



ELS INTENTS D'AIXECAR-TE DEL SOFÀ NO COMPTEN COM A ABDOMINALS

El sedentarisme es relaciona amb més de
50.000 morts a l'any a Espanya
30 minuts al dia d'activitat física són suficients

Tria salut!



ELS INTENTS D'AIXECAR-TE DEL SOFÀ NO COMPTEN COM A ABDOMINALS

El sedentarisme es relaciona amb més de
50.000 morts a l'any a Espanya
30 minuts al dia d'activitat física són suficients

Tria salut!