

OMNIGYM

Treeni värskes õhus sama
efektiivselt kui sisejõusaalis

Ainulaadne
väljõusaali sari,
mis lubab muuta
raskuseid ohutult
ja lihtsasti.

OMNIGYM

Toode

- Kõik lihasgrupid
- Lihtne paigaldada
- Lihtne kasutada
- Loodud igale vanusegrupile
- Hooldusvaba
- TÜV sertifikaat
- Disainiauhinna võitja
- Lai värvivalik
- Toodetud Soomes



OMNIGYM

Innovatsioon

Patenteeritud raskuse
lisamise mehhanism, mis on
ainulaadne vältrenazööridel

- Raskuse lisamine 5kg kaupa
- Ühe raskuspaki kaal 42,5kg
- Lisa raskuspakiga koos 85kg
- Ohutu ja lihtne raskuse muutmine
- Hooldusvabad liuglaagrid
- Turvaline lukustus mehhanism



Aasta sporditoode auhinna võitja

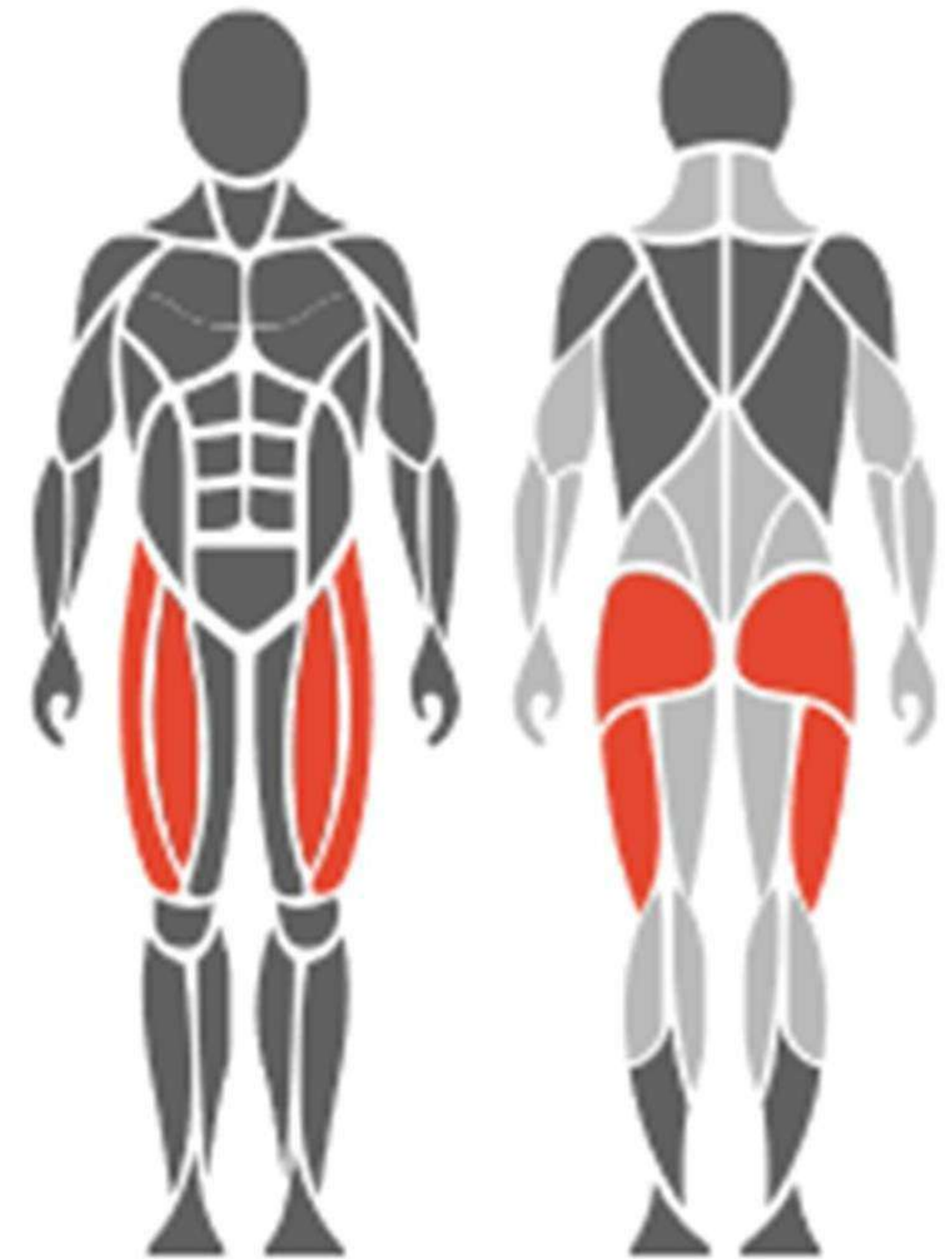
Aastal 2015 võitis Omnigym Soome
sporditoote auhinna. Teiste kandidaatide
hulka kuulusid brändid nagu Suunto ja Polar



OMNIGYM

Kõik põhilised lihaskgrupid

Soovite treenida oma jalgu,
puusasid, tuharaid, kõhtu, rinda, õlgu,
selja lihased, biitsepsid, triitsepsid jne
siis Omnigym on teie jaoks õige valik.
Selle biomehaaniliselt ehitatud seadmed
loovad optimaalse treeningtulemuse
igale kasutajale

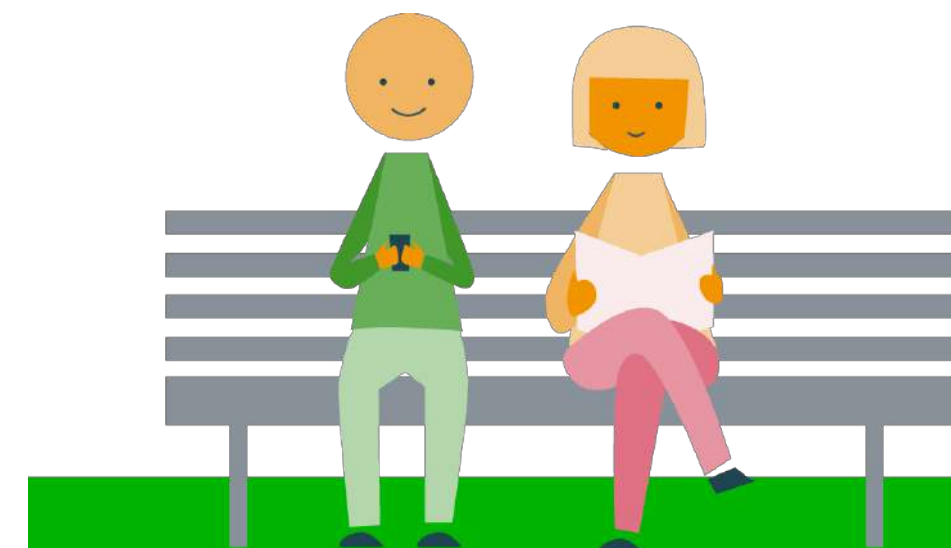
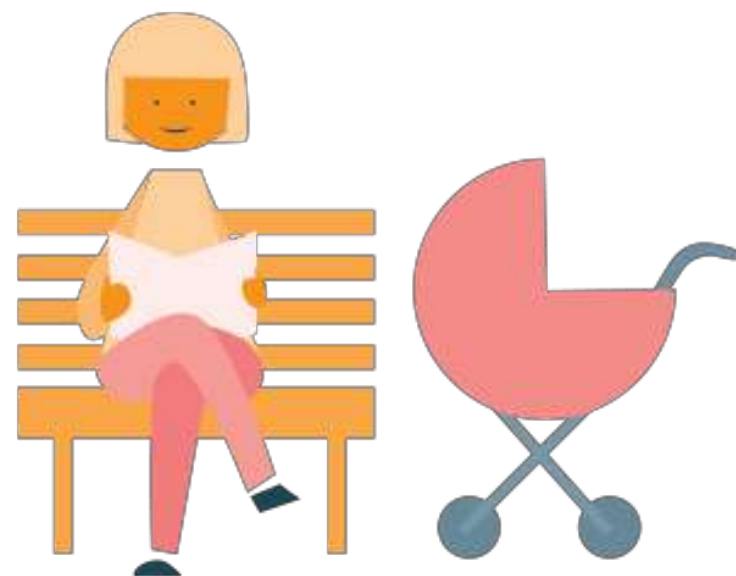
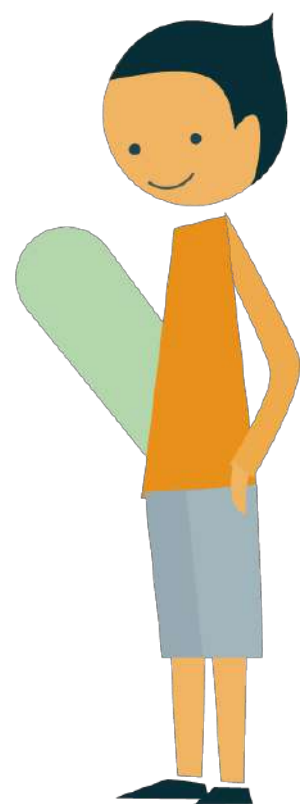


OMNIGYM

Sobilik kõigile



Kõik seadmed on
kasutajasõbralikud ja
sobilikud kõigile olenemata
vanusest või
treeningtasemest



OMNIGYM

Lai tootevalik

9 kaalupakiga seadet

3 keharaskusel põhinevat seadet



OMNIGYM

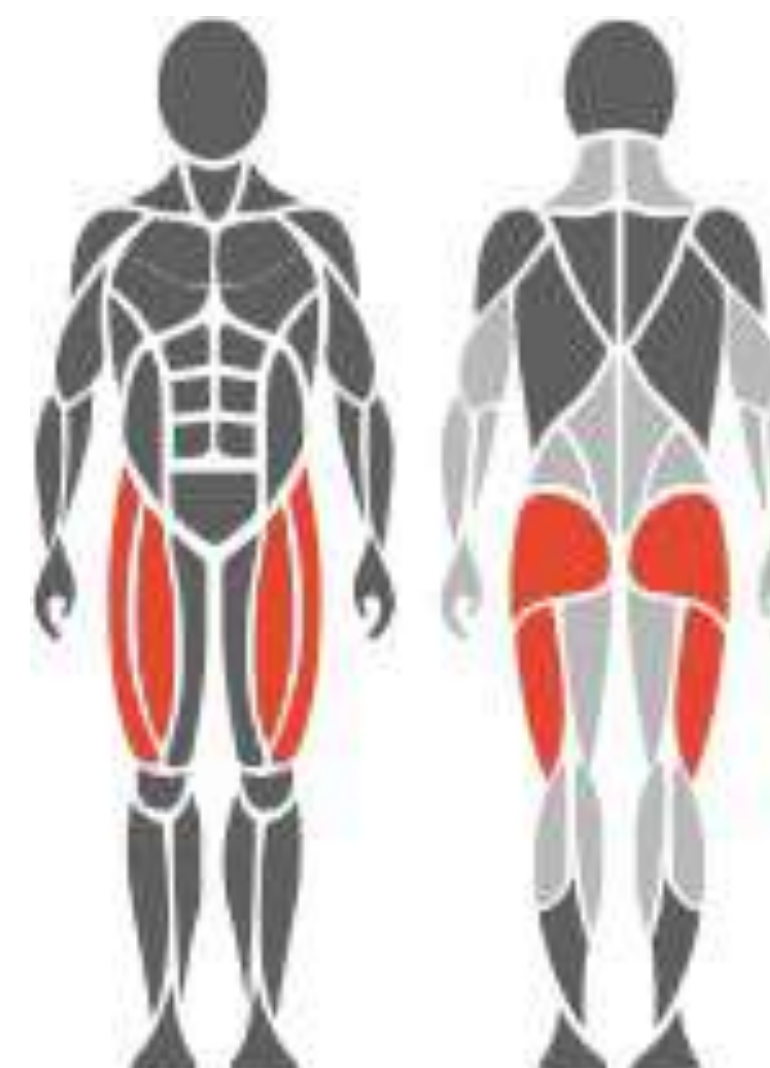
KÜKITAMINE (OG10)

Tugevdage oma põhilihaseid, reisi ja tuharaid

Olenemata sellest, kas teete jõutrenni või soovite oma üldist vormi parandada, pakuvad kükid suurepärast kogu keha treeningut, mis arendab paljusid lihasrühmi, eriti keha alumises osas. Peale selle, et suurendate jalgade jõudu ja lihasmassi, parandate ka oma pikaajalist tervist, suurendades vastupidavust ning parandades tasakaalu ja koordinatsiooni.



Lihaserühmad: reied, puusad ja tuharad



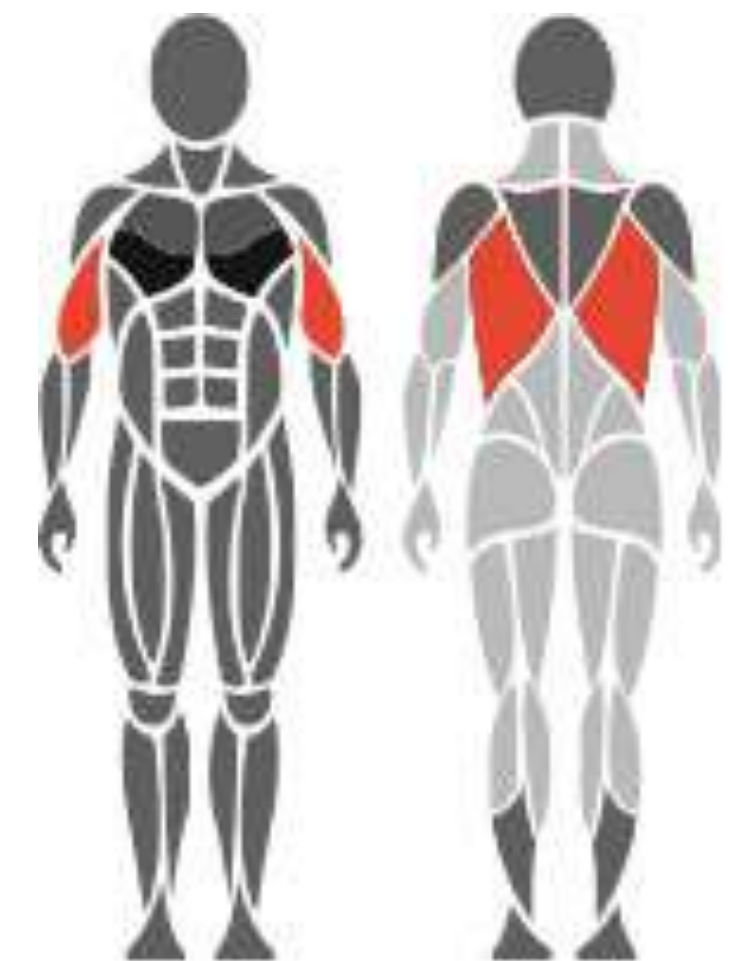
OMNIGYM

SÕUDEPINK (OG23)

Arendage biitsepsit ja seljalihaseid, parandades samal ajal oma rühti

Sõudepink sobib suurepäraselt selja ja käsivarre lihaste tugevdamiseks, parandades samal ajal ka rühti. See võimaldab teha erinevaid harjutusi kogu ülakehale, arendades selja keskosa ja treenides samal ajal ka käsi.

**Lihasrühmad:
peamiselt selja
keskmised lihased ja
biitseps**



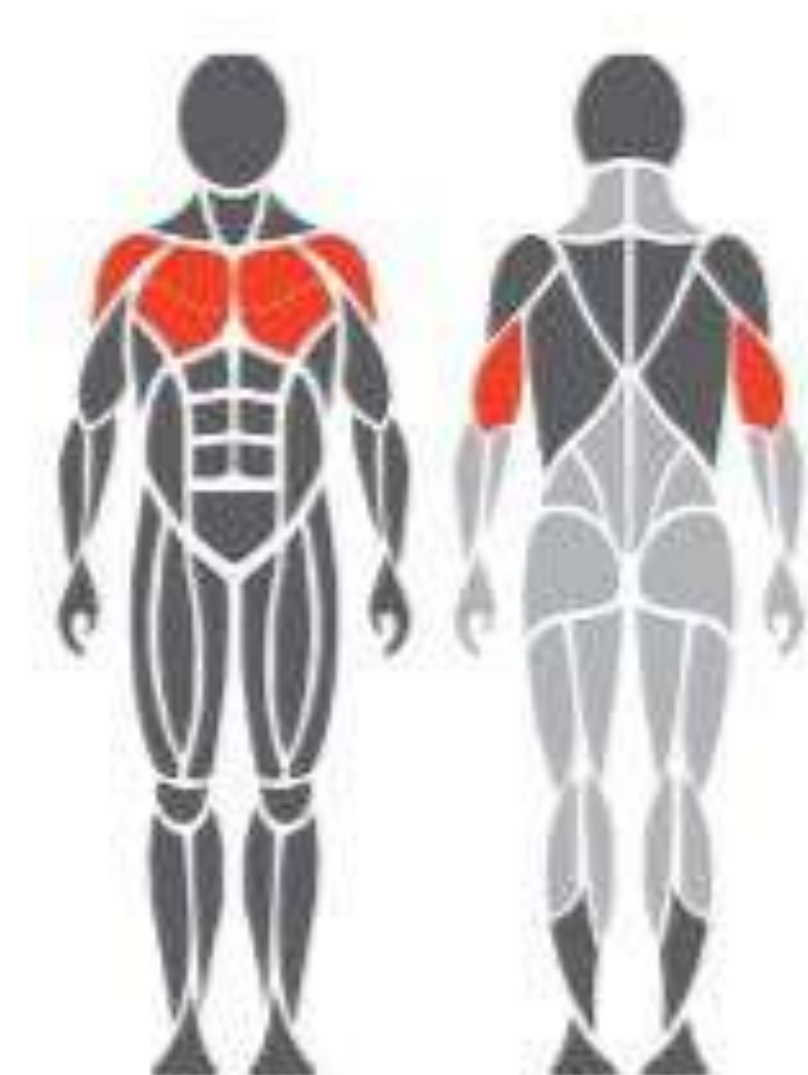
OMNIGYM

RINNALTSURUMISPINK (OG30)

Suurendage ülakeha massi, tugevust ja jõudu

Rinnaltsurumispink on suurepärase viis põhilihaste ning rinna- ja õlalihaste treenimiseks. Samuti aitab see parandada teie rühti ning tugevdada luid, sidemeid ja kõõluseid kogu ülakehas.

**Lihaserühmad: rind, triitseps ja
õlad**



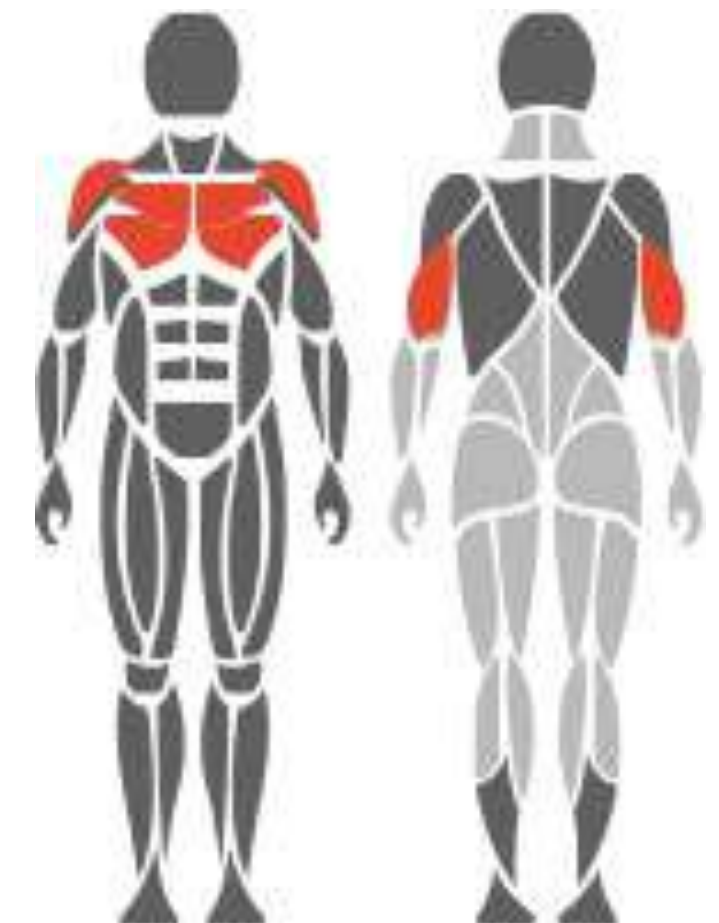
OMNIGYM

SURUMISE KALDPINK (OG31)

Suurendage ülakeha jõudu ja parandage rühti

Surumise kaldpink võimaldab teha kogu keha harjutust, mis arendab ülakeha, keskendudes eriti rinnalihaste ülemisele osale. Seda tüüpi harjutused aitavad tugevdada rinnalihaseid, parandada rühti ja on kasuks sporditreeningul.

**Lihaserühmad:
rinnalihased ja
tritseps**



OMNIGYM

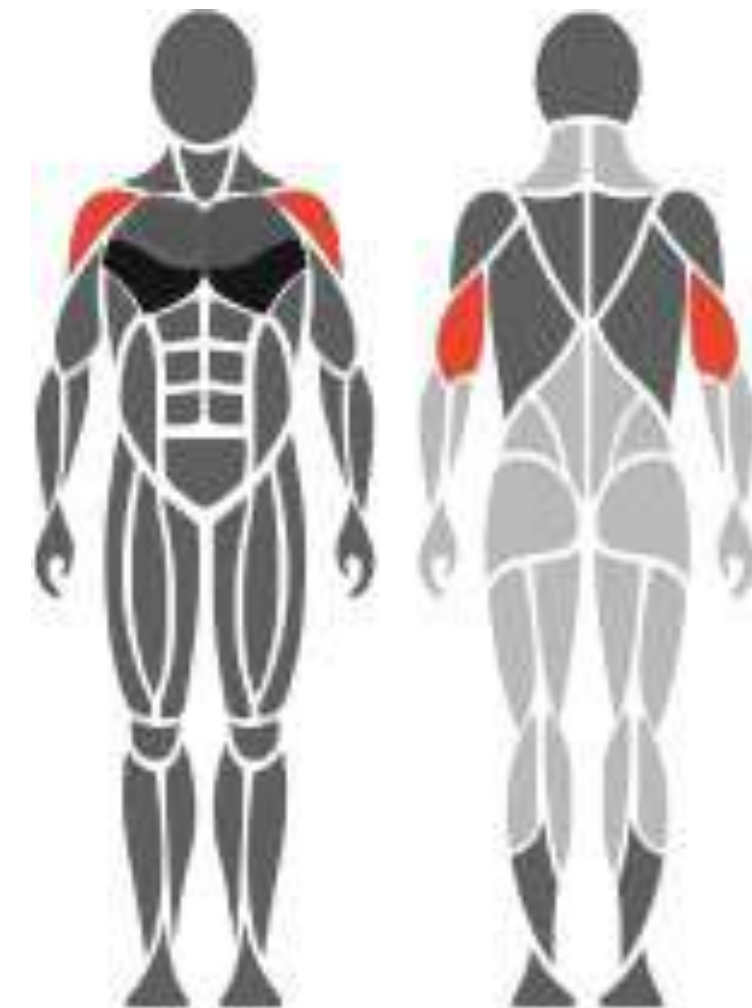
ÕLAPINK (OG41)

Tugevdage oma käsi ja õlgu

Õlapink aitab teil tugevdada õlgu ja õlavarsi, suurendades samal ajal ülakeha paindlikkust. Korrapärane õlapingil treenimine aitab teil saada laiad, terved õlad ja tugevad käed.



Lihasarühmad: õlad, biitseps, käsivarred ja triitseps



OMNIGYM

VABA JUURDEPÄÄSUGA ÕLAPINK (OGFA41)

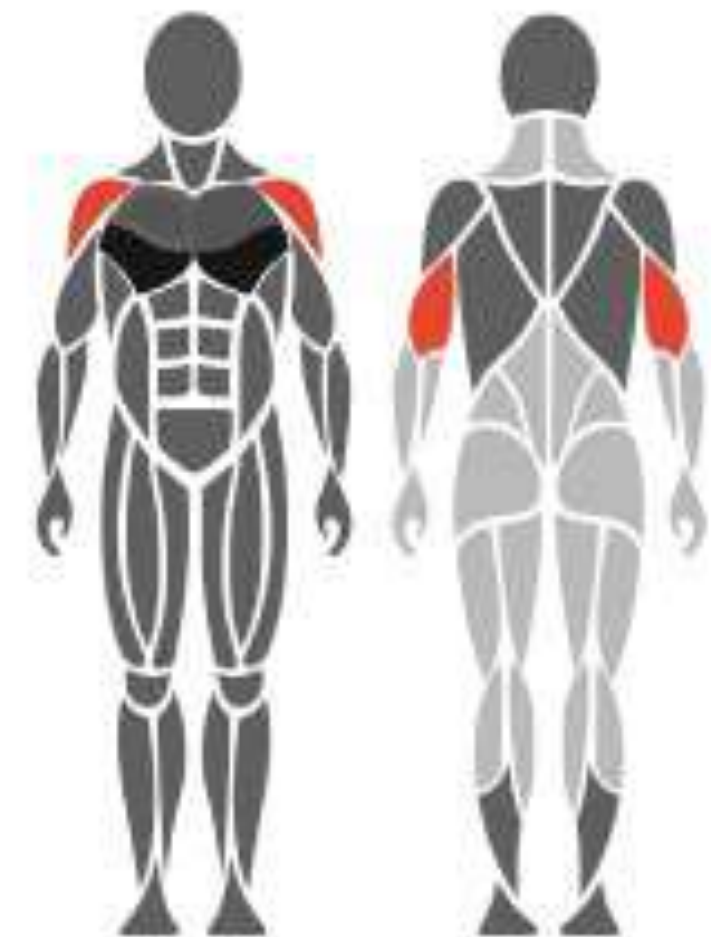
Tugevdage progressiivselt oma käsi ja õlgu

Vaba juurdepääsuga õlapink on meie õlapingi variatsioon, mis on spetsiaalselt loodud ratastooli kasutajatele.



Ratastooliga kasutajatele
spetsiaalselt arendatud

**Lihaserühmad: õlad, biitseps,
käsivarred ja triitseps**



OMNIGYM

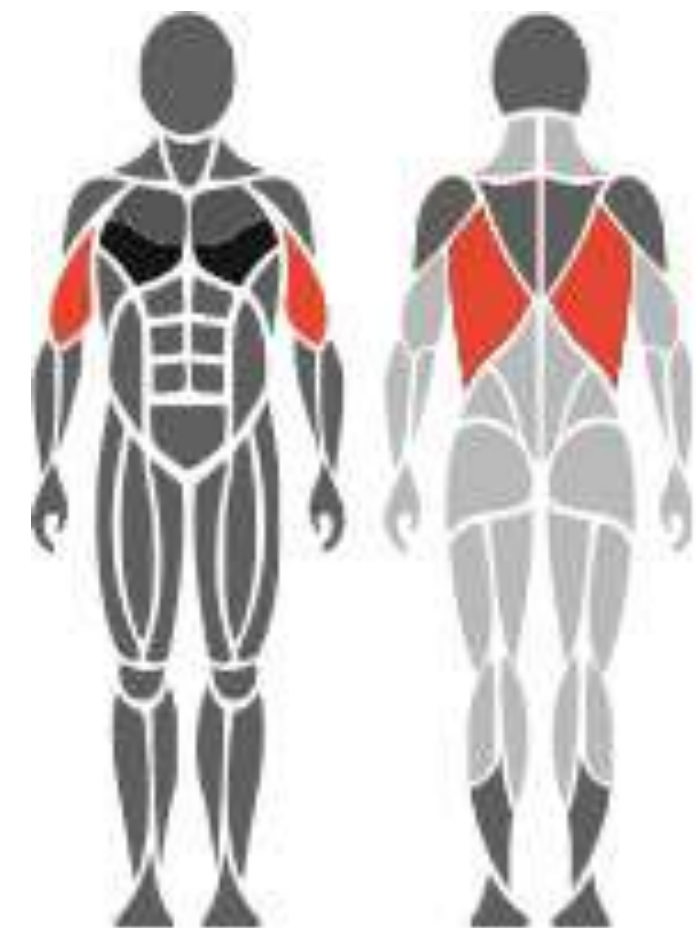
ÜLATÕMBEPINK (OG24)

Parandage oma rühti ja tugevdage seljalihaseid

Ülatõmbepink aitab tugevdada seljalihaseid – peamiselt selja lailihast, aga ka õlavarsi ja selja keskosa –, parandades samal ajal rühti ja üldist tugevust. Kui teil on halb rüht või teid vaevab krooniline õla- või seljavalu, võib selja lailihase tugevdamine märkimisväärselt aidata.



Lihasrühmad: selja keskmised lihased ja biitseps



OMNIGYM

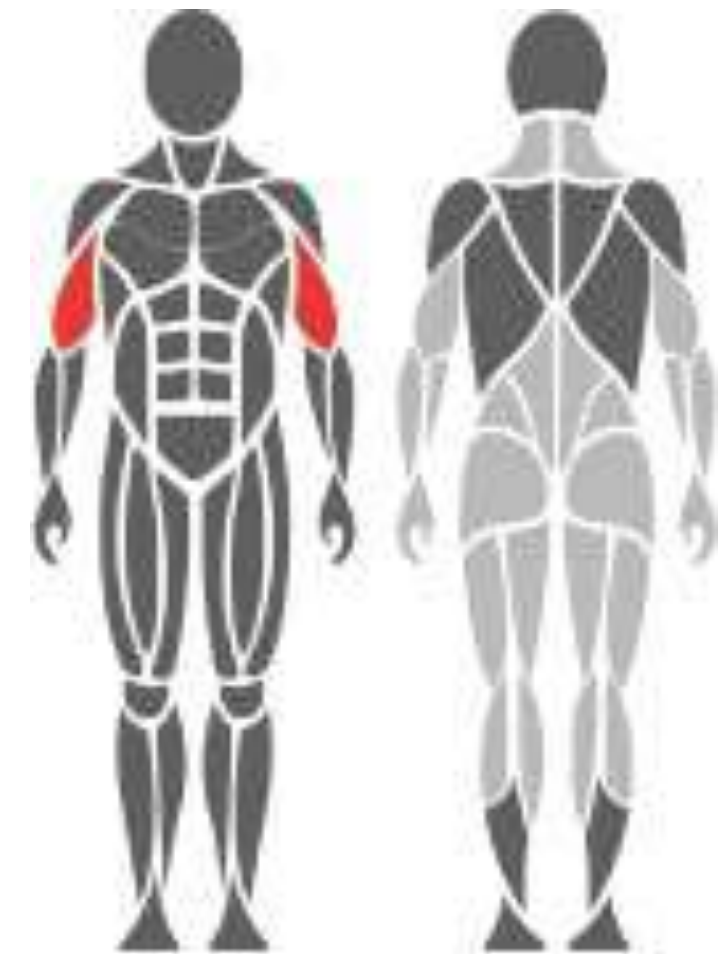
BIITSEPSITÕMME (OG70)

Suurendage õlavarte massi ja tugevust

Biitsepsitõmbed on suurepärane viis tugevate käte arendamiseks ja lihasmassi suurendamiseks, mis on eriti kasulik tõmbavate liigutuste tegemisel. Tugevad ja vastupidavad käelihased on abiks igapäevaelus ning tugevaid biitsepsid on juba kaua nende esteetilisuse pärast hinnatud.



**Lihaserühmad: biitseps
ja käsivarred**



OMNIGYM

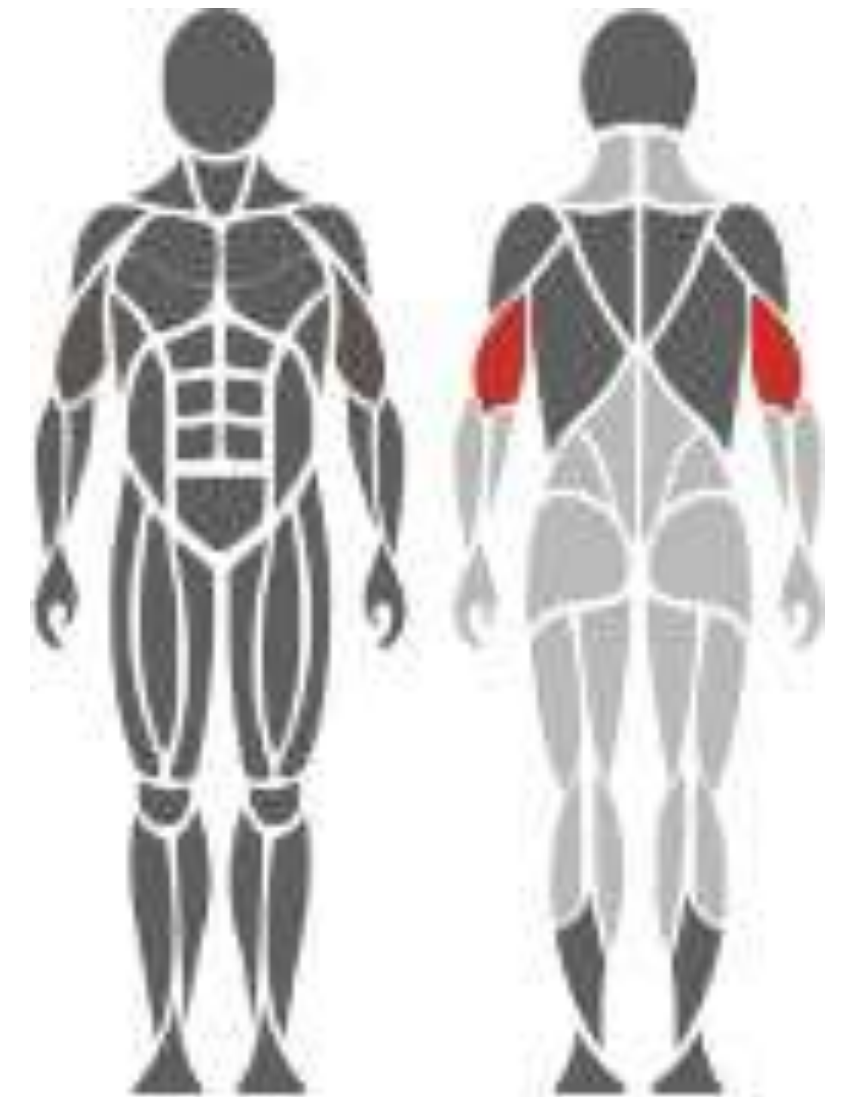
TRIITSEPSIPRESS (OG80)

Tasakaalustage käe­harjutusi tugevate triitsepsitega

Triitsepsi tugevus mängib olulist rolli igapäevaelus: triitsepsit kasutatakse näiteks iga kord, kui tõusete istuvast asendist üles. Biitsepsi ja triitsepsi treenimisel on oluline leida tasakaal ning triitseps võib sageli ununeda. Triitsepsipress on suurepärane valik triitsepsi eraldi treenimiseks



Lihaserühmad:
triitseps



OMNIGYM

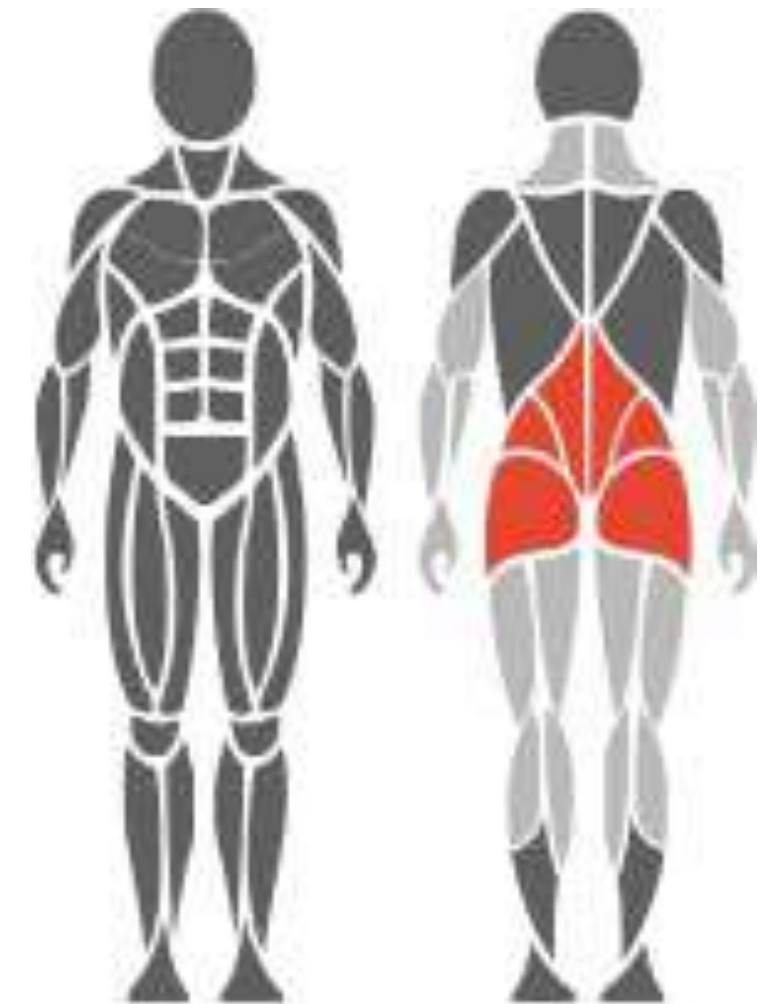
SELJAPINK (OG20)

Tugevdage seljalihaseid ja parandage oma rühti

Meie seljapink on ohutu ja tõhus viis alaselja, selja keskosa ja ülaselja lihaste tugevdamiseks. Korrapäraseid harjutused seljapingil tagavad parema kehahoiaku ning aitavad vältida seljavalu ja vigastusi.



**Lihasrühmad: alaselja, selja keskosa ja
ülaselja lihased**



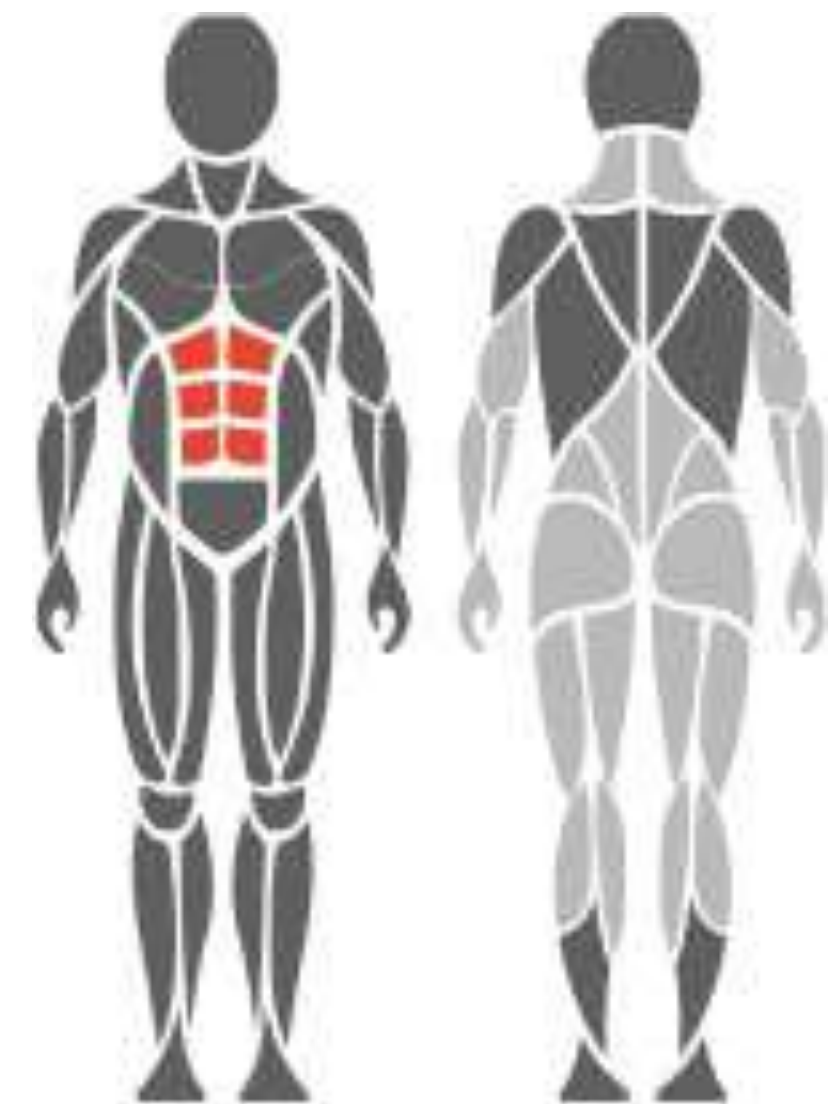
OMNIGYM

KÕHUPINK (OG90)

Arendage oma põhilihaseid stabiilsuse ja vastupidavuse suurendamiseks
Istessetõusude või poolistessetõusude tegemine tugevdab teie kõhulihaseid. Nende põhilihaste arendamine parandab rühti, tasakaalu ja stabiilsust ning vähendab samal ajal selja- või muude valude tõenäosust. Paljud igapäevased ülesanded sõltuvad põhilihaste tugevusest, nii et istessetõusud on hea valik igapäevase elukvaliteedi parandamiseks. Need on parim valik ka siis, kui teie eesmärk on saada vormitud kõhulihased!



**Lihasrühmad:
kõhulihased**



OMNIGYM

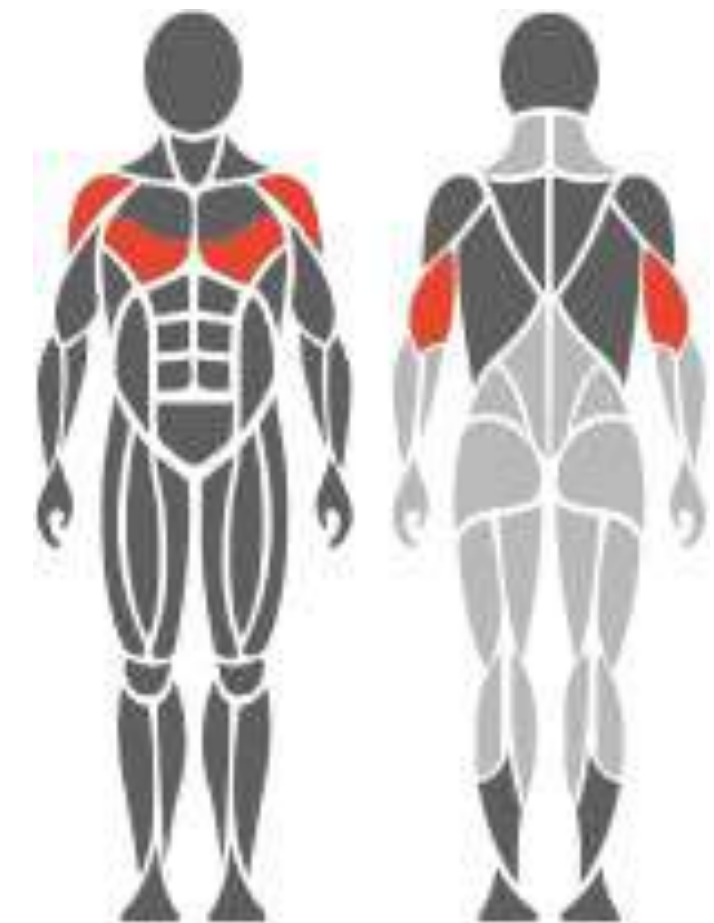
RÖÖBASPUUD(OG81)

Parandage ülakeha ja luude tugevust

Rööbaspuud aitavad tugevdada rinna-, õla- ja õlavarrelihaseid, tugevdades ja hoides ka põhilihaseid. Kuna keha ei toetu maapinnale, on see hea treening kogu kehale. Samuti aitab rööbaspuudel treenimine parandada tulemusi sellistel spordialadel, kus on vaja käe liikumist ja ülakeha tugevust, nagu tennis, ujumine, võrkpall ja korvpall.



**Lihaserühmad: rind
ja triitseps**



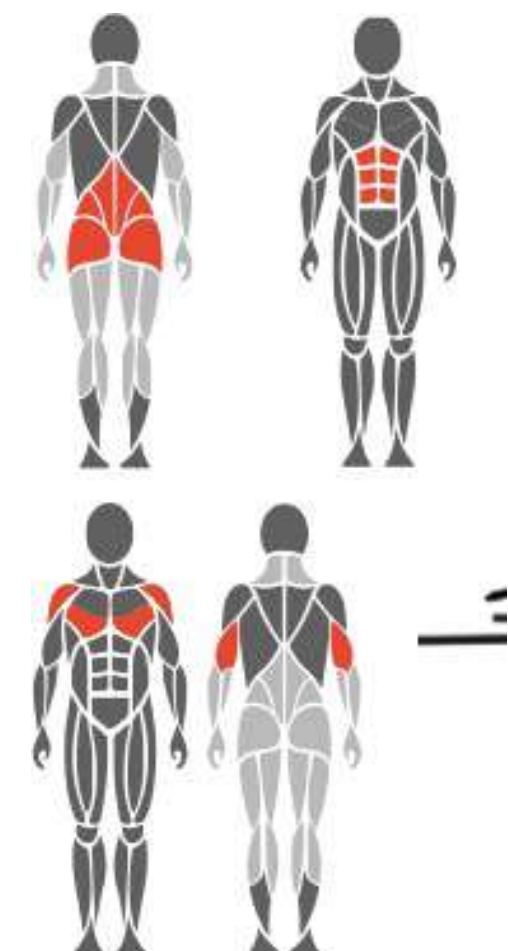
OMNIGYM

KEREPINK (OG7)

Arendage ülakeha ja käsi kolm-ühes-lahendusega

Kerepink ühendab meie kõhupingi, rööbaspuud ja seljapingi, mis on paigutatud ühe keske samba ümber. See treeningseade võimaldab teha erinevaid harjutusi ülakeha ja käelihaste tugevdamiseks ning arendada samal ajal ka põhilihaseid.

Lihasarühmad: kõhulihased, triitseps, alaselja, selja keskosa ja ülaselja lihased



OMNIGYM

Tootevalik



KÜKITAMINE



KÕHUPINK



SELJAPINK



RINNALTURUMISPINK



BIITSEPSITÕMME



KEREPINK



RÖÖBASPUUD



ÕLAPINK



SURUMISE KALDPINK



ÜLATÕMBEPINK



SÕUDEPINK



TRIITSEPSIPRESS



**VABA JUURDEPÄÄSUGA
ÕLAPINK**

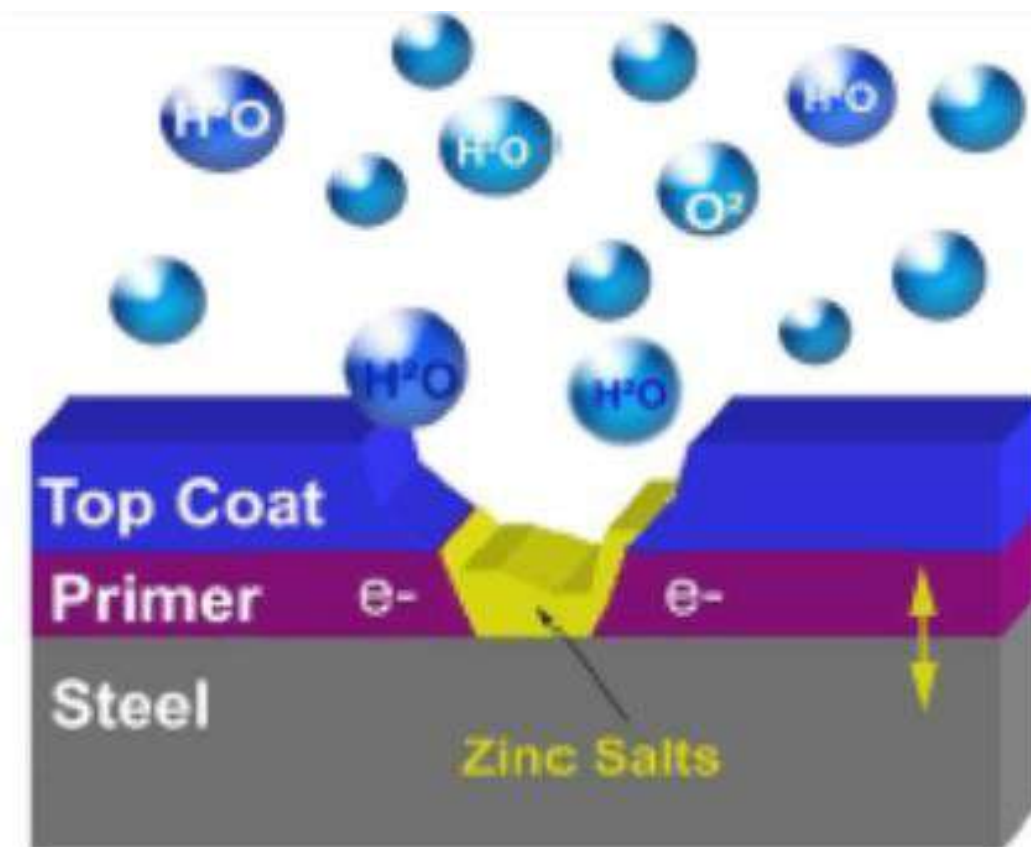
Kõrge roostevastane kaitse

1, Kaitstud Duplex süsteemiga

- Tsingiga kaetud pealmine kiht

Eelised:

- Hea roostevastane kaitse
- Piiramatu värvide valik



2. The top coating (painting) used is a C4 category paint

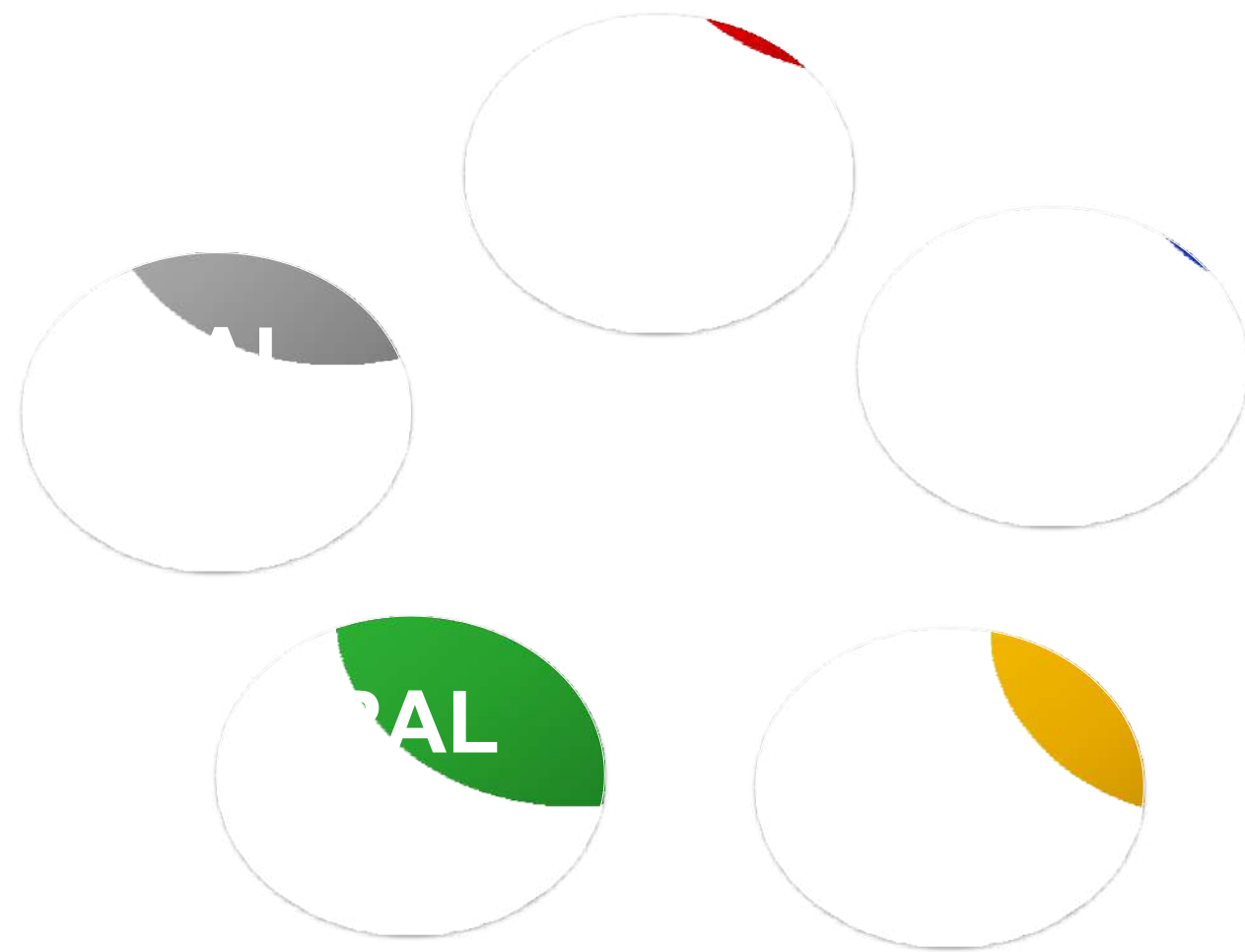
Surface treatment	C1	C2	C3	C4	C5-M	C5-I
Grit blasting (Sa 2.5)						
<5 years	6-10 years	11-15 years	>15 years			

Key features

- Outstanding anticorrosion resistance on grit blasting
- Ideal for usage in public areas
- Smooth surface finish in comparison to other zinc rich primers
- Standard ISO 12944-2

OMNIGYM

Lai värvivalik



Seadmed sobivad ideaalselt linna- ja
maakohtades. 5 standardvärvi ja
klassikalised RAL värvid



OMNIGYM

TÜV sertifikaat

Seadmed vastavad EN16630-2015 Euroopa standardile. Kõik seadmed on kontrollitud ja sertifitseeritud TÜV Thüringen poolt veebruaris 2019.

			
Zeichengenehmigungsausweis Nr.: 3510.00828.Z01 Mark Approval Certificate No.:			
(nur gültig mit umseitigen Bedingungen und Zeichengenehmigungsvertrag / only valid with terms and conditions overleaf and Mark Approval Contract)			
Genehmigungsinhaber: Licence holder	Puuha Sports Oy, Lintulahdenkuja 10, 00500 Helsinki Finland		
Fertigungsstätte: Manufacturing location	Puuha Sports Oy, Linnapeilontie 8, 24910 Salo, Finland		
Antragsdatum: Date of application	Aktenzeichen: File reference	Prüfbericht: Test report	Ausstellungsdatum: Date of issue
28.03.2018	3510.00828	3510.00828.B01	03.04.2019
Prüfzeichen: Test mark	 Mechanical safety tested EN 16630:2015 • Construction • Strength • Design with adjusting load • REACH declaration ID 3510.00828.Z01		
Erzeugnis: Product	Standortgebundene Fitnessgeräte im Außenbereich / Permanently installed outdoor fitness equipment Outdoorfitnessgeräte, Modellserie „David City Line“, „OmniGym“ Outdoor fitness equipment, model series „David City Line“, „OmniGym“		
Technische Beschreibung: Technical description	siehe Anlage 1 / see annex one		
Prüfgrundlagen: Testing fundamentals	DIN EN 16630:2015-06		
Das/ide oben aufgeführte/n Erzeugnis/s(e) erfüllen/en die in den oben genannten Prüfgrundlagen gestellten Anforderungen. Die Genehmigung, das oben abgebildete Prüfzeichen gemäß den umseitig abgedruckten Vertragsbedingungen zu verwenden, wird hiermit erteilt. Die Übertragung der Zeichengenehmigung durch den Genehmigungsinhaber auf Dritte ist unzulässig.			
The product/s specified above fulfill/s the requirements of the testing fundamentals mentioned above. Approval for using the test mark illustrated above in accordance with the contractual conditions printed overleaf is hereby given. The licence holder is not authorized to transfer the mark approval to a third party.			
Dieser Ausweis gilt bis zum 02.04.2024.		This certificate is valid until 02.04.2024.	
Dieser Ausweis besteht aus: This certificate consists of		 Dipl.-Ing. Beate Grönig stellv. Leiterin der Zertifizierungsstelle Deputy head of certification body	
TÜV Thüringen Anlagentechnik GmbH & Co. KG, Prüfstelle für Gerätesicherheit, Ichtenshäuser Str. 32, 99310 Arnstadt			

OMNIGYM

Kontrollitüd kvaliteet

OMNIGYM
Quality Control

Order nro

☐ Structural Frame

☐ Welding Quality

☐ Mechanical Components

☐ Proper Function

☐ Surface Treatment

☐ Structural Frame

Signed by
Date



omnigym.com

Puuha Sports Oy Lintulahdenkuja 10, 00500 Helsinki, Finland 

OMNIGYM

Made in Finland

Kõik tooted on toodetud ja arendatud
Soomes, Halikkos.

OMNIGYM



Viimase kahe
aasta jooksul
müüdi 500 seadet
Soomes. 80
erinevat kohta.

OMNIGYM



Saku jõujaama
avamine

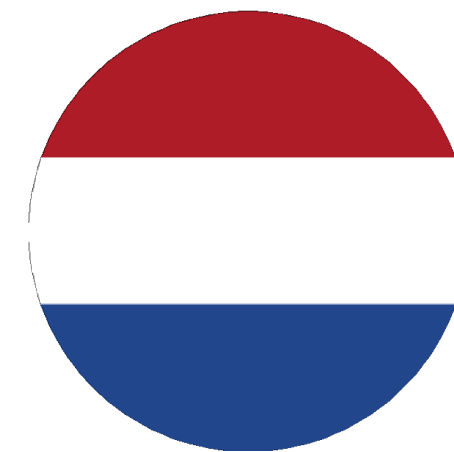
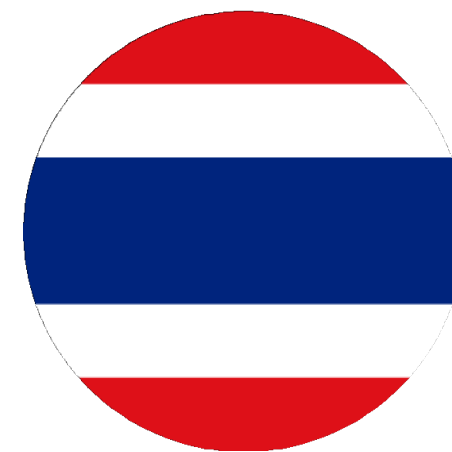
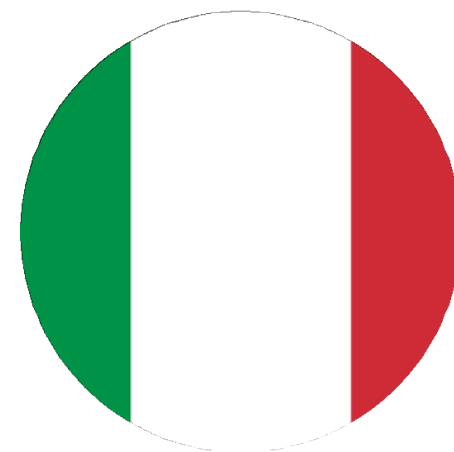
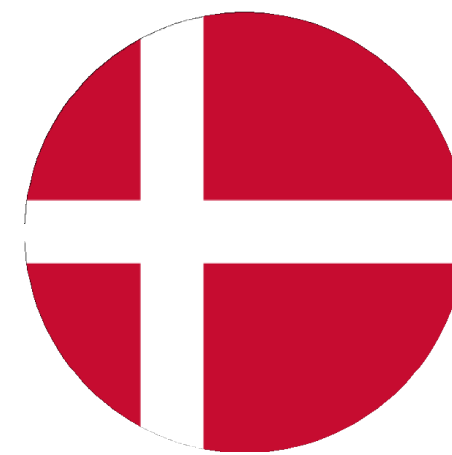
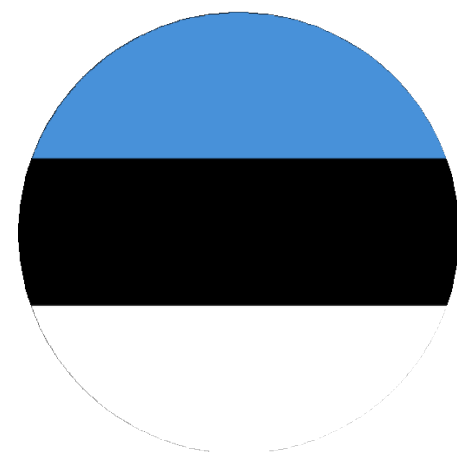
OMNIGYM



OMNIGYM



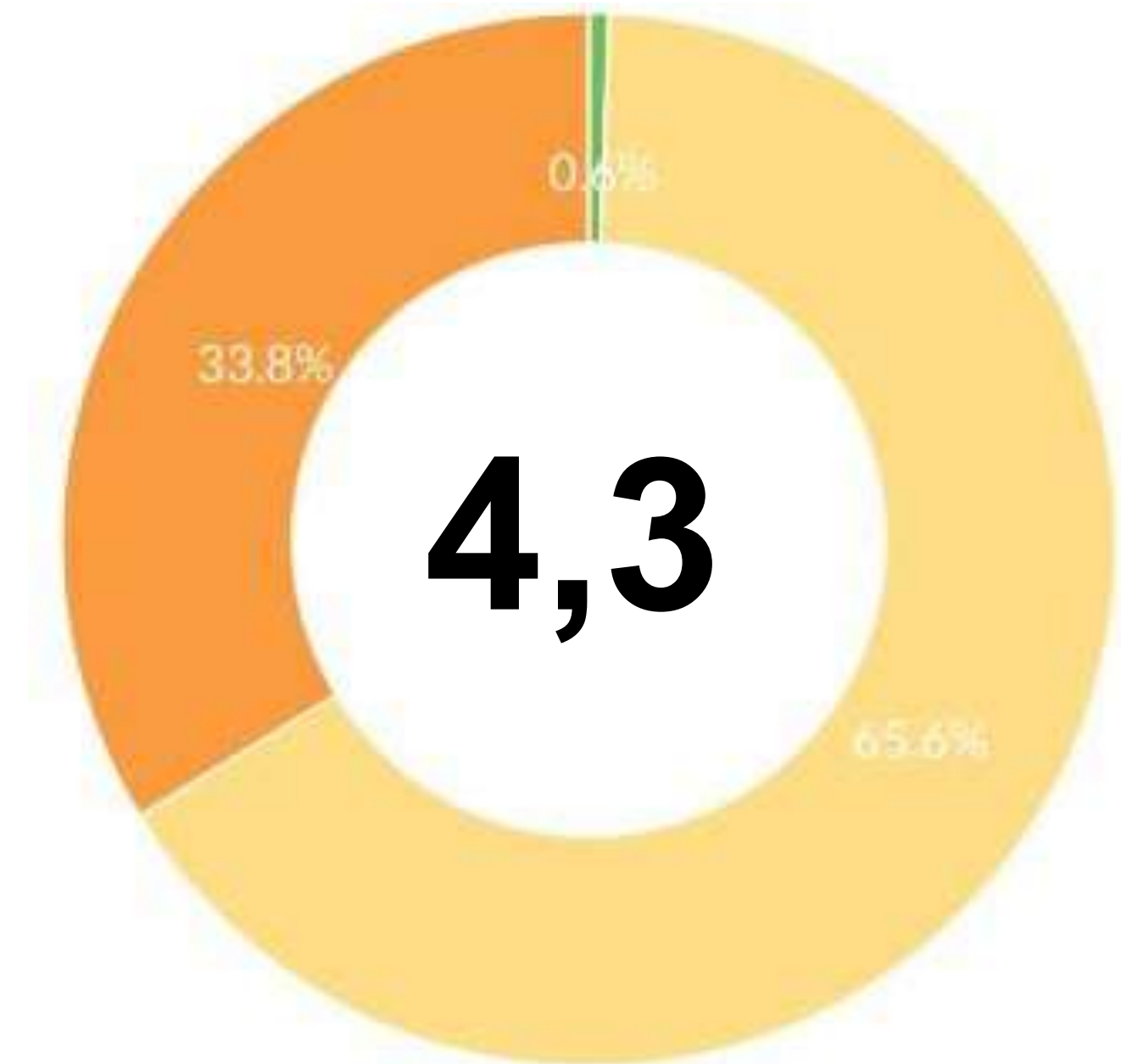
OMNIGYM



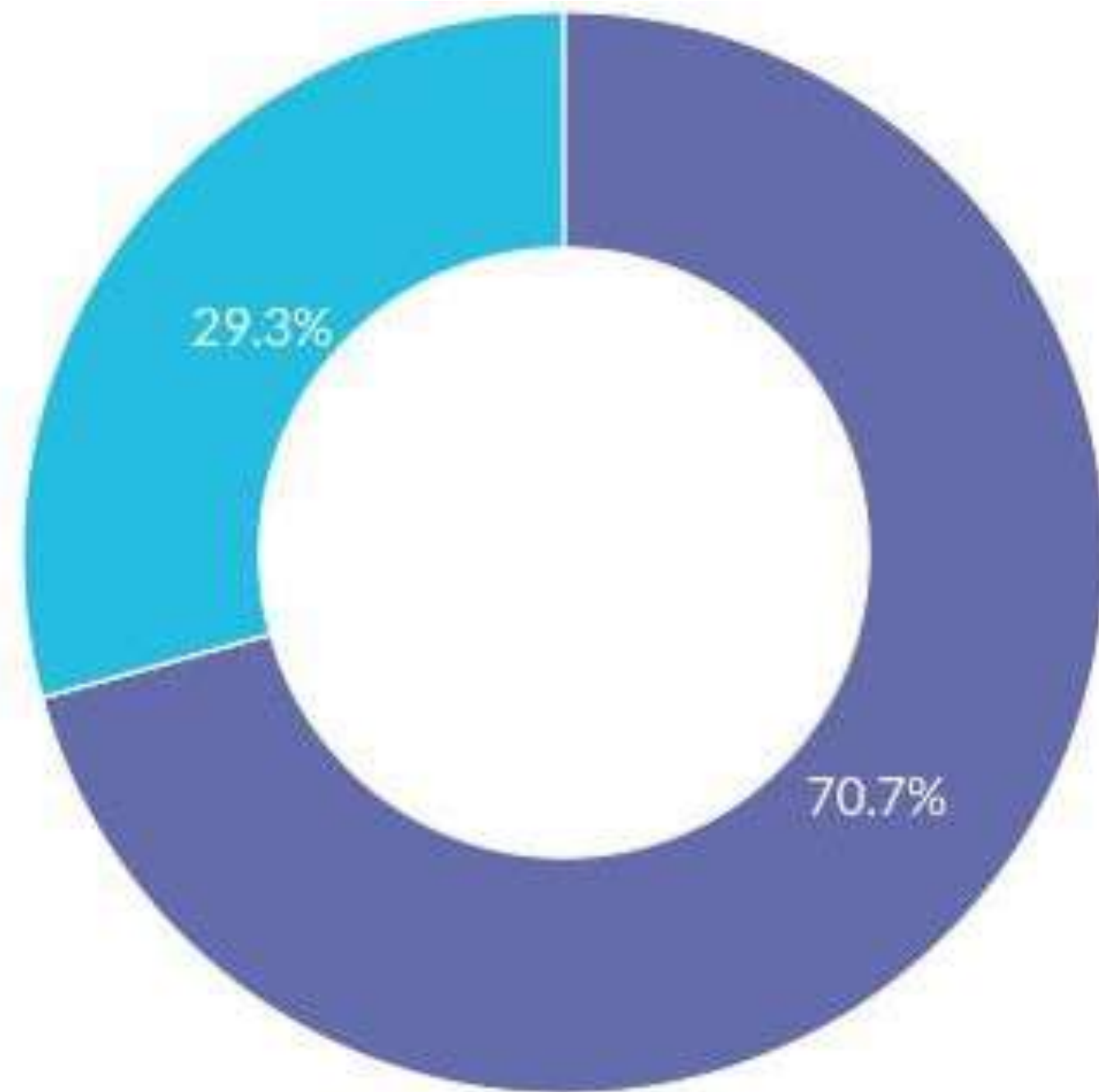
OMNIGYM

Kasutaja tagasiside

Keskmine skoor 4,3 (1-5) 157
kasutaja poolt. Uurimus tehti juunis
2018 Helsingi linna abil.



Sugu



Choices

MEHED

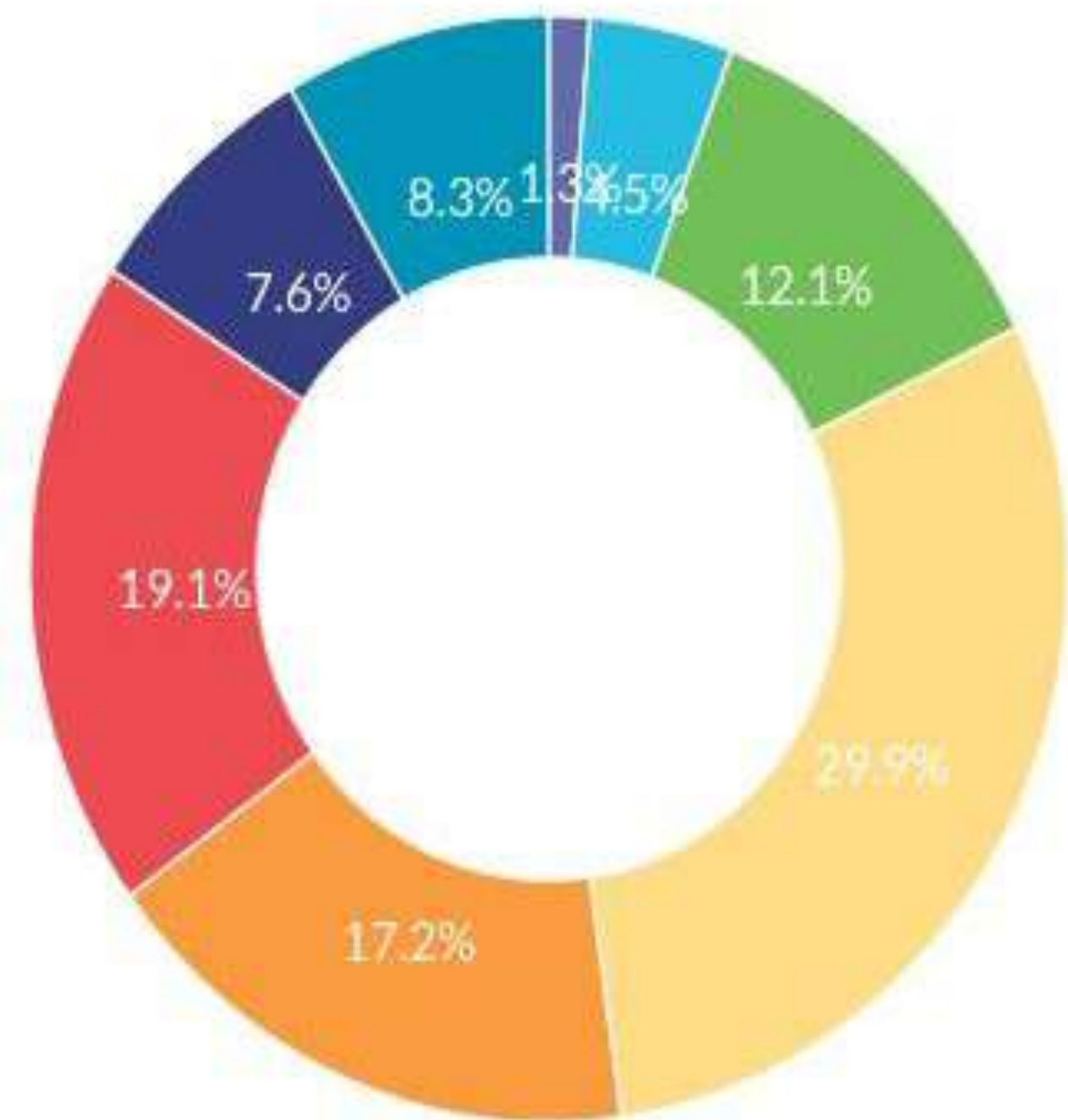
NAISED

Totals

111

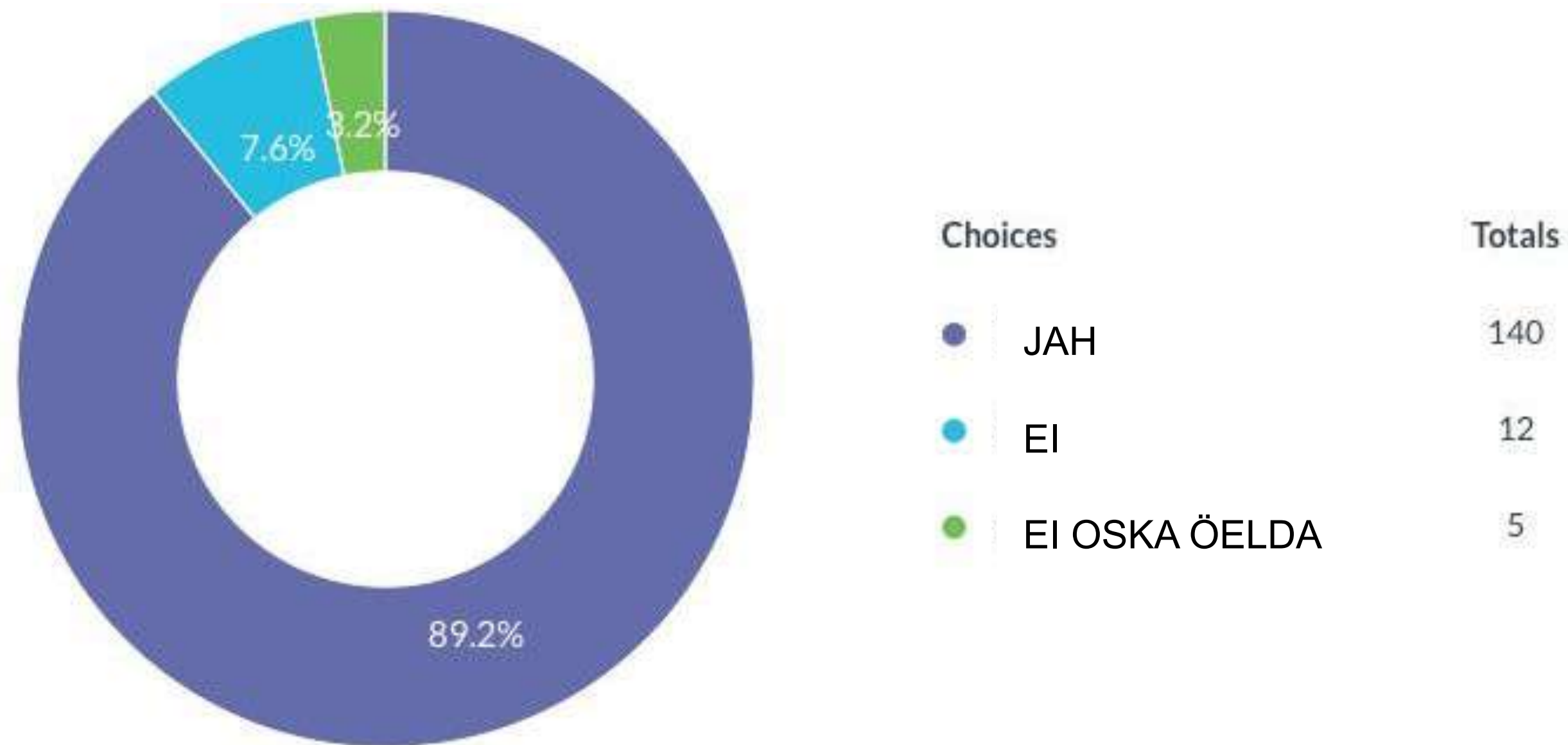
46

Vanus



Choices	Totals
< 15 a	2
15-19 a	7
20-24 a	19
25-34 a	47
35-44 a	27
45-54 a	30
55-64 a	12
> 65 a	13

Kas on piisavalt treeningseadmeid?



OMNIGYM

Kas raskused on piisavad treenimiseks?



OMNIGYM

Soovituslik müügihind

Product Code	Price €
Weight Training Equipment*	
OMNIGYM OG10 Squat	4810,00
OMNIGYM OG23 Low Row	4810,00
OMNIGYM OG24 Lat Pulldown	4810,00
OMNIGYM OG30 Bench Press	4810,00
OMNIGYM OG31 Incline Bench Press	4810,00
OMNIGYM OG41 Front Press	4810,00
OMNIGYM OGFA41 Free Access Front Press	4810,00
OMNIGYM OG70 Biceps Curl	4810,00
OMNIGYM OG80 Triceps Press	4810,00
OMNIGYM OGWGT Extra Weight Unit	1045,00
Bodyweight Training Equipment	
OMNIGYM OG20 Back Extension	2440,00
OMNIGYM OG81 Dip Bars	1550,00
OMNIGYM OG90 Abdominal Bench	2440,00
OMNIGYM OGC7 Core Rack	4990,00

OMNIGYM

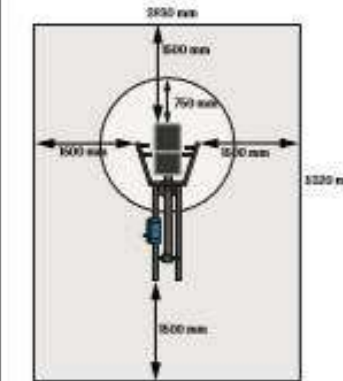
Tootekaardid ja tehnilised andmed

WWW.OMNIGYM.COM

OMNIGYM

OG41 Front Press

Use and movement areas



Target muscles



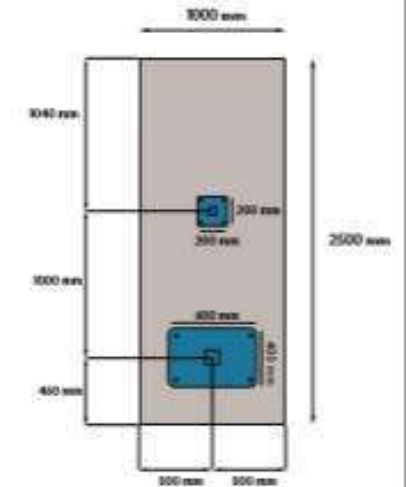
Foundation



1. For example artificial turf or moldable safety platform max. 40 mm
2. Concrete min. 120 mm below equipments
3. Ground frost insulation, thickness based on the ground

Concrete casting and positioning

- Length 2500 mm
Width 1000 mm
Thickness 120-150 mm
- Ground frost insulation
 - Rebaring
 - Adequate drying time must be ensured



Product specification

Length	2350 mm
Width	930 mm
Height	1250 mm
Equipment weight	174 kg (1 x weight unit) 232 kg (2 x weight unit)
Age	+ 14
Safety area	21 m ²
Base	surface mounting to concrete
Standard	EN16630
Country of manufacture	Finland
Metal parts	steel
Tube strengths	4-6 mm
Coating solution	Zink and powder coating

Details

- Adjustable loading
- 2 grip widths/starting heights
- Maintenance-free polymer bearings
- 15-55 kg (1 x weight unit)
- 10-85 kg (2 x weight units)
- The products are available in most RAL Classic colors. The standard colors are RAL 1017, RAL 3020, RAL 5012, RAL 6018 and RAL 7036.

Important

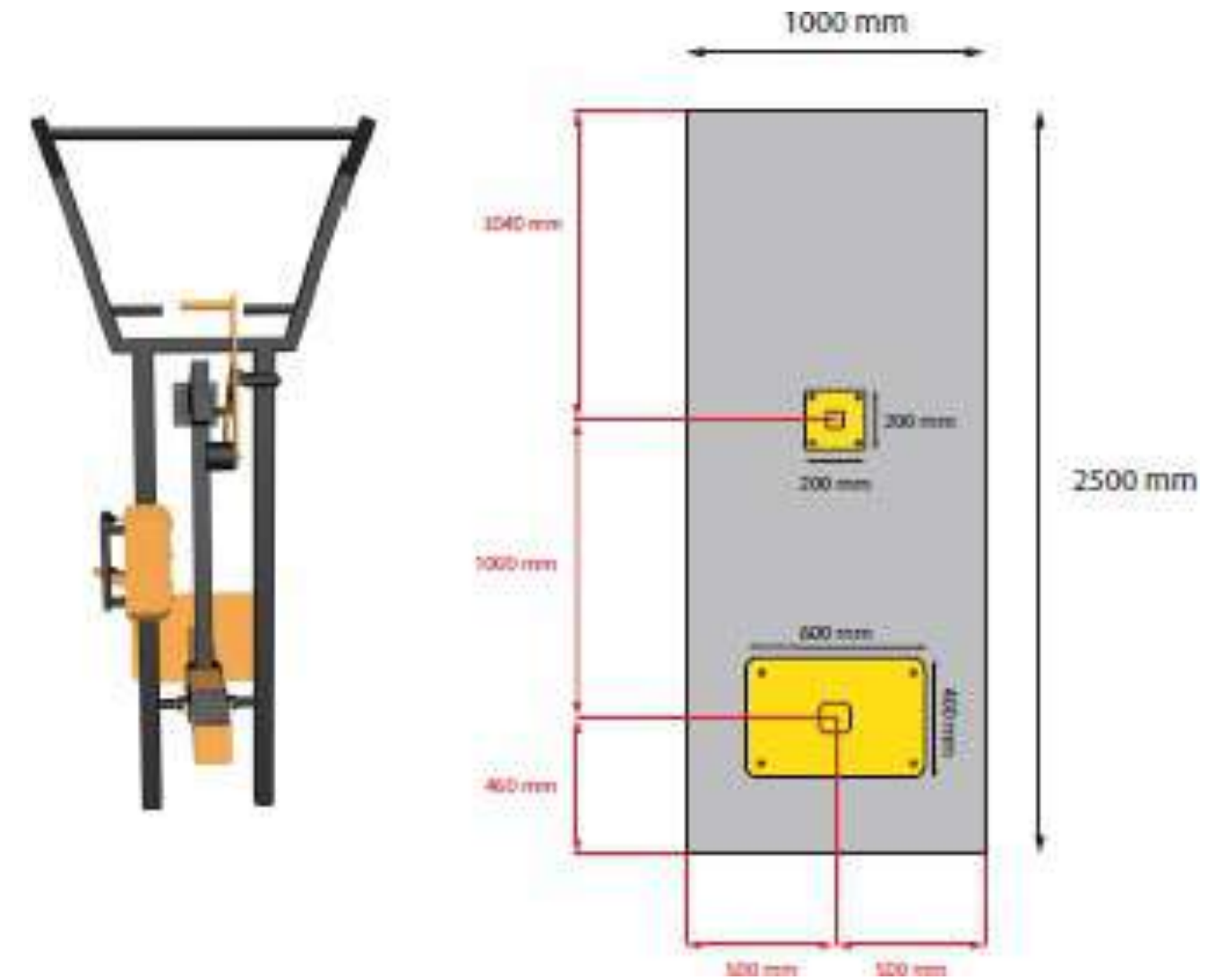
Installation depth for all Omnigym® units: top surface of the concrete base on the ground level or max. -40 mm allowance for the surface material to be used. (See foundation figure)



omnigym.com

OMNIGYM

Construction work 1/2



- Mounting: Frost protection
- Concrete Base: 1 pcs 2500 mm x 1000 mm x 120 mm / reinforced
- Fastening: Concrete screws to molding surface
- Platform: Does not require a safety platform

Construction work 2/2

Groundwork:

- Frost protection
- Water permeable
- Sealed and leveled surface
- Stone floor on smooth surface
- Concrete (ground platform) casted horizontally

Mounting depth:

- All Omnigym –equipment is mounted on the concrete
- The concrete surface must be at ground level or if required max. -40 mm from ground level

10-40 mm	KUNSTMURU
120 mm minimum	BETOONPINNAS
	KÜLM ISOLATSIOON





OMNIGYM

AITÄH!