

GYALOGOLJON RENDSZERESEN!

A rendszeres gyaloglás

- csökkenti a 2-es típusú cukorbetegség, a szívinfarktus, asztma és bizonyos daganatok kockázatát



- karbantartja a testsúlyt
- frissen tartja az agyat
- segít megelőzni a csontritkulást
 - erősíti az izmokat
 - boldogabbá tesz!

Sétáljon hetente többször
és máris sokat tett az
egészségéért!

