 625
12	NC-T2001R	Waist trainer	Flexibilitet: höfter & midja	1390 x 1390 x 1305
13	NC-T2001H	Waist & Back Massager	Massage • Cirkulation • Flexibilitet: rygg	1350 x 790 x 1410

BRA ATT VETA OM VÅRA UTEGYM

Stomme: Tillverkad av galvaniserad godkänd konstruktionsstål.

Lackering: Målade med tvåkomponent grundfärg och pulverlackade med miljöanpassad och slagtålig färg.
Tjocklek: 90 µm

Rörliga delar: Rörliga delar är i stål.
Tjocklek: > 2,5 mm

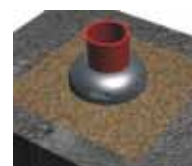
Handtag: Gummiöverdragna

Sits: Hårdplast

Underhåll: Få lösa delar – praktiskt taget underhållsfria.

Funktion: Instruktioner finns på varje redskap på engelska & svenska.

Fundament: Bultar för ingjutning.
Se bild



Kvalitets- och miljöcertifierad tillverkning enligt ISO 9001 & ISO 14001.

Alternativa färgkombinationer

Rörliga delar	Rörliga delar
Stomme	Stomme

Med reservation för färgförändring i tryck

info@utegym.com • www.utegym.com

SKANDINAVISKA
UTEGYM