Wiba Sport AG
Spahau 1 • 6014 Luzern
Telefon 041 250 80 80
info@wiba-sport.ch
www.wiba-sport.ch







Produktinformationsblatt

Kübler Sport® Turnstab aus Holz

Turnstäbe zählen zu den klassischen Kleinsportgeräten und können sowohl für die Bewegungserziehung als auch für gymnastische Übungen eingesetzt werden.
Der Turnstab besteht aus Kiefernholz und hat abgerundete Ecken, die für eine höhere Sicherheit sorgen.
Turnstäbe bieten vielfältige Möglichkeiten für Sport und Gymnastik. Der Turnstab kann z.B. für die Kräftigung der Rücken-, Arm- und Schultermuskulatur verwendet werden.
Übung 1: Aufrecht auf einen Stuhl setzen, den Turnstab mit beiden Händen an den Enden fassen und senkrecht über dem Kopf halten. Mit geradem Rücken den Oberkörper nach vorne neigen und abwechselnd von rechts nach links bewegen.
Übung 2: Den Turnstab mit beiden Händen in schulterbreitem Abstand waagerecht nach vorne halten. Abwechselnd versuchen, den Turnstab zusammen zu schieben bzw. auseinander zu ziehen.
Turnstab aus Kiefernholz
Abgerundete Ecken

Artikelnummer: G4089

Zubehör zum Artikel