



Heerlijk hardlopen door een bos of park, onderweg genieten van de natuur en omgeving, maar ook jezelf uitdagen en trainen. Een trimparcours is een rondgaand parcours van meestal enkele kilometers lang waarin op gezette afstanden gymnastiektoestellen te vinden zijn, waarmee conditie, kracht en uithoudingsvermogen getraind kunnen worden. Het is de bedoeling dat de afstand tussen de toestellen joggend wordt afgelegd, waarbij de route en uitleg door middel van borden wordt aangegeven. Hierop staat welke lichamelijke oefeningen men kan doen met behulp van de toestellen en hoe vaak, hierin zijn diverse moeilijkheidsgraden en meestal heeft een trimbaan twee oefenprogramma's; een voor beginners en een voor gevorderden. De beginners doen simpeler oefeningen of doen de oefeningen simpelweg minder vaak. Een trimparcours helpt gebruikers op een eenvoudige en leuke manier een actieve levensstijl te onderhouden en zorgt voor een extra recreatieve aspect in het bos of park.

Stel zelf uw ideale trimparcours samen. Kies uw favoriete trimtoestellen uit het assortiment van SICURO en realiseer een uniek trimparcours, geheel volgens uw specifieke eisen en wensen.

Voor advies, vragen of het op maat laten ontwerpen van uw trimparcours, kunt u contact opnemen met één van onze medewerkers.

Uitleg icoontjes

-  Toestelprijs
-  Montageprijs
-  Leeftijdscategorie
-  Afmetingen
-  Maximale Valhoogte
-  Minimale Valzone
-  Geschikt voor mindervalide
-  Niet geschikt voor mindervalide

Infoborden

- Toestelbord incl. flespaal op aanvraag
- Plaatsen op aanvraag
- Toestelbord incl. robinia paal op aanvraag
- Plaatsen op aanvraag

-  op aanvraag
-  op aanvraag

Startbord

Infobord start trimparcours op stalen flespaal.

Trimmen

Infobord voor aan de start van het trimparcours. Op het bord wordt een uitleg gegeven over de twee niveau's waarop het parcours kan worden gelopen. Ook leverbaar in robinia uitvoering op twee palen gemonteerd. Productprijs € 368,- en montage € 80,-

-  Leeftijd vanaf 10 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 116 x 100 x 260cm
-  Maximale valhoogte N.v.t.
-  Minimale valzone N.v.t.
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3001



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Slingertoestel

Slingertoestel excl. infobord.

Trimmen - Bootcamp - Slingeren

Het slingertoestel is een ideaal toestel voor in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en kracht. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 6 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 250 x 250 x 300cm
-  Maximale valhoogte < 100cm
-  Minimale valzone 250 x 550cm
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3002



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Hordetoestel

Hordeloop hekjes excl. infobord.

Trimmen - Bootcamp

Het hordetoestel is een klassiek toestel in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 10 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 850 x 150 x 60cm
-  Maximale valhoogte 60cm
-  Minimale valzone 450 x 1150cm
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3003



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Armen zwaaien

Infobord voor armenzwaai oefening op stalen flespaal.

Trimmen

De armen zwaaien oefening is een eenvoudige en laagdrempelige oefening. De oefening helpt met het opwarmen van de spieren en trainen van de coördinatie. De uitleg van de oefening is op het infobord uitgelegd. Uitgevoerd met robinia paal voor € 168,50.

-  Leeftijd vanaf 6 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 20 x 40 x 260cm
-  Maximale valhoogte N.v.t.
-  Minimale valzone N.v.t.
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3004



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Hoogspringtoestel

Hoogspringtoestel excl. infobord.

Trimmen

Het hoogspringtoestel is een klassiek toestel in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie, snelheid en kracht. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 6 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 220 x 20 x 400cm
-  Maximale valhoogte N.v.t.
-  Minimale valzone 350 x 300
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3005



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Buikspierstoestel

Buikspierbankje excl. infobord.

Trimmen - Calisthenics

Het buikspierstoestel is een must have in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de rechte en schuine buikspieren. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 10 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 200 x 80 x 40cm
-  Maximale valhoogte N.v.t.
-  Minimale valzone N.v.t.
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3006





op aanvraag

Hink-stap-sprong toestel

Springpaaltjes excl. infobord

Trimmen

De Hink-stap-sprong is een klassiek toestel in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 500 x 120 x 25cm
- Maximale valhoogte < 25cm
- Minimale valzone 800 x 420cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3007



op aanvraag

Elleboog-knie oefening

Infobord elleboog-knie oefening.

Trimmen

De Elleboog-knie oefening is een eenvoudige en laagdrempelige oefening. De oefening helpt met het opwarmen van de spieren, het trainen van de schuine buikspieren en de coördinatie. De uitleg is op het infobord uitgelegd. Uitgevoerd met robinia paal voor € 168,50.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 20 x 40 x 260cm
- Maximale valhoogte N.v.t.
- Minimale valzone N.v.t.
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3008



op aanvraag

Bokspring-slalom palen

Bokspring-slalom palen excl. infobord.

Trimmen - Bootcamp

De Bokspring-slalom is een multifunctionele oefening in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 1800 x 20 x 105/120cm
- Maximale valhoogte < 120cm
- Minimale valzone 2100 x 320cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3009





op aanvraag

op aanvraag

Evenwichtsbalk

Evenwichtsbalk excl. infobord

Trimmen - Balanceren

De Evenwichtsbalk is een eenvoudige en laagdrempelige oefening. De oefening helpt met het trainen van balans houden en coördineren. De uitleg met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd. Levering andere maat of opstelling in overleg.

- Leeftijd vanaf 4 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 1000 x 120 x 25cm
- Maximale valhoogte 25cm
- Minimale valzone 1300 x 420cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3010



op aanvraag

op aanvraag

Over-onder toestel

Over-onder toestel excl. infobord.

Trimmen

Het Over-onder toestel is een eenvoudig toestel voor een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 250 x 20 x 115cm
- Maximale valhoogte 115cm
- Minimale valzone 550 x 320cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3011



op aanvraag

op aanvraag

Armendraaien oefening

Infobord armendraaien oefening.

Trimmen

De armendraaien oefening is een eenvoudige en laagdrempelige oefening. De oefening helpt met het opwarmen van de spieren en trainen van de coördinatie. De uitleg is op het infobord uitgelegd. Uitgevoerd met robinia paal voor € 168,50.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 20 x 40 x 260cm
- Maximale valhoogte N.v.t.
- Minimale valzone N.v.t.
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3012



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Klautertoestel

Hellingrek excl. infobord

Natuurlijk spelen - Klimmen - Trimmen - Bootcamp

Het hellingrek met infobord is buiten gebruik als conventioneel speeltoestel uitermate geschikt voor bij een trimparcours of survivalbaan. Ideaal voor het trainen van coördinatie en snelheid. De uitleg van het toestel en de niveau's zijn op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 6 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 350 x 190 x 200cm
-  Maximale valhoogte 200cm
-  Minimale valzone 650 x 650cm
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3013 (5025 R excl. bord)



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Benenzwaairek

Over-onder toestel excl. infobord.

Trimmen

Het Benenzwaairek is een eenvoudig toestel voor een trimparcours. Het toestel helpt met het opwarmen van de benen, het trainen van de coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 6 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 300 x 20 x 100cm
-  Maximale valhoogte < 100cm
-  Minimale valzone 600 x 320cm
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3014



-  op aanvraag
-  op aanvraag

Overspringbalken

Overspringbalken excl. infobord.

Trimmen

De overspringbalken zijn een klassiek toestel in een trimparcours. Het toestel helpt met het trainen van de behendigheid, coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

-  Leeftijd vanaf 10 jaar
-  Lengte x Breedte x Hoogte : 300 x 50 x 25cm
-  Maximale valhoogte < 25cm
-  Minimale valzone 600 x 350
-  Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3015



- op aanvraag
- op aanvraag

Optrektoestel

Optrektoestel excl. infobord

Calisthenics - Trimmen - duikelen - Natuurlijk spelen

Het Optrektoestel is een trimtoestel wat uitermate geschikt is als uitdagend speeltoestel voor het trainen van kracht en de motoriek. Buiten het gebruik als trimtoestel is dit toestel ook geschikt voor conventieel speelplekken. Levering zonder infobord is mogelijk.

- Leeftijd vanaf 6 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 300 x 20 x 230cm
- Maximale valhoogte N.v.t.
- Minimale valzone 350 x 400cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3016



- op aanvraag
- op aanvraag

Steunsprongrek

Steunsprongrek excl. infobord.

Trimmen

Het Steunsprongrek is een eenvoudig toestel voor een trimparcours. Het toestel helpt met het opwarmen van de benen, het trainen van de coördinatie en snelheid. De uitleg van de oefening met het aantal herhalingen per niveau is op het infobord uitgelegd.

- Leeftijd vanaf 10 jaar
- Lengte x Breedte x Hoogte : 300 x 20 x 110cm
- Maximale valhoogte 110cm
- Minimale valzone 600 x 320cm
- Niet geschikt voor mindervaliden

Bestelnummer: 3017

