



Fitness

## CINTA DE ANDAR CON MOTOR

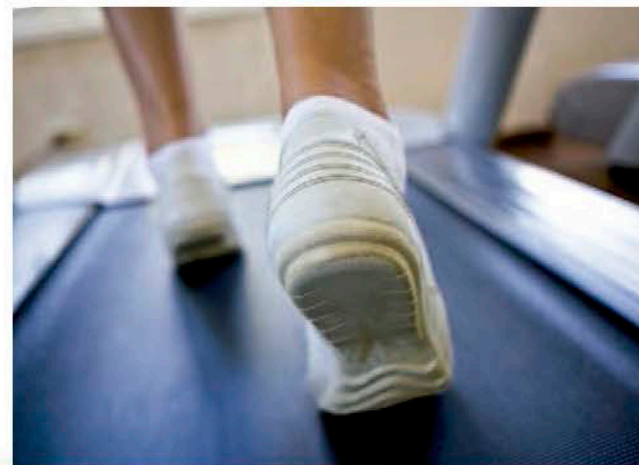
ANDAR 30 MINUTOS AL DÍA ES LA MEJOR TERAPIA, NO SÓLO PARA EL CORAZÓN, SINO TAMBIÉN PARA LOS HIPERTENSOS Y DIABÉTICOS Y PARA TODAS AQUELLAS PERSONAS QUE QUIERAN MANTENER SU PESO Y CUIDAR SU FLEXIBILIDAD Y AGILIDAD.

El caminar es una puesta a punto para nuestra estructura ósea, al favorecer el movimiento de las articulaciones. La espalda y su columna vertebral también se lo agradecerán.

**Boticelli**<sup>®</sup>

ART © DESIGN BY EXPODIRECT  
TRADE MARK





Fitness

## CINTA DE ANDAR CON MOTOR

### LOS BENEFICIOS

A nivel del sistema cardiovascular, la actividad física aumenta la fuerza y la capacidad de bombear sangre de nuestro corazón. Además las arterias tienen una mayor capacidad de dilatarse. Todo ello aumenta la cantidad de sangre que puede llegar a los músculos y otras zonas de nuestro cuerpo.

La actividad física también disminuye el riesgo de ser hipertenso y en pacientes con hipertensión arterial reduce los valores de la presión arterial. También previene la aparición de diabetes, sobre todo en obesos o con antecedentes familiares de diabetes y es un elemento importante en el tratamiento de los pacientes diabéticos al mejorar la respuesta a la insulina, hormona que controla el metabolismo y el nivel de azúcar en sangre.

Asimismo la actividad física produce efectos favorables sobre el colesterol.

Caminar 30 minutos diarios viene a suponer un gasto de unas 1000 calorías a la semana. No es necesario andar 30 minutos seguidos, a no ser que queramos perder peso. Entonces tendremos que aumentar a 40-45 minutos y hacerlo de una sola vez ya que la grasa depositada se empieza a quemar a partir de los 20-25 minutos después de haber iniciado una actividad.

Nunca es tarde para empezar. Las personas que son sedentarias y empiezan a hacer actividad física de forma regular rápidamente obtienen beneficios similares que aquellas que siempre han sido activas.



*En forma  
cómodamente*

### DATOS TÉCNICOS

- Voltaje: 220-230 V.
- Frecuencia: 50-60 Hz
- Potencia: 500 W.
- Peso máximo admitido: 120-130 kg.
- Velocidad Máxima: 10 km/h.
- Panel de control que muestra el tiempo, la distancia, la velocidad y las calorías consumidas.
- Superficie de carrera: 98 x 36 cm.
- Sistema plegable
- Medidas plegada: 125 x 61,5 x 22 cm.
- Medidas articulo: 125 x 61,5 x 125 cm.
- Caja: 130 x 29 x 66 cm.



**Boticelli**<sup>®</sup>  
ART & DESIGN BY EXPDIZICT  
TRADE MARK