

DE FYSISKE EFFEKTER

NÅR DU GÅR ...



PÅVIRKER DU DIT
KOLESTEROLTAL
POSITIVT



FÅR DU **BEDRE**
BALANCE

FÅR DU **STÆRKERE**
MUSKULATUR
OG KNOGLER



NEDSÆTTER
DU DET
FARLIGE FEDT
OMKRING MAVEN

FÅR DU
BEDRE
FORDØJELSE



Læs mere og tilmeld jer på
www.tælskridt.dk



DANSK
FIRMAIDRÆT