Rotoped nebo Eliptical

Vložil Anonymous - 27/01/2009 19:37

Dobrý den, zvažuji koupi rotopedu, ale viděl jsem různé druhy a zaujal mě i steper eliptical.
Jde mi hlavně o hubnutí, co byste mi doporučili? Případně jaké mají vlivy různé druhy na hubnutí.
Děkuji za odpověď.

==========

Re: Rotoped nebo Eliptical

Vložil Anonymous - 04/02/2009 11:33

Eliptical steper formuje více stehna, lýtka a zadek, čátečně i břicho.
U rotopedu jsou to spíše stehna a lýtka.

==========

Re: Rotoped nebo Eliptical

Vložil Anonymous - 18/02/2010 12:26

Ahoj jaký mám zvolit Vibromasážní stroj? má někdo typ děkuji.

==========