**Bieżnia - promocje, porady jak wybrać**

**Jeśli zastanawiasz się nad zakupem sprzętu do domowej siłowni na pewno myślałeś już o strefie cardio. Warto przeglądać różne promocje: bieżnia, o ile chcesz kupić coś naprawdę porządnego, nie jest sprzętem najtańszym. Dziś poradzimy gdzie szukać atrakcyjnych cen i jak wybrać odpowiedni dla nas rodzaj.**

Lubisz biegać, ale na samą myśl o joggingu na zewnątrz robi Ci się słabo? A może po prostu szukasz czegoś do domowej siłowni, co pozwoli Ci na wykonywanie ćwiczeń cardio jako elementu treningu? Rozwiązaniem dla Ciebie jest *bieżnia*! *Promocje* na takie sprzęty to coś, czego warto szukać - nie są to bowiem przedmioty najtańsze.

**Bieżnia jako element treningu**

Dużo ludzi sądzi, że treningi cardio to wszystko co wystarczy robić, aby świetnie wyglądać. Z kolei inni uważają, że tylko ciężary przynoszą efekty. Tak właściwie prawda leży pośrodku: najlepiej połączyć treningi cardio z tymi siłowymi. Wtedy najszybciej zobaczysz efekty, które zostaną z Tobą na dłużej. Dlatego poza maszynami i ciężarami do domowej siłowni warto pomyśleć o strefie cardio. **Promocje bieżnia** - zastanawiasz się jak je znaleźć? Odpowiemy poniżej.

[**Promocje bieżnia**](http://szalowe-ceny.biuroprasowe.pl/word/?typ=epr&id=71014&hash=21d21e13c4102d4ad5f39892fa31e589ceneo.pl/Bieznie_treningowe) **- nie daj się zwariować**

Po pierwsze - dobry sprzęt wcale nie musi być bardzo drogi, trzeba jednak spędzić trochę czasu na poszukiwaniach. Najlepiej poszukać opinii w Internecie lub na siłowni - nie daj się jednak zwieźć materiałom sponsorowanym. Jeśli nie chcesz wydawać dużo - sprawdź możliwości bieżni magnetycznej, są one zwykle o połowę (lub więcej) tańsze niż elektryczne. Jednak wiadomo, że nie są tak wygodne w użytkowaniu i tak funkcjonalne jak elektryczne koleżanki. Wyszukaj model, który Ci odpowiada, a później szukaj na niego promocji - to najlepsza droga do sukcesu.

