

Bé, has decidit pujar
per les ESCALES !

Aquests són els
beneficis que
aconseguiràs !



Enforteixes la musculatura

Redueixes el risc cardiovascular

Millores la forma física i, a més, gratis!

Cremes de 8 a 11 kcal/minut si pugues a bon ritme

Puja dos pisos cada dia i perd més de 2 kg l'any

AMB 7 MINUTS AL DIA POSES
EN FORMA EL TEU COR !

AMB LA SALUT LABORAL
AMB LES PERSONES

AMB TU

