



(10) **DE 20 2020 102 771 U1** 2020.07.16

(12)

Gebrauchsmusterschrift

(21) Aktenzeichen: **20 2020 102 771.9**
(22) Anmeldetag: **15.05.2020**
(47) Eintragungstag: **07.06.2020**
(45) Bekanntmachungstag im Patentblatt: **16.07.2020**

(51) Int Cl.: **A63B 1/00 (2006.01)**
A63B 7/02 (2006.01)

(73) Name und Wohnsitz des Inhabers:
Neuser, David, 55288 Partenheim, DE

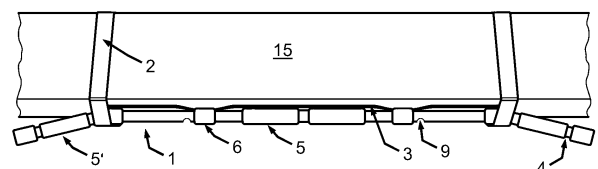
(74) Name und Wohnsitz des Vertreters:
**Kanzlei Rheinpatent Kodron & Mackert GbR,
55118 Mainz, DE**

Die folgenden Angaben sind den vom Anmelder eingereichten Unterlagen entnommen.

(54) Bezeichnung: **Trainingsgerät insbesondere für den Outdoorbereich**

(57) Hauptanspruch: Trainingsgerät für den Outdoorbereich, gekennzeichnet durch

- zumindest zwei Gurtschlaufen (2),
- die über einen Verbindungsgurt (3) miteinander verbunden sind und
- eine Klimmzugstange (1), die mit dem an der Klimmzugstange (1) anliegenden Verbindungsgurt (3) über Befestigungsmittel lösbar verbunden ist,
- wobei die Gurtschlaufen (2) quer zur Längsachse der Klimmzugstange (1) verlaufend zum Anordnen und lösbaren Befestigen des Trainingsgerätes an einem Trägerelement (15) geeignet ausgebildet sind.



Beschreibung

[0001] Die vorliegende Erfindung bezieht sich auf ein Trainingsgerät insbesondere für den Outdoorbereich gemäß dem Oberbegriff des Anspruchs 1.

[0002] Derartige Trainingsgeräte werden zu Fitnessübungen und zum Muskelaufbautraining verwendet. Hierbei ist das erfindungsgemäße Trainingsgerät so konzipiert, dass das eigene Körpergewicht der trainierenden Person als Trainingsgewicht dient.

[0003] Derartige Trainingsgeräte sind in Form von Klimmzugstangen bereits lange bekannt und im Einsatz. Hierbei werden Klimmzugstangen in der Regel an den Wänden eines Übungsraums oder auch von der Decke hängend angeordnet und in der Höhe so angepasst, dass die trainierende Person sich an die Klimmzugstange hängen kann und idealerweise hierbei beim Training die Füße den Boden nicht berühren. Der zentrale Trainingsaspekt liegt hierbei darin, dass sich der Trainierende mit den Händen an der Klimmzugstange hält und sein Körpergewicht nach oben zieht. Hierbei gibt es allerdings verschiedene Variationen wie dies erfolgen kann, wobei das Training sich grundsätzlich verstärkt auf den Muskelapparat des Oberkörpers bezieht.

[0004] Derartige Trainingsanordnungen und -Vorrichtungen sind in der Regel stationär angebracht, sei es nun im privaten Fitnessbereich oder in gewerblich betriebenen Fitnessstudios, in denen das Training durchgeführt wird. Der Vorteil einer Nutzung eines Trainingsgeräts, welches sich das eigene Körpergewicht als Belastung zu Nutze macht ist, dass im Gegensatz zu anderen Trainingsgeräten keine aufwendigen Mechaniken und Gewichtsanordnungen erforderlich sind, die insbesondere im privaten Bereich schwer realisierbar sind. Professionelle Fitnessgeräte bleiben daher häufig den Fitnessstudios vorbehalten und weisen nur in geringem Maße Flexibilität in Bezug auf die Anwendung auf, insbesondere was ein Training in wechselnder Umgebung anbetrifft.

[0005] Grundsätzlich hat das Training mit Belastung durch das eigene Körpergewicht Vorteile gegenüber Trainingsgeräten, die mit externen Gewichten und Mechaniken arbeiten, da in der Regel ein hohes Maß an Körperspannung gefördert wird. Zudem kann es grundsätzlich erreicht werden, hier ein Training auch außerhalb von geschlossenen Räumen durchzuführen, da die Komplexität der Trainingsgeräte niedriger ist. Allerdings ist gerade in Bezug auf Klimmzugstangen häufig noch eine stationäre Anordnung vorzufinden, was vielerlei Anwendungen im Stand der Technik zeigen.

[0006] Aus der Veröffentlichung DE 10 2012 000 211 A1 ist eine Vorrichtung zum Muskelaufbautraining offenbart, bei der eine Greif-

vorrichtung, beispielsweise eine Klimmzugstange, an Seilen aufgehängt ist, wobei diese Aufhängungsseile an einer Einhängevorrichtung eingehängt werden können, die an der Wand eines Raumes installiert ist. Zudem ist eine Seilumlenkung an der Decke vorgesehen, sodass hier eine Klimmzugstange in verstellbarer Höhe von der Decke herabhängend genutzt werden kann.

[0007] Eine alternative Befestigung wird beispielhaft offenbart in der Publikation DE 10 2019 112 563 A1, bei der eine Klimmzugstange zwischen zwei einander gegenüberliegenden Flächen verklebmt wird. Es ist hierfür eine Teleskopstange vorgesehen, um diese Stange zwischen einem Türrahmen anpassen und verklebmen zu können. Diese Anordnung ist was Ihre Anwendung anbetrifft stark limitiert und hat zudem den Nachteil, aufgrund der niedrigen Bauhöhe von Türrahmen in Räumen in der Höheneinstellung nur für kleinere Personen geeignet zu sein.

[0008] Eine mobile Anordnung eines Übungsgerätes an der Wand eines Raumes ist durch die Veröffentlichung DE 20 2015 107 050 U1 offenbart, wobei eine Klimmzugstange in dieser Lösung an einem Auslegerarm angeordnet ist, der wiederum lösbar an einer Adapterplatte befestigt werden kann, die fest an der Wand eines Raumes angeordnet ist. Auf diese Weise soll lediglich erreicht werden, dass das Trainingsgerät von der Wand abgenommen werden kann. Die Adapterplatte kann hierbei auch außerhalb von Räumen beispielsweise an einem vertikalen Objekt, beispielsweise einem Baumstamm, angeordnet sein. Allerdings sind auch hier die Einsatzmöglichkeiten beschränkt und der sichere Halt beispielsweise an der unebenen Oberfläche eines Baumstamms eher fraglich.

[0009] Eine andere Möglichkeit der Anordnung derartiger Trainingsgeräte ist eine Verspannung zwischen Decke und Boden eines Raums, wie diese beispielhaft in der Veröffentlichung DE 20 2018 002 402 U1 offenbart wird. Es sind hierfür spezielle verstellbare Füße vorgesehen, die längenangepasstbar eine sichere Verspannung zwischen Decke und Boden eines Raumes ermöglichen. An diesem derart verspannten Gerüst kann beispielsweise auch eine Klimmzugstange angeordnet sein. Eine Anwendung außerhalb von Räumen ist hier konstruktiv nicht vorgesehen.

[0010] Schließlich ist eine besonders weit verbreitete konstruktive Lösung die stationäre Anordnung von stangenartigen Trainingsgeräten an Raumwänden, wie diese beispielsweise in der Veröffentlichung DE 20 2019 001 100 U1 offenbart ist. Hier wird eine Trainingswand fest an einer Wand eines Raumes angeordnet, in diesem Fall in Schrankform, sodass das Trainingsgerät durch Schließen des Schrankes optisch ansprechend verstaut werden kann. Die An-

ordnung von derartigen Trainingsgeräten stationär an Wänden ist hierbei weit verbreitet in unterschiedlichen konstruktiven Lösungen und ermöglicht ebenfalls konstruktiv bedingt keine Anwendung außerhalb von Räumen.

[0011] Vor diesem Hintergrund liegt die Aufgabe des erfindungsgemäßen Trainingsgeräts für den Outdoorbereich darin, eine Klimmzugstange für die mobile Anwendung und Anordnung im Outdoorbereich zu schaffen. Hierbei soll eine flexible Anordnung an unterschiedlichen Befestigungselementen möglich sein sowie eine Verstellbarkeit und leichte und schnelle Anordnung an und wieder Ablösung von einem Trägerelement. Die Mobilität des Trainingsgeräts soll hierbei immer gewährleistet sein.

[0012] Erreicht wird dies erfindungsgemäß durch ein Trainingsgerät für den Outdoorbereich mit den kennzeichnenden Merkmalen des Anspruchs 1.

[0013] Die Unteransprüche haben vorteilhafte Ausgestaltung des Trainingsgeräts für den Outdoorbereich zum Gegenstand.

[0014] Erreicht wird die erfindungsgemäße Lösung durch eine Vorrichtung, die zum einen eine Klimmzugstange umfasst und zum anderen ein Gurtsystem, welches dazu geeignet ist, diese Klimmzugstange sicher zu halten und gleichzeitig an einem in der Regel in etwa horizontal verlaufenden Trägerelement sicher anordnen zu können. Hierbei ermöglicht die konstruktive Lösung des Gurtsystems eine flexible Anordnung an Trägerelementen unterschiedlichen Durchmessers, wodurch der flexible Einsatz des Trainingsgeräts für den Outdoorbereich sichergestellt ist.

[0015] Es ist hierbei vorgesehen, zumindest zwei Gurtschlaufen über das Gurtsystem mit der Klimmzugstange zu verbinden, wodurch ein sicherer Halt der Klimmzugstange beispielsweise an einem horizontal verlaufenden Balken gegeben ist.

[0016] Anwendungsbereiche und Trägerelemente für das Trainingsgerät für den Outdoorbereich sind hierbei beispielsweise querverlaufende Balken, wie diese an Konstruktionen wie Fußballtoren, Torbögen oder anderen Bauten wie Terrassen oder auf Holzgerüstkonstruktionen basierende Bauten wie Carports vorkommen. Neben diesen Konstruktionen ist allerdings auch eine Anwendung an sich natürlich ergebenden Trägerelementen wie in etwa horizontal verlaufenden Ästen von Bäumen denkbar, da hier gerade die konstruktive Lösung mit den flexiblen Gurtschlaufen eine gute Anpassung ermöglicht.

[0017] Das erfindungsgemäße Gurtsystem sieht hierbei vor, dass ein Gurtabschnitt als Verbindungsgurt in etwa parallel zur Klimmzugstange verläuft und

bereits Befestigungsmittel aufweist, um die Klimmzugstange lösbar über den Verbindungsgurt mit dem Gurtsystem zu verbinden.

[0018] An den freien Enden des in etwa parallel zur Klimmzugstange verlaufenden Verbindungsgurts sind Schlaufen vorgesehen, in denen die Gurtschlaufen zur Befestigung an einem in etwa horizontal verlaufenden Trägerelement angeordnet sind. Diese Gurtschlaufen können in einer vorteilhaften Gestaltung der Erfindung fest mit dem Verbindungsgurt in diesen Schlaufen verlaufend vernäht sein, um die Stabilität der Fixierung der Klimmzugstange an einem Trägerelement sicher zu stellen. In weiteren Ausführungsformen des Trainingsgeräts für den Outdoorbereich ist zumindest eine weitere in etwa mittig angeordnete Gurtschlaufe zur Befestigung der Klimmzugstange an einem Trägerelement vorgesehen. Die Zahl und Anordnung der Gurtschlaufen kann hierbei auch beispielsweise in Bezug auf das Eigengewicht der trainierenden Person variieren.

[0019] Die in etwa rechtwinklig zum Verbindungsgurt verlaufenden zumindest in etwa endständig am Verbindungsgurt angeordneten Gurtschlaufen weisen eine Länge auf, die eine flexible Befestigung der Klimmzugstange an Trägerelementen unterschiedlichen Querschnitts ermöglichen. Hier ist eine Länge von einem Meter bis 1,30 m als zweckdienlich vorgesehen. Die vorliegende Gurtschlaufe weist hierbei an einem freien Ende ein offenes Gurtende auf und an dem zweiten freien Ende eine Gurtklemme, die in unterschiedlicher Ausgestaltung ein Verspannen des Gurtes um das Trägerelement ermöglicht und lösbar sichert.

[0020] Die Gurtklemme kann hierbei beispielsweise eine mechanisch gelenkig angeordnete und durch eine Federkraft beaufschlagte Klemmbacke aufweisen, die derart angeordnet ist, dass bei der Anordnung der Gurtschlaufe am Trägerelement das freie Ende durch diese Gurtklemme hindurchgeführt und fest angespannt werden kann, wobei die Verspannung gegen die vorliegenden Zugkräfte wirkend die Klimmzugstange sicher hält.

[0021] Zum Lösen der Verspannung ist vorgesehen, das federbelastete Klemmbackenelement anzuheben und somit den Gurt durch die Gurtklemme führen und so die Gurtschlaufe lösen zu können. Grundsätzlich sind hier konstruktive Lösungen vorgesehen, die in ausreichender Form die Verspannung des Gurtes zu sichern im Stande sind. Dies kann auch durch bestimmte Formen von flächig angeordneten Klettverbindungen und anderen Verbindungselementen erfolgen, die eine Gurtsicherung ermöglichen.

[0022] Die Befestigungselemente des Verbindungsgurtes mit der Klimmzugstange können hierbei in Form von elastischen Ösen vorliegen, in die die Zug-

stange eingeschoben werden kann. Es ist auf diese Weise ein sicherer Halt des Verbindungsgurtes parallel zur Klimmzugstange gewährleistet und zum anderen aber auch ein leichtes Einführen und Entnehmen der Klimmzugstange in diese Aufnahmen.

[0023] Alternativ ist auch hier beispielsweise eine Anordnung von Klettbandabschnitten zweckdienlich, die dann um die aufgehängte Klimmzugstange geschlossen werden können. Diese Klettabschnitte können gleichmäßig über den Verbindungsgurt verteilt angeordnet sein, wobei zumindest zwei dieser Befestigungselemente vorgesehen sind, um den Verbindungsgurt und somit das Gurtsystem lösbar mit der Klimmzugstange zu verbinden.

[0024] Auch an den quer hierzu verlaufenden randständig angeordneten Gurtschlaufen zur Anordnung an einem Trägerelement können weitere schlaufenartige Befestigungselemente vorgesehen sein, um den nicht benötigten überstehenden Bereich der Gurtschlaufen zu halten und zu führen, so dass die nicht benötigte Überlänge des Gurtes der Gurtschleife ebenfalls um das Trägerelement herum lösbar fixiert wird. Auch dies kann in einer alternativen Bauform durch Klettabschnitte unterstützt werden.

[0025] Zweckdienlicher Weise ist in einer Bauform der Erfindung der Verbindungsgurt aus zwei aufeinander liegenden Nylongurtabschnitten gefertigt, die an mehreren Stellen miteinander vernäht sind. Es hat sich hierbei als vorteilhaft ergeben, dass die Gurte aus stark belastungsfähigem Nylon gefertigt sind, um die Gewichtskräfte beim Trainieren an der Klimmzugstange aufnehmen zu können. Für die Gurtschlaufen hat sich hierbei verwobenes Nylonmaterial als besonders belastbar und somit geeignet für die Herstellung ergeben.

[0026] Für die Ausführung fest miteinander vernähter Nylongurtkomponenten der Gurtschlaufen mit dem quer hierzu verlaufenden Verbindungsgurt ist zudem vorteilhaft festzustellen, dass auf diese Weise ein einteilig ausgebildetes Gurtsystem gebildet wird. Das heißt, es sind keine Gurtelemente vorhanden, die sich in der Anwendungsposition zueinander verändern können oder die beispielsweise abhandkommen können.

[0027] Gerade die Ausrichtung auf eine Nutzung im Outdoorbereich ergibt die Erfordernis, dass das Gurtsystem und die Klimmzugstange immer wieder abgebaut und abgenommen werden müssen, wobei ein Verlust einzelner baulicher Komponenten oder auch eine falsche Konstruktion beim Aufbau möglich sind. Durch das feste Vernähen der zumindest zwei Gurtschlaufen mit dem an der Klimmzugstange anliegenden Verbindungsgurt kann hierbei sichergestellt werden, dass diese baulichen Elemente des Gurtsystems immer in korrekter Position zueinander ver-

bleiben und leicht mit der Klimmzugstange verbunden werden können. Zudem ist es auch möglich, die Klimmzugstange am Gurtsystem zu belassen und somit auch hier den Auf- und Abbau zu beschleunigen.

[0028] Eine vorteilhafte Bauform sieht hierbei vor, dass der mittlere Verbindungsgurt in seiner Länge verstellbar ausgebildet ist. Hier ist eine technische Lösung, den Verbindungsgurt über Gurtklemmen in seiner Länge zu verstellen. Hier ist bei einer doppellagigen Ausbildung ein verkürzbarer Bereich integriert, der über Schnallen und zumindest eine Gurtklemme die Längen Anpassung ermöglicht. Auch können hier Klettverbindungen zur Längenverstellbarkeit genutzt werden.

[0029] Um an dieser Stelle die Mobilität der Vorrichtung noch zu verbessern ist vorgesehen, dass die Klimmzugstange teilbar ausgebildet ist. Es ist hierbei zumindest vorgesehen, dass eine zentrale mittige Trennstelle die Klimmzugstange in zwei Teile unterteilt, die beispielsweise miteinander durch eine Verschraubung zu verbinden sind. Andere Alternativen wären über ein Gummiband verbundene Stecksysteme, wie diese beispielsweise aus dem Campingbereich bekannt sind. Durch eine teilbare Klimmzugstange wird vorteilhafter Weise erreicht, dass die gesamte Trainingsvorrichtung sehr kompakt verstaubar sein kann, wobei auch eine Teilung in mehr als zwei Teile, beispielsweise drei oder vier Teile, zur Erreichung einer kleineren Baugröße möglich ist.

[0030] Die verwendeten Gurtklemmen sind in einer vorteilhaften Ausführung aus Edelstahl gefertigt und haben hierbei in etwa die Maße von Länge und Breite von je 5 cm bei einer Höhe von 2 cm. Diese kompakte Bauform ist ebenfalls vorteilhaft was die Mobilität der Trainingsvorrichtung anbetrifft. Die Breite der Gurtklemmen ist hierbei auf die Breite der verwendeten Nylongurte abzustimmen, die wiederum im Verhältnis zur Gewichtslast der Trainingsvorrichtung gewählt werden.

[0031] In einer vorteilhaften Weiterbildung der Erfindung ist eine Klimmzugstange vorgesehen, die nicht als durchgängig gerade ausgebildete Klimmzugstange vorliegt, sondern deren Enden leicht abgewinkelt oder gebogen sind, um hier weitere Trainingsoptionen verwirklichen zu können. Insbesondere beim Angreifen an den Außenenden der Klimmzugstange ist es für den Trainierenden vorteilhaft, wenn hier ein abgewinkelter Verlauf vorliegt. Dieser Winkel kann in einer zweckmäßigen Bauform in etwa 15 Grad gegenüber der Längsachse der Klimmzugstange betragen.

[0032] Neben diesen Formgebungen sind auch weitere Gestaltungen in der Formgebung der Klimmzugstange vorgesehen, beispielsweise ein abgestufter Verlauf der Klimmzugstange, der eine Ausbildung bestimmter gegenüber der Längsachse der Klimmzug-

stange abgesenkter Griffbereiche ermöglicht. Dies kann beispielsweise das Angreifen an definierten Griffzonen erleichtern.

[0033] Eine weitere Besonderheit der Klimmzugstange ist in einer Bauform darin zu sehen, dass die Klimmzugstange mehrere Bohrungen zur Aufnahme beispielsweise von Handgriffen, Handschlaufen oder anderen Hilfsmitteln aufweist. Es liegen zumindest zwei, in einer vorteilhaften Bauform sechs solcher Bohrungen vor, um beispielsweise Handgriffe in Form von Hufeisengriffen mit der Klimmzugstange verbinden zu können, um so die Klimmzugstange für bestimmte Trainingsmethoden nutzen zu können. Zudem ist so möglich, die Klimmzugstange auch unmittelbar an einem Trägerelement befestigen zu können und trotzdem ein gutes Angreifen an der Klimmzugstange über die Handgriffe zu ermöglichen.

[0034] Die Bohrungen in der Klimmzugstange können hierbei mit eingelassenen Verschraubungen bzw. Gewinden versehen sein, in die entsprechende Schraubverbindungen der Handgriffe oder separate Schraubkörper eingreifen, die eine Verbindung mit den Handgriffen ermöglichen. Die Handgriffe können demnach entweder selbst mit entsprechenden Schraubfortsätzen versehen sein oder über entsprechende Aufnahmen verfügen, in die Verbindungsmittel befestigbar sind, die wiederum ihrerseits in die Aufnahmen der Klimmzugstange eingreifen.

[0035] Eine vorteilhafte Ausgestaltung der Klimmzugstange sieht hierbei vor, dass jeweils in gleicher Ausrichtung an der Klimmzugstange 6 Verschraubungen beziehungsweise Bohrungen vorgesehen sind, die in einer vorteilhaften Bauform von der Stangenmitte ausgehend einen Abstand von 12 cm, 27 cm und 42 cm aufweisen. Diese Abstände sind für verschiedene Trainingsübungen mit eingesetztem Trainingszubehör wie beispielsweise Handgriffen gut geeignet.

[0036] In einer vorteilhaften Bauform der Klimmzugstange sind 6 Aufbohrungen in etwa gleichmäßig über deren Länge verteilt mit einem 6er Bohrer eingelassen. In den 4 mittleren Aufbohrungen werden jeweils eine Rändelschraube M6 und eine Sechskant-Verlängerungsmutter bzw. Gewindemuffe fest miteinander verschraubt. An den 2 äußeren Aufbohrungen sind jeweils 1 Ringschraube M6 und eine Sechskant-Verlängerungsmutter bzw. Gewindemuffe miteinander verschraubt.

[0037] Durch die Rändelschrauben wird zum einen eine Distanz zwischen Trägerelement und Klimmzugstange hergestellt, da sie wie ein Distanzblock wirkt. Zum anderen dient die Rändelschraube als Halterung für die in die Bohrung versenkt eingelassene Sechskant-Verlängerungsmutter, in die wiederum die Trainingskomponenten wie Hufeisengriffe oder Sprint-

gurte und Widerstandsbänder eingeschraubt werden können.

[0038] Neben der Aufnahme von Handgriffen oder Schlaufen und ähnlichem als Zubehör für den Angriff an der Klimmzugstange ist vorgesehen, in diese Aufnahmen bzw. Bohrungen an der Unterseite der Klimmzugstange weitere Trainingszubehörgenstände befestigen zu können. Insbesondere handelt es sich hierbei um gurtartige oder bandartige Trainingselemente wie Flexbänder, Sprintgurte oder auch Widerstandsbänder, die an der Klimmzugstange befestigt werden können.

[0039] Hierbei ist wiederum vorteilhaft, dass über die mobile Anbringung der Klimmzugstange über das Nylongurtsystem diese zusätzlichen Trainingselemente an geeigneten Trägerelementen angebracht werden können, die auch eine sportspezifische Anwendung erlauben. So ist beispielsweise speziell für das Torwarttraining im Fuß- oder Handball eine Verbindung des Trainingsgeräts für den Outdoorbereich mit Widerstandsbändern oder Sprintgurten angedacht, um Sprintübungen oder auch Torwartübungen durchzuführen, die gegen den Widerstand eines an der Klimmzugstange angebrachten elastischen Bandes durchgeführt werden können.

[0040] Aber auch für andere Sportarten, beispielsweise Kampfsportarten, ist hier ein klarer Vorteil darin zu sehen, dass elastische Bänder, beispielsweise Widerstandsbänder in variabler Länge an Händen oder Füßen gehalten oder befestigt mit der Klimmzugstange verbunden werden können. Auf diese Weise sollen Kick- und Boxübungen gegen den Widerstand der angeordneten Bänder an dem Trainingsgerät durchgeführt werden können.

[0041] Schließlich ist als weitere lediglich beispielhaft zu verstehende Nutzung die Anbringung an einem Ruder- oder Paddelboot möglich, so dass durch das Trainingsgerät die Ruder oder Paddel mit entsprechenden Bändern verbunden werden können, um so einen höheren Trainingswiderstand zu simulieren, der dem tatsächlichen Training im Wasser nahe kommt. Alternativ können auch lediglich die Ruder oder Paddel mit entsprechenden Bändern verbunden werden, ohne das Trainingsgerät an einem Ruder- oder Paddelboot anzuordnen. Auch hier ist die flexible Anbringung der Trainingsvorrichtung in Kombination mit Flex- oder Widerstandsbändern ein wesentlicher Vorteil, um Trockenübungen durchführen zu können.

[0042] In diesem Zusammenhang sind verschiedene technische Lösungen vorgesehen, wie diese Verbindung mit der Klimmzugstange erfolgen soll. Es ist hierbei sowohl möglich, ösenartige Aufnahmekörper in die Aufnahmen bzw. Bohrungen der Klimmzugstange einzuführen, die wiederum der Aufnahme von

Flexbändern oder Widerstandsbändern dienen können. Insofern wäre dann in diese Aufnahmen das entsprechende Band an der Klimmzugstange einsetzbar.

[0043] Eine weitere vorteilhafte Gestaltung ist die Ausbildung speziell für diese Anwendungen geeigneter flexibler oder elastischer Bänder, die über entsprechende Verbindungselemente zur Klimmzugstange verfügen. Hier wäre beispielsweise ein Stecksystem denkbar, in dem an den flexiblen Bändern zumindest zwei Steckkörper angeordnet sind, die in die entsprechenden Aufnahmen in der Klimmzugstange lösbar eingreifen und insofern die Verbindung zwischen den elastischen Bändern und der Klimmzugstange bewirken. Ein besonderer Vorteil dieser Lösung ist darin zu sehen, dass die an den flexiblen Bändern angeordneten Befestigungspunkte zum einen in ihrem Abstand zueinander genau auf den in der Klimmzugstange vorgesehenen Abstand zwischen den entsprechenden Aufnahmen abgestimmt sind. Zum anderen ist auf diese Weise sichergestellt, dass die Länge der von der Klimmzugstange abgehenden freien Enden der elastischen Bänder, beispielsweise der Flexbänder, gleich bemessen ist und es nicht erforderlich ist, hier die Länge der überstehenden freien Enden erst einstellen und fixieren zu müssen.

[0044] Eine mögliche Verbindung sind Steckverbindungen, die beispielsweise einen federgelagerten Haltekörper aufweisen, der in die Aufnahme in der Klimmzugstange einrastet und gegen die Federkraft durch Druck auf einen Hebel wieder ausrastet.

[0045] Neben diesen Befestigungen durch Steckverbindungen in entsprechende Aufnahmen sind auch, wie bereits ausgeführt, einschraubbare Verbindungskörper vorgesehen, die beispielsweise drehbar gelagert an einem Haltepunkt an den elastischen Bändern angeordnet sein können, so dass das Befestigungselement mittels des Gewindes eingeschraubt werden kann, ohne dass das flexible Band zu verwinden ist.

[0046] Eine weitere alternative Lösung sind zapfenartige Steckverbindungen, die durch entsprechende bewegliche Klemmkörper in den Aufnahmen der Klimmzugstange arretierbar und wieder lösbar befestigt sind.

[0047] Eine Nutzung des Trainingsgerätes ist durch eine bauliche Ergänzung in einer weiteren vorteilhaften Bauform auch bei einer Anbringung möglich, die nicht an einem horizontalen sondern an einem in etwa vertikalen Trägerelement erfolgt. Hierbei ist vorgesehen, über die in der Klimmzugstange vorhandenen Aufnahmen eine weitere Ergänzungsstange quer zur Längsachse der eigentlichen Klimmzugstange anzubringen, die wiederum entweder unmittelbar als Angriffsstange für Trainingsinhalte verwendet werden kann oder wiederum wie zuvor beschrieben

als Angriffsstange für beispielsweise elastische Trainingsbänder dienen kann.

[0048] Hierbei sind wiederum auch an dieser Ergänzungsstange analog zum zuvor beschriebenen Aufnahmen in einer Bauform vorgesehen, um diese Bänder an der Ergänzungsstange befestigen zu können.

[0049] Die Klimmzugstange ist in einer vorteilhaften Ausführungsform in einer Länge von etwa einem Meter aus Edelstahl gefertigt und kann etwa eine Traglast bis zu 120 Kilogramm aufnehmen. Hierfür ist vorteilhafterweise ein Durchmesser von etwa 3 bis 5 cm gewählt.

[0050] Der zentrale die Gurtschlaufen verbindende Verbindungsgurt ist in einer weiteren zweckmäßigen Ausführung so ausgebildet, dass ein Kanal aus Nylon in diesen Gurt eingearbeitet ist, der einen an den Durchmesser der Klimmzugstange angepassten Durchmesser aufweist, zweckdienlicher Weise etwa 5 cm. Dieser in den Verbindungsgurt eingearbeitete Kanal kann hierbei der Aufnahme der Klimmzugstange dienen und hierbei auch die Verbindung zu den äußeren Gurtschlaufen herstellen. Der mittig parallel zur Klimmzugstange verlaufende Verbindungsgurt weist hierbei etwa eine Länge von 70 Zentimetern auf.

[0051] Die Abmaße der Klimmzugstange sind hierbei auch individuell an die körperlichen Eigenschaften der trainierenden Person anpassbar. So sind auch längere oder kürzere Klimmzugstangen verwendbar. Auch kann der Durchmesser der Klimmzugstangen variabel sein, beispielsweise in einer Ausführung für männliche oder weibliche Trainierende kann es sinnvoll erscheinen, unterschiedliche Durchmesser zu verwenden.

[0052] Im Folgenden wird die Erfindung anhand von Zeichnungen näher erläutert. Es zeigen

Fig. 1 ein an einem Balken als Trägerelement **15** angeordnetes Trainingsgerät mit festgezogenen Gurtschlaufen **3**;

Fig. 2 ein abgelöstes Trainingsgerät mit einer im Gurtsystem angeordneten Klimmzugstange **1**;

Fig. 3 das Gurtsystem ohne eingesetzte Klimmzugstange **1**;

Fig. 4 eine alternative Anbringung des Trainingsgerätes an einem Balken als Trägerelement **15** mit Abstandkörpern **7** und Handgriffen **8**,

Fig. 5 eine zerlegte Klimmzugstange **1** mit daran angeordnetem Gurtsystem sowie

Fig. 6 eine alternative Klimmzugstange **1** des Trainingsgerätes mit 6 Bohrungen **9** an einem Balken als Trägerelement **15**.

[0053] In **Fig. 1** ist das Trainingsgerät für den Outdoorbereich an einem Trägerbalken, beispielsweise einer Terrassenkonstruktion oder eines Carports, angeordnet. Hierbei ist zum einen die parallel zum Trägerbalken verlaufende Klimmzugstange **1** erkennbar, die in einem Nylongurtsystem gebildet aus einem an der Klimmzugstange **1** anliegenden Verbindungsgurt **3** und quer zur Längsachse der Klimmzugstange **1** verlaufenden Gurtschlaufen **2** verbunden. Hierbei sind die Gurtschlaufen **2** in der dargestellten Bauform in etwa in einem Abwinkelungsbereich aus der Längsachse der Klimmzugstange **1** an zwei abgewinkelten Endabschnitten **4** angeordnet. Diese Endabschnitte **4** dienen ebenfalls dem Angreifen an der Klimmzugstange **1**, weisen aber gegenüber der Längsachse der Klimmzugstange **1** in etwa einen Winkel von 15 Grad auf. Auf diese Weise sind bestimmte Trainingsaspekte leichter umsetzbar.

[0054] Angeordnet sind die Gurtschlaufen **2** an den Enden des Verbindungsgurtes **3** in Schlaufen, in denen sie in dieser Ausführungsform fest vernäht sind.

[0055] Neben den Handangriffsflächen **5'** an den freien Endabschnitten **4** der Klimmzugstange **1** sind in dieser Bauform zwei weitere Handangriffsflächen **5** mittig vorgesehen, wobei beide Handangriffsflächen **5** und **5'** eine Polsterung bzw. eine Beschichtung aufweisen, um ein angenehmeres Angreifen und auch einen sicheren Halt in diesen Bereichen zu bewirken, der ein Abgleiten von der metallischen Klimmzugstange **1** verhindert.

[0056] Ebenfalls in **Fig. 1** bereits erkennbar sind Halteschlaufen **6**, die mit dem Verbindungsgurt **3** verbunden sind und die der Aufnahme der in diese Halteschlaufen **6** eingeführten Klimmzugstange **1** dienen.

[0057] Diese Bauteile sind in **Fig. 2** ebenfalls in unbefestigter Form noch etwas besser zu erkennen, insbesondere die Handangriffsflächen **4** und **5** zum Angreifen der Hände an der Klimmzugstange **1**. Zudem ist in **Fig. 2** gegenüber **Fig. 1** besser erkennbar, dass auf der Unterseite der Klimmzugstange **1** zumindest zwei Bohrungen **9** vorgesehen sind, in denen zusätzliche Haltelemente, beispielsweise Handgriffe **8**, für Trainingsübungen vorgesehen sein können, wie dies beispielhaft in **Fig. 4** erkennbar ist. Ebenfalls gut erkennbar ist, dass die Klimmzugstange **1** mittels der Halteschlaufen **6** mit dem Verbindungsgurt **3** lösbar verbunden ist. Zudem ist erkennbar, dass die Gurtschlaufen **2** in endständigen Schlaufen **11** am Verbindungsgurt **3** angeordnet sind und zumindest an einem freien Ende der Gurtschlaufen eine Gurtklemme **10** angeordnet ist.

[0058] **Fig. 3** wiederum zeigt das Nylongurtsystem in Alleinstellung. Hierbei ist sowohl erkennbar, dass die außenstehenden Gurtschlaufen **2** ein freies Ende **12** aufweisen sowie eine Gurtklemme **10** am zwei-

ten Ende aufweisen, sodass diese beiden Bereiche miteinander in Verbindung treten und ein Schließen der Gurtschlaufen **2** ermöglichen können. Das freie Gurtende **12** der Gurtschlaufe **2** wird somit durch die Gurtklemme **10** geführt.

[0059] Es ist zudem auch hier eine Halteschlaufe **6'** vorgesehen, durch die ein Überstand des freien Gurtendes **12** der Gurtschlaufe **2** hindurchgeführt werden kann, um diesen beim Anbringen des Trainingsgerätes mit der weiteren Gurtschlaufe **2** so zu verbinden, dass er nicht störend im Wege ist.

[0060] Die Gurtschlaufen **2** sind nach dieser beispielhaften Bauform in Schlaufen **11** an den Enden des Verbindungsgurtes **3** angeordnet und fest vernäht. Zudem weist der Verbindungsgurt **3** in dieser Bauform eine zweilagige stabile Bauform auf, die an mehreren Stellen über Verbindungsnahte **13** verbunden ist. Zudem sind die endständigen Schlaufen **11** in dieser Bauform mit diesem doppellagigen Mittelbereich des Verbindungsgurtes **3** ebenfalls fest vernäht.

[0061] In **Fig. 4** wiederum ist eine Bauform als Alternative zu **Fig. 1** bildlich dargestellt, die zusätzliche technische Komponenten aufweist. Zum einen sind hier am Verbindungsgurt **3** Abstandhalterkörper **7** vorgesehen, die bewirken, dass die Klimmzugstange **1** in dieser Anordnung nicht an dem Trägerbalken **15** anliegt in einer Form, die das Greifen der Klimmzugstange **1** eventuell behindert. Je nach Ausgestaltung des Trägerelementes ist dies sinnvoll, um das bessere Ergreifen der Klimmzugstange **1** zu ermöglichen.

[0062] In eine ähnliche Richtung geht das zweite an der Klimmzugstange angreifende zusätzliche Element, nämlich die Haltegriffe **8**, die unterseitig in den Bohrungen **9** in der Klimmzugstange **1** angeordnet sind. Diese Haltegriffe **8** können wie in dieser Bauform in etwa hufeisenförmig ausgestaltet sein, können aber allerdings auch in anderer Form oder beispielsweise als Handschlaufe, Haltering oder in anderen alternativen Gestaltungen vorgesehen sein.

[0063] In einer Weiterbildung, die in **Fig. 4** nicht näher dargestellt ist, können auch mehrere Aufnahmebohrungen **9** über die Klimmzugstange **1** verteilt angeordnet sein, um den Abstand zwischen diesen Haltelementen zu variieren und somit zum einen an die körperlichen Grundvoraussetzungen unterschiedlicher Trainierender anpassen zu können und zum anderen auch unterschiedliche Trainingsübungen und Trainingsformen realisieren zu können.

[0064] Schließlich zeigt die **Fig. 5** eine abgenommene und zerlegte Trainingsvorrichtung. Hierbei ist wesentlich, dass die Trainingsvorrichtung in ihrem Mittelbereich trennbar ist, beispielsweise durch eine Verschraubung einer zweiteiligen Klimmzugstange **1**.

Auf diese Weise ist die transportable Trainingsvorrichtung noch besser zur verstauen und zu transportieren, da die Klimmzugstange **1** beispielsweise nur noch eine Länge von 50 Zentimetern geteilt in zwei Elemente aufweist.

[0065] Es ist hierbei als Alternative die nicht näher zeichnerisch dargestellt ist auch angedacht, die Klimmzugstange **1** beispielsweise aus drei oder mehr Teilen zusammen zusetzen. Auf diese Weise kann eine noch kompaktere verstaubare Form erfolgen. Zudem ist ersichtlich, dass auch bei der abgenommenen und zerlegten Vorrichtung die baulichen Komponenten in dieser Ausführungsform miteinander verbunden verbleiben. Dies bewirkt, dass zum einen Aufbaufehler vermieden werden und zum anderen auch bauliche Elemente beisammen gehalten werden und so nicht abhandenkommen. Es ist somit leichter, die Vorrichtung anzubringen und auch wieder später abzunehmen, ohne das hier beispielsweise aufwendige Kenntnisse oder Übung erforderlich wäre.

[0066] Fig. 6 zeigt eine weitere Bauform des erfindungsgemäßen Trainingsgerätes, mit einer spezifischen Ausbildung der Klimmzugstange **1**. Es sind hier in der Klimmzugstange **1** sechs Bohrungen **9** in gleichmäßigem Abstand vom Zentrum der Klimmzugstange **1** aus gesehen angeordnet. In der beispielhaften Bauform sind diese Abstände in etwa 12 cm, 27 cm und 42 cm vom Mittelpunkt der Klimmzugstange **1** aus. Es handelt sich hierbei um Bohrungen **9**, die die Klimmzugstange **1** vollständig durchdringen.

[0067] Oberseitig sind in diesen Bohrungen **9** bei den randständigen Bohrungen **9** im geneigten Handgriffende **4** der Klimmzugstange **1** jeweils eine Ringschraube **14** oberseitig eingelassen, die mit einer Sechskant-Verlängerungsmutter **16** beziehungsweise Gewindemuffe verschraubt ist, die in der Klimmzugstange **1** versenkt angeordnet ist. Auf diese Weise ist es möglich, dass vorteilhaft ein Gewinde in die Klimmzugstange **1** unterseitig offen eingesetzt ist, in das dann beispielsweise Haltegriffe **8** oder Flexbänder **17** montiert werden können.

[0068] Die vier mittigen Bohrungen **9** sind oberseitig mit Rändelschrauben **18** versehen, die wiederum mit ihren Gewindefortsätzen in Sechskant-Verlängerungsmuttern **16** beziehungsweise Gewindemuffen in gleicher Weise eingreifen, wie die beiden äußeren Schrauben **14**. Das heißt, auch hier sind die Gewindemuttern **16** in der Klimmzugstange **1** versenkt angeordnet und ermöglichen so das Einschrauben von Verbindungsmitteln zu beispielsweise Flexbändern **17** oder Haltegriffen **8** in den frei verbleibenden Gewindeteil.

[0069] Ein vorteilhafter Aspekt bei dieser Lösung ist es, dass die Köpfe der Rändelschrauben **18** nach

obenweisend eine Distanz zwischen einem Trägerelement **15** und der Klimmzugstange **1** erzeugen. Zur Vereinfachung der Darstellung sind in dieser Fig. 6 lediglich die in etwa vertikal verlaufenden Gurtschlaufen **2** zur Verbindung des Trägerelementes **15** mit der Klimmzugstange **1** dargestellt, auf die Darstellung des Verbindungsgurts **3** wurde hierbei verzichtet.

[0070] Es ist in dieser beispielhaften Bauform ebenfalls die Anordnung eines Flexbandes **17** dargestellt, dass unterseitig an der Klimmzugstange **1** angeordnet ist. Dieses Flexband **17** ist in dieser beispielhaften Darstellung an den beiden mittleren Bohrungen **9** in die Gewindemutter **16** von der Unterseite der Klimmzugstange **1** her mit nicht dargestellten Befestigungskörpern eingeschraubt und ermöglicht so das Training mit den Flexbändern **17** über das am Trägerelement **15** befestigte Trainingsgerät.

ZITATE ENTHALTEN IN DER BESCHREIBUNG

Diese Liste der vom Anmelder aufgeführten Dokumente wurde automatisiert erzeugt und ist ausschließlich zur besseren Information des Lesers aufgenommen. Die Liste ist nicht Bestandteil der deutschen Patent- bzw. Gebrauchsmusteranmeldung. Das DPMA übernimmt keinerlei Haftung für etwaige Fehler oder Auslassungen.

Zitierte Patentliteratur

- DE 102012000211 A1 [0006]
- DE 102019112563 A1 [0007]
- DE 202015107050 U1 [0008]
- DE 202018002402 U1 [0009]
- DE 202019001100 U1 [0010]

Schutzansprüche

1. Trainingsgerät für den Outdoorbereich, **gekennzeichnet durch**

- zumindest zwei Gurtschlaufen (2),
- die über einen Verbindungsgurt (3) miteinander verbunden sind und
- eine Klimmzugstange (1), die mit dem an der Klimmzugstange (1) anliegenden Verbindungsgurt (3) über Befestigungsmittel lösbar verbunden ist,
- wobei die Gurtschlaufen (2) quer zur Längsachse der Klimmzugstange (1) verlaufend zum Anordnen und lösbaren Befestigen des Trainingsgerätes an einem Trägerelement (15) geeignet ausgebildet sind.

2. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach Anspruch 1, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Gurtschlaufen (2) in Schlaufenaufnahmen (11) angeordnet sind, die endständig am Verbindungsgurt (3) angeordnet sind,
- wobei die Gurtschlaufen (2) mit dem Verbindungsgurt (3) fest vernäht oder in den Schlaufenenden (11) geführt sind,
- wobei diese endständigen Schlaufenaufnahmen (11) aus dem Verbindungsgurt (3) durch Nähte gebildet oder als eigenständiger Gurtabschnitt an den Enden des Verbindungsgurtes (3) angesetzt und mit diesem vernäht sind.

3. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche 1 oder 2, **dadurch gekennzeichnet**, dass zwei Gurtschlaufen (2) randständig und eine dritte Gurtschlaufe (2) in etwa mittig an der Klimmzugstange (1) zur Befestigung des Trainingsgerätes an einem Trägerelement (15) angeordnet und Teil eines Gurtsystems sind.

4. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Gurtschlaufen (2) ein erstes freies Ende (12) sowie eine Aufnahme- und Befestigungsvorrichtung (10) an einem zweiten freien Ende oder an der Gurtschlaufe angeordnete Klettverbindungsmittel aufweisen, die um ein Trägerelement (15) legbar und verspannbar ausgebildet sind,
- wobei der die Gurtschlaufe (2) bildende Gurt 1 m bis 1,5 m lang ist.

5. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach Anspruch 4, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Aufnahme- und Befestigungsvorrichtung (10) am zweiten freien Ende der Gurtschlaufe (2) als Gurtklemme ausgebildet ist,
- die eine federkraftbeaufschlagte Klemmbacke aufweist, die nach Durchführen und Verspannen des freien Endes (12) der Gurtschlaufe (2) die lösbare Fixierung der Gurtschlaufe (2) in der Aufnahme- und Befestigungsvorrichtung (10) und am Trägerelement (15) bewirkt.

6. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- am Verbindungsgurt (3) und/oder den Gurtschlaufen (2) elastische Ösen und/oder Ringe und/oder Klettbandverbindungsmittel festvernäht oder verschiebbar angeordnet sind,
- die zur lösbaren Befestigung der Klimmzugstange (1) am Verbindungsgurt und/oder des zweite freie Endes der Gurtschlaufen (2) an den Gurtschlaufen (2) ausgebildet sind
- oder der Verbindungsgurt (3) eine Kanalführung zur Aufnahme der Klimmzugstange (1) aufweist.

7. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass der Verbindungsgurt (3) aus zwei aneinander anliegenden Nylongurtabschnitten gefertigt ist, die an mehreren Stellen punktuell, linienförmig oder flächig miteinander vernäht sind.

8. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass der Verbindungsgurt (3) über Schnallen, Klettverbindungen und/oder Gurtklemmen in seiner Länge verstellbar ausgebildet ist oder zumindest einen in seiner Länge verstellbaren Gurtabschnitt aufweist, der zur Verkürzung oder Verlängerung über Schnallen, Klettverbindungen und/oder Gurtklemmen ausgebildet ist.

9. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Klimmzugstange (1) an ihren Enden abgewinkelte Abschnitte (4) aufweist, die in etwa gegenüber der Längsachse der Klimmzugstange (1) einen Winkel von etwa 10° - 20° einnehmen und/oder gegenüber der Längsachse abgestuft verlaufende Abschnitte als Handangriffsabschnitte aufweist,
- wobei an diesen abgewinkelten Enden (4) und an weiteren Handangriffsabschnitten der Klimmzugstange (1) Handangriffsflächen (5, 5') in die Klimmzugstange (1) strukturell oberflächlich eingearbeitet oder aus elastischem und/oder griffigem Material an der Klimmzugstange (1) angeordnet sind.

10. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Klimmzugstange (1) teilbar in zumindest zwei Einzelteile ausgebildet ist,
- wobei die einzelnen Segmente der Klimmzugstange (1) über Steck- oder Schraubverbindungen miteinander zur vollständigen Klimmzugstange (1) zusammensetzbar ausgebildet und über das Gurtsystem miteinander verbunden sind.

11. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- über die Längserstreckung der Klimmzugstange (1) mehrere Bohrungen (9) zur Befestigung von weiteren, die Trainingsmethoden unterstützenden Zubehörkörpern vorgesehen sind, die in diesen Bohrungen (9) befestigbar ausgebildet sind,
- wobei die Bohrungen (9) einseitig offen oder die Klimmzugstange (1) durchdringend offen ausgebildet sind oder Steckverbindungsaufnahmen und/oder Gewindehülsen (16) und/oder Sechskant-Verlängerungsmuttern in den Bohrungen (9) versenkt angeordnet sind.

12. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach Anspruch 11, **dadurch gekennzeichnet**, dass als Zubehörkörper Handgriffe, Handschlaufen, Handringe oder elastische oder unelastische Trainingsbänder oder -gurte, Flexbänder, Sprintgurte oder Widerstandsbander an der Klimmzugstange (1) befestigbar sind.

13. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach Anspruch 11 oder 12, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- die Gewindehülsen (16) oder Steckverbindungsaufnahmen über Schrauben (14) oder Rändelschrauben (18) in den Bohrungen (9) der Klimmzugstange (1) befestigt sind,
- wobei die Rändelschrauben (18) zusätzlich Distanzkörper (7) der Klimmzugstange (1) zum Trägerelement (15) bilden.

14. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche 11 bis 13, **dadurch gekennzeichnet**, dass über die Längserstreckung der Klimmzugstange (1) verteilt sechs Bohrungen in der Klimmzugstange (1) angeordnet sind, die von dem Mittelpunkt der Längsachse der Klimmzugstange (1) ausgemessen einen Abstand von 10 bis 15 cm, 25 -30 cm und 40-45 cm aufweisen.

15. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche 11 bis 14, **dadurch gekennzeichnet**, dass in die Bohrungen (9) in der Klimmzugstange (1) Verbindungskörper eingesetzt, eingeschraubt oder eingesteckt sind, die mit Zubehörkörpern fest verbunden oder verbindbar ausgebildet sind oder die Zubehörkörper aufnehmen.

16. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass an der Klimmzugstange (1) eine quer zu dieser Klimmzugstange (1) verlaufende Ergänzungstrainingsstange lösbar befestigt ist, die geschlossen oder mit zusätzliche Bohrungen (9) zur Aufnahme von weiteren Trainingskörpern ausgebildet ist.

17. Trainingsgerät für den Outdoorbereich nach einem der vorangegangenen Ansprüche, **dadurch gekennzeichnet**, dass

- an der Klimmzugstange (1) oder dem Verbindungsgurt (3) Distanzkörper (7) angeordnet sind,
- die derart ausgebildet sind, bei der Befestigung des Trainingsgerätes zwischen der Klimmzugstange (1) und einem Trägerelement (15) eine definierte Distanz herzustellen.

Es folgen 3 Seiten Zeichnungen

Anhängende Zeichnungen

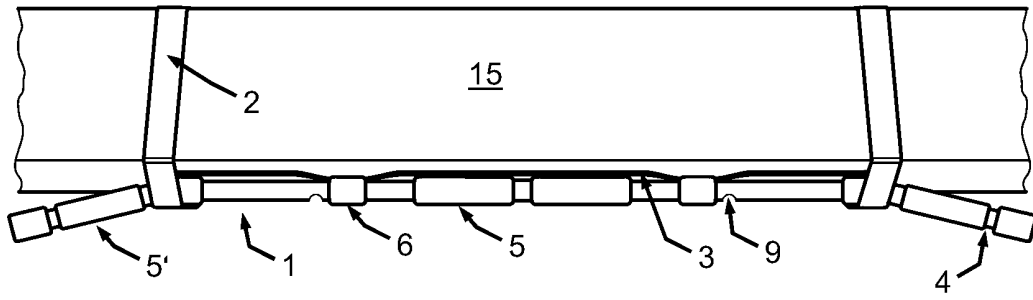


Fig. 1:

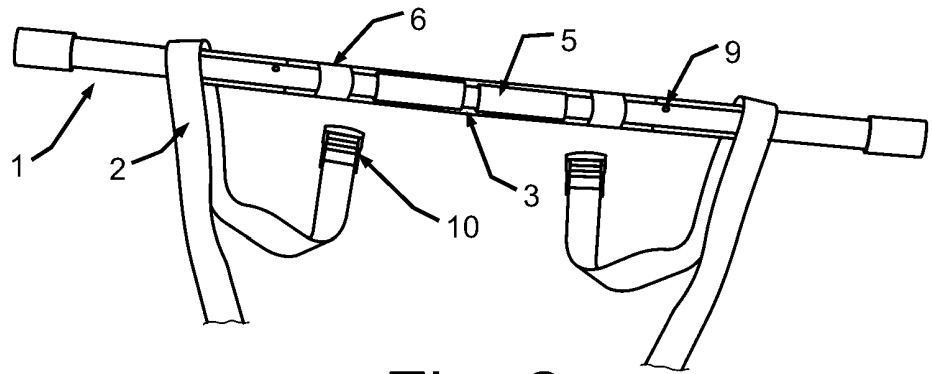


Fig. 2

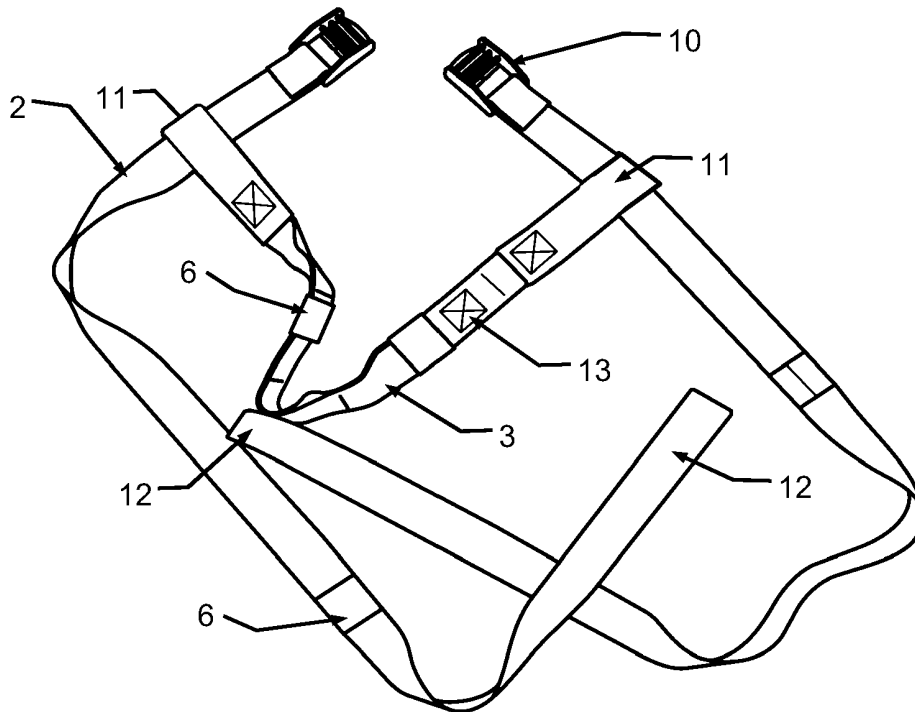


Fig. 3

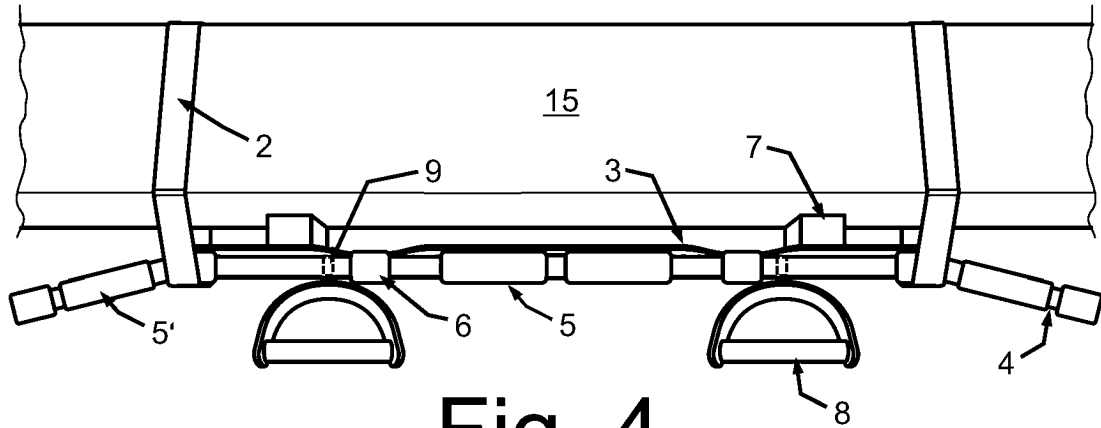


Fig. 4

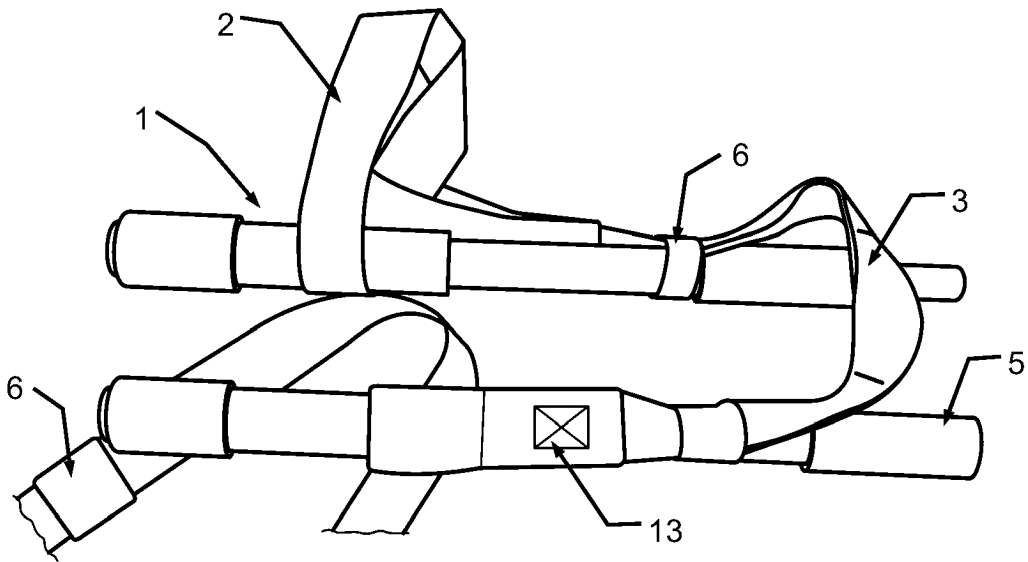


Fig. 5

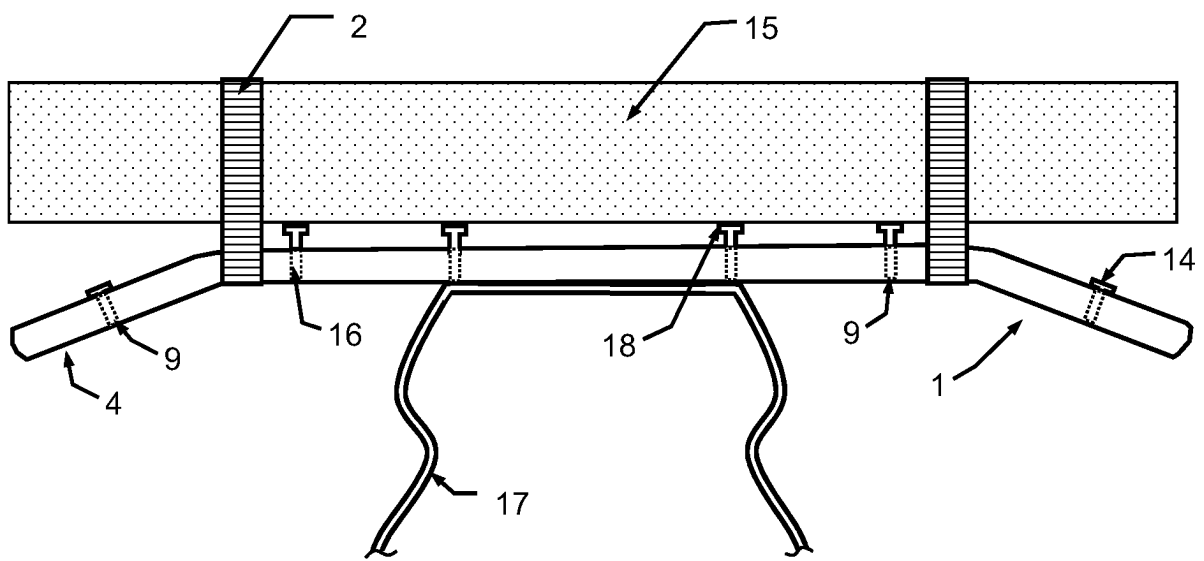


Fig. 6: