

Сегодня рынки пестрят многочисленными многофункциональными моделями [беговых дорожек](#)

и

другого спортивного инвентаря. Казалось бы, что может быть проще покупки простого тренажёра. Как бы ни так! Самая дорогая и необходимая часть беговой дорожки – это двигатель. Данная деталь сравнима с сердцем человека. Поэтому обращайте внимание на качество и размер именно этой детали. Двигатели переменного тока считаются мощнее других моделей, но они обладают и повышенным уровнем шума. Помимо этого такие детали требуют отдельного электроподключения. Что касается скорости, то основная часть моделей работает со скоростью от 0 до 12км/ч. Такого диапазона вполне достаточно для бега. Если вы профессиональный спортсмен, возможно, вам понадобится что-то более быстрое. Что касается бегового полотна, то оно должно быть максимально удобным и большим. Если у вас крупное телосложение-то вам было бы комфортнее заниматься на крупном полотне. Если у вас длинные ноги – стоит обратить внимание на тренажёры с более длинным полотном. Как вы уже заметили, выбор тренажёра зависит от индивидуальных особенностей человека.