

CORRER POR PRAZER

Já correste hoje?

Já chegou às bancas o Livro Correr por Prazer, escrito por colaboradores da Sport Life. Vítor Dias, maratonista, Filipa Vicente, a nossa nutricionista, e Ana Maria de Freitas, Enfermeira de Reabilitação, escrevem a três vozes este livro que inspira atletas e desportistas ao nível de motivação, nutrição e manutenção sem lesões. Nunca é tarde para começar terá sido o mote que levou estas três pessoas de áreas diferentes a começarem a correr.

Caso pretendas receber o livro em casa, este tem um preço de 15 € (portes incluídos para Portugal) e de 25 € para o resto do mundo. As reservas deverão ser solicitadas para o endereço de email:

livro@correrporprazer.com.

