

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.
- **3.** Una disciplina de bajo impacto y simétrico, lo que potencia un efecto positivo en zonas como la espalda y que, además, previene lesiones.

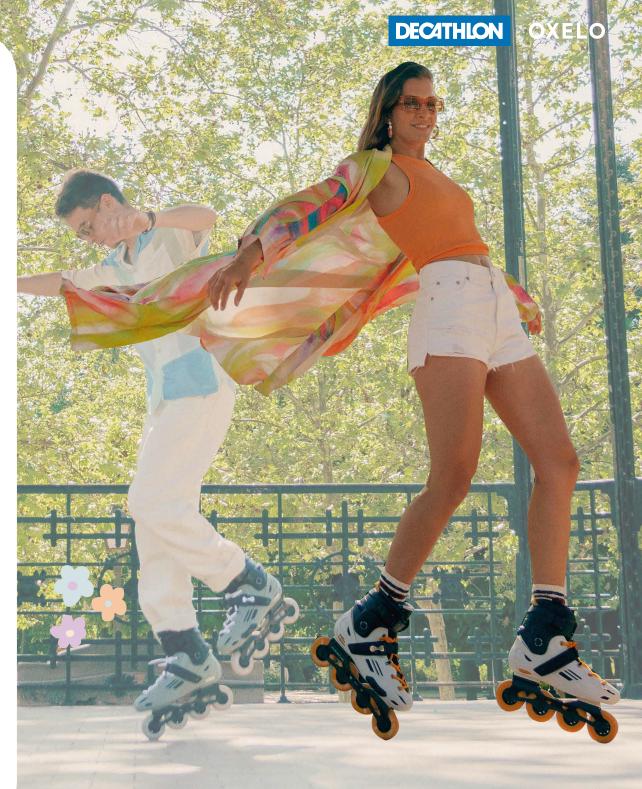
Mejora el sistema cardiovascular, reduciendo el riesgo de enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y presión arterial alta.

- **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









RIUEST Pa 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 omunicación Corporativa y Deportes

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