

4 aspectos básicos en la técnica de pedaleo en Ciclismo Indoor



Isquiones estables, no botar sobre el sillín

Cambio de peso de mano a mano, Mov lateral en plano frontal

De pie, nariz sillín en prolongación de la línea interglutea

Talón alineado a 90 grados

INFOGRAFIA | 4 aspectos básicos en la técnica de pedaleo en Ciclismo Indoor.

Link to Original article: <https://www.barbadocycling.es/blog/4-aspectos-basicos-en-la->

[tecnica-de-pedaleo-en-ciclismo-indoor?elem=73640](#)