

**BROCHURE 2022**

**OUTDOOR ENERGY  
OPEN AIR GYM**



*City Living & Design* sagl.  
**REFERENTE PER IL TERRITORIO  
SVIZZERO**

# MISSION SKYFITNESS



*Skyfitness è un'azienda specializzata nella realizzazione di attrezzature outdoor Fitness a 360 gradi, con la conseguente massima fruizione di un'area all'aperto.*

*Skyfitness combina le attuali tendenze del fitness con la sempre più crescente necessità di svolgere attività all'aperto.*

*Le nostre attrezzature da esterno pensano a tutti e non lasciano nessuno indietro: sono infatti adatte per sportivi in cerca di allenamento, per giovani in cerca di divertimento, per anziani in cerca di quotidiana attività salubre, per disabili in cerca di strutture pubbliche inclusive e per bambini, in modo che si divertano in sicurezza, sviluppando le capacità motorie e coordinative.*

*Le attrezzature non richiedono elettricità quindi non necessitano di spese ulteriori per la predisposizione di impianti di aereazione, elettricità e sicurezza.*

*Gli attrezzi possono restare sempre all'aperto, anche in spiaggia e prevedono una manutenzione bassissima: ingrassaggio delle parti meccaniche una volta l'anno.*

*Skyfitness è sempre a disposizione del cliente: l'assistenza pre e post-vendita è infatti uno dei punti di forza della società. Una persona risponderà sempre e tempestivamente alle Vostre domande o necessità, ed è per questo che moltissime strutture pubbliche e private scelgono Skyfitness.*

# SERVIZI E VANTAGGI

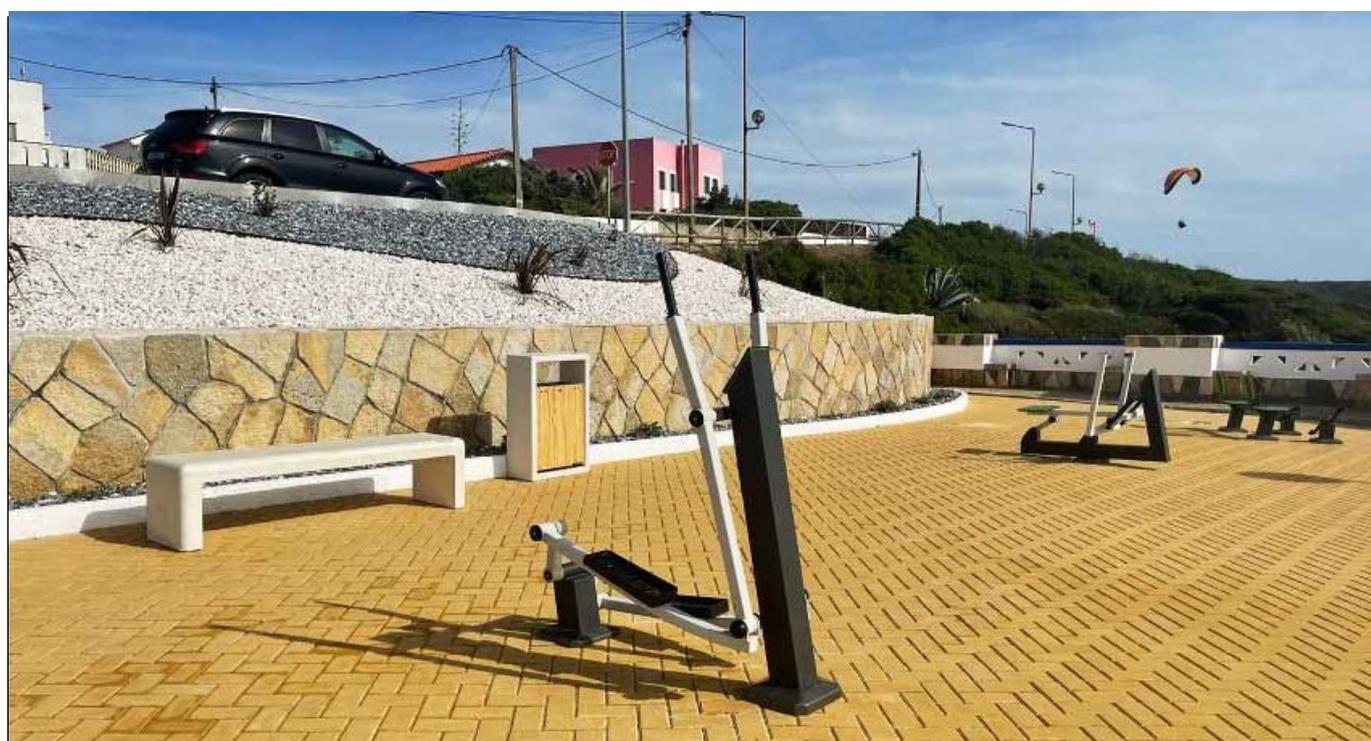
## MASSIMA QUALITÀ

Attrezzi in acciaio zincato, spessore 3 mm, smaltati e verniciati, con meccanismi protetti.

Attrezzi specificamente sviluppati sulla base delle bio-meccaniche di movimento del corpo umano.

Attrezzi garantiti per esposizione 365 giorni all'anno all'esterno, anche in spiaggia o montagna.

Grado di incidenza manutenzione = 2 su 10.



## PROFESSIONALITÀ E CONSULENZA

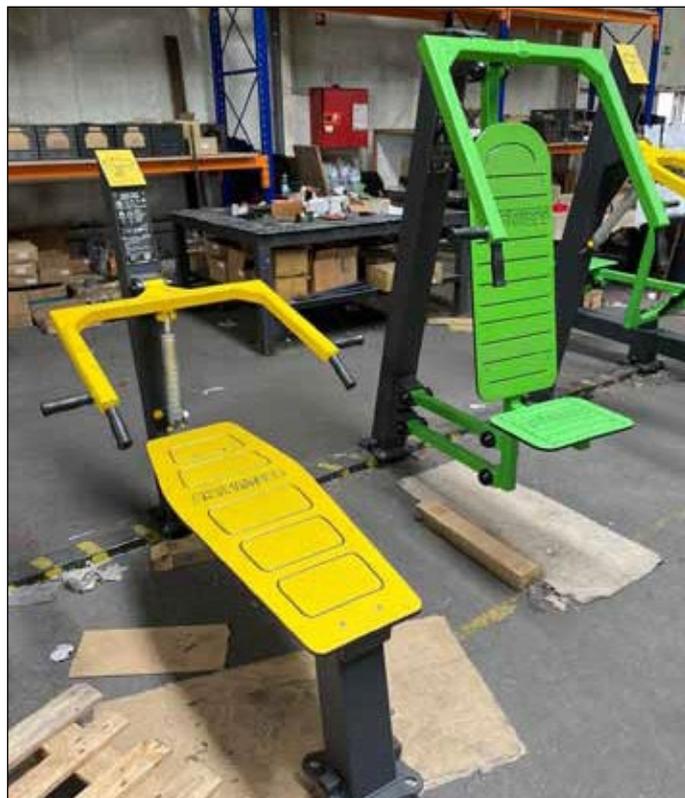
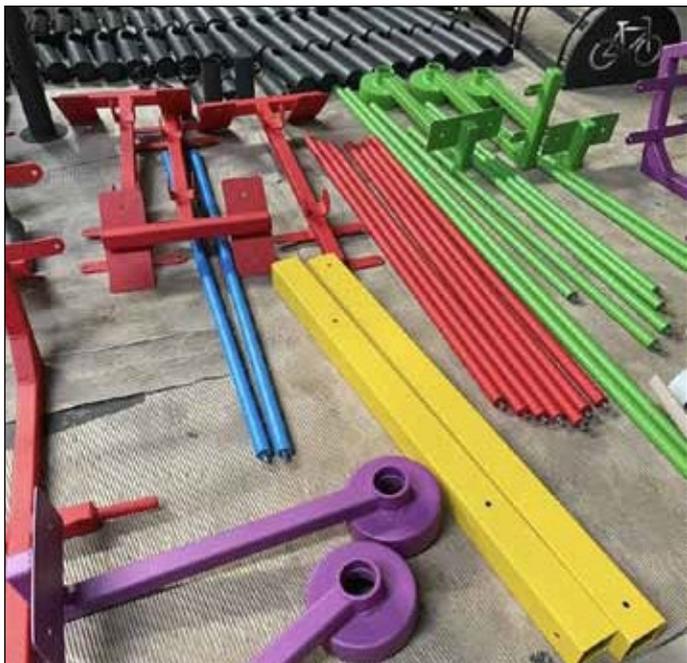
Skyfitness si contraddistingue per mettere a disposizione del cliente un **team di esperti** capaci di seguire ogni progetto e fornire la consulenza necessaria per fornire una progettazione adatta alle specifiche esigenze di ogni contesto.

Assistenza continua garantita dall'**ufficio tecnico** per progettazione, sviluppo e uso dell'area fitness.

**SKYFITNESS NON VENDE SOLO ATTREZZI, MA PROGETTA AREE FITNESS INNOVATIVE!**

## PERSONALIZZAZIONE A 360°

Tutte le attrezzature Skyfitness sono specificamente **personalizzabili dal cliente nella colorazione**, per adattarsi meglio alle esigenze di ognuno e rendere così ogni area fitness dotata di una **propria identità**.



Le parti personalizzabili consistono sia nelle **componenti metalliche**, sia nelle **parti in plastica** (schienali e sellini). Sarà così possibile porre in essere specifiche combinazioni cromatiche.

## CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ, SICUREZZA e FILIERA PRODUTTIVA

Tutte le attrezzature Skyfitness sono certificate dall'Ente internazionale TÜV secondo la normativa EN 16630/2015 per sicurezza, qualità e filiera produttiva.

Tutto per la sicurezza e garanzia del cliente.



## DETTAGLI DI QUALITÀ

Tutte le attrezzature Skyfitness sono realizzate in una particolare lega di acciaio, spesso 3 mm e zincata per resistere ad **ogni ambiente climatico più estremo.**

La verniciatura è specifica da esterno e può avere finitura opaca o lucida.

Tutti i meccanismi ed i cuscinetti sono protetti all'interno di capsule stagne.



*Dettaglio maniglie in gomma ergonomiche per una presa più comoda e salda.*



Ogni attrezzo Skyfitness è dotato alla base di appositi «caps» di protezione nella zona di bulloneria di ancoraggio.

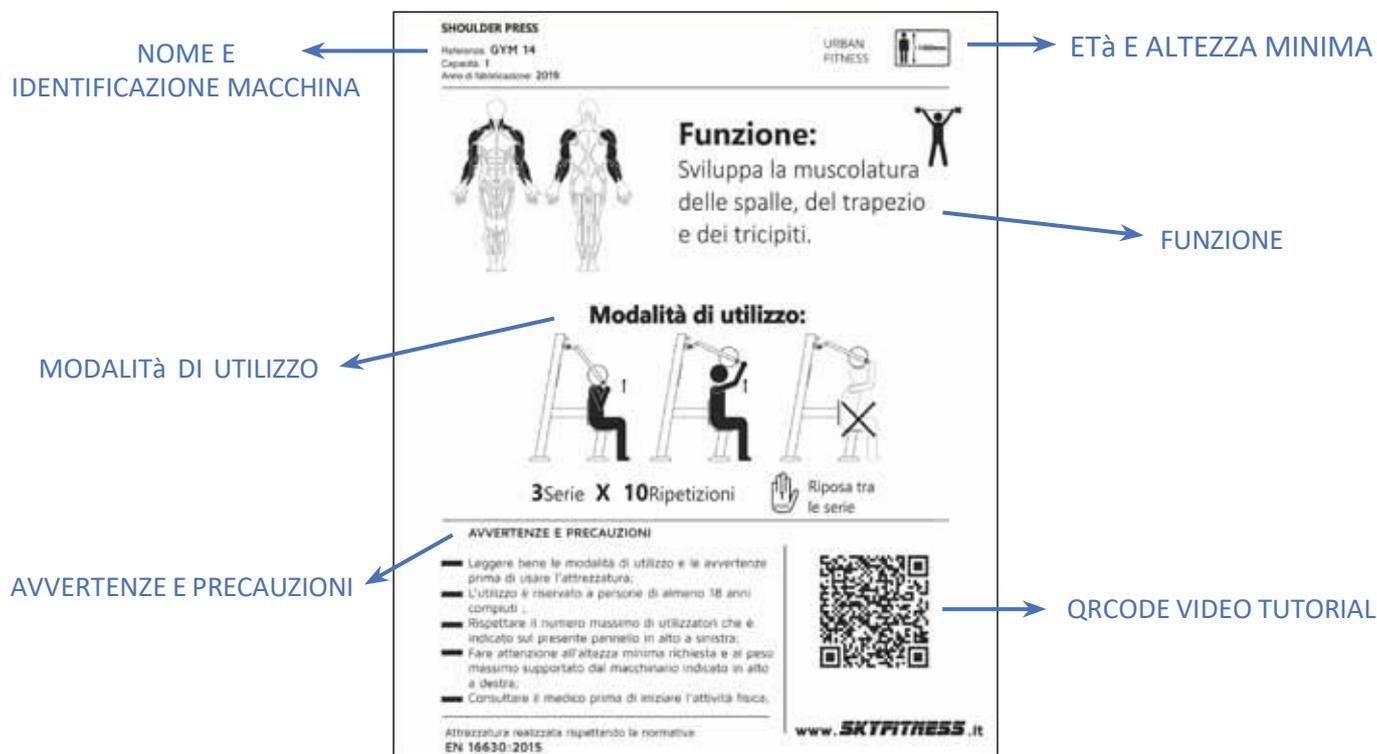
Sellini e schienali sono realizzati in polietilene bicolore ad alta densità HDPE spessore 15 mm.

Ogni macchinario Skyfitness é sviluppato sulla base dello studio delle biomeccaniche del corpo umano, per far si che l'utilizzatore venga «accompagnato» nel movimento corretto, massimizzando così il tempo di allenamento.



## PANNELLO INFORMATIVO

Ogni attrezzo è dotato di **specifico pannello illustrativo** inciso a laser, con tutte le informazioni per garantire il corretto utilizzo della macchina, quali: funzione della macchina, i muscoli interessati, numero di utilizzatori, altezza minima, peso massimo consentito, le modalità di utilizzo con immagine esplicativa, le avvertenze e precauzioni d'uso.



## VIDEO TUTORIAL

Su ogni pannello informativo Skyfitness è presente uno specifico **QR Code**, che permette di visualizzare una scheda con un video tutorial specifico per il corretto utilizzo di ogni macchina e leggere tutti i consigli di allenamento.

Utilizzare il **QR Code** è facile e **non serve alcuna app** specifica. Basterà:

- *Accedere alla fotocamera del proprio smartphone*
- *Inquadrare il QR Code e cliccare sulla tendina popup che si aprirà*
- *Ascoltare il tutorial o leggere i consigli di allenamento*



# MODALITÀ DI INSTALLAZIONE

## SU TERRENO

Si tratta della modalità di installazione più classica, ossia attraverso la formazione di **plinti di cemento** sotto al terreno (uno per ogni base di appoggio della macchina), con inserimento nella gettata di specifiche dime fornite dalla Skyfitness.

Il plinto poi può essere ricoperto da erba sintetica o gomma per rendere il tutto esteticamente più gradevole.



## SU SABBIA

Si tratta della modalità di installazione per spiagge e litorali, attraverso l'inserimento di **plinti di cemento prefabbricati** sotto circa 30 cm. di sabbia (uno per ogni base di appoggio della macchina), con fissaggio attraverso dime o barre filettate.

## SU PAVIMENTAZIONE

è possibile «tassellare» gli attrezzi su una base preesistente se vi è uno strato di massetto minimo da 20 cm. che garantisce un corretto ancoraggio.

In alternativa è possibile formare i plinti di cemento e ricreare poi la medesima pavimentazione.



## EVENTUALI PAVIMENTAZIONI DISPONIBILI

### ERBA/PRATO SINTETICO

Per mantenere un effetto il più naturale possibile, le attrezzature senza livelli critici di caduta (Exclusive line, Green Power Line, Disabled line) possono essere posizionate direttamente sul terreno, coprendo i plinti con la zolla di erba naturale oppure con erba sintetica.

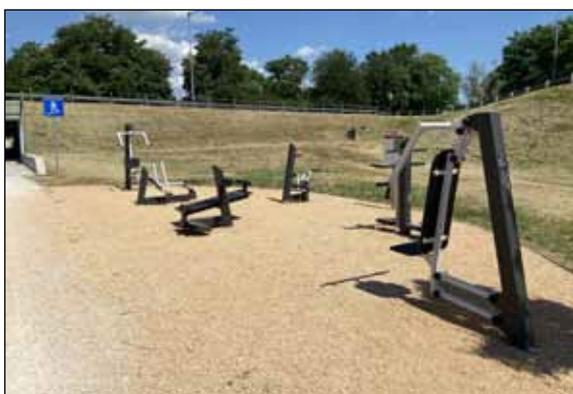


### GOMMA ALVEOLARE

Dove è richiesta la pavimentazione antitrauma (o si preferisce comunque posizionarla nell'area di utilizzo degli attrezzi) e si vuole mantenere un effetto naturale della zona, si può installare la pavimentazione antitrauma «alveolare», che lascia ricrescere l'erba per un migliore effetto visivo.

### GOMMA GRANULARE PIASTRE/COLATA

Classica pavimentazione in gomma con piastre di granuli di gomma riciclata e spinotti di collegamento interno oppure gettata di gomma colata, per un effetto antishock e una maggiore pulizia dell'area fitness.



### GHIAINO

è possibile creare una vasca di ghiaio, sotto la zona fitness, per una resa sempre pulita e sicura delle attrezzature.

## MACCHINARI



**EXCLUSIVE LINE  
GREEN POWER LINE  
OUTDOOR WEIGHT LINE  
INCLUSIVE PEOPLE LINE  
KIDS LINE  
DOGGY FITNESS**



## CIRCUITI



**CIRCUITI  
ATTREZZI SINGOLI  
PER IL  
CALISTHENICS  
&  
STREET WORKOUT**

## MACCHINARI



I macchinari Skyfitness accompagnano l'utilizzatore nel movimento corretto, grazie all'applicazione, sugli attrezzi, dello studio delle biomeccaniche corrette del corpo umano, ed alla predisposizione delle attrezzature con movimenti vincolati, che evitano scorrettezze motorie.



## CIRCUITI

I Circuiti Skyfitness vengono utilizzati per svolgere esercizi di Calisthenics, Street Workout ed in generale il corpo libero.

Consistono in una serie di postazioni che permettono l'esecuzione di esercizi a corpo libero, ossia sfruttando il peso corporeo, ad esempio, per sollevarsi su una sbarra, compiere un piegamento alle parallele o addirittura, per i più esperti, volteggiare ed eseguire evoluzioni in aria.



## EXCLUSIVE LINE

*Adatta a qualsiasi contesto.*

*Non ci sono pesi o parti che l'utente può modificare: lo sforzo è dato da un sistema di leve basate sulla biomeccanica del corpo umano.*



## EXCLUSIVE LINE

*Garantiti per l'uso esterno: 365 giorni outdoor.*

*Massima sicurezza di utilizzo: meccanismi protetti.*

*Completa versatilità d'uso: per ogni target di allenamento.*



### ***Facile utilizzo:***

- *Movimenti vincolati (non ci sono pesi esterni ma si modulano in base al peso corporeo dell'utilizzatore), esecuzione secondo la biomeccanica del corpo umano,*
- *Sempre presente un pannello illustrativo per il corretto utilizzo.*

# EXCLUSIVE LINE - CATALOGO

LEGENDA:  ESERCIZI ISOTONICI

 ESERCIZI CARDIOVASCOLARI



**1) CHEST PRESS:**  
Petto, Spalle e Tricipiti.



**2) LAT MACHINE:**  
Dorso, Spalle e Bicipiti.



**3) CHEST PRESS +  
LAT MACHINE:**  
Petto, Spalle e Tricipiti  
+ Dorso, Spalle e Bicipiti.



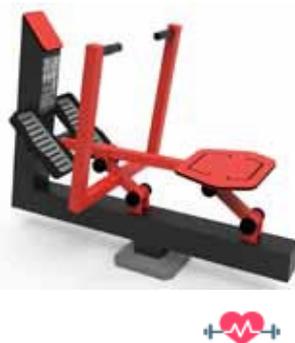
**4) DOUBLE  
LAT MACHINE:**  
Bicipiti e Dorso basso.



**5) BODYWEIGHT  
STATION:**  
Petto, Spalle,  
Tricipiti e Addome.



**6) DOUBLE  
BODYWEIGHT STATION:**  
Petto, Spalle,  
Tricipiti e Addome.



**7) ROWER  
MACHINE:**  
Dorso e braccia.



**8) HORIZONTAL  
TRACTION:**  
Dorso, Spalle e Bicipiti.



**9) SHOULDER  
PRESS:**  
Spalle, Petto Alto  
e Tricipiti.



**10) TWISTER  
STATION:**  
Fascia addominale  
e girovita.



**11) DOUBLE  
TWISTER STATION:**  
Fascia addominale  
e girovita.



**12) TWISTER +  
SURFBOARD STATION:**  
Fascia addominale e  
girovita + Addominali  
obliqui e grandentato.

# EXCLUSIVE LINE - CATALOGO

LEGENDA:



ESERCIZI ISOTONICI



ESERCIZI CARDIOVASCOLARI



**13) LEG PRESS:**  
Quadricipiti, Bicipiti  
Femorali e glutei.



**14) DOUBLE  
LEG PRESS:**  
Quadricipiti, Bicipiti  
Femorali e glutei.



**15) AIR WALKER:**  
Corsa in sospensione.



**16) DOUBLE  
AIR WALKER:**  
Corsa in sospensione.



**17) SURFBOARD  
STATION:**  
Addominali obliqui  
e grandentato.



**18) DOUBLE  
SURFBOARD STATION:**  
Addominali obliqui  
e grandentato.



**19) DOUBLE  
SURFBOARD STATION:  
RECUMBENT BIKE:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
per le gambe.



**20) SKI MACHINE:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
di gambe e braccia.



**21) DOUBLE  
SKI MACHINE:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
di gambe e braccia.



**22) ELLITTICA:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
di gambe e braccia  
in coordinazione.



**23) BIKE + HAND:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
di gambe e braccia.



**24) STEP MACHINE:**  
Allenamento  
cardiovascolare  
parte bassa del corpo.

# EXCLUSIVE LINE - CATALOGO

LEGENDA:



ESERCIZI ISOTONICI



ESERCIZI CARDIOVASCOLARI



**25) STEP 3 ALTEZZE:**  
Allenamento total body.



**26) RIDER MACHINE:**  
Gambe e allenamento cardiovascolare.



**27) FREE SQUAT:**  
Allenamento isotonico di gambe e glutei.



**28) SIT UP BENCH:**  
Allenamento isotonico per gli addominali.



**29) DOUBLE SIT UP BENCH:**  
Allenamento isotonico per gli addominali.



**30) SIT UP BENCH + IPEREXTENTION:**  
Allenamento isotonico di addominali e lombari, stretching.



**31) FITNESS BIKE:**  
Allenamento cardiovascolare di gambe.



**32) ARMS MACHINE:**  
Allenamento isotonico per le braccia.



**33) PANCA ADDOMINALI:**  
Allenamento isotonico di addominali e lombari, stretching.



**34) FLAT BENCH:**  
Esercizi a corpo libero e con pesi (non inclusi)  
Allenamento isotonico.

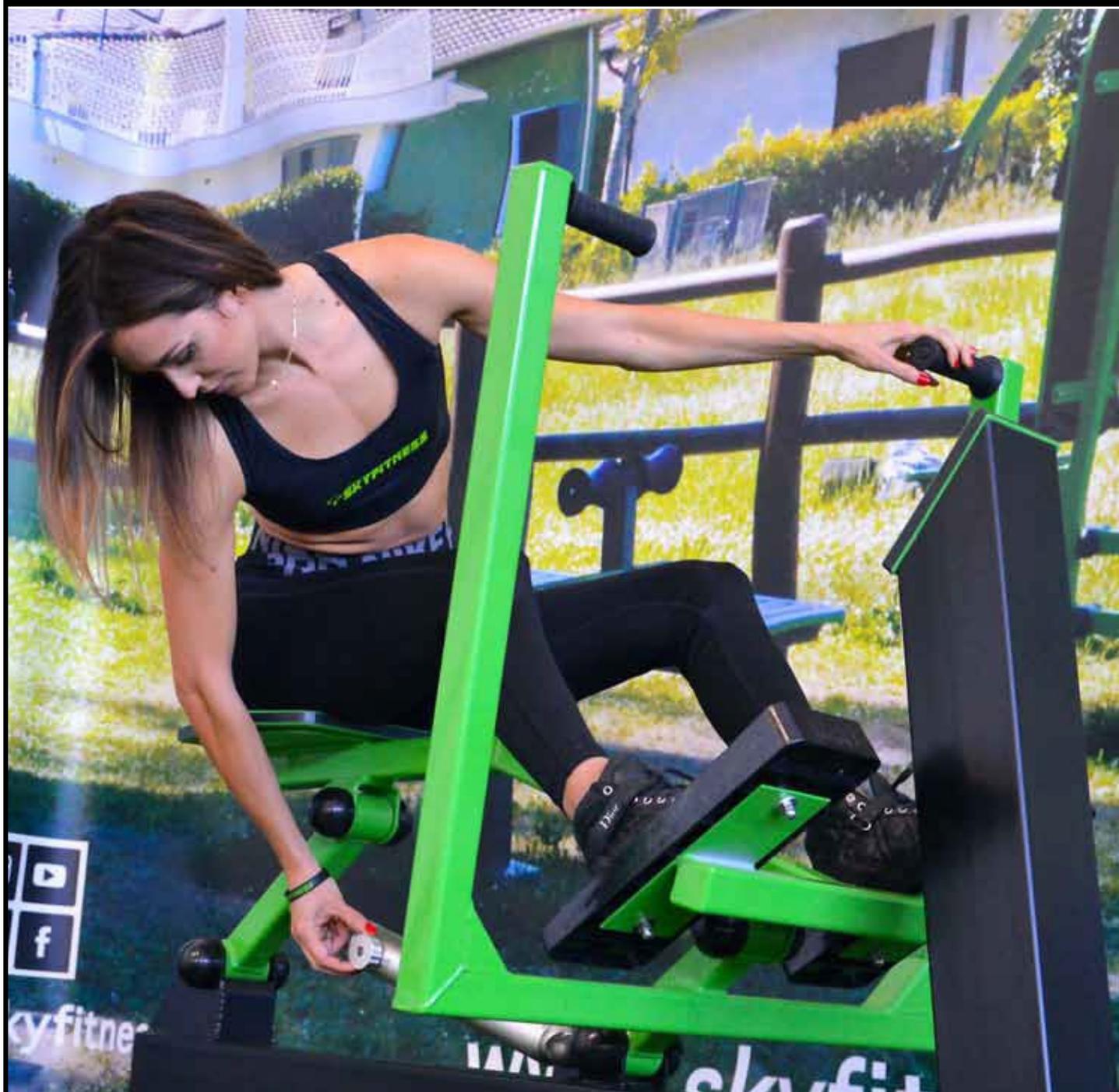


**35) TREADMILL:**  
Camminata su rulli.



**36) LEG EXTENSION:**  
Allenamento isotonico di quadricipiti femorali.

## GREEN POWER LINE



*Adatta ad un pubblico che cerca performance.*

*L'utilizzatore può impostare l'intensità di sforzo grazie al regolatore presente sui macchinari.*

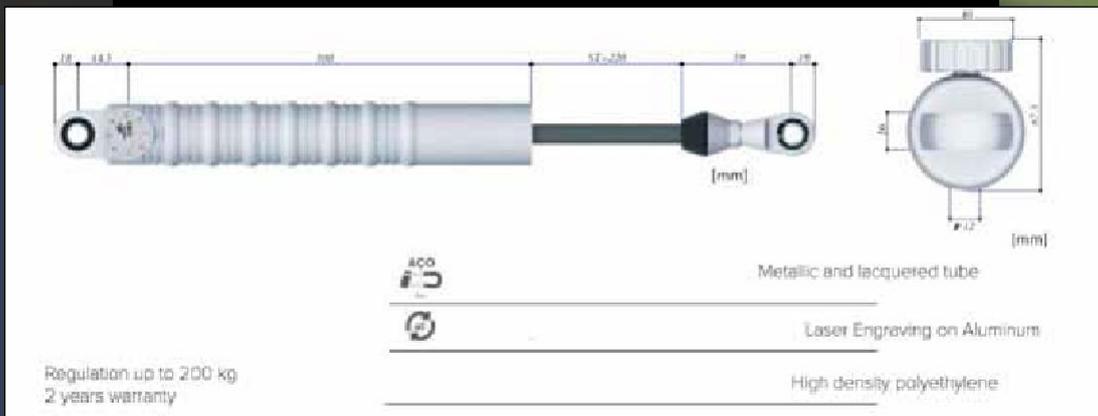
*Ogni attrezzo è infatti munito di un pistone con un selettore a rotella; basta quindi girare la rotella e selezionare il livello di difficoltà, che va da 1 (facile) a 6 (molto difficile), allineando il numero alla freccia presente sul pistone.*

# GREEN POWER LINE

*Regolazione semplificata.  
Selettore livello di intensità.*



***Intensità di sforzo regolabile da 10 a 100 kg***



# GREEN POWER LINE - CATALOGO

LEGENDA:



ESERCIZI ISOTONICI



ESERCIZI CARDIOVASCOLARI



## 1) ARMS MACHINE:

Esercizio isotonico di spinta e tirata per tricipiti e bicipiti.



## 2) CURL MACHINE:

Esercizio isotonico di chiusura delle braccia per bicipiti.



## 3) BENCH PRESS:

Attrezzo isotonico di spinta su panca per petto, spalle e tricipiti.



## 4) SHOULDER PRESS:

Attrezzo isotonico di spinta verso l'alto specifico per spalle e tricipiti.



## 5) ROWER MACHINE:

Allenamento sia cardiovascolare che isotonico di remata per dorso e bicipiti.



## 6) VERTICAL TRACTION:

Allenamento isotonico di trazione verso se per dorso e bicipiti.



## 7) SQUAT MACHINE:

Esercizio isotonico di Squat guidato per gambe e addome.



## 8) LEG PRESS:

Esercizio isotonico di spinta tipo «pressa» delle gambe da seduto per quadricipiti, bicipiti femorali e glutei.

## OUTDOOR WEIGHT LINE



*Linea super performante dedicata ad un pubblico allenato che vuole potenziare la propria muscolatura.*

*Tramite un sistema di pesi fissi su rotaie è infatti possibile aumentare il carico di lavoro.*

## OUTDOOR WEIGHT LINE

*Tirando il pomello è possibile spostare i pesi su i vari punti della rotaia, per intensificare o diminuire lo sforzo.*



*Dettagli degli attrezzi Outdoor Weight Line.*



**MASSIMA RESISTENZA OUTDOOR**  
**PERFORMANCE EQUIVALENTE ALLE MIGLIORI ATTREZZATURE INDOOR**  
**ADATTABILITÀ AD OGNI FASCIA DI ETÀ E TARGET DI UTILIZZO**

*I dischi sono fissati all'attrezzatura e non possono essere rimossi dai loro alloggi, ma solo spostati nelle apposite rotaie.*



# OUTDOOR WEIGHT LINE - CATALOGO

LEGENDA:



100% ESERCIZI ISOTONICI DI ALTA INTENSITÀ



## 1) BENCH PRESS:

Allena i muscoli pettorali, spalle e tricipiti, attraverso un movimento di spinte su panca piana.



## 2) INCLINE CHEST PRESS:

Allena i muscoli pettorali alti, deltoidi delle spalle ed i tricipiti, attraverso una spinta a 45° delle leve.



## 3) PECTORAL MACHINE:

Allena i muscoli pettorali e deltoidi anteriori, attraverso la chiusura delle due leve verso l'interno.



## 4) PULL DOWN MACHINE:

Allena i muscoli dorsali, bicipiti e addominali, attraverso la tirata verso il basso delle due leve.



## 5) SHOULDER PRESS:

Allena i muscoli deltoidi delle spalle ed i tricipiti, attraverso una spinta verso l'alto delle leve.



## 6) TRACTION MACHINE:

Allena i muscoli dorsali, del trapezio ed i bicipiti, attraverso una remata a busto inclinato delle due leve.



## 7) GLUTEI MACHINE:

Allena i glutei, i bicipiti femorali e i polpacci, attraverso un'estensione del supporto a gamba tesa verso dietro.



## 8) LEG PRESS:

Allena i muscoli delle gambe, inclusi i glutei, attraverso una pressione dei due pedali in opposizione al corpo.



## 9) FREE SQUAT:

Allena i muscoli delle gambe, in modo completo attraverso il classico movimento di «Squat» con la barra per il sovraccarico.

## INCLUSIVE PEOPLE LINE

*Questi attrezzi permettono di realizzare aree sportive all'aperto inclusive, in cui sono presenti sia attrezzature per normo-dotati che per disabili.*



# INCLUSIVE PEOPLE LINE

*Linea di attrezzature dedicata alle persone diversamente abili.*

*L'idea è quella di dare la possibilità a tutti di condividere lo stesso luogo per allenarsi e socializzare.*



# INCLUSIVE PEOPLE LINE - CATALOGO



## 1) SHOULDER PRESS DS:

Allenamento isotonico per spalle e braccia.



## 2) THAI CHI SPINNERS + HAND BIKE:

Tonificazione e cardiovascolare parte alta.



## 3) HORIZONTAL TRACTION DS:

Allenamento isotonico per dorso e bicipiti.



## 4) THAI CHI SPINNERS:

Tonificazione parte alta. Per i Senior.



## 5) ELLITTICA DS:

Cardiovascolare totalbody.



## 6) ROTATORE A 'V' + ROTATORE ORIZZONTALE:

Tonificazione e cardiovascolare parte alta.



## 7) QUADRISTAZIONE DS:

Shoulder press, Thai chi spinner, Horizontal traction, Handbike.



## 8) THAI CHI SPINNERS + SHOULDER BUILDER:

Tonificazione parte alta. Per i Senior.

## STAZIONI INCLUSIVE A CORPO LIBERO



## 1) BARRE TRAZIONI DS:

Corpo libero, esercizi di trazione.



## 2) BARRE 4 ALTEZZE DS:

Corpo libero, esercizi di trazione.



## 3) CIRCUITO 6:

Sbarre alte Pull up, Spalliera Svedese, Panca reclinata, Monkey bars inclusiva, Lateral Grips, Percorso hand power.  
5.48 x 4.12 x 2.4 mt

## CALISTHENICS & STREET WORKOUT



*Pensati per fornire in un unico spazio diverse soluzioni per l'allenamento a corpo libero. Questo tipo di attrezzatura è l'ideale per un pubblico atletico, che vuole aumentare le proprie abilità fisiche e potenziare la propria forma fisica.*

## CALISTHENICS & STREET WORKOUT



*L'allenamento calistenico si basa su esercizi a corpo libero e ha due obiettivi principali: renderci più belli e più forti. La parola deriva dal greco, Kalos e Sthenos che significano "bellezza" e "forza".*

*Calisthenics si può quindi tradurre come "l'arte del bel movimento". Il Calisthenics è una forma di allenamento fisico che permette di conoscere e padroneggiare perfettamente il proprio corpo. Attraverso l'uso di specifiche attrezzature da Calisthenics, è quindi possibile migliorare la forza, la mobilità e l'aspetto estetico del proprio fisico.*

# TRAINING CIRCUIT - FITRIG XS



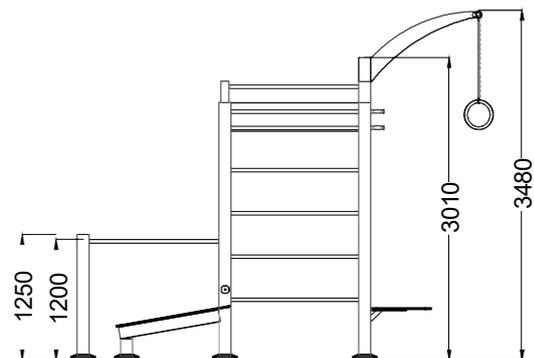
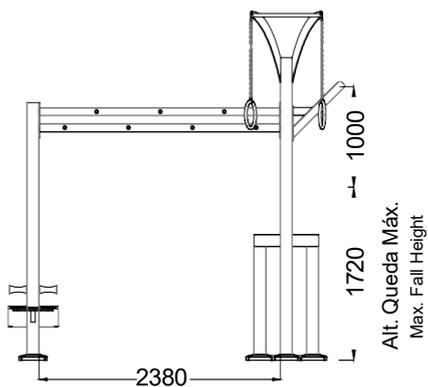
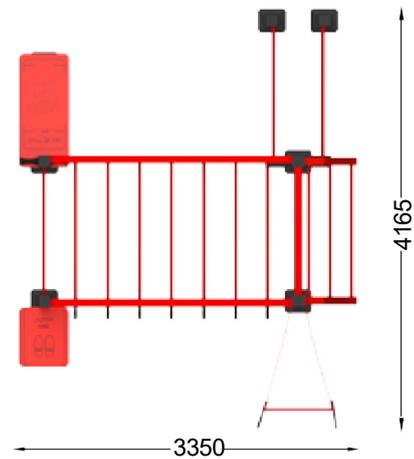
## 1) FITRIG XS:

Sbarre alte Pull up a tre altezze,  
Barre Parallele, Spalliera,  
Spalliera Svedese, Anelli,  
Panca reclinata, Step, Lateral Grips.

**7 UTILIZZATORI  
CONTEMPORANEI**

3.35 x 4.16 x 3.48 mt

**IDEALE PER ESERCIZI DI  
STREET WORKOUT,  
FUNCTIONAL TRAINING  
E CROSS TRAINING  
IN SPAZI RIDOTTI**



# TRAINING CIRCUIT - FITRIG

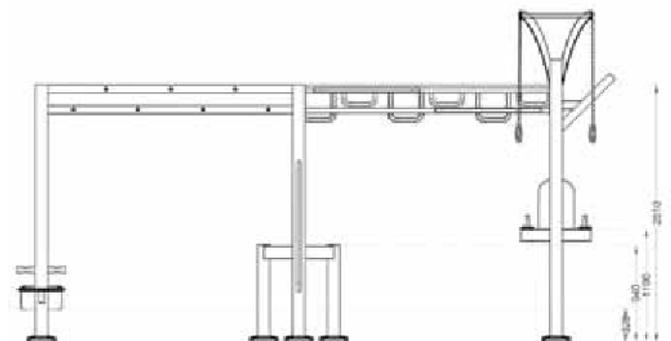
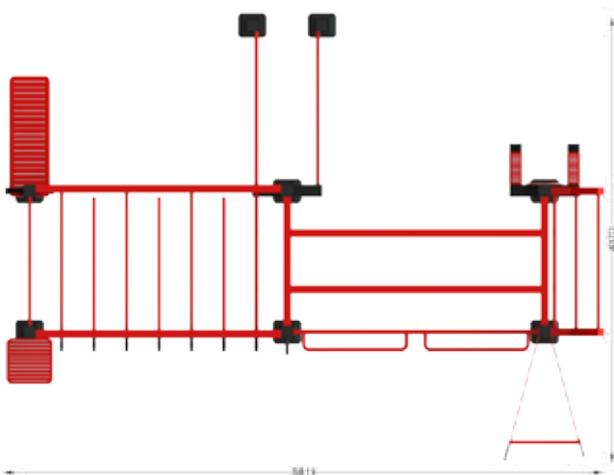


## 2) FITRIG:

Sbarre alte Pull up a due altezze, Parallele, Spalliera Svedese, Anelli, Panca reclinata, Palo verticale, Step, Monkey Bars, Hand Power Rings, Percorso sospeso ad anelli, Lateral Grips, Bodiweight station.

**12 UTILIZZATORI  
CONTEMPORANEI**

5.81 x 4.37 x 3.22 mt



## TRAINING CIRCUIT - FITRIG XL



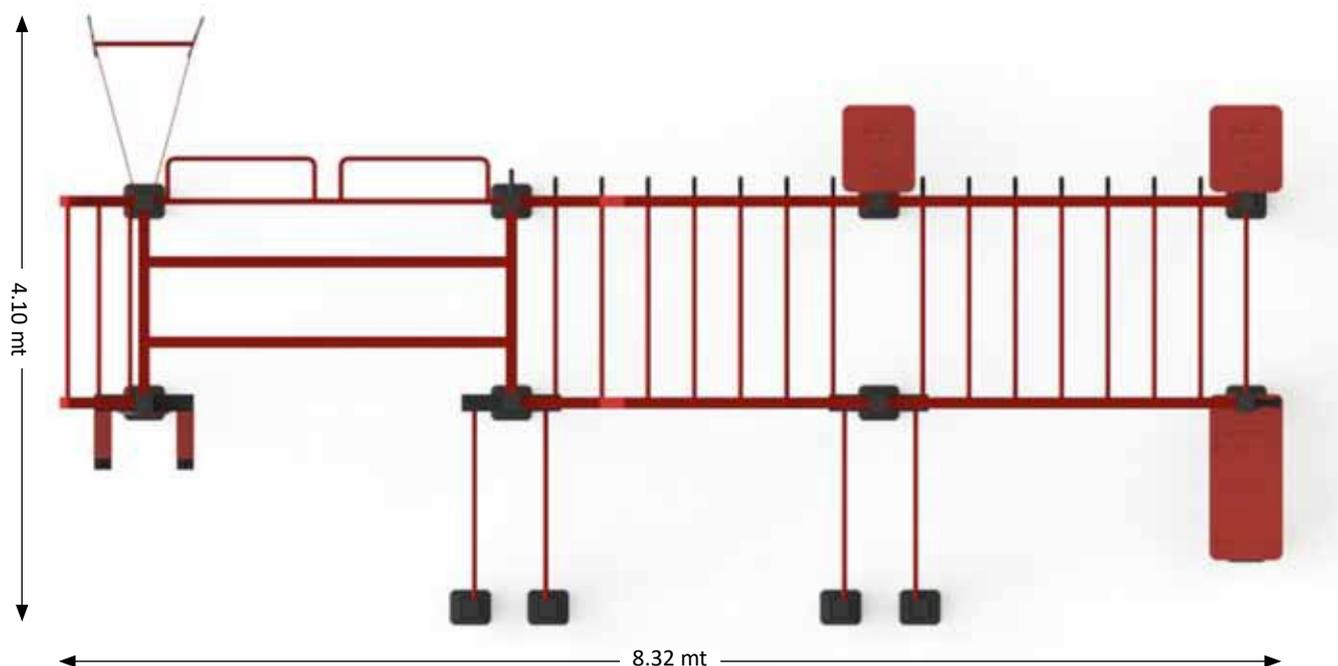
### 3) FITRIG XL:

Sbarre alte Pull up a tre altezze, Doppie Barre Parallele a due altezze, Spalliera, Spalliera Svedese, Anelli, Panca reclinata, Palo verticale, due Step a due altezze, Ponte sospeso, Monkey Bars, Hand Power Rings, Lateral Grips, Bodiweight station.

**15 UTILIZZATORI  
CONTEMPORANEI**

8.32 x 4.10 x 3.48 mt

**IDEALE PER ESERCIZI DI STREET WORKOUT,  
FUNCTIONAL TRAINING E CROSS TRAINING IN GRUPPO**



# TRAINING CIRCUIT - CIRCUITI

## 4) CIRCUITO 0:

Sbarre alte pull ups a due altezze, barre medie, barre basse push ups, spalliera verticale, spalliera svedese, parallele doppie, vertical pole.

**8 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

6.8 x 4.2 x 2.31 mt

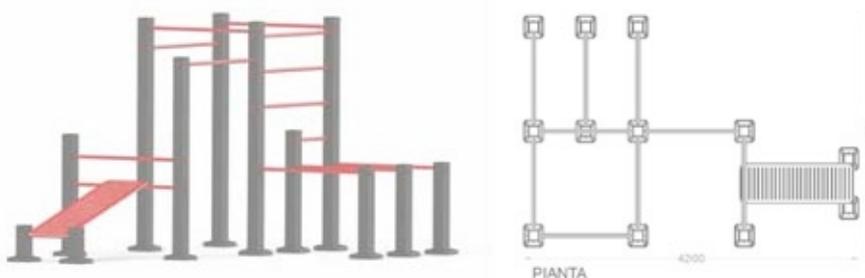


## 5) CIRCUITO 1:

Sbarre alte Pull up 3 altezze, Parallele Doppie, Spalliera, Panca reclinata, Sbarra media.

**6 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

4.2 x 2.92 x 3.48 mt



## 6) CIRCUITO 2:

Sbarre alte Pull up 3 altezze, Parallele doppie, Spalliera, Anelli, Panca reclinata, Palo verticale, Sbarre medie, Sbarre basse push ups, Lateral Grips.

**10 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

6.8 x 6.8 x 2.5 mt

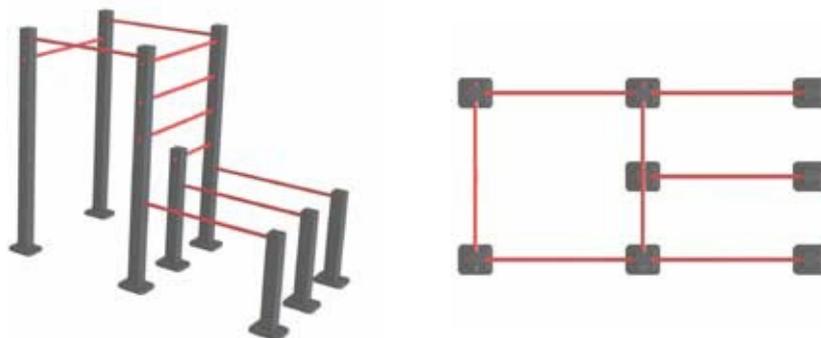


## 7) CIRCUITO 3:

Sbarre alte Pull up 2 altezze, Parallele Doppie, Spalliera.

**3 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

2.92 x 1.56 x 2.31 mt



## 8) CIRCUITO 4:

Sbarre alte Pull up a due altezze, Panca reclinata, Sbarra media.

**3 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

4.2 x 1.46 x 2.31 mt



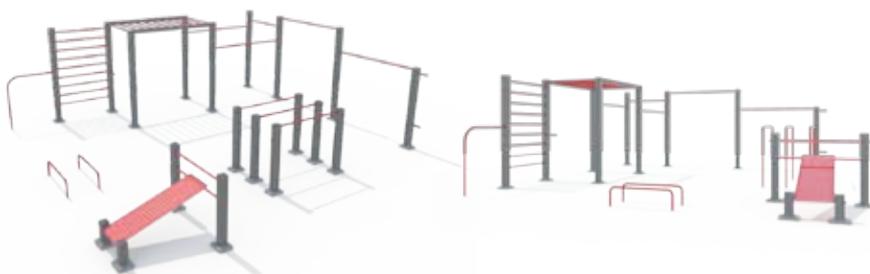
# TRAINING CIRCUIT - CIRCUITI

## 9) CIRCUITO 5:

Sbarre alte Pull up a 4 altezze, Parallele doppie, Spalliera, Spalliera Svedese, Panca reclinata, Sbarre medie, Sbarre basse, Lateral Grips.

**10 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

6.87 x 6.69 x 2.25 mt



## 10) CIRCUITO 6:

Sbarre alte Pull up, Spalliera Svedese, Panca reclinata, Monkey bars inclusiva, Lateral Grips, Percorso Snake Bar.

**7 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

5.48 x 4.12 x 2.4 mt



## 11) CIRCUITO 7:

Barre parallele doppie a due altezze e due larghezze, Panca reclinata, supporto anelli personali, Spalliera svedese, Monkey bars Inclusiva, Spalliera verticale, Sbarre trazioni frontali a 3 altezze, Percorso Snake bar, Sbarre basse, Sbarre medie, Step.

**10 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

11,02 x 6.51 x 3.4 mt

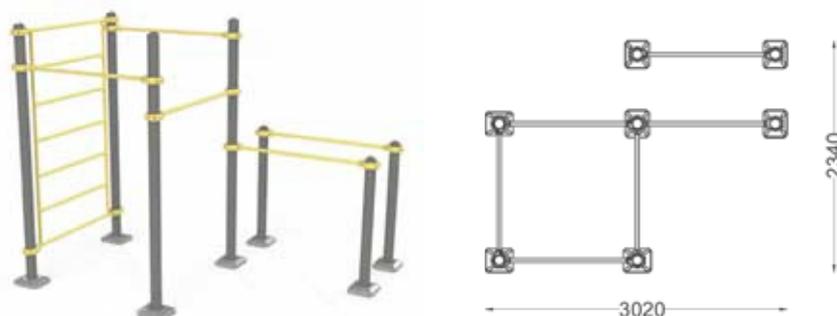


## 12) CIRCUITO 8:

Sbarre alte Pull up a due altezze, Spalliera, Parallele, Sbarra media.

**3 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

3 x 2.34 x 2.35 mt

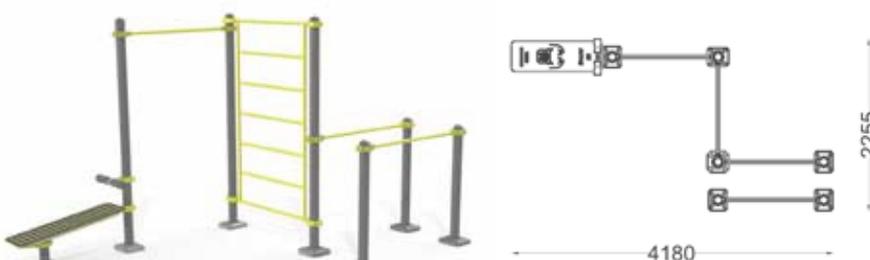


## 13) CIRCUITO 9:

Sbarra alta Pull up, Spalliera, Parallele, Panca reclinata.

**3 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

4.18 x 2.25 x 2.35 mt



# TRAINING CIRCUIT - CIRCUITI

## 14) CIRCUITO CALI 1:

5 sbarre a 3 altezze per pull ups,  
barre parallele lunghe free style,  
barre parallele doppie a due larghezze.

**6 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

5.74 x 5.04 x 2.5 mt

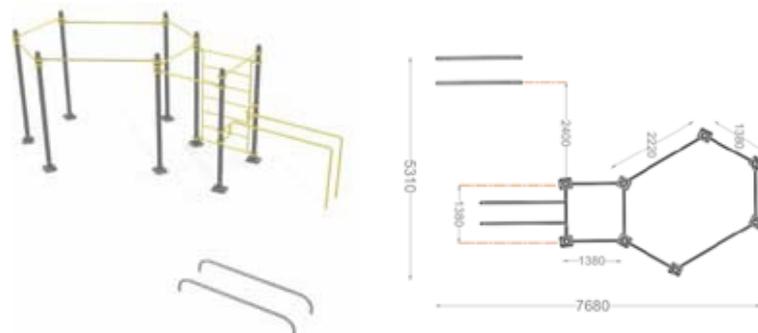


## 15) CIRCUITO CALI 2:

5 sbarre a 3 altezze per pull ups,  
2 sbarre larghe 2 mt per free Style  
barre parallele lunghe free style,  
barre parallele basse e Spalliera verticale.

**8 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

5.31 x 7.68 x 2.50 mt



## 16) CIRCUITO CALI 3:

8 sbarre a 3 altezze per pull ups,  
sbarra larga 2 mt per free Style,  
2 barre parallele lunghe free style.

**7 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

5.22 x 5.42 x 2.50 mt

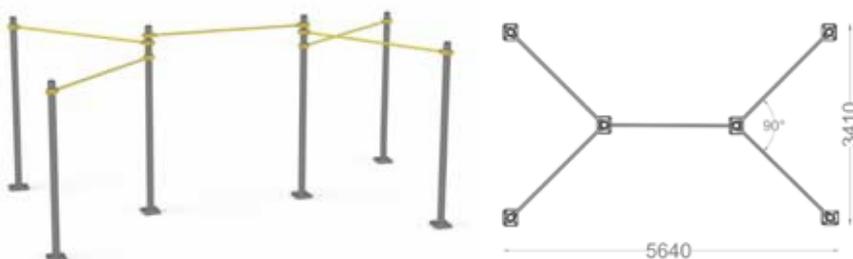


## 17) CIRCUITO CALI FREESTYLE:

4 sbarre a 2 altezze per pull ups,  
sbarra larga 2 mt per free Style.

**3 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

5.64 x 3.41 x 2.60 mt



## 18) CIRCUITO FUNCTIONAL CALI:

3 sbarre a 3 altezze per pull ups, Anelli,  
Rope climbe, Spalliera verticale, 2 panche  
addominali reclinate con agganci.

**6 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

6.27 x 2.55 x 2.50 mt



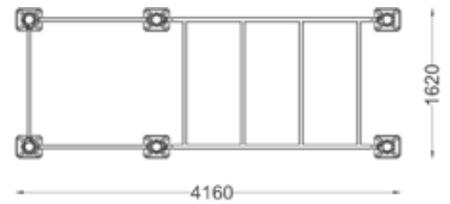
# TRAINING CIRCUIT - CIRCUITI

## 19) CIRCUITO 10:

2 sbarre a 2 altezze per pull ups,  
Spalliera Verticale,  
Spalliera Svedese sospesa.

**4 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

4.16 x 1.62 x 2.40 mt

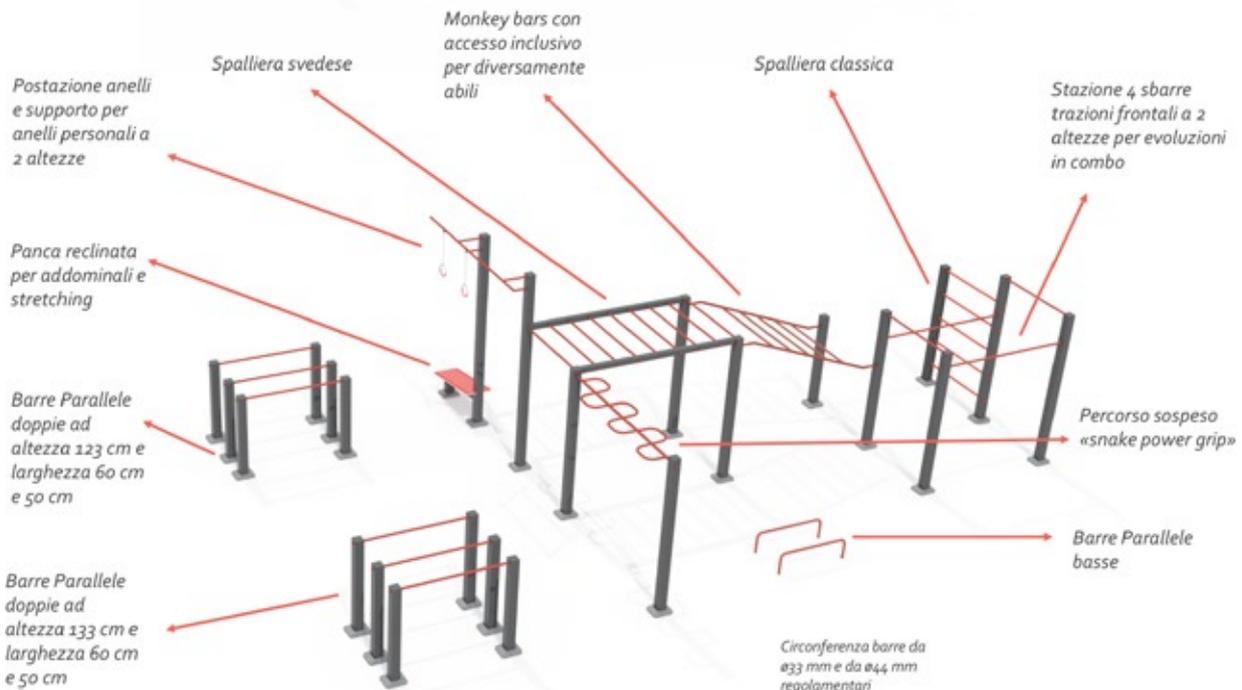
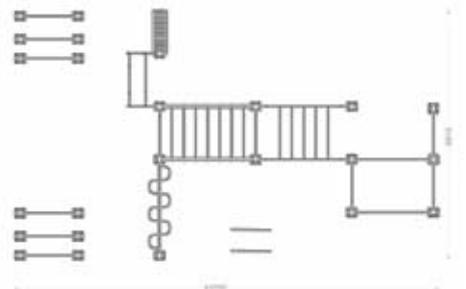


## 20) CALISTHENICS FULL PARK:

Barre parallele doppie a due altezze e due larghezze, Panca reclinata,  
Anelli e Supporto anelli personali, Spalliera svedese, Monkey bars  
Inclusiva, Spalliera verticale, 4 Barre trazioni frontali,  
Percorso Snake bar, Sbarre basse push ups, Sbarre medie.

**13 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI**

11,02 x 6.51 x 3.4 mt



## OVERTRAINED - 13:1

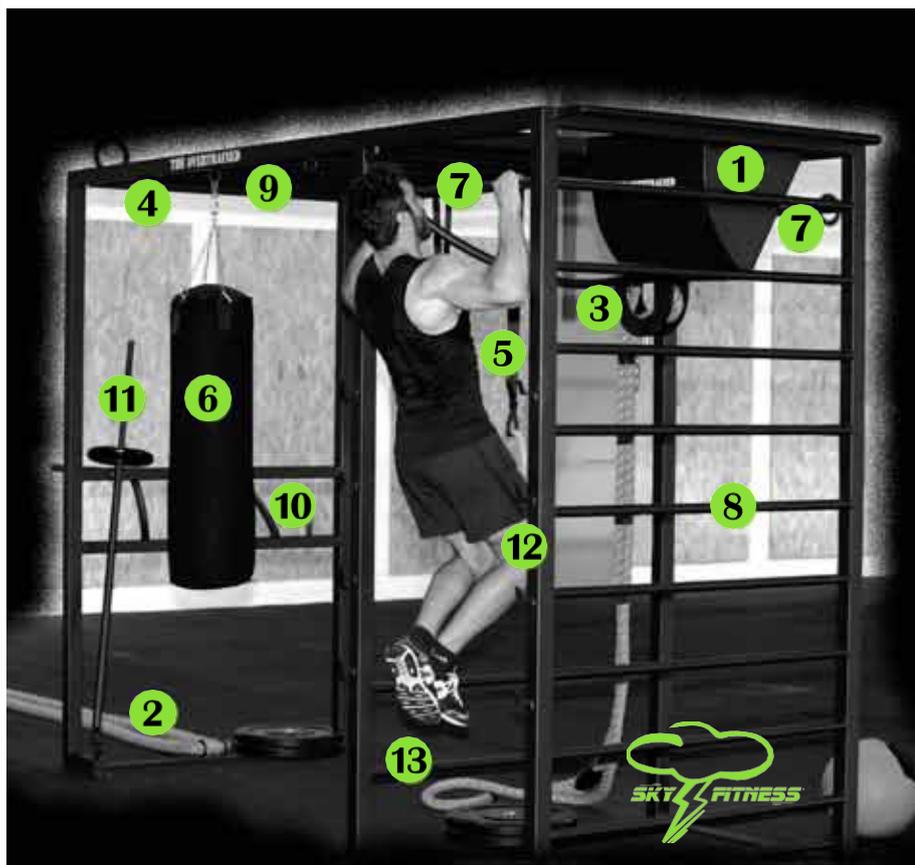
*Realizzato per poter essere facilmente spostato in luoghi diversi sia all'interno che all'esterno delle strutture, è pensato per un pubblico selezionato ed allenato.*

*Include diverse postazioni ed accessori fitness, per organizzare dei veri e propri circuiti di allenamento.*



**IDEALE PER FUNCTIONAL TRAINING E CROSS TRAINING**

# OVERTRAINED - 13:1



1. Hole Ball
2. Ropes
3. Pulley Rope
4. Trx - Attacco Trx
5. Anelli Olimpici
6. Sacco Boxe
7. Sbarre Pull Ups
8. Wall Bars
9. Horizontal Wall Bars
10. Parallel Bars
11. Twister Bar
12. Racks per Bench Station e Squat Station
13. Sit Up Bars

**PER ALLENAMENTI FUNZIONALI, DINAMICI E DI GRUPPO**



## CORPO LIBERO - ATTREZZI SINGOLI

*Inspirati alle attrezzature dei classici "Percorsi vita", questi attrezzi hanno il vantaggio di essere realizzati in una lega acciaiata zincata, per poter garantire una maggior durata nel tempo.*



## CORPO LIBERO - ATTREZZI SINGOLI

*Per creare un'area che permetta al fruitore di allenare il proprio corpo, in maniera completa, è sempre consigliabile prevedere l'inserimento di almeno 4 attrezzature.*



# ATTREZZATURA CORPO LIBERO - CATALOGO



1) **SPALLIERA:**  
Classica spalliera verticale.



2) **SPALLIERA SVEDESE:**  
Percorso a sbarre sospese e sbarra bassa.



3) **SBARRE TRAZIONI:**  
Sbarre a due altezze per esercizi in sospensione.



4) **SBARRE 4 ALTEZZE:**  
Combo di 4 sbarre a 4 altezze differenti per evoluzioni a corpo libero.



5) **PARALLELE:**  
Barre parallele.



6) **FUNGHI DI EQUILIBRIO:**  
Percorso in sospensione su appoggi circolari.



7) **OSTACOLI:**  
Sequenza di 3 ostacoli per esercizi funzionali e di potenziamento.



8) **BARRE BASSE:**  
Barre basse per esercizi a corpo libero.



9) **TRAVI EQUILIBRIO:**  
Percorso in equilibrio su 3 travi basse.



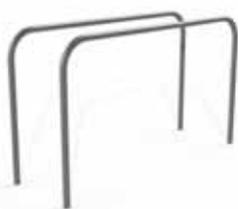
10) **PARALLELE BASSE:**  
Barre parallele basse.



11) **HALF RACK:**  
Postazione outdoor e indoor per l'allenamento con il bilanciere.



12) **POWER RACK:**  
Postazione outdoor e indoor per l'allenamento con il bilanciere.



13) **PARALLELE FREE STYLE:**  
Barre parallele classiche Calisthenics free style.



14) **PARALLELE FREE STYLE DOPPIE:**  
Doppie barre parallele classiche.



15) **PARALLELE CALISTHENICS:**  
Barre parallele.



16) **PARALLELE DUE ALTEZZE:**  
Doppie Barre Parallele con 2 altezze differenti.

# ATTREZZATURA CORPO LIBERO - CATALOGO



## 17) SBARRE BASSE 3 ALTEZZE:

Barre basse a 3 altezze.



## 18) SBARRA TRAZIONI FREE STYLE:

Sbarra Trazioni larghezza 2 mt per evoluzioni free style e utilizzo in coppia.



## 19) SBARRE TRAZIONI CALISTHENICS:

Barre trazioni a 2 altezze diverse.



## 20) SPALLIERA + BARRA TRAZIONI:

Sbarra Trazioni e Spalliera verticale.



## 21) BARRE MULTIFUNZIONE

Sbarra Trazioni e Prese a media altezza.



## 22) PANCA ADDOMINALI CALISTHENICS:

Panca reclinata con barra di aggancio piedi o supporto mani.



## 23) SPALLIERA SVEDESE CALISTHENICS:

Spalliera orizzontale sospesa, con barre in sequenza.



## 24) STEP:

Esercizi di forza esplosiva e pliometria.



## 25) STEP 3 ALTEZZE:

3 altezze diverse per livelli differenti ed esercizi di forza esplosiva e pliometria.

# FUNCTIONAL TRAINING EQUIPMENTS

## 1) KETTLEBELL STATION



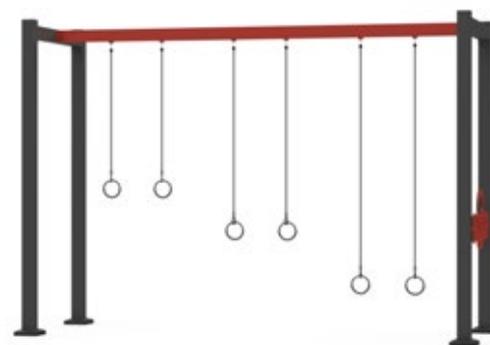
Stazione d'allenamento funzionale:  
- 3 postazioni d'allenamento  
- 3 livelli di allenamento differenti  
- 6 kg - 12 kg - 18 kg.



## 2) TRX STATION



Stazione d'allenamento funzionale TRX:  
- 3 postazioni d'allenamento  
- 3 utilizzatori contemporanei  
- 3 altezze diverse.



## 3) ROPE CLIMB



## 4) ROLLING BARS



## 5) RINGS STATION



## 6) BATTLE ROPES STATION

Postazione con corde fitness per esercizi funzionali.



## KIDS LINE

*Non ci sono parti che permettano il pizzicamento delle mani e sono realizzati per l'uso esterno in piena sicurezza.*

*La linea Kids è ispirata alla linea di attrezzature degli adulti, ma specificamente ristudiata per bambini di età compresa dai 6 ai 12 anni.*

*I macchinari Kids infatti sono pensati per migliorare le abilità coordinative e motorie del bambino in sicurezza e divertimento.*



# KIDS LINE - CATALOGO



**1) AIR WALKER:**  
Corsa in sospensione.



**2) BIKE:**  
Gambe.



**3) ELLITTICA:**  
Coordinazione di  
braccia e gambe.



**4) LEG PRESS:**  
Spinta con le gambe.



**5) SURFBOARD:**  
Oscillazioni laterali in  
coordinazione.



**6) SURFBOARD +  
TWISTER :**  
Rotazioni del busto e  
oscillazioni laterali.



**7) CIRCUITO 1:**  
- Fitness bike corpo libero  
- Thai chi spinners  
- Panca corpo libero.



**8) CIRCUITO 2:**  
- Twister station  
- Barra trazioni  
- Ellittica.



**9) CIRCUITO 3:**  
- Airwalker  
- Spalliera  
- Surfboard.



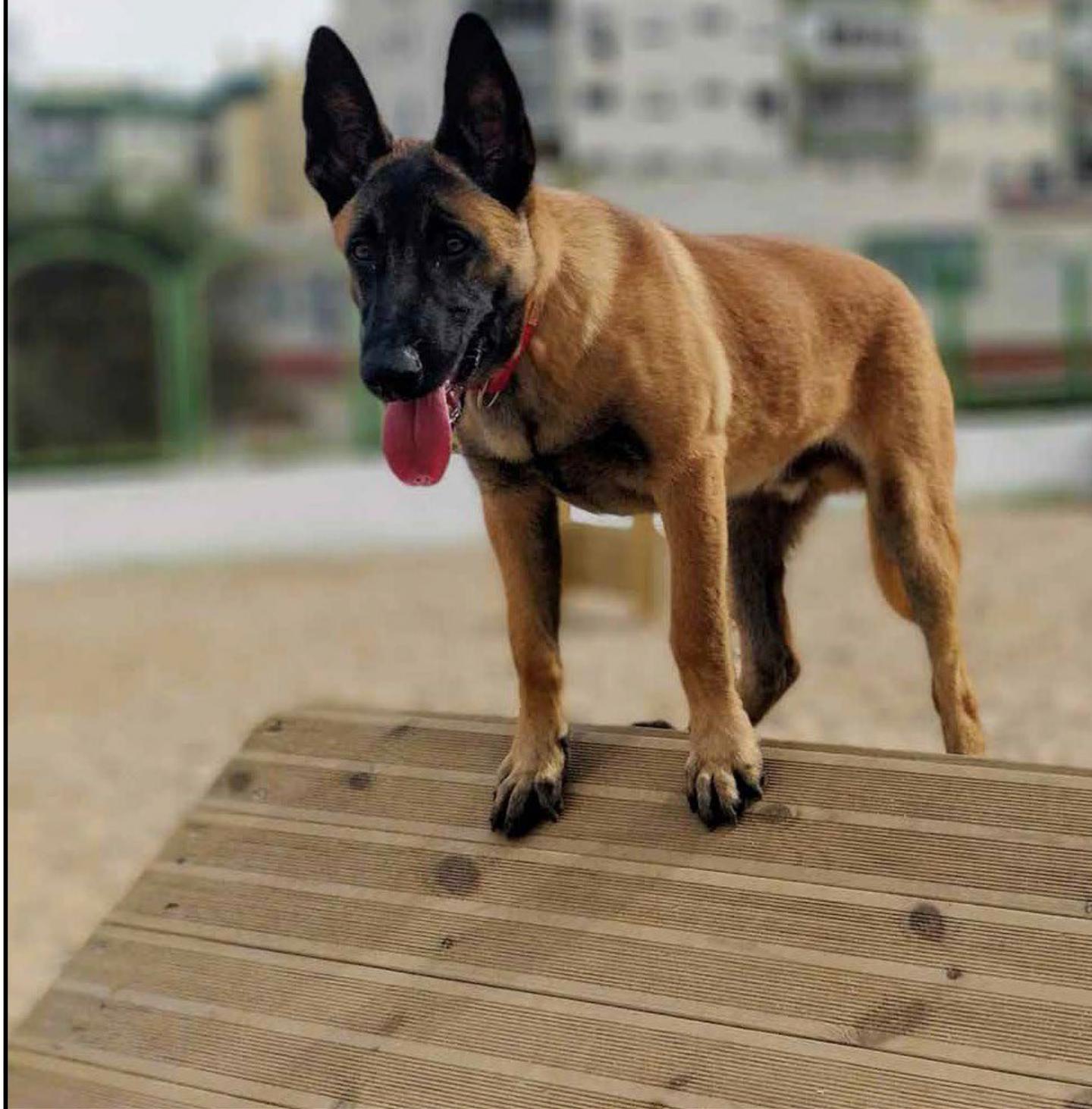
**10) THAI CHI SPINNER:**  
Esercizio per il coordinamento  
delle braccia attraverso  
rotazioni controllate.



**11) KIDSDISABLED  
MULTISTATION:**  
Shoulder Press, Thai Chi Spinners,  
Hand Bike, Horizontal Traction.

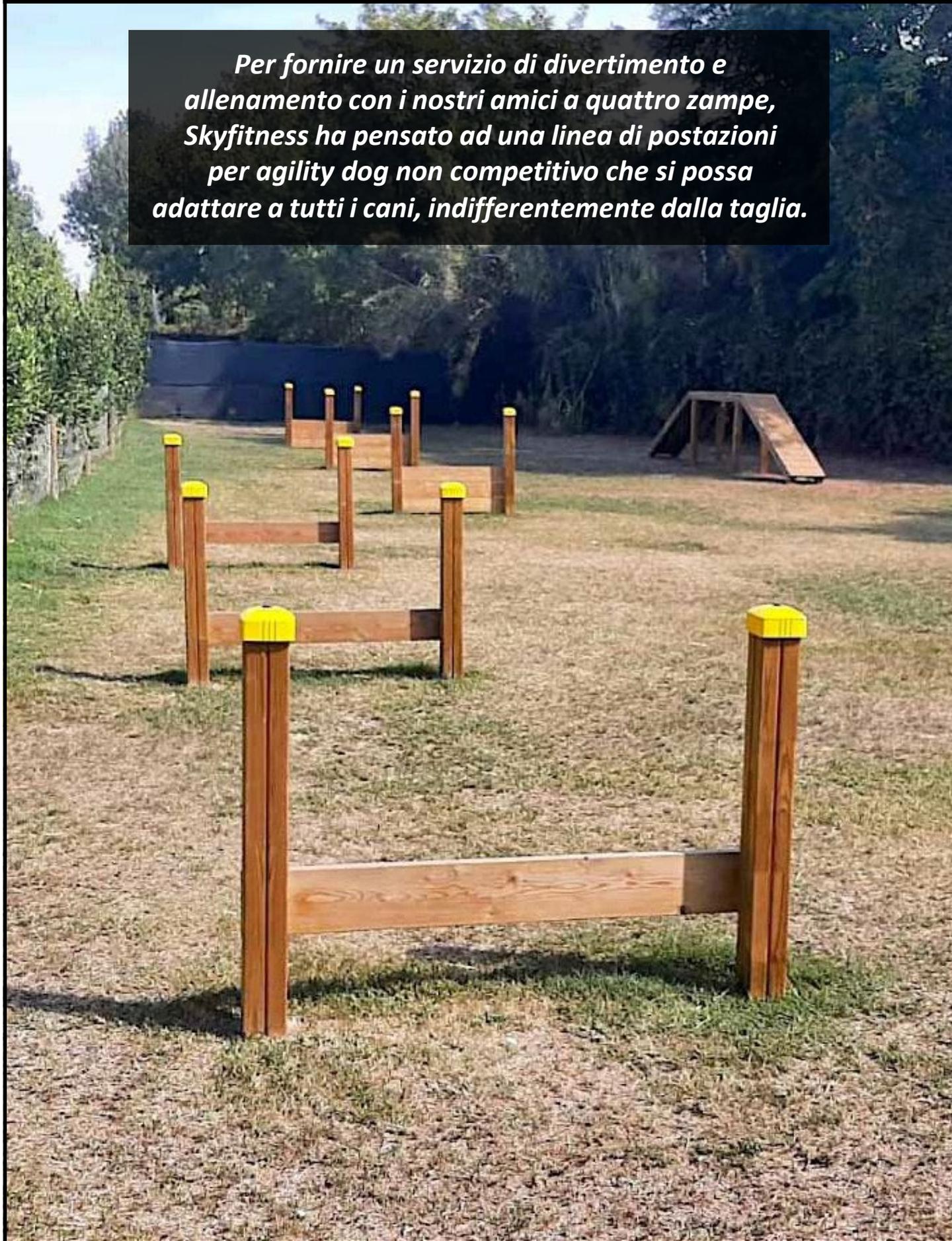
## DOGGY FITNESS

*Ispirati alle competizioni cinofile  
e realizzati per restare all'aperto.*



## DOGGY FITNESS

*Per fornire un servizio di divertimento e allenamento con i nostri amici a quattro zampe, Skyfitness ha pensato ad una linea di postazioni per agility dog non competitivo che si possa adattare a tutti i cani, indifferentemente dalla taglia.*



# CATALOGO PER GLI AMICI A QUATTRO ZAMPE



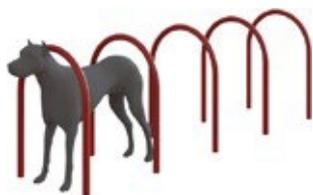
1) TRE OSTACOLI



2) PONTE



3) TETTO



4) PERCORSO



5) PONTEGGIO



6) SCALA MOBILE



7) TUNNEL



8) FINESTRA



9) SCALETTA A TERRA



10) TAVOLO



11) SLALOM RIGIDO



12) STACCIONATA



13) FONTANELLA CANE



14) FONTANELLA  
CANE & UOMO

*Una delle qualità più belle dello sport è il suo potere socializzante, la capacità di coinvolgere tante persone, a prescindere dal loro livello di allenamento e dalla loro età.*

*Chiunque, in base alle proprie capacità, può allenarsi e migliorarsi. Farlo all'aria aperta, non fa che aumentare la sensazione di benessere e diminuire lo stress.*



**REFERENTE PER IL TERRITORIO SVIZZERO**

E- [www.citiliving-ch](http://www.citiliving-ch)

**CITY LIVING & DESIGN SAGL**

Via Cantonale 119  
6998 Monteggio  
mail [cityliving@bluwin.ch](mailto:cityliving@bluwin.ch)