

# MANUAL PODÓMETRO



Cuando salgamos a caminar, hacer deporte, o ya desde la mañana en nuestras tareas domésticas o de trabajo nos colocamos el podómetro en la zona de la cintura o cerca de ella, ya que es el mejor lugar para realizar una medición mas exacta.



## CONTADOR DE PASOS Y CALORÍAS by Clinictech

Contador automático de pasos y calorías con indicación de kilómetros y millas.

Ideal para conocer cuantos pasos andamos o trotamos al día o consumimos en calorías, complemento imprescindible para el tratamiento del PLAN 1-2-3, ya que será nuestro mejor aliado para conocer en cualquier momento del día cual es nuestro estado físico y en consecuencia nuestro gasto en calorías. Abajo te indicamos con flechas como funciona.

