



# Wahl der Redaktion

Jeden Monat wählt unsere Redaktion das coolste Equipment aus, das dich deinen Zielen näherbringt oder das du einfach haben willst.

Text: Annemiek de Gier. Fotografie: Fiby Delsen

## Starke Beinarbeit

### Befestigen, klicken, curlen

Starke Hamstrings, ohne zu Hause ein halbes Fitnessstudio einzurichten? Mit Nordbelt machst du Nordic Curls zu Hause, im Fitnessstudio oder auf dem Sportplatz. Einfach an einer Tür, Bank, einem Zaun oder Balken befestigen, die Knöchel fixieren und loslegen.