PATINAJE EN LÍNEA:

La forma más divertida de ganar salud

DECATHLON OXELO

El patinaje es un deporte de bajo impacto articular en comparación con otros debido al efecto de deslizamiento sobre el plano horizontal. Una disciplina con efectos positivos a nivel cardiovascular, osteomuscular, de coordinación y equilibrio, para el control del peso corporal o también dentro del ámbito emocional y social

Los 5 beneficios

que te harán decidirte por el patinaje en línea

1. Fortalece el corazón y los pulmones. La demanda constante de oxígeno de esta actividad activa nuestro sistema cardiovascular y respiratorio, haciendo que un mayor bombeo de sangre aumente la capacidad respiratoria de la persona.

2. Una disciplina de bajo impacto y simétrico, lo que potencia un efecto positivo en zonas como la espalda y que, además, previene lesiones.
Mejora el sistema cardiovascular, reduciendo el riesgo de enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y presión arterial alta.

3. Fortalece y tonifica los músculos. Los músculos de la parte inferior, los centrales e incluso los de la parte superior del cuerpo.

4. Reduce los niveles de estrés y ansiedad gracias a la segregación de serotonina, habitualmente denominada como la "hormona de la felicidad".

5. Mejora el plano social ya que, al efectuarse al aire libre, permite mantenerse en contacto con otras personas.

Palabra de experto:

Dra. Elena Isla

Sanitas

DECATHLON OXELO

Nuestra recomendación

Patines Línea Mujer y Hombre Oxelo Freeride Hardboot MF500
Polivalentes, manejables y robustos, este modelo de patines en línea resulta perfecto para salir por la ciudad, hacer eslalon o, simplemente, pasear. El aliado perfecto para explorar nuevos terrenos de juego gracias a su sujeción, confort y manejabilidad.

Disponible en 3 colores:

FREERIDE HARDBOOT

PAOLA AGUILAR
Departamento de Prensa
Comunicación Corporativa y Deportes

Tel. 91 6573767
paola.aguilar@decathlon.com
saladeprensa.decathlon.es