

I videogames che ti allenano come in palestra | Donna Moderna

I videogiochi che fanno fare anche esercizio fisico sono andati a ruba. Piacciono perché sono divertenti. Possono veramente sostituire il classico workout?



Nelle ultime settimane gli “exergame”, i videogiochi che fanno fare anche esercizio, sono andati a ruba. Piacciono perché sono divertenti ma molti si chiedono se possono veramente sostituire il classico workout

*Squat, addominali, jumpin jack, corsa... Non è un circuito di crossfit, ma una partita a **Ring Fit Adventure**, il nuovo videogioco per Nintendo Switch da oltre 2 milioni di copie*

vendute, appena tornato sul mercato dopo il sold out

Sorgente: [I videogames che ti allenano come in palestra | Donna Moderna](#)