

Xtube

Es gibt viele Tube-Trainingsysteme, doch keines ist so einfach, durchdacht und komplett wie Xtube. Mit Xtube können Sie ein Ganzkörpertraining gestalten, das Ihnen Spass macht.

Mit den verstellbaren Tubes ist es Ihnen möglich, die Stärke zu variieren und somit Ihren Erfolg auch messbar zu machen. Sehen Sie sich die Übungsbeispiele in diesem Prospekt an und lassen Sie sich zu neuen Übungen inspirieren. Viel Spass!

There are lots of tube training systems, yet none is as simple, intelligently-designed or thorough as Xtube. With Xtube, you can design a complete-body training regime that's also fun to complete.

The adjustable tubes allow you to vary the training intensity and, in the process, also make your success measurable. Take a look at the training examples in this brochure and allow yourself to become inspired to try new exercises. Enjoy yourself!

Il existe de nombreux systèmes d'entraînement à tubes, mais aucun n'est aussi simple, aussi bien pensé et aussi complet que le Xtube. Le Xtube vous permet de réaliser un entraînement physique intégral et agréable.

Avec les tubes réglables, vous pouvez varier l'intensité et mesurer ainsi votre succès. Reportez-vous aux exemples figurant dans ce prospectus et puisiez-y l'inspiration pour créer de nouveaux exercices. Bon entraînement!

Vi sono tanti sistemi di allenamento con gli elastici, ma nessuno è così semplice, studiato a fondo e completo come Xtube. Con Xtube potete ideare una serie di allenamenti con i quali esercitare ogni parte del vostro corpo, divertendovi nello stesso tempo.

Con gli elastici regolabili potete variare la forza e rendere così anche valutabili i vostri risultati. Date un'occhiata agli esempi di esercizi riportati in questo prospetto: potrete trarre ispirazione per nuovi esercizi. Buon divertimento!

Tubes

- Soft
- Medium
- Strong

Inhalt

Universalhalterung, Tubes, Handgriffe, Fussschlaufen

Contenu

Fixation de porte, Tubes, Poignées, Sangles pour les pieds

Contenuto

Barre entroporta per trazioni, Elastici tubolari per fitness, Manopole, Lacci fitness per i piedi

Content

Door attachment, Tubes, Hand-grips, Ankle straps



adatto

adatto GmbH · Menznauerstrasse 2 · CH-6110 Wolhusen
Tel +41 41 490 49 06 · Fax +41 41 490 49 09
www.adatto.ch · info@adatto.ch

Einfach

Schnell

Vielseitig

Schulter
Shoulders
Epaules
Spalle



1

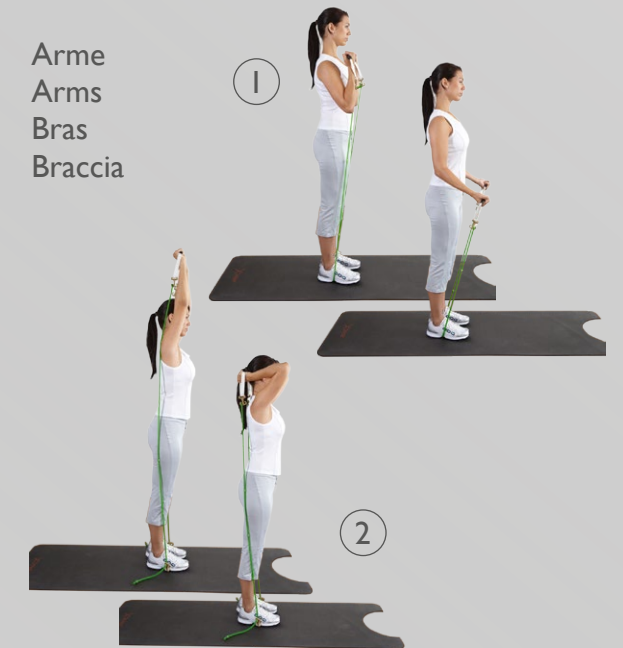
Beine/Bauch
Legs/stomach
Jambes/Ventre
Gambe/addome



Bauch
Stomach
Ventre
Addome



Arme
Arms
Bras
Braccia



1

2

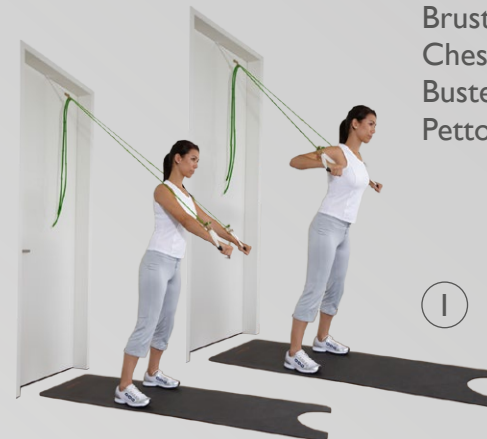


2

Beine / Po
Legs/bottom
Jambes/Fessier
Gambe/natiche



Brust
Chest
Buste
Pettorali



1

Rücken
Back
Dos
Spalle



1



3

Beine aussen
Legs outer
Extérieur jambes
Gamba
(parte esterna)



2



2

