



Для многих украинцев фитнес стал не просто увлечением, но и образом жизни. Важную роль при этом играют тренажеры. Они помогают быть в тонусе и хорошо себя чувствовать.

В частности, могут быть полезны беговые [дорожки Matrix](#). Продукция этого бренда известна во всем мире. Подлинное американское качество сочетается в ней с мультифункциональностью. В настоящее время отечественный рынок предлагает потребителю большой выбор тренажеров «Матрикс». Их используют не только в элитных фитнес-клубах, но и в домашних условиях. Например, такие модели, как:

- TF50 XIR,
- T50X,
- S Drive,
- T70XR,
- TF30 XER,
- T7XE VIRTUAL ACTIVE,
- T1X,
- T1XE,
- T3X,
- T70 XIR и другие можно купить, не выходя из дома.

[Интернет-магазин Domsporta](#) реализует оборудование Matrix по доступным ценам.

Интернет-магазин Domsporta: зачем нужна беговая дорожка Matrix

Дефицит двигательной активности является прямым следствием урбанизации. В условиях современного города для этого действительно есть предпосылки. Развитая транспортная инфраструктура, всевозможная бытовая техника, пассивные развлечения (телевидение, Интернет, компьютерные игры и др.) – все это способствует физической статичности среднего горожанина. Избыточное питание тоже не прибавляет пользы организму. Чтобы поддерживать тело в здоровом тонусе, нужны активные тренировки, особенно бег. Беговая дорожка идеально справляется с такой задачей.



Интернет-магазин Domsporta: как выбрать тренажер

Среди мировых производителей фитнес-тренажеров ТМ «Матрикс» занимает лидирующие позиции. Купив такую дорожку, пользователь быстро достигнет желаемого результата, при соответствующем старании, разумеется. Поскольку каждая модель имеет особенности, подходить к выбору оборудования следует индивидуально.

Первое, на что нужно обратить внимание, – допустимая нагрузка. Каждая версия Matrix рассчитана на определенный вес пользователя. Самые выносливые машины выдерживают, к примеру, более 220 кг. У большинства людей средний вес в 2,5-3 раза меньше. Значит, нет необходимости платить за мощность «лишние деньги».

Что касается скоростных параметров, у «Матрикс» они регулируются от 0,8 до 24 км/час. Нагрузку на мышцы задает уклон бегового полотна. Здесь уже подход сугубо индивидуальный. Важно, что в процессе бега спортсмен может контролировать свое физическое состояние: пульс, расходуемые калории, температуру и т. д. Кроме того, компьютер фиксирует множество других параметров: время, пройденное расстояние, изменения в скорости. Во время пробежки можно слушать музыку, смотреть и записывать видеофайлы.

Еще один нюанс – габариты дорожки: ширина и длина полотна, а также ширина, длина, высота и вес тренажера. В идеале антропометрические данные пользователя, размеры помещения и габариты тренажера должны соответствовать друг другу.