

STREET VERTICAL WORKOUT



Street Workout

Deutsch V3.0

PDF Download:
verticaltechnik.ch/pdf





Street Workout Anlagen – Vertical Technik AG

Inhalt

- | | |
|--|---------------------------------|
| 2 Was ist Street Workout? | 7 Unsere Street Workout Anlagen |
| 3 Vorteile / Alles aus einer Hand / Top Qualität | 11 Beschilderung |
| 4 Unser Prozess | 12 Module |
| 5 Street Workout Station „Centaur Power“ | 13 Sicherheit / Fallschutz |
| 6 Die Ausführungen im Vergleich | 14 Inspirationen |

Was ist Street Workout?

Bewegung im öffentlichen Raum wird immer wichtiger. Street Workout Anlagen bieten Städten, Gemeinden und Unternehmen eine kosteneffiziente Möglichkeit, Fitness im Outdoor Bereich zugänglich zu machen.

Calisthenics – aus dem Griechischen Kallos („Schönheit“) und Sthenos („Kraft“) – nutzt das eigene Körpergewicht als Widerstand und kombiniert somit Kraft, Koordination und Beweglichkeit.

Unsere Anlagen begeistern jedes Fitnesslevel – von Einsteigern bis Profis. Sie schaffen Treffpunkte, fördern Gesundheit und machen öffentliche Räume zu Orten der Bewegung.

Funktionelles Training für alle

Unsere modularen Anlagen ermöglichen ein umfassendes Training auf kleinstem Raum:

- ✓ **Klimmzüge, Liegestütze, Dips** – Kräftigen Rücken, Brust, Arme & Rumpf
- ✓ **Muscle-Ups & Human Flag** – Herausforderungen für Fortgeschrittene
- ✓ **Handstand- & Core-Training** – Fördert Balance & Körperkontrolle

Calisthenics-Einführungsvideo
Mehr Infos über die Grundlagen:





CH Bottmingen

Vorteile unserer Street Workout Anlagen

Sicherheit, Langlebigkeit und Funktionalität vereint in einem durchdachten Design:

- ✓ **Wartungsarm** – Keine teuren Mechanismen oder Verschleisssteile. Dadurch entstehen keine aufwändigen Reparaturen.
- ✓ **Barrierefrei** – Street Workout ist für alle Fitnesslevel geeignet und ab 14 Jahren zugänglich.
- ✓ **Robust** – Unsere Anlagen sind langlebig, wetterfest und vandalismussicher. Sie behalten auch nach Jahren intensiver Nutzung ihre Funktionalität und Optik.
- ✓ **Modular** – Von kleinen Trainingsflächen bis hin zu komplexen Fitnessparks – unsere Systeme sind flexibel konzipiert und lassen sich an jede Umgebung anpassen.
- ✓ **Nachhaltig** – Bewegung im öffentlichen Raum steigert das Wohlbefinden und reduziert gesundheitliche Risiken. Unsere Anlagen sind eine langfristige Investition in die öffentliche Gesundheit und fördern eine aktive Gesellschaft.

Alles aus einer Hand

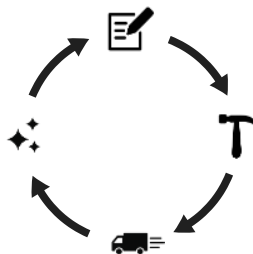
Von der ersten Idee bis zur langfristigen Nutzung – Vertical Technik AG begleitet Sie in jeder Phase der Realisierung Ihrer Street Workout Anlage. Unsere individuellen Lösungen passen sich dabei flexibel jeder Umgebung an – von kleinen Trainingsbereichen bis zu grossen Fitnessparks. Mit unserem Rundum-Service stellen wir sicher, dass Ihre Anlage höchsten Qualitäts- und Sicherheitsstandards entspricht und optimal auf die Bedürfnisse der Nutzer abgestimmt ist. Präzise Fertigung, fachgerechte Montage und regelmässige Wartung garantieren Langlebigkeit, Funktionalität und eine nachhaltige Nutzung.

Top Qualität – made in Switzerland

Die Anlagen werden in der Schweiz produziert – aus hochwertigem, verzinktem Stahl mit witterungsbeständiger Pulverbeschichtung in frei wählbaren RAL-Farben. Für maximale Langlebigkeit und Sicherheit sorgen geprüfte Materialien und höchste Verarbeitungsstandards.

Unser Prozess

Der ganze Weg – gemeinsam



Planung

Mitgestalten statt nur nutzen

Jede Trendsportanlage beginnt mit einer durchdachten Planung. Gemeinsam mit Städten, Gemeinden und Interessengruppen entwickeln wir Konzepte, die perfekt auf die Bedürfnisse der zukünftigen Nutzer abgestimmt sind. In unseren Workshops binden wir Athleten und Communities aktiv in den Planungsprozess ein – das steigert Akzeptanz und Identifikation mit der Anlage von Anfang an.

Herstellung

Qualität, die überzeugt

Unsere Anlagen werden in der firmeneigenen Produktion in Frenkendorf (BL) nach der Norm EN 16899 gefertigt. Mit modernster Laserschneid-Technologie und hochwertigem, verzinktem sowie pulverbeschichtetem Stahl entstehen besonders robuste, witterungsbeständige und vandalismussichere Konstruktionen. Individuelle Anpassungen in RAL-Farben sowie massgeschneiderte Module ermöglichen eine einzigartige Gestaltung.

Installation

Präzise und fachgerecht

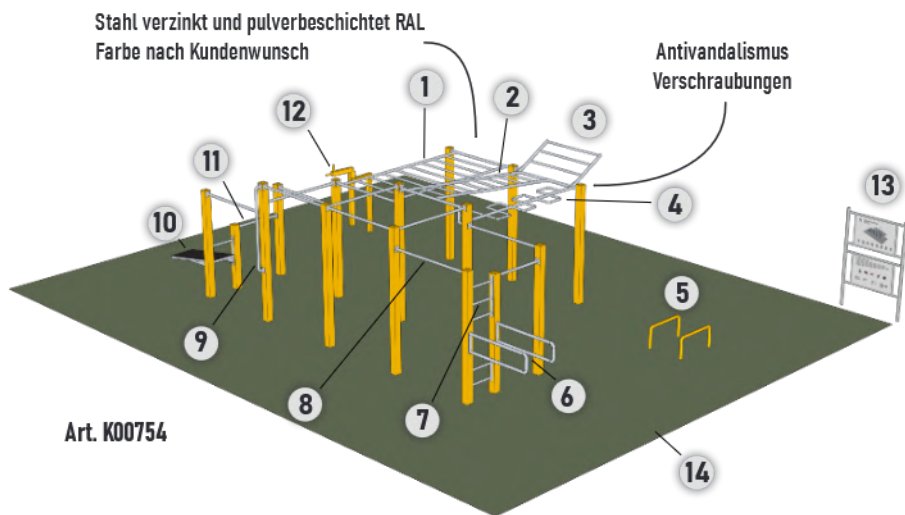
Ob auf einer Wiese oder direkt auf Asphalt – wir bieten massgeschneiderte Montagelösungen. Die klassische Installation erfolgt mit Betonfundamenten und Frostschutzkies. Alternativ kann eine direkte Montage auf Asphalt erfolgen, wodurch die Frostschutzschicht entfällt. Für maximale Sicherheit setzen wir auf zertifizierte Fallschutzlösungen aus EPDM-Gummigranulat.

Wartung

Langlebigkeit sichern

Unsere Anlagen sind äusserst wartungsarm. Dennoch empfiehlt die Norm regelmässige Inspektionen, um die Gerätesicherheit langfristig zu gewährleisten. Mit unseren Wartungsverträgen übernehmen wir zweimal jährlich eine technische Kontrolle und dokumentieren den Zustand der Anlage detailliert. Für stark frequentierte Anlagen bieten wir auch kürzere Wartungsintervalle an.

Street Workout Anlagen lassen sich ideal mit Skateparks, Spielplätzen oder Parks kombinieren und schaffen so vielseitige Treffpunkte



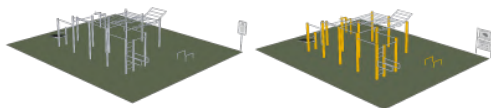
Street Workout

Station „Centaur Power“

- 1 Monkey Bar**
Klassische Hangelstrecke für funktionelles Training.
- 2 Inclined Monkey Bar**
Schräg angeordnet – ideal für fortgeschrittenes Hangeltraining.
- 3 High Bars**
Hohe Stangen für Klimmzüge und Hangelübungen.
- 4 Snake Bar**
Kurvige Hangelstrecke für mehr Abwechslung.
- 5 Push Up**
Multifunktionales Element für Stützübungen, wie Liegestützen, L-Sit oder Handstand.
- 6 Dip Bars**
Für effektives Trizeps-, Schulter- und Brusttraining.
- 7 Ladder**
Leiter für Koordination, Beweglichkeit und Kraft.
- 8 Middle Bar**
Stange auf mittlerer Höhe für vielseitiges Training.
- 9 Human Flag Bar**
Ermöglicht das Training der Human Flag für mehr Körperspannung, Kraft und Kontrolle.
- 10 Bench**
Trainingsbank für Rumpf- und Rückenübungen.
- 11 Low Bar**
Ideale Höhe für Einsteiger und Variationen.
- 12 Leg Lifter**
Gezieltes Bauchmuskeltraining mit aufgestützten Armen durch Anheben der Beine.
- 13 Doppel Informationstafel**
Tafel mit Regeln und QR-Codes zu Übungsvideos.
- 14 Fallschutzbelag**
Farbe nach Kundenwunsch siehe „Fallschutz“, Seite 13.

Die Ausführungen im Vergleich

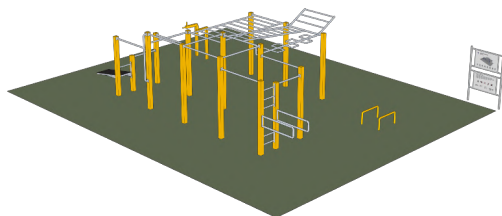
Vergleich Light und Power am Beispiel Centaur



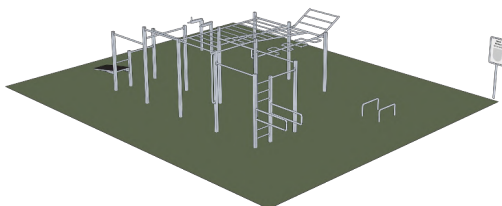
Eigenschaften		Light Version	Power Version
Planung & Konzept	Entwickelt von Profis	✓	✓
	Pläne	✓	✓
Material & Verarbeitung	Dimensionen Stahlrohr Pfosten	80x80x3 mm	120x120x5 mm
	M10-Verschraubungen	Verzinkt	Chromstahl
	Verzinkte Pfosten	✓	✓
	Hergestellt in der Schweiz	✓	✓
	Beschilderung	✓	✓
Oberflächen	Infotafel mit Regeln nach Norm	✓	✓
	Infotafel inkl. Übungsvideos	✗	✓
	Pulverbeschichtete Pfosten (RAL-Farben) 	✗	✓
Sicherheit	Vandalensichere Verschraubungen	✗	✓

Unsere Street Workout Anlagen

Alle Versionen

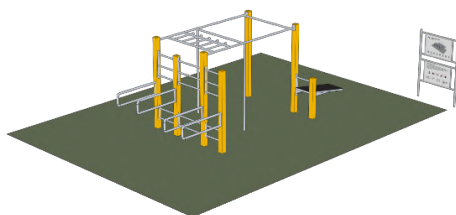


Centaur Power
Art. K00754

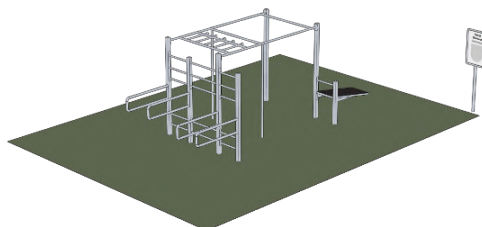


Centaur Light
Art. K02061

Masse: H 2.62 m | B 10.23 m | L 12.16 m

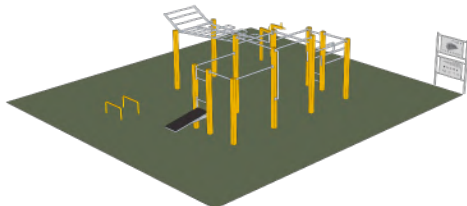


Swift Power
Art. K00730



Swift Light
Art. K02056

Masse: H 2.30 m | B 6.41 m | L 8.81 m

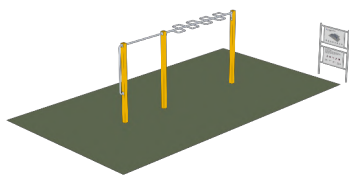


Excelsior Power
Art. K01500

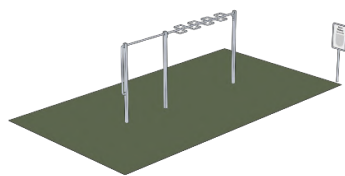


Excelsior Light
Art. K02060

Masse: H 2.50 m | B 10.12 m | L 10.67 m

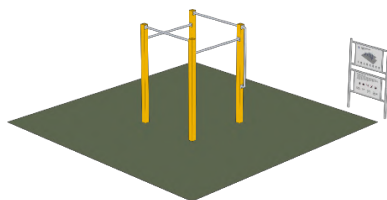


Akkurat Power
Art. K00755

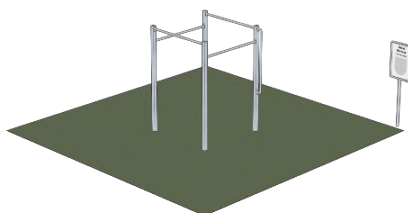


Akkurat Light
Art. K02050

Masse: H 2.50 m | B 5.15 m | L 9.4 m

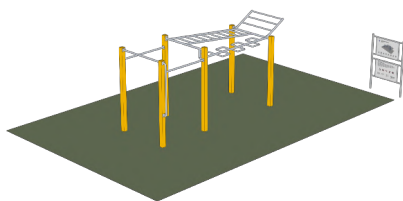


Amplitude Power
Art. K00756

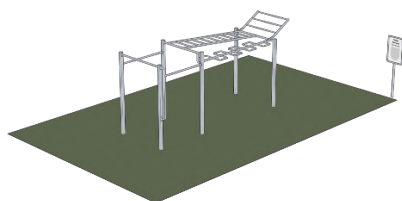


Amplitude Light
Art. K02049

Masse: H 2.50 m | B 6.27 m | L 6.27 m

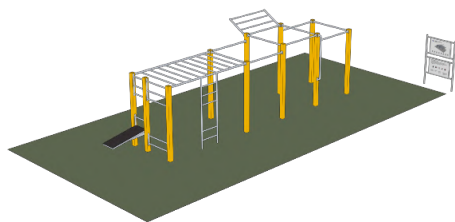


Arial Power
Art. K01443

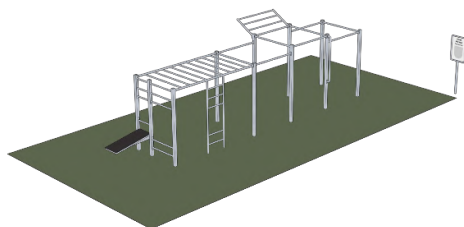


Arial Light
Art. K02051

Masse: H 2.63 m | B 6.27 m | L 10.25 m

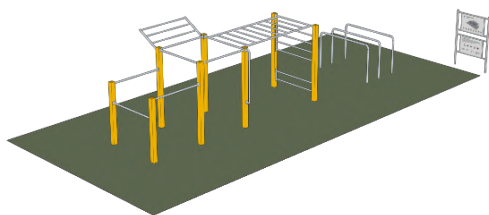


Univers Power
Art. K00753

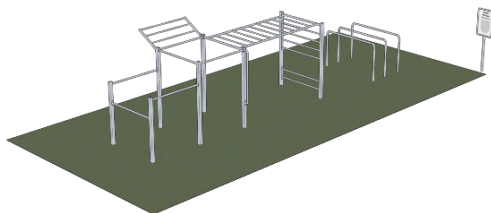


Univers Light
Art. K02057

Masse: H 2.50 m | B 6.27 m | L 13.00 m

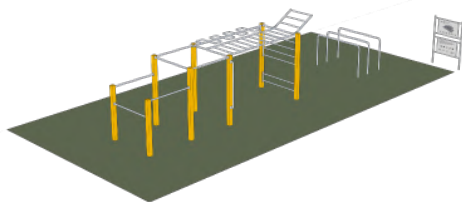


Aster Power
Art. K01527

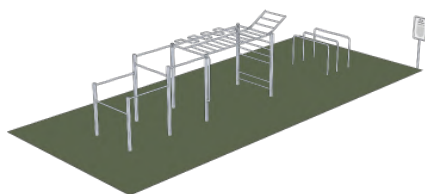


Aster Light
Art. K02054

Masse: H 2.30 m | B 6.01 m | L 13.25 m

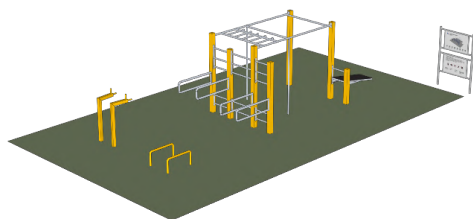


Avenir Power
Art. K01562

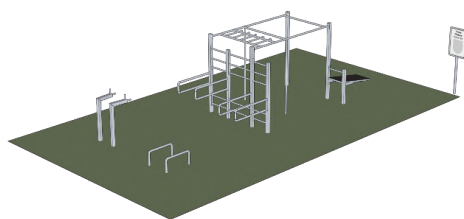


Avenir Light
Art. K02055

Masse: H 2.72 m | B 6.15 m | L 14.50 m

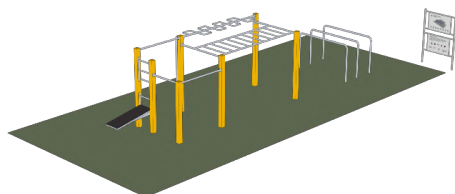


Rockwell Power
Art. K02002

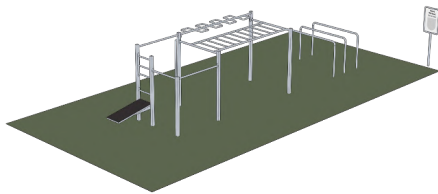


Rockwell Light
Art. K02058

Masse: H 2.30 m | B 6.45 m | L 11.21 m

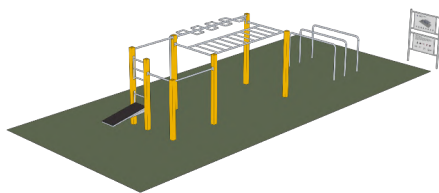


Bree Power
Art. K02005

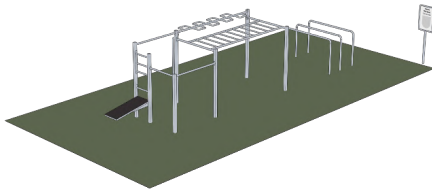


Bree Light
Art. K02059

Masse: H 2.30 m | B 6.17 m | L 12.60 m



Barmeno Power
Art. K01550



Barmeno Light
Art. K02052

Masse: H 2.63 m | B 6.27 m | L 10.23 m



Balloon Power
Art. K02010



Balloon Light
Art. K02053

Masse: H 2.30 m | B 7.87 m | L 7.87 m

Beschilderung

Doppel-Informationstafel – Information clever gelöst

Die Doppel-Informationstafel ist bei allen Power Versionen inklusive. Gefertigt aus robustem Chromstahl, bietet sie Platz für zwei A2-Tafeln und wird sicher per Flanschplatten auf einem Fundament montiert.

Obere Tafel

Zeigt ein übersichtliches 3D-Layout der gesamten Anlage mit QR-Codes zu Übungsvideos, die zur trainingsphysiologisch korrekten Ausführung der Übungen anleiten.

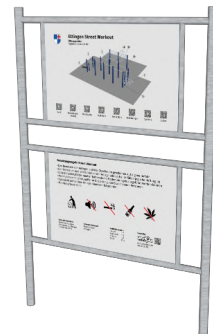
Untere Tafel

Hier finden Besucher Infos zu:

- ✓ Benutzungsregeln
- ✓ Öffnungszeiten
- ✓ Gemeindelogo
- ✓ Kontaktangaben

Grafik nach Wunsch

Beide Tafeln werden individuell und professionell nach Ihren Vorgaben gestaltet. Eine Version mit zwei Korrekturläufen ist im Preis inbegriffen.



Art. K02030
Doppel-Informationstafel

Module

Kompatibel mit allen Anlagen

Erhältlich in Version Power und Light



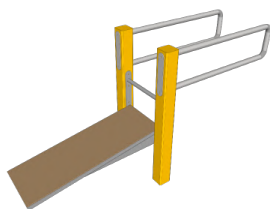
Art. K02089
Human Flag Bar



Art. K02024
Street Workout Ringe



Art. K02091
Triple Dip Bars 1200



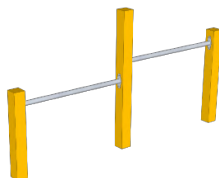
Art. K02025
Dip Bars + Bench



Art. K00708
Push Up 400



Art. K00710
Leg lifter



Art. K01422
Double Pull Up Bar



Art. K01445
Triple Pull Up Bar



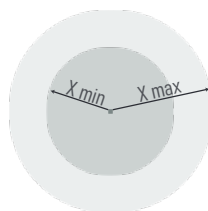
verticaltechnik.ch/streetworkout
Alle Module finden Sie auch auf der
Webseite

Sicherheit

Ab einer Fallhöhe von 60 cm ist ein Fallschutzbelag vorzusehen. Diese Aufprallfläche muss ausreichend stossdämpfend wirken und immer frei von Hindernissen sein. Die minimale Breite der Aufprallfläche beträgt 1.5 m. Ab einer Fallhöhe von 1.5 m wird diese Breite nach der folgenden Formel berechnet:

$$X = \frac{2}{3} \text{ Fallhöhe} + 0.5\text{m}$$

Fallhöhe (cm)	Aufprallfläche (cm)	
60-150	150	X min
180	170	
200	185	
230	205	
250	215	
300	250	X max



Fallschutz

Ein hochwertiger Fallschutz reduziert Verletzungsrisiken und sorgt für eine sichere Trainingsumgebung.

Fallschutzlösungen erfüllen die **Norm EN 1177** und bieten optimalen Schutz für jede Fallhöhe.

Fallschutzoptionen & ihre Vorteile

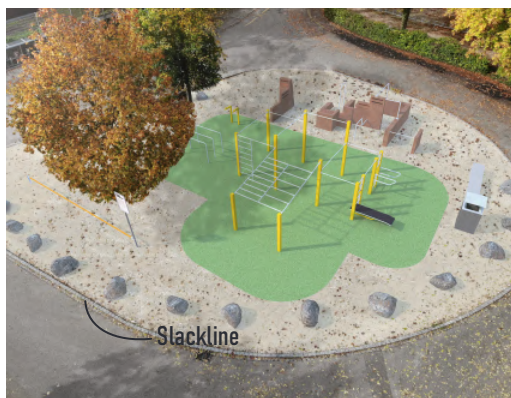
✓ EPDM-Gummigranulat (empfohlen)

- ✓ Stossdämpfend & gelenkschonend
- ✓ Witterungsbeständig & langlebig
- ✓ Grosse Farbauswahl für individuelles Design
- ✓ Perfekt für Bodenübungen
- ✓ Schriftzüge und Logos möglich

⚠ Lose Materialien (weniger empfohlen)

- ✗ **Holzschnitzel** – verliert schnell Dämpfung, aufwendige Pflege
- ✗ **Rundkies** – schwer sauber zu halten, Materialverlagerung
- ✗ **Sand** – gute Dämpfung, aber anfällig für Verschmutzung und Materialverlagerung





Arlesheim

Street Workout Parkour, Slackline



Eröffnung: 2020
 Fläche: 420 m² (Fläche des Kreisels)
 Adresse: Schwimmbad Arlesheim
 Schwimmbadweg 10
 4144 Arlesheim



Basel

Street Workout



Eröffnung: 2022
 Fläche: 112 m²
 Adresse: Sportplatz Rankhof
 4058 Basel



Büren

Street Workout



Eröffnung: 2024
 Fläche: 163 m²
 Adresse: Kilpenweg 1
 4413 Büren



Dornach

Street Workout



Eröffnung: 2024
 Fläche: 282 m²
 Adresse: Sportanlage Gigersloch
 4143 Dornach



Stabio

Street Workout



Eröffnung: 2024
 Fläche: 175 m²
 Adresse: Via Ligornetto 14A
 6855 Stabio



Binningen

Street Workout



Eröffnung: 2021
 Fläche: 87 m²
 Adresse: Sportplatz Spiegelfeld
 4102 Binningen



Vertical Technik AG
Bächliackerweg 6
CH-4402 Frenkendorf

☎ 061 413 28 00
💻 verticaltechnik.ch
✉ info@verticaltechnik.ch

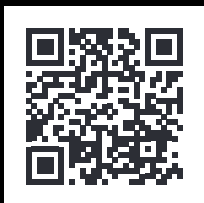
Unsere Bereiche

- Beton Skateparks & mobile Anlagen
- Parkour & Chase Tag
- Calisthenics & Outdoor Fitness
- Bewegungsparks
- Kletteranlagen
- Pumptracks

Mehr erfahren – jetzt scannen:

Produkte & Dienstleistungen

Planung, Bau, Wartung & fertige Parks



Prospekte

PDF-Downloads

