

Salon ulkokuntosalit

[www.salo.fi/ulkokuntoilulaitteet]

Kärävuoren, Melassuon, Suomensjärven ja Tupurin ulkokuntoilulaitteet ovat katoksen alla. Kuntoilulaitteet on kiinnitetty runkolaitteeseen. Kuntoilulaitteet ovat omalla kehon painolla tehtäviä laitteita.

Kärävuori, Piritantie 6, Halikko (taustakuva). Kärävuoren kuntoradan välittömässä läheisyydessä. Laitteet: kaaripenkki, rintapenkki, jalkaprässi, lantion kiertolaite, soutulaite. Kuntoilupaidan vieressä on lasten leikkipuisto.

Melassuo, Erveläntie 16, Perniö. Melassuon liikunta-alueella liikuntahallin lähellä. Laitteet: kaaripenkki, rintapenkki, jalkaprässi, lantion kiertolaite ja ylätalja. Välittömässä läheisyydessä mm. frisbeegolfrata.

Suomensjärvi, Kitulantie 14. Suomensjärven yleisurheilukentän ja kuntoradan välittömässä läheisyydessä. Laitteet: kaaripenkki, rintapenkki, jalkaprässi, hiihtolaite ja soutulaite.

Tupuri, Kuntoparkki, Kalkkimäenrinne 80, Salo. Laitteet: kaaripenkki, rintapenkki, jalkaprässi, lantion kiertolaite ja ylätalja. Ulkokuntoilulaitteiden välittömässä läheisyydessä on frisbeegolfradan lähtöpiste, kuntoradat, Tupuri MTB park.

Urheilupuisto, Tallikuja 7, Salo. ulkokuntoilulaitteet, joissa voit suorittaa seuraavia harjoitteita: jalkakyykky, selänojennus, vatsaliike, dippi, vaakasoutu, etupunnerrus ja penkkipunnerrus. Lisäksi samalta alueelta löytyy ulkokuntoiluteline monkey bar ja leuanvetoteline sekä köysikiipeily mahdollisuus. Laitteissa on liikuteltava painopakka, joita siirtämällä vastusta voidaan säätää. Laitteet eivät ole katoksen alla. Ulkokuntoilualueen välittömässä läheisyydessä on kehonpainoharjoittelulle oma alue sekä lasten leikkipuisto Perhepuisto, jossa myös esteetön leikkialue.

Isohärjänmäki, Isohärjänkatu 4, Salo. Kuntoradan varrella on kahdessa eri paikassa ulkokuntoilulaitteita. Kuntoradan pituus on 2,6 km ja lumisena aikana on latu. Ladulla ei saa kävellä. Laitteet eivät ole katoksen alla. Paikka 1: kävelylaite, punnerruslaite, jalkaprässi ja soutulaite. Paikka 2: lantiokeinu, vatsarutistus-/selän ojentajalaite, käsien pyörityslaite ja dippitangot. Kartta: www.salo.fi/kuntoradat

