

## El Rey y la 'power plate'

**E**l rey Juan Carlos se ha sumado a la moda de las plataformas vibratorias para hacer deporte, la conocida *power plate* que tienen en su casa celebradas como Madonna, Julia Roberts, Demi Moore, Rafa Nadal o Pau Gasol... y que desde hace seis meses también tiene el rey Juan Carlos en el palacio de la Zarzuela. Su amigo Josep Cusí se la regaló para que se mantenga en forma. El secreto de este aparato, según sus fabricantes, es que en pocos segundos ejercita la musculatura, activa la circulación y recupera la masa ósea, así que, al parecer, ayuda a mantenerse en buena forma física sin necesidad de pasar mucho rato en el gimnasio. Algunos de los que tienen este artilugio se han vuelto megaadictos. Es el caso de Madonna, que en su gira por Europa ha exigido a la marca estadounidense que le instale una en cada ciudad donde actúa para entrenarse antes de saltar al escenario. Por ello, le prepararon una en septiembre en Sevilla. Habrá que ver si el Rey también sufre ya adicción.