**4 razones que hacen que caminar valga la pena**

* El nuevo modelo de la S SERIES de G-SHOCK incluye un contador de pasos para monitorear tu estilo de vida paso a paso.

**Ciudad de México, a 20 de marzo de 2018.–** Con un ritmo de vida lleno de actividades, es complicado encontrar el tiempo y la motivación para poder llegar a la meta física que nos proponemos. Con esto en mente, G-SHOCK lanza el último modelo de la colección femenina S SERIES: el primer reloj de la serie con contabilizador de pasos para las mujeres que gustan tener un control de su valioso tiempo y contar cada paso que dan para disfrutar de los beneficios de este excelente ejercicio de bajo impacto, como los siguientes:

**Reduce el estrés**

Salir a dar un paseo te tranquiliza. Los estudios confirman que caminar beneficia tu estado de ánimo debido a la liberación de la sustancia cerebral que produce la felicidad: las endorfinas. Lograr que los paseos se conviertan en un hábito mejorará tu autoestima y te mantendrá serena. También te puedes motivar con pequeños retos diarios y romper tu récord de pasos dados día con día.

**Mejora la presión arterial**

Si lo complementas con una dieta baja en grasas saturadas, caminar regularmente disminuirá las probabilidades de padecer ataques cardíacos o accidentes cardiovasculares, además de ayudar a reducir la presión arterial y niveles de colesterol. Mejor aún, puede ayudar a la prevención de muchos tipos de cáncer y fortalecer tu sistema inmunológico.

**Bueno para tu ánimo y para tu salud**

Los médicos lo recomiendan, caminar a paso ligero por 150 minutos a la semana o 20 minutos diarios te otorgará una sensación de ánimo ligero con el que lidiarás más tranquilamente con los menesteres de la vida diaria. De manera similar, al caminar organizas mejor tus ideas y emociones, y el ritmo constante ayuda a determinar cuál es la mejor decisión a tomar y qué paso seguir.

**Tonifica tus músculos**

Salir a caminar ayudará a fortalecer y afirmar muslos, piernas, pantorrillas, cuádriceps, así como tonificar los glúteos, sobre todo si caminas en terreno inclinado. Caminar imaginando que cargas un vaso de agua sobre la cabeza es un buen truco para tonificar tus abdominales y reducir tu cintura, al tiempo que fortaleces la espalda y los hombros.

Si eres de las que no tiene tiempo de hacer ejercicio, puedes incorporar poco a poco las caminatas cortas a tu rutina diaria e ir aumentando la distancia y tiempo con cada paseo. Si quieres fijar una meta mensual puedes utilizar tu reloj para monitorear tu avance.

Con el modelo GMA-S130 de S SERIES, podrás observar la cantidad de pasos que has dado en tu día, semana, o mes. También incluye una alarma audible que funciona como recordatorio que te advertirá si no has caminado lo suficiente para lograr el ejercicio que te propongas.

Además, los S SERIES tienen un diseño compatible con tu estilo y una variedad de colores ideales para esta primavera: negro (GMA-130VC-1A), azul marino (GMA-130VC-2A), rosa (GMA-130VC-4A) y gris GMA-S130VC-8A) con acabado mate.

Cada pieza de la serie GMA-S130 tiene un costo estimado de $3,129 a finales de Marzo en las tiendas [G-SHOCK,](http://www.gshock.mx/tiendas/) como en Torre Manacar, en el segundo nivel del Centro Comercial Santa Fe, G-SHOCK Plaza la Isla Cancún, 5ª Avenida Playa del Carmen, [Liverpool](https://www.liverpool.com.mx/tienda/?s=casio), [Palacio de Hierro](https://www.elpalaciodehierro.com/ellos/ellos-relojes/ellos-relojes-moda.html?brand=casio&CID=REF:CASIO:WebSite:Casio&utm_source=CASIO&utm_medium=WebSite&utm_campaign=Casio) y [Joyerías Bizzarro](http://www.joyeriasbizzarro.com/relojes/casio.html)[.](http://www.gshock.mx/donde-comprar/)

Mantente conectado a través de:

Twitter: [@CasioGShockMX](https://twitter.com/casiogshockmx)

Facebook: [CASIO G-SHOCK](https://www.facebook.com/CASIOGSHOCKMexico/?fref=nf)

# # #

**Acerca de Casio México**

Casio Computer Co., Ltd. es uno de los líderes mundiales en productos de electrónica de consumo y soluciones tecnológicas para empresas. Desde su fundación en 1957, la compañía se ha esforzado por trabajar en su  filosofía basada en la “creatividad y contribución” a través de la introducción de productos innovadores e imaginativos. Con presencia en más de 25 países ubicados en Asia, Norteamérica y Europa, cuenta con una plantilla conformada por más de 12 mil empleados alrededor del mundo. Su amplio portafolio de productos incluye: calculadoras, cámaras digitales, diccionarios electrónicos, relojes, rotuladores, proyectores, instrumentos musicales, cajas registradoras, proyectores profesionales, entre otros. La división de relojes Casio México es subsidiada por Casio América Inc.

Para más información, visita [www.casiomx.com/products/Watches/](http://www.casiomx.com/products/Watches/)

**Acerca de Casio America, Inc.**  
Casio America, Inc., Dover, N.J., es una subsidiaria estadounidense de Casio Computer Co., Ltd., de Tokio, Japón, uno de los manufactureros líderes a nivel mundial de electrónicos y soluciones de equipo para negocios. Establecida en 1957, Casio America, Inc. comercia calculadoras, teclados, dispositivos de presentación móviles, impresoras para etiquetas y discos, relojes, cajas registradoras y otros productos electrónicos de consumo. Casio se ha esforzado por desarrollar su filosofía corporativa de "creatividad y contribución" a través de la introducción de productos innovadores e imaginativos. Para más información, visite [www.casiousa.com](http://www.casiousa.com/).

**CONTACTO**

**Andrea Munguía**

Another Company

(55) 10 80 01 72

andrea.munguia[@anothercompany.com.mx](mailto:jorge@anothercompany.com.mx)

**SHOWROOM**

Te invitamos a conocer las novedades de **G-SHOCK** en el *showroom* ubicado en las oficinas de **Another Company WeWork Insurgentes Sur**, en donde podrás descubrir y experimentar los nuevos modelos que esta marca de resistentes relojes tiene para ti.

Para una mejor experiencia te recomendamos llamar para solicitar una visita.

**Showroom Another Company**

Av. de los Insurgentes Sur 601, piso 16, Nápoles, 03810 Ciudad de México, CDMX.

[showroom@anothercompany.com.mx](mailto:showroom@anothercompany.com.mx)