

# MINIGUIDE FÜR OUTDOOR FITNESS IN IHREM AUSSENBEREICH



**NORWELL**

OUTDOOR FITNESS

# MEHR ALS EIN OUTDOOR FITNESSPARK . .

Ein Norwell Outdoor Fitness Park ist nicht nur ein Fitnessstudio, welches ins Freie gezogen ist . . . . ES IST VIEL MEHR!

Ein Outdoor-Fitnesspark von Norwell bietet Raum für Bewegung für alle, unabhängig Alter und körperlicher Verfassung und kann den Wert Ihrer Umgebung deutlich steigern. Der Park kann in allen Umgebungen etabliert werden und passt sich überall an, ohne die Landschaft zu verunstalten.

Die Trainingsgeräte können mit ihrem dänischen Design, ihrer Leichtigkeit und ihrem skulpturalen Ausdruck in Erholungsgebieten wie Wäldern und Parks platziert werden, wo sie sich schön und dezent in die Natur einfügen. Gleichzeitig können die Geräte in urbaneren Umgebungen platziert werden, wo sie dank ihres minimalistischen Stils auch zu jedem Gebäude und jeder Architektur passen.

Mit einer natürlichen, inspirierenden und intuitiven Herangehensweise trainieren Sie mit ihrem eigenen Körpergewicht. So kann jeder mitmachen – unabhängig von Fitness und Alter. Ein Fitnesspark von Norwell Outdoor Fitness ist somit eine wertvolle Ergänzung Ihres Außenbereichs, der den Nutzern körperliche Aktivität und Bewegung bietet und sich mit seinem ästhetischen Design harmonisch in die Umgebung einfügt.



Machen Sie es Anwohnern, Bürgern, Gästen und Mitgliedern leicht, sich zu bewegen und im Freien zu trainieren - unabhängig deren Fitness und Gesundheitszustand - an der frischen Luft und in der Natur.



Hergestellt aus Materialien, welche Standhaft gegenüber Wind und Wetter sind und ein Minimum an Wartung erfordern. Einige der Geräte kommen komplett ohne bewegliche Teile, Bolzen und Schrauben aus.



Lesen Sie weiter und finden Sie Inspiration und Vorschläge, wie ein Fitnesspark von Norwell Outdoor Fitness maßgeschneidert für Ihren Außenbereich zusammengestellt werden könnte.



# MEHRWERT SCHAFFEN MIT EINEM NORWELL OUTDOOR FITNESS PARK



Mit einem Norwell Outdoor Fitnesspark in Ihrer Nähe schaffen Sie Mehrwert und erhöhen die Qualität Ihres Außenbereiches.

-  Macht es einfach zu trainieren
-  Machen Sie es für Gäste, Kunden, Studenten, Bürger, Mitglieder und Anwohner attraktiv, Ihren Außenbereich zu besuchen und zu nutzen
-  Schaffen Sie einen natürlichen und leicht zugänglichen Bewegungsplatz, der gut besucht wird
-  Körpertraining an der frischen Luft fördert einen gesunden Lebensstil und reduziert krankheitsbedingte Abwesenheit der Benutzer
-  Bieten Sie eine große Auswahl an Aktivitäten in Ihrer Nähe an
-  Schaffen Sie Mehrwert mit einem kostenlosen Fitness-Angebot
-  Tun Sie Mitarbeitern, Gästen, Kunden, Einwohnern, Mitgliedern und Bürgern etwas Gutes und tragen Sie zur Verbesserung der Gesundheit in Ihrer Gesellschaft bei



# FITNESS PARK **Vorschlag 1** NORWELL STARTER



Das kleine Norwell Starter-Paket ist für Sie, die einen kleinen Bereich und denen ein kleines Budget zur Verfügung steht. Hier können Sie Bürgern, Einwohnern, Mitarbeitern, Studenten und vielen anderen die Möglichkeit geben, sich auf einfache und leicht zugängliche Weise zu trainieren und in Form zu bringen.

Der Park beinhaltet Geräte, die Kraft, Ausdauer, Balance und Flexibilität trainieren. Alles in allem ein kleines, aber trotzdem großartiges und umfassendes Paket.



Dieser Park besteht aus:

- 1: NW101 Chest
- 2: NW202 Cross
- 3: NW301 Twister
- 4: NWSW110 Dual Bar

Platzbedarf: mindestens 34,5 m<sup>2</sup>



# FITNESS PARK **Vorschlag 2** NORWELL URBAN 1



Das Urban 1-Paket von Norwell ist für das moderate Budget und für Kunden, die einen Park suchen, in dem nicht viel Wartung erforderlich ist. Der Fitnesspark beinhaltet ausschließlich Fitnessstationen ohne bewegliche Teile, Bolzen und Schrauben, was bedeutet, dass die Wartung auf ein Minimum reduziert wird. Das Urban 1-Paket wird zu einem äußerst günstigen Preis angeboten und bietet Ihnen ein hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis.

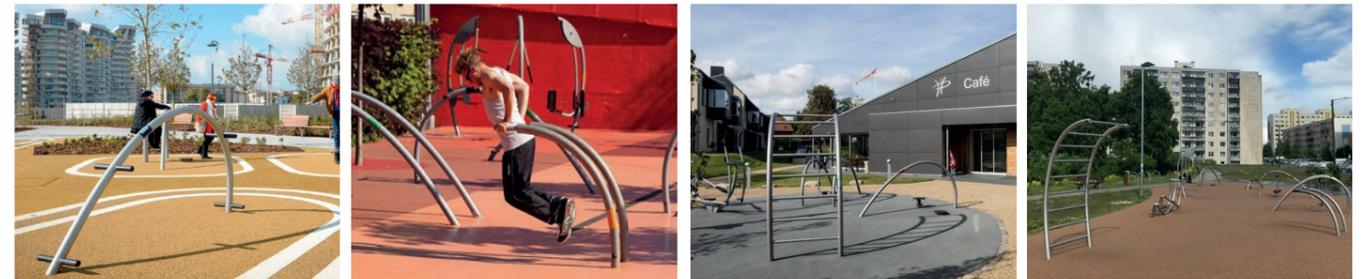
Urban 1 umfasst die 4 Trainingskategorien: Kreislauf, Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit. Kurz gesagt ein Allround-Training, wobei Sie ihr eigenes Körpergewicht als Widerstand verwenden.



Dieser Park besteht aus:

- 1: NW103 Sit-Up
- 2: NW105 Bar
- 3: NW107 Dual Pull Up
- 4: NW203 Stepper
- 5: NW401 Stretch

Platzbedarf: mindestens 77 m<sup>2</sup>



# FITNESS PARK **Vorschlag 3** NORWELL FUNKTIONELLES TRAININGSPAKET



Das Funktionelles Training-Paket von Norwell ist für Sie mit einem größeren Budget und einer mittelgroßen Außenfläche. Der Park besteht aus den neuen großen Functional Training Frame, welcher mehrere Personen gleichzeitig diverse Trainingsübungen an ein und demselben Gerät bietet. Neben der großen Trainingsanlage gibt es noch andere Geräte, die Zirkeltraining (Cardio), Gleichgewicht und Beweglichkeit abdecken.

Der Park umfasst das Training von Kraft, Kreislauf, Gleichgewicht und Beweglichkeit – alles mit Fokus auf ein ganzheitliches Körpertraining mit dem eigenen Körpergewicht.



Dieser Park besteht aus:

- 1: NW201 Air Walker
- 2: NW202 Cross
- 3: NWC608 Functional Training

Platzbedarf: mindestens 51,3 m<sup>2</sup>



# VERWANDLUNG VON RASEN ZUM FITNESSPARK



Ein lokaler Verein im dänischen Dorf Ferritslev wollte einen Norwell-Fitnesspark in seinem Stadtpark etablieren. Sehen Sie hier, wie wir beim Prozess vom grünen Rasen bis zum fertigen und durchdachten Outdoor-Fitnesspark geholfen haben, in dem alle in dem Dorf – Jung und Alt, trainiert und untrainiert – nun vom Outdoor-Training profitieren können.



# ANGEPASST UND MAßGESCHNEIDERT FÜR IHREN AUSSENBEREICH

 Wir begleiten Sie von der Idee bis zum fertigen Fitnesspark.

-  Wir sprechen mit Ihnen über Ihre Wünsche und Bedürfnisse
-  Stellen die Geräte nach Ihren Bedürfnissen zusammen
-  Visualisieren die Platzierung der Geräte mit einer Zeichnung
-  Wir betreuen und beraten beim Fallschutz und der Montage
-  Beratung bei der Beantragung von Fördermitteln
-  Helfen beim Organisieren der Lieferung und der Montage



Bauen Sie Ihren Fitnesspark mit Norwells großer Auswahl an Outdoor-Fitnessgeräten zusammen.



3D-Layout, wie Ihr Park aussehen könnte.



Eine Vielfalt an Auswahl für die Oberfläche oder Fallschutz.

# 5 GUTE GRÜNDE FÜR OUTDOOR TRAINING

 Frische Luft und Bewegung im Freien tragen zu mehr Energie bei.

-  Verbessert die Gesundheit - körperlich und geistig
-  Bereitet Freude durch gemeinschaftliches Training
-  Steht stets kostenlos zur Verfügung
-  Spendet frische Luft und Vitamin D
-  Fördert die Gesundheit und die Laune

Wenn Sie sich im Freien an der frischen Luft bewegen, können Sie auch die Vorteile von Sonnenschein und natürlichem Licht genießen. Beide geben mehr Energie für Körper und Geist. Sonnenschein liefert zudem das Vitamin D, das wir brauchen.

Wenn Sie im Freien trainieren, ist es auch möglich, mit Freunden, Kollegen oder der Familie zu trainieren. Das Training im Freien ist dann auch eine hervorragende Gelegenheit, sich während des Trainings zu treffen.

Bewegung im Freien ist völlig kostenlos, denn Fitnessparks, Sportplätze und andere Outdoor-Fitnessstudios sind in der Regel für alle zugänglich – und zwar kostenlos. Somit ist Bewegung im Freien auch gut für Ihren Geldbeutel.

Bewegung an der frischen Luft verbessert die körperliche Gesundheit. Körperliche Aktivität im Freien senkt Blutdruck und Herzfrequenz – und baut zudem Stress ab und sorgt für ein höheres Energielevel. Es verbessert die Stimmung und die Konzentrationsfähigkeit. Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft hilft beim Einschlafen und verbessert die Schlafqualität.

IHR OUTDOOR FITNESSPARK FÖRDERT SOMIT DIE GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT DER NUTZER, WAS WIDERUM WERT FÜR SIE SCHAFFT, INDEM DIE ATTRAKTIVITÄT UND BELIEBTHEIT IHRES GEBIETS STEIGT.

# WUSSTEN SIE, DASS SIE EINE FINANZIERUNG FÜR IHRE OUTDOOR-FITNESS-ANLAGE BEANTRAGEN KÖNNEN?

Wenn Sie den Bau eines Outdoor-Fitnessparks planen, haben Sie die Möglichkeit, Fördermittel dafür zu beantragen.

Gerne beraten und begleiten wir Sie zum Antragsverfahren selbst, damit Sie schnell herausfinden, welche Fördermittel Sie beantragen können und über welche Fördermittel Sie sich bewerben können.

Obwohl wir bei der Antragstellung selbst nicht helfen können, erhalten Sie bei Norwell einen einzigartigen Einblick, wie Sie die Chancen auf eine Genehmigung Ihres Förderantrags erhöhen können.

Gerne beraten wir Sie auch zu verschiedenen Überlegungen im Zusammenhang mit der Planung Ihres Outdoor-Fitnessbereichs:

- Für wen ist der Fitnessbereich ?
- Welche Geräte sind für Ihren Bereich und Bedarf geeignet ?
- Welche Art von Oberfläche oder Fallschutz bevorzugen Sie ?
- Was kostet ein solches Projekt ?



# MÖCHTEN SIE MEHR WISSEN ?

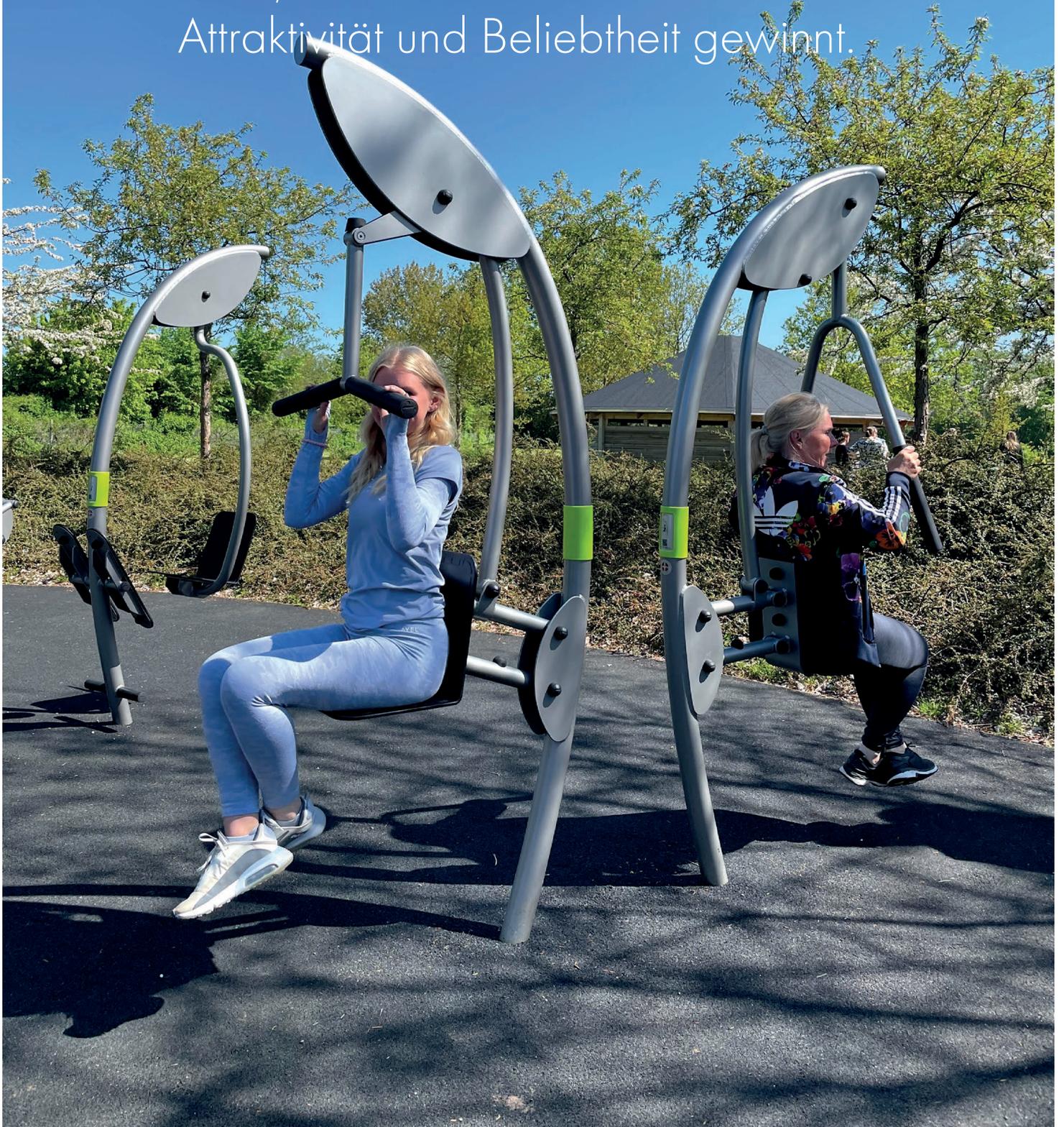
Sind Sie neugierig, wie Ihr Fitnesspark gestaltet werden kann, oder haben Sie Fragen, stehen wir stets für ein unverbindliches Gespräch bereit.

Kontaktieren Sie uns und wir können Ihnen helfen, einen Outdoor-Fitnessbereich in Ihrer Nähe, Wohnungsbaugesellschaft, Park, Schulhof oder anderem einzurichten. . . . - egal ob Sie am Anfang des Projektes stehen, bereit sind, Fördermittel zu beantragen oder bereit, ein Angebot einzuholen – wir freuen uns von Ihnen zu hören.

E-mail: [info@norwell.de](mailto:info@norwell.de)  
Tlf: +49 15678 208869  
Web: [www.norwell.de](http://www.norwell.de)



Ein Outdoor-Fitnesspark fördert die  
Gesundheit und Lebensqualität der Nutzer  
– und schafft dadurch einen Mehrwert für  
Sie, indem Ihr Außenbereich an  
Attraktivität und Beliebtheit gewinnt.



**NORWELL**

**OUTDOOR FITNESS**