

5 consejos para elegir unos conos de entrenamiento



- 1** Te aconsejamos que compres conos de plástico de buena calidad, ya que te durarán más tiempo.
- 2** Ten en cuenta que la altura de los conos debe ser de entre 22 y 30 cm, lo cual es suficiente para la mayoría de los ejercicios.
- 3** Elige conos de colores brillantes y llamativos, esto facilitará su visibilidad durante el ejercicio.
- 4** Toma en cuenta que los conos deben ser ligeros y fáciles de transportar para tus entrenamientos.
- 5** Considera que tus conos se puedan utilizar para una variedad de ejercicios y actividades, como agilidad, coordinación, entrenamiento de velocidad y delimitación de áreas de juego.

