

# La venta de material deportivo para entrenar en casa se dispara

**Según la empresa especializada en fitness Bavalu, la venta de accesorios y aparatos de gimnasia se ha disparado por el confinamiento. Estos son los productos (de entre 10€ y 60€) más demandados**

Con el confinamiento por el coronavirus, las ventas de material deportivo para entrenar en casa se han disparado. Desde la tienda online Bavalu, experta en productos de fitness, esto ha supuesto multiplicar las ventas por 10.

Antes de la pandemia, la demanda de este tipo de productos ya tenía una tendencia al alza, tanto por la creciente preocupación por mantener un estilo de vida saludable, como por la imposibilidad de muchas personas de apuntarse a un gimnasio. Para esto último, la falta de tiempo es uno de los principales factores. Por ello, una solución es montar un gimnasio en casa y ahorrarse tanto las cuotas del gimnasio como el tiempo dedicado a desplazarse. La alternativa ideal para aquellos que además buscan comodidad, privacidad y evitar aglomeraciones.

Pero volviendo a este repunte debido al confinamiento, estos son 4 de los productos "lowcost" (entre 10€ y 60€) con mayor demanda actualmente, perfectos para aquellas personas que empiezan a montarse su propio gimnasio en casa o que buscan accesorios y aparatos económicos para entrenar hasta que puedan volver a su gimnasio.

**Cuerdas y bandas de resistencia, para la tonificación**

En un gimnasio en casa cómodo y funcional no pueden faltar las bandas de resistencia. También llamadas bandas elásticas, son un complemento básico para la tonificación muscular. Se pueden encontrar diversos kits de tonificación económicos que incluyen cuerdas y bandas de elásticas. Estos packs permiten, por ejemplo, utilizar las puertas u otras zonas de casa para crear resistencia, con la que ejercitar los músculos a través de varios ejercicios. Ganar fuerza, resistencia y elasticidad mientras se trabaja todo el cuerpo es muy sencillo.

**Bancos y ruedas de abdominales**

Lucir unos abdominales bien moldeados es el objetivo de muchas personas que entrenan en casa, pero el entrenamiento de esta zona del cuerpo es uno de los que suelen ser más aburridos. Para ello hay soluciones como las ruedas de abdominales, un aparato para realizar ejercicios de fuerza en la zona abdominal, pero también en otras partes del cuerpo, desde los brazos al pecho. Una manera fácil de reafirmar los abdominales y quemar calorías.

**Electroestimulación, ejercicio sin esfuerzo**

Los electroestimuladores pueden ser un buen complemento para un gimnasio en casa si se quiere tonificar, perder peso o eliminar la celulitis. Con unos 20 minutos al día se pueden conseguir resultados. La electroestimulación envía señales eléctricas a los músculos para que se contraigan y

relajen como si estuvieras entrenando. Su punto fuerte es que permite usarla mientras se mira la televisión o se toma el sol.

#### Pedalear mientras trabajas

Los pedaleadores también son geniales para usarlos mientras se hace teletrabajo o se mira la televisión. Son como una bicicleta estática, pero solo con la parte de los pedales. Es decir, no ocupan casi espacio, por lo que se puede poner el pedaleador debajo de la mesa e ir quemando calorías y realizando ejercicio cardiovascular mientras se trabaja.

#### Tablas de ejercicios, una solución versátil

Y si se busca trabajar la parte superior del cuerpo, una solución barata para el gimnasio en el hogar son las tablas de ejercicios Plug & Press. Cambiando la posición de los soportes se pueden trabajar diferentes músculos, desde los tríceps al pecho o la espalda.

Bavalu es un empresa española multinacional y con varios años de experiencia que cuenta con una cuidada selección de productos de fitness, para mascotas, de belleza y salud o de cocina. Las opiniones de Bavalu que registran sus clientes en su web y plataformas sociales supera el 91% de satisfacción.

#### **Datos de contacto:**

Bavalu

627171083

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Entretenimiento](#) [Otros deportes](#) [Consumo](#) [Fitness](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>