

Dxtistas

zona

& fitness

#01

[3,20€]



ENTRENA RUNNING
EN EL GIMNASIO

AQUAFITNESS
LA SOLUCIÓN ESTÁ EN EL AGUA

TERAPIAS DE INTOXICANTES
TRAS EL VERANO

NUTRICIÓN

¡Vuelta al trabajo!

CIRCUITOS NOVEDOSOS QUE TE PONDRÁN
EN FORMA EN 6 SEMANAS

- TEST PARA SABER TU ESTADO DE FORMA
- NUEVA TEMPORADA, NUEVOS PROPÓSITOS
- SUPERA LOS EXCESOS VERANIEGOS

¿COMO SE ENTRENA UN CAMPEÓN DE TRIATLÓN?

Ejercicio y embarazo

¿ES RECOMENDABLE EN
TODOS LOS CASOS?



SIGUE EL RETO

adidas **mi**coach

NUTRICIÓN
NO HAY DIETA
SIN PESCADO

SALUD
5 DEPORTES
ANTIESTRES

INFORME
GAFAS PARA
RUNNING