

# Viaje en rbita Spirit Fitness e-Glide

excelente modeloEl simulador fue elegido durante mucho tiempo, pensamos en comprar algo barato para empezar. Pero luego nos dimos cuenta de que con nuestras dimensiones (195/84, 175/140) y el deseo de participar constantemente en "algo barato" no funciona. Comenzé a buscar relativamente caro, fue a probar. Nos gustó el Spirit Fitness e-Glide de inmediato, tanto en la imagen, en los clips y en la sala de exposición. En el segundo día de uso, apareció un extraño sonido de crujido, resultó que debe poner una gota de silicona en los corredores debajo de los rodillos (que se incluyen en el kit), desde entonces el simulador casi no ha hecho ruido. Es muy agradable hacer ejercicio porque, aparentemente, biomecánica bien pensada (no soy realmente un experto, juzgo por sentimientos subjetivos), tengo artritis-artrosis y no me duelen las rodillas en el simulador! Mi marido, con su altura, tiene paso corto y brazos más bien pequeños, pero se adaptó. En un mes perdí 4 kg, hago ejercicio durante 15 minutos al día, sin carga, camino 800-1 km, mi esposa corre 2 km en 2 series, tiene otra tarea: tensar los músculos, se vuelve afuera)). Para algunos, tales cargas son ridículas, pero nuestra edad promedio es de 50 años, para nosotros estos son buenos resultados. En apariencia, el simulador es muy duradero, elástico, se adapta bien al interior, con su peso y dimensiones no ocupa mucho espacio. Probablemente, su desventaja es la falta de programas de capacitación, pero hasta ahora no parece que los necesitemos. De las carencias - hasta ahora - destacaría la goma no muy agradable de las asas (una especie de pegajosa, creo, unas fundas para hacer, no tengo ganas de hacerlo con guantes), además, un extendera porque me es más cómodo sujetar las asas por donde acaba la goma. En general, estamos muy satisfechos con la elección, la cosa es de alta calidad, espero que dure mucho tiempo. Precio, Es tan pesado que será llevado al 4to piso, quitamos todo lo que pudimos quitar))) Lo recogí yo mismo, todo está escrito correctamente en las instrucciones, estoy muy contento de comprar este simulador tendrá algo para hacer en invierno y en clima lluvioso Por cierto, desplace los pedales a 60 niveles no solo fuerte, sino muy fuerte)))) tal vez, por supuesto, depende del peso del usuario)))) Peso un poco, mi pulsmetro Polar ve perfectamente la discrepancia con el reloj y en los simuladores un latido

excelente modelo Como persona que vende apartamentos, es lo suficientemente importante para mí que luzca chic. Y ya sabes, siguiendo las recomendaciones de tu instructor de fitness, compra este modelo del simulador. En primer lugar, me gustaría señalar que este modelo es bastante conveniente para hacer ejercicio y, además, no ocupa tanto espacio en el gimnasio de mi casa.