**[Беговые дорожки](https://sst.by/begovyie-dorozhki/?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=Search%5bBegovye%5dBelarus&utm_content=begovye%5bdesktop%5dbelarus+creative1&utm_term=%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0&roistat=direct1_search_8282930896_%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0&roistat_referrer=none&roistat_pos=premium_2) для дома**

Задумайтесь: человек проводит на работе около **30%** своей жизни . Чаще всего -  в положении сидя. Как результат - излишний вес, одышка, слабость, проблемы с сердцем. Знакомая картина?

Для поддержания здоровья требуются регулярные физические нагрузки. Популярность беговых дорожек объясняется просто: этот кардиотренажер эффективное средство тренировки сердечно-сосудистой системы и дыхания, для поддержания мышечного тонуса и борьбы с лишним весом. Всего несколько недель тренировок и вы почувствуете заряд бодрости и активности.

Преимущества домашнего тренажера:

1. Не требуется выделять время для посещения спортзала;
2. Занимает мало места;
3. Доступен всем членам семьи.

На нашем сайте представлены основные группы беговых дорожек:

**Механические**

Особенности:

* интенсивность движения задает пользователь, преодолевая сопротивление ременной системы торможения;
* имеется монохромный экран с индикацией пройденного пути,, скорости, пульса, потраченных калорий;
* складное устройство, низкая цена.

**Магнитные**

Особенности:

* нагрузка создается за счет действия магнитного тормоза с плавной регулировкой;
* бесшумный и плавный ход;
* монитор отображает время, скорость, расстояние,  расход калорий;
* складная конструкция.

**Электрические**

Особенности:

* программы тренировок;
* изменение угла наклона полотна;
* система амортизации (снижает ударные нагрузки на суставы);
* цветной дисплей отображает нагрузку, пульс, время тренировки, пройденное расстояние, скорость движения, расход калорий;
* WiFi, встроенные динамики;
* складная система, колесики для перемещения.

Выбирайте свою дорожку!

<h1>[Беговые дорожки](https://sst.by/begovyie-dorozhki/?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=Search%5bBegovye%5dBelarus&utm_content=begovye%5bdesktop%5dbelarus+creative1&utm_term=%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0&roistat=direct1_search_8282930896_%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0&roistat_referrer=none&roistat_pos=premium_2) для дома</h1>

<p><b>**30%**</b> жизни человек проводит на работе. Чаще всего -  в положении сидя. Как результат - излишний вес, одышка, слабость, проблемы с сердцем.

<br> Для поддержания здоровья требуются регулярные физические нагрузки.

<br> Популярность <ahref="<https://www.21vek.by/treadmills/30188/>"> беговых дорожек объясняется просто: этот кардиотренажер эффективное средство тренировки сердечно-сосудистой системы и дыхания, для поддержания мышечного тонуса и борьбы с лишним весом.

<br>Всего несколько недель тренировок и вы почувствуете заряд бодрости и активности.</p>

<p>Преимущества домашнего тренажера:

<ol>

<li>не требуется выделять время для посещения спортзала;</li>

<li>занимает мало места;</li>

<li>доступен всем членам семьи.</li>

</ul></p>

<p>На нашем сайте представлены основные группы беговых дорожек:

<h2>Механические</h2>

Особенности:

<ul>

<li>интенсивность движения задает пользователь, преодолевая сопротивление ременной системы торможения;</li>

<li>имеется монохромный экран с индикацией пройденного пути,, скорости, пульса, потраченных калорий;</li>

<li>складное устройство, низкая цена.</li>

</ul>

<h2>Магнитные</h2>

Особенности:

<ul>

<li>нагрузка создается за счет действия магнитного тормоза с плавной регулировкой;</li>

<li>бесшумный и плавный ход;</li>

<li>монитор отображает время, скорость, расстояние,  расход калорий;</li>

<li>складная конструкция.</li>

</ul>

<h2>Электрические</h2>

<br>Особенности:

<ul>

<li>программы тренировок;</li>

<li>изменение угла наклона полотна;</li>

<li>система амортизации (снижает ударные нагрузки на суставы);</li>

<li>цветной дисплей отображает нагрузку, пульс, время тренировки, пройденное расстояние, скорость движения, расход калорий;</li>

<li>WiFi, встроенные динамики;</li>

<li>складная система, колесики для перемещения.</li>

</ul>

<p>Выбирайте свою дорожку!</p>