

Outdoor-Fitness: vom Bewegungsparcours bis zum Krafttraining

Artikel vom **14. Oktober 2026**
Stadtgestaltung

Öffentliche Fitnessflächen können weit mehr bieten als einzelne Trainingsgeräte. Kompan kombiniert mit den modularen »Super Combi«-Stationen unterschiedliche Bewegungs- und Kräftigungsübungen auf einer Anlage. Ergänzend bietet die Produktlinie »Essentials Krafttraining« Geräte mit einstellbarem Widerstand. Damit entstehen zusätzliche Möglichkeiten, Parks und Quartiersplätze mit bedarfsgerechten Trainingsangeboten auszustatten.



Mit den Angeboten von Kompan können öffentliche Areale wie Parkanlagen mit Fitness- und Sportmöglichkeiten ausgestattet werden. (Bild: KOMPAN)

Mit modularen Trainingsstationen und zusätzlichen Kraftgeräten erweitert Kompan die Möglichkeiten für Outdoor-Fitnessanlagen im öffentlichen Raum. Neben den vielseitig nutzbaren »Super Combi«-Stationen umfasst das Programm auch die Produktlinie »Essentials Krafttraining« mit einstellbaren Trainingswiderständen. Die unterschiedlichen Gerätekonzepte ermöglichen es Kommunen, Bewegungsangebote in Parks, auf Quartiersplätzen und anderen öffentlichen Freiflächen an verschiedene Trainingsformen anzupassen.

Super Combi für vielseitige Bewegungsangebote

Die modular aufgebauten »Super Combi«-Stationen kombinieren unterschiedliche Trainingsmöglichkeiten auf vergleichsweise kompakten Flächen. Zur Ausstattung gehören je nach Ausführung Klimmzugstangen, Hangelstrecken, Ringe, Kletterseile, Niedrigbarren und Step-Plattformen. Damit lassen sich Übungen zur Kräftigung, Koordination und Beweglichkeit miteinander verbinden. Auch Schlingentraining ist an entsprechend ausgestatteten Stationen möglich. Ein Beispiel ist die »Super Combi 3« mit der Produktkennung »FSW250«. Die Anlage bietet laut Hersteller Trainingsmöglichkeiten für bis zu 17 Personen gleichzeitig und ist für Nutzer ab 13 Jahren vorgesehen. Ihre Geräteabmessungen betragen rund 5,02 × 5,92 m. Für die Planung ist darüber hinaus ein Sicherheitsbereich von etwa 8,09 × 9,33 m zu berücksichtigen. Die verschiedenen Module lassen sich abhängig vom verfügbaren Platz und den gewünschten Trainingsangeboten kombinieren. Einzelne Ausführungen ermöglichen auch die Nutzung durch Menschen mit eingeschränkter Mobilität. Ob eine Anlage insgesamt barrierefrei zugänglich und nutzbar ist, hängt jedoch von der konkreten Ausstattung und der Gestaltung der umgebenden Fläche ab.



Auch die Inklusion wird bei den Outdoor-Fitness-Angeboten von Kompan groß geschrieben. (Bild: KOMPAN)

Essentials ergänzt das Krafttraining im Freien

Mit der Produktlinie »Essentials Krafttraining« bietet Kompan zusätzliche Geräte für ein gezieltes Muskeltraining unter freiem Himmel an. Im Unterschied zu den überwiegend auf Eigengewichtsübungen ausgelegten »Super Combi«-Stationen ermöglichen diese Geräte ein Krafttraining mit einstellbarem Widerstand. Die geschlossenen Mechanismen

sind auf den Einsatz im Außenbereich ausgelegt. Durch die kompakte Bauweise können die Kraftgeräte sowohl in eigenständige Trainingsbereiche integriert als auch mit anderen Outdoor-Fitnessangeboten kombiniert werden. Damit lassen sich beispielsweise Bewegungsparcours mit Stationen für ein gezieltes Krafttraining ergänzen. Für die kommunale Planung eröffnet die Kombination unterschiedlicher Gerätetypen die Möglichkeit, Trainingsflächen für verschiedene körperliche Voraussetzungen und Trainingsziele zu gestalten. Die Auswahl der Geräte sollte sich dabei am vorgesehenen Nutzerkreis, an der verfügbaren Fläche und an den jeweiligen Sicherheitsanforderungen orientieren.

Planung und Ausstattung öffentlicher Fitnessflächen

Neben der Geräteauswahl spielen bei Outdoor-Fitnessanlagen die erforderlichen Sicherheitsflächen, geeignete Bodenbeläge und die Zugänglichkeit eine wichtige Rolle. Insbesondere bei modularen Anlagen müssen die Abstände zwischen den einzelnen Stationen und die Bewegungsräume der Trainierenden berücksichtigt werden. Kompan stellt hierfür technische Produktunterlagen, Zeichnungen und Planungshilfen bereit. Ergänzend bietet der Hersteller mit seinen Produktkatalogen für 2026 einen Überblick über unterschiedliche Fitnessgeräte und Anlagenkonzepte. Die Verbindung von »Super Combi«-Stationen und ergänzenden Krafttrainingsgeräten ermöglicht Kommunen eine differenzierte Gestaltung öffentlicher Bewegungsflächen. Entscheidend für die Umsetzung sind neben dem Trainingsangebot insbesondere die örtlichen Platzverhältnisse, die vorgesehene Nutzung und die langfristige Unterhaltung der Anlage.

Hersteller aus dieser Kategorie
