

музыка для бега

Published Октябрь 1st, 2007 бег , музыка , тренировка

Tags: download, альбом, бег, днб, музыка, megaupload, mp3, music

Решил на немного вернуться к теме бега. А точнее сейчас хочу написать про музыку, которая по моему мнению лучше подходит для бега, для равномерной аэробной нагрузки. Так же подойдет для вело-тренажера и остальных подобных машин. По-моему скромному мнению например этот альбом с drum and bass музыкой может помочь равномерно и в темпе сохранять пульс и такой ритм поможет двигаться возможно чуть быстрее чем ранее. Мне лично помогает. Этот вариант именно для бега так скажем, для тренировок в тренажерном зале как мне кажется подходит другая музыка. В данном случае это альбом John B - Catalyst (CD 2). Лично у меня только второй диск, ну я думаю его хватит.

- [#01] John B - Intro [1:31]
- [#02] John B - Double-J [6:27]
- [#03] John B - Prowler [6:05]
- [#04] John B - Interrogation [5:34]
- [#05] John B - No Answer [5:53]
- [#06] John B - Pressure (Remix) [7:05]
- [#07] John B - Gollum [5:52]
- [#08] John B - Poison Arrow [6:50]
- [#09] John B - Let Rip [6:28]
- [#10] John B - Krisptron [6:38]
- [#11] John B - Symbiosis [5:56]
- [#12] John B - Droogs [6:17]



[скачать zip архив с mp3 \(megaupload\)](#)

0 Ответы to “музыка для бега”

Комментариев нет

☺