



Велотренажер обладает просто неоспоримым преимуществом перед самым обычным велосипедом. Да, косвенно, он заботится о состоянии здоровья и это несмотря на то, что езда обычном велосипеде, как и на велотренажере, является самым простым и безопасным занятием. Тем не менее, стоит делать скидку на то, что у многих есть предрасположенность к тем или иным хроническим заболеваниям. А наличие таковых или запрещает, или в какой-то степени ограничивает возможности эксплуатации этого тренажера.

Вот именно поэтому функция фиксирования пульса во время тренировки, которая есть на велотренажере, имеет значительный вспомогательный потенциал в контроле над процессом занятий.

Несомненно, также стоит отметить и тот факт, что компьютер, который есть у велотренажера, фиксирует и сохраняет в памяти все указанные показатели пользователя. Именно это и позволяет отслеживать, насколько человек придерживается заданного курса на поддержание себя в отличной форме. А еще так можно отмечать все достигнутые результаты.

Если вы надумали обзавестись «домашним велосипедом», то можно с уверенностью сказать, что таким образом вы освобождаете свое личное время, в которое нет необходимости изобретать схемы маршрутов и вести подсчеты результативности тренировок. То есть, все это уже сделано за вас, вам остается только наслаждаться самим процессом.