

FAQ

Wir haben für Sie einige wiederkehrende Fragen und Antworten zu unseren Sling Trainern zusammengefasst. Diese Übersicht wird ständig erweitert. Wenn Sie einen weiteren Punkt für wichtig halten, der hier nicht aufgeführt ist, schreiben Sie uns gerne an service@eaglefit.de

Handhabung mit Türanker

Wie kann ich den Sling Trainer für spezielle Übungen (z.B. Kniebeugen, Übung 9) kürzen?

Sie können die Griffbänder direkt am Befestigungsband oder direkt am Türanker einhängen.

Kann ich an einer Tür trainieren, die sich zum Raum öffnet?

Grundsätzlich ist dies - sofern Sie nicht zu viel Kraft aufwenden - sicherlich möglich, jedoch ziehen Sie in diesem Fall direkt am Türblatt, welches wesentlich weniger belastbar ist als der Türrahmen. Deshalb bitte unbedingt auf Stabilität prüfen. Sofern dies möglich ist empfehlen wir immer ein Training in dem Raum, zu dem sich die Tür schließt.

Kaufentscheidung

Für welches Modell sollte ich mich entscheiden und was sind die Vor- bzw. Nachteile der einzelnen eaglefit® Sling Trainer?

Alle eaglefit® Sling Trainer sind sehr hochwertig verarbeitet und können mit mindestens 160 kg belastet werden. Durch den Karabiner am Befestigungsband können alle Modelle mit einer Klimmzugstange erweitert werden.

eaglefit® Sling Trainer *light*

Vorteile:

Der eaglefit® Sling Trainer *light* ist das leichteste und günstigste Modell. Sie können sofort nach dem Erwerb mit dem Training starten, da der SlingTrainer vormontiert geliefert wird. Sie führen alle Übungen mit Umlenkrolle aus, was das Training auf Grund der höheren links-/rechts-Instabilität wesentlich effizienter macht als ein Training ohne Umlenkrolle. Weiterhin können Sie mit dem Sling Trainer *light* auch alternierende Übungen durchführen.

Nachteile:

Mit dem Sling Trainer *light* haben Sie am wenigsten Variationsmöglichkeiten, da er nur einen Karabiner besitzt und die Griffe direkt am Seil befestigt sind.

eaglefit® Sling Trainer *professional*

Vorteile:

Der eaglefit® SlingTrainer *professional* ist besonders ausbaufähig und erweiterbar. In der Grundausführung sind die beiden Griffbänder über ein Verbindungsband verbunden. Dadurch haben Sie beim Training eine geringere rechts-/links - Instabilität als beim Training mit Umlenkrolle. Mit dem zentralen Längenvesteller am Befestigungsband können Sie die Länge

um 70 cm variieren. Um eine starre Verbindung herzustellen, hängen Sie die Karabiner der Griffbänder direkt am Befestigungsband ein. Sie können die Griffbänder auch einzeln verwenden, um sie beispielsweise an einer Klimmzug- oder Schaukelstange im Abstand von ca. 80 cm zu befestigen. So können Sie ideal Dips oder Latzüge durchführen.

Nachteile:

In der Grundausführung ist keine Umlenkrolle enthalten. Diese ist jederzeit über www.eaglefit.de (bundesweit versandkostenfrei) nachbestellbar - siehe „Alternate Kit“ (Seil mit Umlenkrolle).

eaglefit® Sling Trainer *professional 2in1*

Vorteile:

Der eaglefit® Sling Trainer professional 2in1 hat die gleichen Vorteile, wie der Sling Trainer professional. Zusätzlich ist das Seil mit Umlenkrolle im Lieferumfang bereits enthalten.

eaglefit® Sling Trainer *exclusive*

Vorteile:

Der eaglefit® Sling Trainer exclusive umfasst die Vorteile des Sling Trainer professionals 2in1 und zusätzlich die folgenden Punkte:

- Es ist bereits ein Wand- und Deckenhalter im Lieferumfang
- Es ist bereits ein Türanker im Lieferumfang
- Jedes Griffband ist zusätzlich längenverstellbar
- Die Karabiner kommen aus dem Leichtflug-Bereich und besitzen zusätzlich einen Sicherheitsmechanismus, der vor versehentlichem Öffnen schützt
- Durch die 4 Karabiner ist dieser Sling Trainer der Flexibelste. Die Karabiner der Griffbänder können direkt am Befestigungsband eingehängt werden. So ist auch ein Training ohne Umlenkrolle möglich.
- Die längenverstellbaren Griffbänder können einzeln um eine Stange gelegt werden. Der Karabiner wird dann wieder am Band eingehängt und Sie können z.B. Dips und Latzüge durchführen.

Nachteil:

Es ist kein Verbindungsband enthalten. Dies kann bei Bedarf einzeln im Shop bestellt werden. Aus unserer Erfahrung ist dies nicht erforderlich, da die längenverstellbaren Griffe direkt am Befestigungsband eingehängt werden können, sofern bei einer Übung keine Instabilität gewünscht ist.

Resümee:

Die unterschiedlichen eaglefit® Sling Trainer-Modelle erfüllen unterschiedliche Ansprüche an die Handhabung und die Flexibilität. Jedes Gerät hat seine Vorteile und seinen Platz am Markt. Alle 4 eaglefit® SlingTrainer Modelle sind absolut hochwertige und langlebige Sportgeräte - sowohl für den professionellen, als auch für den privaten Bereich.