



5 consejos al elegir correctamente unas estacas de entrenamiento

- 1** Elige estacas duraderas y resistentes, preferiblemente de aluminio o acero, para garantizar su duración.
- 2** Opta por estacas de tamaño apropiado y peso reducido, con el fin de optimizar el transporte y la eficacia en el desempeño deportivo.
- 3** Busca estacas con puntas afiladas y estabilidad para que puedan sujetarse al suelo de manera segura.
- 4** Asegúrate de que las estacas sean ajustables en altura para adaptarse a diferentes niveles de intensidad en tu práctica deportiva.
- 5** Selecciona estacas con colores llamativos o elementos reflectantes para una visibilidad fácil, especialmente en condiciones de poca luz.

