



Установка турника – идеальный способ поддержания физической формы в домашних условиях. С его помощью можно развивать мышцы груди, спины, рук, пресса.

Производители выпускают оборудование с большим количеством хватов, упоров для выполнения различных упражнений. Разборные снаряды представляют собой полноценный спорткомплекс, который заменяет несколько тренажеров в зале.

Какие виды турников предлагаются на рынке

Производители предлагают огромное количество турников, которые обладают разным типом крепления. По этому основанию все снаряды разделяют на несколько категорий:

- перекладины – самый простой вид длиной до 80 см, монтируемый в дверной проем;
- настенные модели – прикрепляются к несущей стене четырьмя анкерными болтами;
- потолочные варианты могут иметь множество дополнительных рукоятей для хвата;
- напольные тренажеры – комплексное решение, рассчитанное на просторные комнаты.



Специфика многофункциональных настенных снарядов

В отдельную группу выделяют многофункциональные турники. Они крепятся на стену, позволяют делать упражнения на нескольких рукоятях. Ознакомиться с ними можно на странице <https://megaturnik.ua/mega/turnik-dlja-doma/>. После снятия и поворота такого снаряда на 90 градусов он превращается в классические брусья. От них можно отжиматься, использовать в качестве упоров для подъемов ног. Отличительной

особенностью таких моделей является наличие мягких частей, которые упрощают тренировку пресса.

Стоит ли покупать сварные модели домашних турников

Ранее цельносварные турники были распространены на рынке и пользовались высоким спросом. Среди их преимуществ называют простоту и скорость монтажа. Но функциональность таких моделей сильно ограничена, так как они не обладают дополнительными рукоятками. Их нельзя трансформировать для выполнения других упражнений. Сейчас они могут конкурировать только со стандартными перекладинами в дверных проемах.



Другие характеристики домашних турников

После выбора подходящего тренажера нужно проверить несколько его параметров:

- крепления – обычно используют анкерные болты или их аналоги с пластиковыми дюбелями;
- рукоятки – для защиты кожи от мозолей производители покрывают их неопреном или ПВХ;
- опции – подвесы для крепления боксерских груш, лестниц, канатов и колец для гимнастики.

Дополнительно следует оценить вылет турника. Этим термином обозначают расстояние от стены до перекладины после его монтажа. Обычно он указывается в технической документации модели. Минимальное значение составляет 400 мм. Такой отступ обеспечивает выполнение всех распространенных упражнений без касания несущей поверхности. Все виды этих и других спортивных снарядов можно заказать и приобрести на сайте <https://megaturnik.ua>.