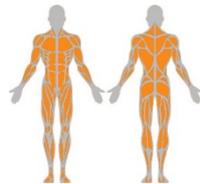




# S831.4 ZE Calisthenics

## Maße

Länge: 4862 mm  
 Breite: 4557 mm  
 Höhe: 4127 mm  
 Gewicht, kg: 565



## Beschreibung

**Hauptvorteil gegenüber dem klassischen Krafttraining mit isolierten Übungen liegt in der Betonung der Intermuskulären Koordination. So müssen, Beispielsweise bei der "menschlichen Flagge" unzählige Muskeln kooperieren. Die Stabilität des Körpers verbessert sich**

