**Bieżnie treningowe na Ceneo**

**Obecnie coraz częściej zwracamy uwagę na to, co jemy i jaki jest skład danego produktu. Zdrowy tryb życia od kilku lat jest w trendach i jak się wydaje, prędko nie wyjdzie z mody. Coraz więcej osób zaczyna dbać o swoją kondycją, a to wszystko po to, aby uzyskać wymarzoną sylwetkę. Co jednak zrobić, kiedy doskwiera nam brak czasu i motywacji? Odpowiedzią na to są <b>bieżnie treningowe Ceneo</b>!**

**Bieżnie treningowe na Ceneo - jak zmotywować się do treningów?**

Kupujesz karnet na siłownie z myślą o tym, że pora zacząć przygotowania do sezonu letniego. Twoją inspiracją są zdjęcia znalezione w Internecie. Kompletujesz strój, buty i zaczynasz swoją przygodę ze sportem. Mija tydzień, a Tobie nagle zaczyna brakować czasu. Zostajesz dłużej w pracy, a później - dziwnym trafem, zamiast do klubu sportowego docierasz do domu. Zajęcia fitness organizowane są w godzinach, które nigdy Ci nie pasują i suma summarum karnet przepada. Czy znasz ten scenariusz? Jak temu zaradzić? **Bieżnie treningowe na Ceneo** to szeroki wybór urządzeń, z którymi możesz trenować w każdej wolnej chwili. Bez wymówek!

**Elektryczna vs magnetyczna?**

*Bieżnie elektryczne na Ceneo* są pogrupowane ze względu na swój rodzaj, a dokładniej sposób zasilania. Bieżnia elektryczna posiada wbudowany silnik, który umożliwia uzyskanie danej prędkości, dopasowanej do potrzeb i możliwości. Co więcej, tego typu sprzęt posiada wbudowane programy biegowe, dzięki którym możemy urozmaicić trening o nowe poziomy trudności. Bieżnia magnetyczna nie jest zasilana silnikiem, a pracą mięśni, dlatego jest zalecana osobom bardziej zaawansowanym.

**Bieżnie treningowe na Ceneo - jakie wybrać?**

Po pierwsze, zastanów się, jak często zamierzasz trenować i przede wszystkim, jaka jest Twoja kondycja. Pamiętaj, że bieżnia umożliwia wykonanie urozmaiconego treningu. To nie tylko jednostajny bieg, ale również interwały, czy chód imitujący wspinaczkę po górach. [Bieżnie treningowe na Ceneo](https://www.ceneo.pl/Bieznie_treningowe) to miejsce, w którym każdy znajdzie coś dla siebie - zarówno osoby początkujące, jak i będące na bardziej zaawansowanym etapie.