

VERTICAL
FITNESS



vGYM Outdoor Fitness

Deutsch V1.0

PDF Download:
verticaltechnik.ch/pdf





vGYM Outdoor Fitness - Vertical Technik AG

Inhalt

- 2 Was ist vGYM Outdoor Fitness?
- 3 Vorteile / Alles aus einer Hand / Top Qualität
- 4 Unser Prozess
- 5 Squat Machine von vGYM
- 6 Set 1 - Das Komplettset
- 7 Set 2 - Die Basis

- 8 Beschilderung
- 9 Vorteile von vGYM
- 10 Alle vGYM Geräte
- 17 Container-Ausstattungstabelle
- 18 Sicherheit und Untergrund
- 19 Projekte

Was ist vGYM Outdoor Fitness?

vGYM ist eine innovative Marke für Outdoor-Fitnessgeräte, die Menschen jeden Alters und Fitnesslevels ermöglicht, effektiv und sicher an der frischen Luft zu trainieren. Entwickelt von Quincy - einem Unternehmen mit über 10 Jahren Erfahrung in der Gestaltung von Sportgeräten - revolutioniert vGYM das Outdoor-Training mit seiner einzigartigen Lösung zur einfachen und schnellen Anpassung von Trainingsgewichten. Millionen Menschen in über 110 Ländern profitieren bereits von Quincys innovativen Konzepten.

vGYM - Training für alle

Ob im Park, am Strand oder auf dem Schulhof - vGYM bringt Kraft- und Ausdauertraining dorthin, wo Men-

schen zusammenkommen. Die Geräte fördern Bewegung, Gemeinschaft und Gesundheit - für Jugendliche ab 14 Jahren bis hin zu aktiven Senior:innen.

vGYM in der Schweiz

Um den Erfolg von vGYM Outdoor Fitness auch in der Schweiz zu etablieren, hat die Vertical Technik AG vGYM als neue Produktlinie aufgenommen. Dank unserer langjährigen Erfahrung in der Umsetzung hochwertiger, massgeschneideter Lösungen bringen wir die innovativen vGYM-Geräte an Orte der Bewegung und Begegnung. Gemeinsam fördern wir ein aktives Leben und gesunde Gemeinschaften in der Schweiz.



Warum vGYM Outdoor Fitness?

vGYM Outdoor Fitnessgeräte bieten eine einzigartige Kombination aus Funktionalität, Gemeinschaftsförderung und Zugänglichkeit, die sie zur idealen Wahl für jeden öffentlichen Raum machen.

Vorteile von vGym Geräten

- ✓ **Verstellbare Gewichte** - Innovatives System ermöglicht einfache und sichere Anpassung von 5 kg bis 120 kg.
- ✓ **Robust** - Hochwertiger Edelstahl, widerstandsfähig gegen Witterung und Vandalismus.
- ✓ **Ergonomie** - Präzise Mechanismen mit Edelstahllagern für flüssige, ergonomische Bewegungen.
- ✓ **Benutzerfreundlichkeit** - UV-beständige Anleitungen mit QR-Codes für Übungen.
- ✓ **Individuelle Farbgestaltung** - vGYM Geräte sind in allen RAL Farben erhältlich.
- ✓ **Höchste Qualität** - Wartungsarmer Edelstahl, witterfest, für intensive Nutzung im Freien.

vGYM Geräte lassen sich ideal mit Street Workout Anlagen oder Skateparks kombinieren und schaffen so multifunktionale Treffpunkte für die Gemeinschaft.

Alles aus einer Hand

Von der ersten Idee bis zur langfristigen Nutzung - Vertical Technik AG begleitet Sie in jeder Phase der Realisierung Ihrer vGYM 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. Sorgfältige Planung, fachgerechte Montage und regelmässige Wartung garantieren Langlebigkeit, Funktionalität und eine nachhaltige Nutzung.

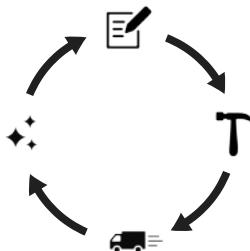
Top Qualität

vGYM Geräte bestehen aus robustem, witterfestem Edelstahl und erfüllen höchste Verarbeitungsstandards - ideal für den Dauereinsatz im öffentlichen Raum.

- ✓ TÜV-zertifiziert
- ✓ Herstellung nach europäischer Norm DIN EN 16630:2015-06E
- ✓ CE-Kennzeichnung (Konformität gemäss EU-Richtlinien)

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.

Τ Herstellung

Qualität, die überzeugt

Unsere Geräte werden nach europäischer Norm DIN EN 16630:2015-06E 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 Sets ermöglichen eine einzigartige Gestaltung.

➡️ トラック 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.

❖ Wartung

Langlebigkeit sichern

Unsere Geräte sind äußerst wartungsarm. Dennoch empfehlen wir regelmäßige Inspektionen, um die Sicherheit 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.

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



UV-beständige Anleitungstafel.



Squat Machine von vGYM

Fördert die Kraft und Ausdauer der unteren Körperhälfte durch verschiedene Kniebeugenübungen, um starke Beine aufzubauen und die Muskelbalance zu verbessern.

Unsere Fitnessgeräte zeichnen sich durch matt geschliffenen Edelstahl aus, der haptisch angenehm und hygienisch ist. Sie bieten eine stilsichere Dimensionierung und

sind dank ihrer robusten Bauweise gegen Beschädigungen und Vandalismus geschützt. Ihre Korrosionsbeständigkeit und Langlebigkeit gewährleisten eine wirtschaftliche Wartungsfreundlichkeit. Alterungsbeständigkeit und geringer Unterhalt sind entscheidend, weshalb Edelstahl die optimale Wahl ist.

1 Startposition

Möglichkeit, die Startposition auf 5 verschiedenen Höhen festzulegen.

2 Kugellager

Die Bewegung des Geräts erfolgt durch zwei Edelstahl-Lager.

3 Einstellbare Belastung

Die Gewichtsanpassung erfolgt durch das Verschieben der Scheiben entlang zentral angeordneten Rohren.

Belastung von 5 kg bis 120 kg in 5 kg Schritten einstellbar.

Set 1 – Das Komplettset für Ganzkörpertraining

Dieses Set aus sieben vGYM-Geräten, einschliesslich der Squat Machine, ermöglicht ein umfassendes Ganzkörpertraining. Jedes Gerät ist darauf ausgelegt, eine bestimmte

Muskelgruppe gezielt zu trainieren. Durch die vielseitige Auswahl an Geräten können alle wichtigen Muskelbereiche effektiv und ausgewogen trainiert werden.



Incline Bench Press - Art. K08014



Triceps - Art. K08003



Abdominal Muscle - Art. K08023



Shoulder Press - Art. K08005



Biceps - Art. K08020



Lat Pulldown - Art. K08001



Squat Machine - Art. K08000



Set 2 – Die Basis für ein effektives Krafttraining

Dieses Set aus vier vGYM-Geräten bietet eine solide Grundlage für den Einstieg ins gerätegestützte Krafttraining. Mit Fokus auf zentrale Muskelgruppen – Bauch,

Beine, Schultern und Brust – ermöglicht es ein effektives, zeitsparendes Training. Ideal für kompaktere Trainingsflächen oder als Ergänzung zu bestehenden Angeboten.



Incline Bench Press - Art. K08014



Shoulder Press - Art. K08005



Abdominal Muscle - Art. K08023



Squat Machine - Art. K08000



Mehr Module
verticaltechnik.ch/shop



Beschilderung

Doppel-Informationstafel – Information clever gelöst

Die Doppel-Informationstafel ist bei allen Sets 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 aller Geräte mit QR-Codes zu Übungsvideos, die zur trainingsphysiologisch korrekten Ausführung der Übungen anleiten.

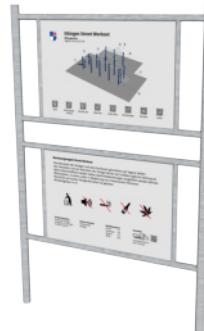
Untere Tafel

Hier finden Besucher Infos zu:

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

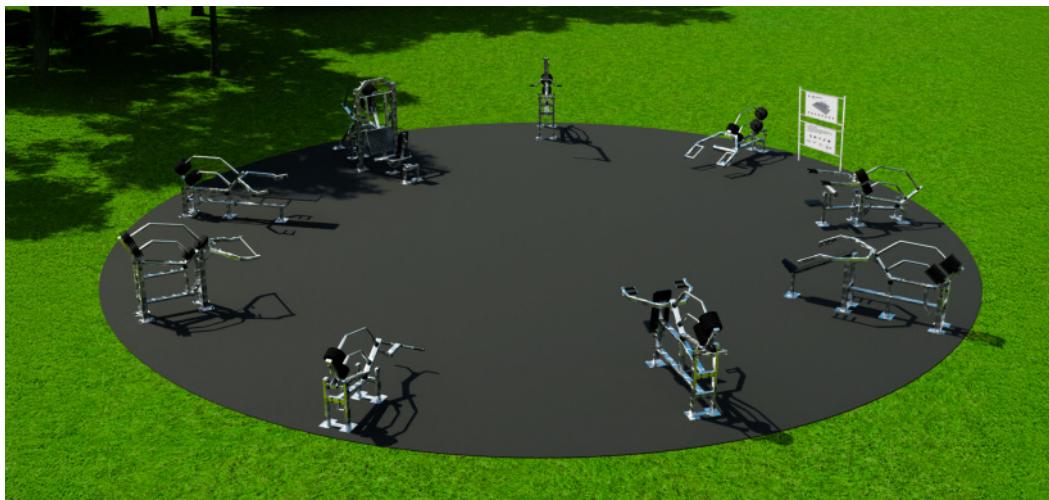
Grafik nach Wunsch

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



Art. K02030

Doppel-Informationstafel



Vorteile von vGYM

Technik und Nutzen auf einen Blick



Eigenschaften

vGYM System

Einfache Bedienung

Verstellbare Gewichte



Von 5 - 120KG

Einstieg für Anfänger



Start mit 5KG

Trainingsmöglichkeiten



7 Geräte decken alle Muskelgruppen ab

Anleitungen mit QR-Codes für Übungen



Sicherheit

Ergonomie und Sicherheit



Natürliche Bewegungsabläufe

Material

Material



Chromstahl

Oberflächen

Pulverbeschichtung (RAL-Farben)



Zertifizierungen

CE / EU-Konformitätserklärung



TÜV-Zertifizierung



Europäische Norm



EN 16630:2015-06E

Alle vGYM Geräte



Art. K08027

RunVT – Laufen ohne Grenzen

Vergiss elektrische Laufbänder! Das RunVT bringt dein Lauftraining nach draussen – kein Strom, keine Limits, nur pure Bewegungsfreiheit. Ob Gehen, Joggen oder Sprinten – du bestimmst das Tempo, ganz intuitiv.

Die hochwertigen Edelstahlrollen sorgen für ein geschmeidiges, gelenkschonendes Laufgefühl, während das curved Design die natürliche Laufbewegung unterstützt und bis zu 40 % mehr Kalorien verbrennt als herkömmliche Laufbänder. Wartungsfrei, witterfest und langlebig – perfekt für Parks, Sportanlagen oder den eigenen Garten.



Art. K08011

vGYM Leg Press

Mit herkömmlichen Calisthenics- oder Vita Parcours-Anlagen ist es schwierig, die Beine gezielt für Kraftaufbau zu trainieren. Genau hier setzt die vGYM Leg Press an: Sie ermöglicht ein effektives Workout für Quads, Glutes, Hüfte, Waden und Rücken. Dank des innovativen Gewichtsregulierungssystems kann die Belastung individuell angepasst werden – sicher, schnell und einfach – genau wie im Fitnessstudio.



Art. K08021

vGYM Bench Press

Die Bench Press ist nicht umsonst eine der bekanntesten Übungen der Fitnesswelt – sie steht für Kraft, Muskelaufbau und echte Fortschritte. Mit der vGYM Bench Press bringst du dieses klassische Training nach draussen. Somit hast du das ultimative Bankdrücken ohne Studio-Zwang.



Art. K08025

vGYM AB/Core Rack

Diese Kombistation bringt deinen Rumpf auf Vordermann – egal ob schräg, gerade oder rückenseitig. Der vGYM AB/Core Rack vereint zwei Trainingsgeräte – Back Extension und Abdominal Bench – in einem und stärkt gezielt Bauch-, schrägen Bauch- und Rückenmuskeln. Für alle, die Stabilität, Haltung und Power aus dem Zentrum suchen – ganz ohne Fitnessstudio-Abo.



Art. K08024

vGYM Abdominal Bench

Die Abdominal Bench ist das perfekte Tool für effektive Bauchmuskelübungen. Dank durchdachter Fussfixierung bleibt dein Fokus auf dem Rumpf – nicht auf dem Gleichgewicht. Robust, intuitiv und für jedes Fitnesslevel geeignet.



Art. K08023

vGYM Abdominal Muscle

Ein starker Core kennt keine Ausreden. Diese Station wurde speziell für das gezielte Training der Rumpfmuskulatur entwickelt. Der einstellbare Widerstand macht Fortschritte messbar – perfekt für funktionelle Kraft und mehr Stabilität in jeder Bewegung.



Art. K08022

vGYM Back Extension

Sag Rückenschmerzen den Kampf an. Diese Station bringt gezielte Power in deine Rückseite: Der vGYM Back Extension stärkt die gesamte Rückenpartie, unterstützt die Wirbelsäule und verbessert deine Haltung – wetterfest, wartungsfrei und bereit für draussen.



Art. K08020

vGYM Biceps

Arme wie aus Stahl – aber bitte outdoor. Dieses Gerät isoliert den Bizeps und bringt maximale Spannung in deinen Curl. Einfach, direkt und effektiv – perfekt für definierte Oberarme ohne Schnickschnack.



Art. K08019

vGYM Chin Up - Dip - Flying Pull-Up

3-in-1 - Klimmzug, Dip, Bauch. Diese Station bietet dir Übungen für Brust, Rücken, Arme und Core – alles in einem Gerät. Egal ob Flying Pull-Ups oder klassische Dips: Hier wächst du über dich hinaus.



Art. K08018

vGYM Deadlift

Der Klassiker für echte Kraft. Dieses Gerät bringt deinen gesamten Rücken, Gesäß und die seitlichen Rumpfmuskeln auf das nächste Level. Egal ob als Basic oder Finisher: Der Deadlift gehört einfach dazu – auch draussen.



Art. K08017

vGYM Decline Bench Press

Kraft aus der Tiefe. Die Decline Bench Press ist dein Go-to für gezieltes Brustmuskeltraining mit Fokus auf den unteren Bereich. Perfekt, um Definition und Volumen aufzubauen – draussen, wetterfest und ohne Kompromisse.



Art. K08016

vGYM Dip Station

Der Klassiker fürs Körpergewicht. Mit dieser stabilen Station bringst du Dips auf das nächste Level. Ob Brust, Trizeps oder Rücken – hier trainierst du intensiv, effektiv und komplett unabhängig vom Studio.



Art. K08014

vGYM Incline Bench Press

Mehr Brust – mehr Winkel – mehr Wirkung. Die Incline Bench Press konzentriert sich auf die oberen Brustumuskeln und sorgt für eine ausgewogene Entwicklung. Ideal für Schrägbankdrücken unter freiem Himmel – einfach drauflegen und durchziehen.



Art. K08026

vGYM Dumbbells Set

Hanteltraining für Draussen – aber clever. Das vGYM Dumbbells Set bringt das gesamte Krafttraining ins Freie. Drei Gewichtsstufen pro Seite, verkettete Hanteln gegen Diebstahl und eine robuste Flachbank – kompakt, vielseitig, unschlagbar.



Art. K08001

vGYM Lat Pulldown

Breit, stark, kontrolliert. Diese Station macht deinen Rücken zum Statement. Der vGYM Lat Pulldown ist vielseitig einsetzbar und ideal für ein gezieltes Training des Latissimus – mit verstellbarem Widerstand für echten Progress.



Art. K08012



Art. K08010



Art. K08008



Art. K08006

vGYM Leg Extension

Für starke Oberschenkel und klare Ziele. Diese Station isoliert deine Quadrizeps und bringt sie zum Brennen - im besten Sinn. Perfekt für präzise, progressive Beinübungen im Outdoor-Style.

vGYM Low Row

Rückenpower, Ruderbewegung, Resultate. Die Low Row aktiviert gezielt die Rückenmuskulatur und sorgt für Kraft, Haltung und Balance. Ruder dich fit - ganz ohne Wasser, aber mit maximalem Trainingseffekt.

vGYM Multi Functional Rack

Multitalent mit System. Vier Stationen in einem Gerät: Klimmzüge, Bauch, Rücken und Trizeps - alles dabei. Mit diversen Griffvarianten und cleverer Kombination ist das Multi Functional Rack das Kraftpaket für dein Ganzkörpertraining draussen.

vGYM Pull Up

Der Klassiker für starke Oberkörper. Diese Pull-Up-Station bietet dir sieben Griffmöglichkeiten und maximales Training für Rücken, Schultern, Arme und Griffkraft. Minimalistisch, effektiv und gemacht für jedes Fitnesslevel.



Art. K08005

vGYM Shoulder Press

Starke Schultern – starkes Statement. Mit dieser Station bringst du deine Schulterkraft auf ein neues Level. Die verstellbaren Gewichte ermöglichen gezieltes, progressives Training – robust, wetterfest und kompromisslos funktional.



Art. K08000

vGYM Squat Machine

Diese Maschine bringt deine Quads, Glutes und Waden zum Glühen. Ob Kraft oder Ausdauer: Mit der vGYM Squat Machine formst du deine untere Körperhälfte mit Stil und System.



Art. K08003

vGYM Triceps

Armtraining mit Fokus. Diese Station isoliert deine Trizeps und bringt Struktur in dein Armtraining. Mit einstellbarem Widerstand und stabilem Design perfekt für klare Fortschritte und definierte Arme.



Art. K08002

vGYM Triceps Standing

Zieh durch – im Stehen. Diese Station ermöglicht effektive Pulldown-Übungen im Stehen. Fokus auf Latissimus und Oberkörper – für eine starke Haltung und beeindruckende Rückenmuskulatur.



Art. K08028

vGYM Container - 3m

Kompakt, robust, ready für alles. Der 3-Meter-Container ist die perfekte Lösung für dein Outdoor-Gym-Setup. 100 % Edelstahl, witterungsbeständig und abschliessbar – ideal für Equipment, Lagerung oder als mobile Trainingsbasis.



Art. K08029

vGYM Container - 6m

Mehr Platz, mehr Möglichkeiten. Sechs Meter purer Stauraum: Der wetterfeste Chromstahlcontainer schafft Raum für Trainingsgeräte, Stauraum oder als Werkstatt. Robust, langlebig und auf Wunsch in Wunschfarbe lackiert.



Art. K08030

vGYM Container - 12m

Der König unter den Containern. Neun Meter Chromstahl, gemacht für grosse Pläne. Der 12-Meter-Container ist die ultimative Lösung für dein Outdoor-Fitnesscenter oder als Lager für umfangreiches Equipment. Sicher, witterfest und ready to train.

Mehr Module
verticaltechnik.ch/shop



Container-Ausstattungstabelle

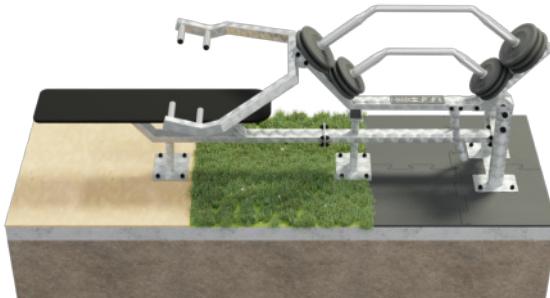


Komponente	3m Container	6m Container	12m Container
Cross Competition Rig	3x	5x	9x
Triangle 43" (1090 mm)	3x	5x	9x
Sandwich J-Cup Paar	3x	5x	9x
Ramp	✓	✓	✓
Monkey Bar – Up/Down	✓	✓	✓
Monkey Bar – Hashtag	✓	✓	✓
Monkey Bar – Artistic	✓	✓	✓
Monkey Bar – Peak	✗	✓	✓
Monkey Bar – Straight	✗	✓	✓
Monkey Bar – Round	✗	✗	✓
Monkey Bar – Grid	✗	✗	✓
Monkey Bar – Spider	✗	✗	✓
Monkey Bar – Grips & Balls	✗	✗	✓
Pull-Up Bar Stainless Steel 33mm	✓	✓	✓
Pull-Up Bar 7-Grip	✓	✓	✓
Pull-Up Bar Mountains	✓	✓	✓
Pull-Up Bar Round	✗	✓	✓
Pull-Up Bar Artistic	✗	✓	✓
Pull-Up Bar Hammer	✗	✗	✓
Pull-Up Bar Peak	✗	✗	✓
Pull-Up Bar Stones	✗	✗	✓
Pull-Up Bar Hill	✗	✗	✓
Bar Rack (Olympische Langhanteln)	6x	10x	18x
Ramp Rack	✓	✓	✓
Disc Rack (100 kg Sets)	2 Sets	4 Sets	6 Sets
Zubehörregal	✓	✓	✓

Sicherheit und Untergrund

Alle vGYM Geräte werden fest und sicher auf einem Betonfundament verankert. Dank der moderaten Fallhöhe ist in den meisten Fällen keine aufwendige Anpassung des Untergrunds nötig. Dennoch spielt

der Bodenbelag eine wichtige Rolle für Komfort, Sicherheit und Pflegeaufwand. Im Folgenden finden Sie eine Übersicht möglicher Untergründe mit ihren jeweiligen Vor- und Nachteilen:



✓ EPDM-Gummigranulat (empfohlen)

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

✓ Naturrasen

- ✓ Natürliche Erscheinungsbild
- ✓ Einfach und kostengünstig umzusetzen
- ✓ Keine gezielte Dämpfung
- ✓ Bei Nässe rutschig
- ✗ Verwelkt schnell an stark genutzten Stellen (z. B. unter Klimmzugstangen oder Laufwegen)



Projekte



Deutschland Gelsenkirchen



Eröffnung: 2024

Fläche: 250m²



Finland, Turku



Eröffnung: 2023

Fläche: 300m²



Finland, Kotka



Eröffnung: 2022

Fläche: 180m²



Finland, Tampere



Eröffnung: 2021

Fläche: 150m²



Finland, Pori



Eröffnung: 2021

Fläche: 60m²



Polen Ostrow Mazowiecka



Eröffnung: 2020

Fläche: 60m²



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

