BERLE

POOL + SPA

BERLE

POOL + SPA

VI VIL VÆRE DE BEDSTE I BRANCHEN

Vores ambition er altid at være i front og være først med de nyeste varer. Vi vil være de bedste, indenfor det vi laver, og ser os selv som en innovativ virksomhed.
Vi bestræber os på at arbejde med nye former, materialer samt farver og være med til at skabe nye trends indenfor pool design og miljø.

Berle Pool + Spa er din professionelle samarbejdspartner, vi lægger stor vægt på at gøre dine drømme til virkelighed.

TOTALLØSNINGER FRA IDÉ TIL TRÆNINGSKLAR

Vi leverer i dag blandt andet totalløsninger til private hjem og hoteller. Vi er med fra den spæde start omkring idéer og arkitekttegninger, så kunden kan se en færdig skitse inden de beslutter sig.

NORDEUROPAS STØRSTE POOL & SPA SHOWROOM

Berle Pool + Spa hovedkontor ligger i Søborg, hvor vores 2.000 m2 butik er rammen om alt til swimmingpool, spa og interiør.

WEBSHOP MED OVER 1000 VARER ONLINE

Swimmingpool.dk er en af de største onlineshops for pool, spa, sauna og træningsudstyr. Med mere end 1000 forskellige produkter og reservedele tilbyder vi dig et bredt sortiment af varer – kun et klik væk.
På vores webshop kan du samle inspiration, hvis du går med en drøm i maven.

God fornøjelse!

Med venlig hilsen
Michael Lodberg
Direktør & Ejer

WaterRower

Oplev følelsen af WaterRowers træning for hele kroppen og se resultater. Ønsker du en træning og fitnessrutine i hjemmet er denne maskine den perfekte for dig. Denne maskine trænер og styrker udholdenhed. En Romaskine bruger 84% af kroppens muskulatur, samtidig med konditionstræning som er med til, at forbedre livskvaliteten.

Udvalget af romaskiner er bredt men, hvis man skal sammenligne disse maskiner bliver det tydeligt, at WaterRower leverer den bedste træning og kvalitet til brugeren.

Modstandsfaktoren

Bortset fra det grundlæggende spørgsmål om personligtræning og træningsmål, skal Romaskinen modstandssystem overvejes nøjes når man tænker på faktorer som livssituation eller træningsrum.

Romaskiner med et lufthjul er effektive, men er væsentlige højere i støjniveau når de er i brug. Dette kan være med til at forårsage forstyrrelse under din træning eller andre i din husstand.

Træningsmaskiner med vandmodstand er konstant stille og effektive når de er i brug. Dette skyldes den pagaj og vandtank der er implementeret i romaskinen. Disse elementer er med til at forbedre din træningsintensitet dvs. at vandmodstanden er ved til at give en varierende træning, jo hårdere du trækker, jo højere er intensitetsniveauet.

Romaskiner med magnet eller hybridmodstand har deres egne fordele og ulemper, Maskiner som disse tillader dig ikke at regulere modstanden under din træning i modsætning til at træne med vandmodstand. Derudover vil brugere have en tendens til at indstille modstanden på et for højt niveau, hvilket øger risikoen for skader.

Træning med WaterRower

Træning med denne romaskine kan resultere i 50 samlede bevægelser pr. minut. Alt takket være romaskinens yderst effektive bevægelsesimpulser på dine led. Dette kan hjælpe dig med, at forhindre en bred vifte af sundhedsmæssige problemer forbundet med nutidens livsstil. Træning med WaterRowers er der lav risiko for overbelastning. Roning trænер 84% af dit muskelsystem herunder, mave, balle, ryg og benmuskler. Ingen andre udholdenhedssportsgrene beviser denne effektivitet, hvilket gør roning til en komplet træning af hele kroppen.

Træningsudstyr lavet af træ

Hvad ser der med dit træningsudstyr efter træning? Opbevarer du det i det bagerste rum? Kælderen? Eller er det en del af dit interiørdesign? Tendensen går i stigende grad mod "fitnessmøbler" dvs. sportudstyr der er integreret i din hverdag.

En træningsmaskine lavet af massivt træ i høj kvalitet, der kan flyttes i alle retninger og kan stå oprejs mod en væg, er meget prisværdig.

Hvert stykke træ, der bruges til en WaterRower vælges udelukkende fra bæredygtige forvaltede skove i USA. Træ er en naturlig ressource, der kan afvige farve og konsistens fra træ til træ, hvilket gør din WaterRower helt unik. En WaterRower er ikke et almindeligt fitnessudstyr men snarere et unik element af stil.

BERLE

POOL + SPA

Pris: Kr. 9.795,-

NOHrD WaterRower Ege træ

Højde: 53 cm

Længde: 210 cm

Bredde: 56 cm

Vægt: 30 kg (uden vand)

Kan indeholde 20 liter vand

Maks brugervægt: 150 kg

Kan opbevares stående.

Pris: Kr. 9.995,-

NOHrD WaterRower Ask træ

Højde: 53 cm

Længde: 210 cm

Bredde: 56 cm

Vægt: 30 kg (uden vand)

Kan indeholde 20 liter vand

Maks brugervægt: 150 kg

Kan opbevares stående.

Pris: Kr. 12.795,-

NOHrD WaterRower Valnød træ

Højde: 53 cm

Længde: 210 cm

Bredde: 56 cm

Vægt: 30 kg (uden vand)

Kan indeholde 20 liter vand

Maks brugervægt: 150 kg

Kan opbevares stående.

BERLE

POOL + SPA

WaterGrinder

I sejlads er det en krævende opgave at omdanne vinden til fremdrift ved at hejse sejlene, så hurtigt som muligt. De udfører det banebrydende arbejde ombord – de er virkelig topatleter! Ved at udøve fysisk styrke og udholdenhed kæmper de om, at dreje spilende på lystbåde for, at hæve sejlene med en klassisk krum bevægelse.

NOHrD WaterGrinder bringe denne intensive sportsgren til dit hjem, så du kan opnå de imponerende fitnessniveauer.

Sid eller stå

WaterGrinders træsæde kan placeres på hver side i 3 forskellige højder. Der kan trænes både fra en siddende eller stående position

Modstand: Høj eller Lav

Håndpedlaerne kan indstilles i 8 positioner for at justere modstanden, jo mindre rotation, jo højere intensitet.

For eller bag

WaterGrinder kan bruges både fra for. Eller bagside af maskinen samt fra siden. Du vælger om du vil sidde eller stå. Alle positioner træner din overkrop, bryst, mave, ryg, arme og skulder muskulatur.

BERLE

POOL + SPA

NOHrD WaterGrinder ask træ

Højde: 120 cm

Længde: 110 cm

Bredde: 80 cm

Vægt: 50 kg (uden vand)

Tekniske detaljer

Maks vægtbelastning: 150 kg

Drejelig monteret skærm

Pris: Kr. 11.250,-

NOHrD WaterGrinder Ege træ

Højde: 120 cm

Længde: 110 cm

Bredde: 80 cm

Vægt: 50 kg (uden vand)

Tekniske detaljer

Maks vægtbelastning: 150 kg

Drejelig monteret skærm

Pris: Kr. 11.895,-

NOHrD WaterGrinder Valnød træ

Højde: 120 cm

Længde: 110 cm

Bredde: 80 cm

Vægt: 50 kg (uden vand)

Tekniske detaljer

Maks vægtbelastning: 150 kg

Drejelig monteret skærm

Pris: Kr. 14.250,-

BERLE

POOL + SPA

Løbebånd – Sprintbok

Løbeentusiasten er godt bekendt med fordelene ved et motorløst løbebånd. Sprintbok løbebånd indordner sig efter brugerens ben og kender ikke til hastighedsbegrænsninger. Uanset om det er træning til udholdenhed, sprint eller intervalløb, så er Sprintbok det perfekte løbebånd til dig.

Intens træning

Princippet ved det motorløse låbebånd er baseret på, at løberens fod effektivt skubber lamelbåndet bagud ved strejkepunktet. Den buede bælteoverflade med lodrette og vandrette konturer forbedrer bæltet nedad og bagud dvs. dette er idéelt til et mere naturligt løbetempo. Når foden rammer bidrager løberens kropsvægt til at skubbe løbebåndet ned og bagud. Fodens kontakt er altid let foran kroppens tyngdepunkt. Sprintbok reducerer vandret friktion under strejfasen dvs. mindre friktion når foden rammer aktiverer det til mere muskelindgreb.

Afstand sprint og intervalløb

Alle former for løbetræning kan øves på Sprintbok. Lydløs under brug reagerer lamelbæltet øjeblikkeligt på ethvert skift i din hastighed. Det tilpasser sig automatisk til alle løbestilarter og hastigheder uden nogen ubehagelig, vedvarende motorstøj.

Gå eller løb

Velegnet til alle løbetræninger: udholdenhedstræning, sprint og intervaller. Den tilpasser enhver løbestil og hastighed.

Fortrolighed: Start med en simpel gåtur for at får en fornemmelse af det selvstyrende løbebånd. Når du først har fundet din balance i et gå tempo, er overgangen til en behagelig jog let.

Opfangningshastighed: Skift din krops tyngdepunkt lidt fremad. Mens du løber fremad vil du øge dit løbetempo.

BERLE

POOL + SPA

NOHrD Sprintbok Ege træ

Højde: 180 cm

Længde: 140 cm

Bredde: 70 cm

Vægt: 110 kg

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 160 kg

Løbeflade: 160 cm x 45 cm

Pris: Kr. 39.995,-

NOHrD Sprintbok Ask træ

Højde: 180 cm

Længde: 140 cm

Bredde: 70 cm

Vægt: 110 kg

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 160 kg

Løbeflade: 160 cm x 45 cm

Pris: Kr. 42.495,-

NOHrD Sprintbok Valnød træ

Højde: 180 cm

Længde: 140 cm

Bredde: 70 cm

Vægt: 110 kg

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 160 kg

Løbeflade: 160 cm x 45 cm

Pris: Kr. 43.895,-

NOHrD Bike

Cykling har længe været den foretrukne træning både for inden- og udendørsfitness. Det er let, at udføre og meget effektivt. Cykling er den ideelle aktivitet som beskytter hofter, knæ og ankelled, mens du giver dig selv mulighed for at opbygge muskelmasse

NOHrD Bike giver den perfekte indendørskardiotræning med kalorieforbrændende effekter. Med en stationær træning opnår du frigivelse af endorfiner. Dette er med til at sænke det samlede stressniveau og udløse din krops immunresistens. Derudover kan du ved at skrue op for modstanden på cyklen, øge din samlede styrke og dermed forbedre din evne til at udføre fysiske opgaver og aktiviteter i hverdagen.

Indendørs cykling er det mest populære fitnessudstyr da en træning afspejler en klassisk udendørs cykeltræning. Indendørs cykling er brugervenligt såvel som begyndervenligt. Med NOHrD Bike vælger du en cykel med komfort og stilrent design som er perfekt til dit hjem.

<u>Træningsudstyr lavet af træ</u>

Hvad ser der med dit træningsudstyr efter træning? Opbevarer du det i det bagerste rum? Kælderen? Eller er det en del af dit interiørdesign? Tendensen går i stigende grad mod "fitnessmøbler" dvs. sportudstyr der er integreret i din hverdag.

En træningsmaskine lavet af massivt træ i høj kvalitet, der kan flyttes i alle retninger, er meget prisværdig.

Hvert stykke træ, der bruges til NOHrD Bike vælges udelukkende fra bæredygtige

forvaltede skove i USA. Træ er en naturlig ressource, der kan afvige farve og konsistens fra træ til træ, hvilket gør din NOHrD Bike helt unik. En NOHrD er ikke et almindeligt fitnessudstyr men snarere et unik element af stil.

BERLE

POOL + SPA

NOHrD
SPORT IN STYLE

NOHrD Bike Ask træ

Højde: 117 - 131 cm

Længde: 113 - 125 cm

Bredde: 60 cm

Vægt: 60 kg

Tekniske detaljer

Sadelforlængelse: 17,5 m

Håndtagsforlængelse: 27,5 cm

Eget til kropshøjde: 160 -200 cm

Gulvplads: 80 cm x 60 cm

Gummihjul for nem manøvrering

Pris: Kr. 18.995,-

NOHrD Bike Ege træ

Højde: 117 - 131 cm

Længde: 113 - 125 cm

Bredde: 60 cm

Vægt: 60 kg

Tekniske detaljer

Sadelforlængelse: 17,5 m

Håndtagsforlængelse: 27,5 cm

Eget til kropshøjde: 160 -200 cm

Gulvplads: 80 cm x 60 cm

Gummihjul for nem manøvrering

Pris: Kr. 19.995,-

NOHrD Bike Valnød træ

Højde: 117 - 131 cm

Længde: 113 - 125 cm

Bredde: 60 cm

Vægt: 60 kg

Tekniske detaljer

Sadelforlængelse: 17,5 m

Håndtagsforlængelse: 27,5 cm

Eget til kropshøjde: 160 -200 cm

Gulvplads: 80 cm x 60 cm

Gummihjul for nem manøvrering

Pris: Kr. 24.495,-

BERLE

POOL + SPA

Slim Beam

Kabelstationer er multifunktionelle træningsmaskiner. Fitnesscentre og fysioterapi centre har været afhængige af kabeltræning i årevis.

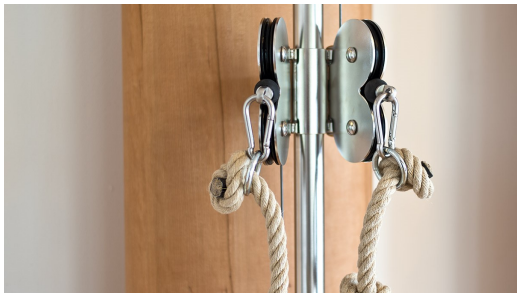
NOHrD SlimBeam er et stilrent design som kombinerer et stilfuldt, skarpt design med et slank udtryk. Takketvære sin slanke silhuet, den buede form og træ af høj kvalitet, leverer SlimBeam en professionel kabeløvelsesstation til enhver form for funktionel træning.

<u>Træningsudstyr lavet af træ</u>
Hvad ser der med dit træningsudstyr efter træning? Opbevarer du det i det bagerste rum? Kælderen? Eller er det en del af dit interiørdesign? Tendensen går i stigende grad mod "fitnessmøbler" dvs. sportudstyr der er integreret i din hverdag.

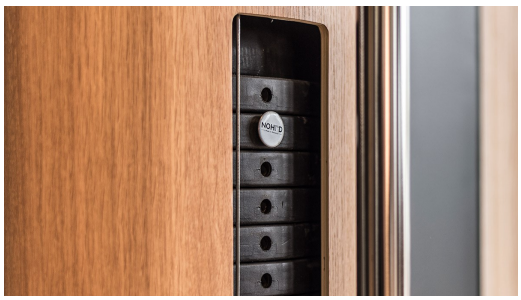
En træningsmaskine lavet af massivt træ i høj kvalitet, der kan flyttes i alle retninger, er meget prisværdig.

Hvert stykke træ, der bruges til NOHrD Bike vælges udelukkende fra bæredygtige

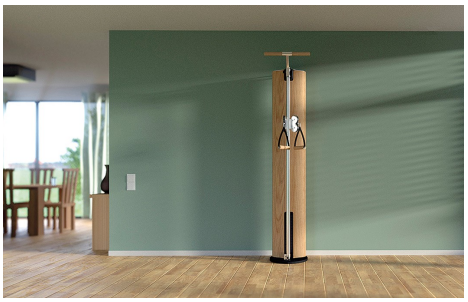
forvaltede skove i USA. Træ er en naturlig ressource, der kan afvige farve og konsistens fra træ til træ, hvilket gør din NOHrD Bike helt unik. En NOHrD er ikke et almindeligt fitnessudstyr men snarere et unik element af stil.



SlimBeam største fordel er sommerfuglen. Den kan drejes og indstilles til enhver højde.



Standart i SlimBeam, har 14 vægtplader ved 5 kg. Plus basisvægten på yderligere 5 kg.



215 cm høj og 40 cm bred passer kabelmaskinen perfekt ind i alt interiør . SlimBeam, er fastgjort 10 cm fra din væg og kun 20 cm ud i rummet.

BERLE

POOL + SPA

NOHrD Slim Beam Ege træ

Højde: 215 cm

Længde: 60 cm

Bredde: 40 cm

Tekniske detaljer

2 trækgreb medfølger

Chin-up stang medfølger

75 kg vægtblok

* tilkøb kan ses på næste side

Pris: Kr. 12.375,-

NOHrD Slim Beam Ask træ

Højde: 215 cm

Længde: 60 cm

Bredde: 40 cm

Tekniske detaljer

2 trækgreb medfølger

Chin-up stang medfølger

75 kg vægtblok

* tilkøb kan ses på næste side

Pris: Kr. 12.375,-

NOHrD Slim Beam Valnød træ

Højde: 215 cm

Længde: 60 cm

Bredde: 40 cm

Tekniske detaljer

2 trækgreb medfølger

Chin-up stang medfølger

75 kg vægtblok

* tilkøb kan ses på næste side

Pris: Kr. 13.975,-

BERLE

POOL + SPA

NOHrD SlimBeam Træningsbænk

Pris: Kr. 2.990,-

NOHrD SlimBeam Trækhåndtag

Pris: Kr. 495,-

Kan fås i Eg, Ask og Valnød træ

NOHrD SlimBeam Fodstrop

Pris: Kr. 328,-

NOHrD SlimBeam Trækstang

Pris: Kr. 990,-

BERLE

POOL + SPA

Triatrainer

3 i 1 træningsbænk – mave, ryg og vægtbænk.

En lukket position fungerer TriaTrainer som den perfekte mave og core træning. Dernæst udfoldes stolen til en halvbænk position som er perfekt til ryg og balle træning. Sidste position er bænken fuld udfoldet og kan bruges til alle standart bænktræninger med

Mavetræning

Lås fødderne i fodstøtten, og løft overkroppen mod dine ben, og gentag efter ønske. Armene er bedst placeret bag dit hoved eller krydset over brystet. Tilføj frie vægte til ekstra udfordring.

TriaTrainer's enkle konstruktion, lette håndtering og forskellige træningskombinationer er ideel til alle fitnessniveauer. Udvidelse

af træning med frie vægte kan man yderligere træne dine skuldre og triceps.

Rygtræning

Til rygtræning skal du bruge position nr. 2: Lås dine ankler under fodstøtten og lås hænderne bag dit hoved. Spænd op i ben og baller og løft dernæst din overkrop. Sørg for at hold ryggen lige – hold positionen og ven langsomt tilbage til din startposition.

Når du udfører rygøvelser med din TriaTrainer, skal du sørge for, at opretholde en jævn bevægelse for, at træne dine dybe muskellag.

Vægttræning

Klassik bænkpres og SwingBellstræning med din Triatrainer. Udfold bænken i fuld position. Læg dig ned eller sid på din træningsbænk med en håndvægt i hver hånd. Bring dine arme op og ned i en langsom og præcis bevægelse.

BERLE

POOL + SPA

Eventuelle øvelser fra 1. position

BERLE

POOL + SPA

Eventuelle øvelser fra 2. position

BERLE

POOL + SPA

Eventuelle øvelser fra 3. position

BERLE

POOL + SPA

NOHrD TriaTrainer Ege træ

Højde: 44 cm (U) 55 (S)

Længde: 140 (U) 90 (S)

Bredde: 35 (U, S)

U: Udklappede mål

S: Sammenklappede mål

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 150 kg

Tre forskellige funktioner:

1. Mave og core træning
2. Ryg og balle muskulatur
3. Bænktræning

Kunst læder: Pris: Kr. 3.195.- /Ægte læder: 3.895,-

NOHrD TriaTrainer Ask træ

Højde: 44 cm (U) 55 (S)

Længde: 140 (U) 90 (S)

Bredde: 35 (U, S)

U: Udklappede mål

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 150 kg

Tre forskellige funktioner:

1. Mave og core træning
2. Ryg og balle muskulatur
3. Bænktræning

Kunst læder: Pris: Kr. 3.345.- /Ægte læder: 4.095,-

NOHrD TriaTrainer Valnød træ

Højde: 44 cm (U) 55 (S)

Længde: 140 (U) 90 (S)

Bredde: 35 (U, S)

U: Udklappede mål

S: Sammenklappede mål

Tekniske detaljer

Maks brugervægt: 150 kg

Tre forskellige funktioner:

1. Mave og core træning
2. Ryg og balle muskulatur
3. Bænktræning

Kunst læder: Pris: Kr. 4.450,- /Ægte læder: 5.200,-

BERLE

POOL + SPA

Swing Bells

Svingende bevægelser er en del af vores daglige rutine. Når vores modstandsdygtighed (evne til at modstå stress) er nede, hindre smerter simpelthen vores momentum. Forbyg dette ved at inkorporere SwingBell træning i din træning. SwingBell er med til at styrke muskler, led og bindevæv. De bliver mere fleksible, smidige og elastiske.

NOHrD SwingBells er en moderne variation af Kettlebells, kendt fra CrossFit-træning. Originale Kettelbells er solide, kanonkugleformede og med et enkelt greb. SwingBell forskyder sit tyngdepunkt på grund af sin jernpelletsfyldning som forlænger træningsbevægelsen ud over din arm. Resultatet er målrette og stimulerende for dit bindevæv, led og muskler, hivlket øger den samlede ydeevne og modstandskraft.

Fordele ved at træne med SwingBells

Træning med SwingBells får din cirkulation i gang og aktiverer fedtforbrænding. Disse klassiske, frie lædervægte kan udfordre alle relevante muskelgrupper som triceps, skuldre eller ryg; selv dine ben og mavemuskler kan trænes.

Funktionelle træninger er gunstige for, at opbygge muskler øge muskelmasse samt udenholdenhed og koordination.

BERLE

POOL + SPA

Måder at træne med SwingBells

SwingBell øvelser kan være lige så effektive som push-ups, pull-ups, Sit-ups eller squats.

BERLE

POOL + SPA

NOHrD Swing Tower Ege træ

Højde: 140 cm

Længde: 40 cm

Bredde: 40 cm

Vægte: 2, 4, 6, 8 kg

Pris: Kr. 4.850,-

NOHrD Swing Tower Ask træ

Højde: 140 cm

Længde: 40 cm

Bredde: 40 cm

Vægte: 2, 4, 6, 8 kg

Pris: Kr. 4.895,-

NOHrD Swing Tower Valnød træ

Højde: 140 cm

Længde: 40 cm

Bredde: 40 cm

Vægte: 2, 4, 6, 8 kg

Pris: Kr. 5.685,-

BERLE

POOL + SPA

Eau-Me balancebræt

Eg - **Pris: Kr. 2.095,-**

Valnød - **Pris: Kr. 2.595,-**

Club - **Pris: Kr. 2.595,-**

Wallbars

<u>Wallbars med 10 stænger</u>

Ask - **Pris: Kr. 2.595,-**

Eg - **Pris: Kr. 2.995,-**

Valnød - **Pris: Kr. 3.395,-**

<u>Wallbars med 14 stænger</u>

Ask - **Pris: Kr. 2.795,-**

Eg - **Pris: Kr. 3.295,-**

Valnød - **Pris: Kr. 3.695,-**

NOHRD
SPORT IN STYLE
YOUR LIFE MATTERS