Gymtek cuenta cómo las caminadoras ayudan a estar en forma en tiempos de pandemia

Esta crisis ha generado más de un problema a propietarios de negocios que han tenido que despedir personal o cerrar sus locales. No obstante, en medio de este vendaval hay quienes han tratado de dar un giro a sus actividades para poder subsistir al explotar ciertas necesidades que tiene la ciudadanía -pese a las restricciones propias de la emergencia sanitaria, ejercitarse, mantener un óptimo nivel de salud, desestresarse

Antes del COVID-19, la industria del fitness en general recaudaba millones de dólares al año, en ciudades más grandes e incluso medianas, los espacios especializados para andar en bicicleta, estirarse, y correr atraían a miles de amantes de los hierros en casi todos los gimnasios.

Las caminadoras, a menudo difamadas por los corredores al aire libre, se encuentran entre los equipos de fitness más utilizados durante esta pandemia. Incluso frente a opciones de alta tecnología como el ciclismo de realidad virtual y el yoga calentado por infrarrojos, los ejercicios con artefactos caseros están ganando popularidad.

¿Por qué es importante seguir entrenando en medio de esta pandemia?

"Ayuda a mantener la salud mental y física. Ahora es cuando más se necesita tener buena salud, las defensas altas, lo único que va a permitir eso es un entrenamiento prolongado a lo largo del tiempo, que va a ayudar a que el cuerpo y mente funcionen de forma correcta", dice Carlos Izquierdo, propietario de Gymtek, tienda especializada en caminadoras en Quito, Guayaquil y todo Ecuador.

Existen varios tipos de caminadoras que se pueden obtener fácilmente en Ecuador. Pero saber elegir la mejor es un tema un poco confuso, ya que existe muy poca información objetiva al respecto.

Parece que hay una aplicación para casi todo, y sí, ¡también hay aplicaciones para las caminadoras! De hecho, hay muchas características adicionales disponibles para ayudar a maximizar la calidad del entrenamiento, la salud y estado físico en general.

Caminadoras con pantalla táctil a todo color. Amortiguación de la banda de rodadura que le permite suavizar el impacto en sus articulaciones mediante la aplicación de amortiguadores o simular una experiencia real de carrera en carretera.

Caminadoras para trabajo pesado diseñadas para llevarlo a través de sus ejercicios más duros y rápidos para que pueda perseguir sus objetivos de estado físico. Son ideales para ejercitarse sin salir de casa, cuidar su corazón y su salud generando pérdida de peso y mejorando su estado físico en general.

Correr ya sea al aire libre como en una caminadora siempre es bueno para la salud en general. “Esta pandemia seguramente pasará en poco tiempo, pero que no haga perder la oportunidad de vivir el deporte de correr, no simplemente pasar kilómetros solos, sino esforzarse por lograr más, juntos”

Datos de contacto:

Alvaro Lopez Para
629456410

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

Categorías: [Sociedad Emprendedores](#) [Otros deportes](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>