

Accesorios necesarios para practicar spinning en condiciones por TodoSpinning.com

[Multimedia](#)

Llega septiembre, y con él, la vuelta de la gente a la rutina, es el momento que aprovechan muchos para apuntarse a gimnasios y, de esta manera, perder los kilos que se han conseguido con las cervecitas en el chiringuito de la playa. Una de las actividades predilectas para perder peso es el spinning, aquí viene la lista de accesorios que son necesarios para la correcta y debida práctica del spinning, (aparte de la bici, obviamente)

Zapatillas con calas

Sin duda, es uno de los artículos que hará que el rendimiento deportivo de quien practica dicha actividad aumente a gran nivel, tanto en comodidad como en potencia y rendimiento sobre la bicicleta. Las [zapatillas](#) específicas de spinning están diseñadas para que el usuario sienta la bicicleta y los pedales como una parte anexa a su propio cuerpo, sin dejar lugar a incómodas holguras y malos ajustes al pie en los pedales, de esta manera, el deportista ganará muchísimos enteros en cuanto a comodidad y rendimiento se refiere, y esto hace que las zapatillas específicas sean indispensables para la práctica de spinning idónea.

Culotte

La parte del cuerpo que más sufre estando en contacto con la bicicleta son los glúteos y la zonas zonas del coxis y órganos genitales. Por lo tanto, para que el cuerpo no se resienta, para no sufrir dolor en esas partes tan delicada de la fisionomía humana, la mejor solución es un culotte que tenga una badana de calidad con un gran acolchamiento. Existen muchos tipos y acolchamientos diversos de [culottes](#), tanto para mujer como para hombre, pero lo que está claro es que este elemento es absolutamente indispensable para evitar dolores y molestias en esas zonas tan delicadas.

Pulsómetro

Es hora de hablar del tercer y último accesorio absolutamente indispensable para la correcta práctica del spinning como deporte, y sí, es el pulsómetro, cada cuerpo es distinto, y cada persona tiene unas características distintas a la hora de hacer ejercicio, por esta misma razón es importantísimo tener una buena monitorización del cardio, las pulsaciones por minuto y las zonas de frecuencia de cardíaca en las que el cuerpo se encuentra, el hecho de contar con un buen [pulsómetro](#) puede ser un valor absolutamente diferencial a la hora de llevar un esfuerzo sostenido evitando sustos, cardiopatías y demás problemas que pueden surgir si no se monitoriza correctamente la frecuencia de pulsaciones a la hora de practicar spinning.

Todos estos accesorios, con las mejores bicicletas y los demás elementos diferenciales para disfrutar a tope del hobby del spinning, están todos en la

página web todospinning.com
