



FITNESS IM FREIEN

Das komplette Training für Sportler – kostenlos und effektiv!



Seil - Spiel - Sport - Freizeit



play²
gmbh



Calisthenics ist ein Training, das Kraft, Balance und Dynamik verbindet – für ein effektives und spaßiges Workout!



Calisthenics ist eine effektive und vielseitige Form des Krafttrainings, bei der ausschließlich das eigene Körpergewicht als Widerstand genutzt wird. Diese Trainingsmethode kombiniert funktionelle Bewegungen mit dynamischen Übungen, um Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination zu fördern.

 **KENGURU PRO**



NOVUM



Perfekt für Sportler, die gerne draußen in der frischen Luft trainieren und dabei Kosten sparen wollen!

www.playquadrat.at

KENGURU PRO

Egal, ob du deine Fitness steigern, deinen Körper formen oder neue Herausforderungen meistern möchtest – Calisthenics bietet dir die perfekte Mischung aus Kraft und Spaß!



Ob Anfänger oder Profi – das Training an unseren Anlagen ist für jedes Fitnesslevel geeignet und macht sowohl Spaß als auch fit!



QR-Code scannen und mehr erfahren.





Unsere Geräte
passen auf jeden
Spielplatz und fördern
Spaß, Bewegung
und Gesundheit –
besonders wichtig
für Kinder!



 **KENGURU PRO**



NOVUM

QR-Code
scannen
und mehr
erfahren.



Seil - Spiel - Sport - Freizeit



play² gmbh

*... ihr Spielplatz-
Profi im Herzen
Österreichs*



playquadrat gmbh –

Gewerbepark Klaus 7, 4564 Klaus an der Pyhrnbahn, Tel.: 43 (0)7585 21 811 - 0, info@playquadrat.at, www.playquadrat.at