

## SPORT-SALUTE



Lo Zou è la nuova filosofia del benessere, che coniuga le più recenti conoscenze mediche con una speciale cura del nostro corpo, e che garantisce uno stato armonico di salute fisica e mentale. Ciò si esplica innanzitutto con uno stile di vita maggiormente in sintonia con l'essenza umana, ed in secondo luogo attraverso particolari tecniche di mobilità ed allungamento, associate a specifici esercizi di cammino.

*Alla nascita ci è stato regalato un organismo, più o meno perfetto. Come un tesoro lasciato in eredità, se vogliamo che renda al meglio, deve essere investito bene.*

*Ed allora, cosa aspetti?  
Zou! Zouiamo?*

<b>TITOLO</b>	<b>ZOU! ZOUIAMO!</b>
<b>AUTORE</b>	<b>MAURA MARCHIORI</b>
Medico cardiologo trentino. Responsabile medico della Federazione Italiana di Atletica Leggera per il Comitato Regionale Trentino. Pratica la marcia atletica a livello agonistico ed è la prima donna italiana a fregiarsi del titolo di Campionessa Nazionale nella specialità 50 km. Ideatrice e coordinatrice del Progetto di Promozione alla Salute: "In-salute: camminando".	
<b>PAGINE</b>	<b>176</b>
<b>ISBN</b>	<b>978-88-8041-018-8</b>
<b>Edizioni</b>	<b>new MAGAZINE</b>
<b>PREZZO</b>	<b>8,00 euro</b>
<b>Distribuzione</b>	<b>CLU</b> ( <a href="mailto:distribuzione@clu.it">distribuzione@clu.it</a> – 0524-528170)