

MINDEN CSEPP SZÁMÍT!



1. A MEGFELELŐ FOLYADÉKBEVITEL FONTOS, HOGY EGÉSZSÉGES MARADJ!



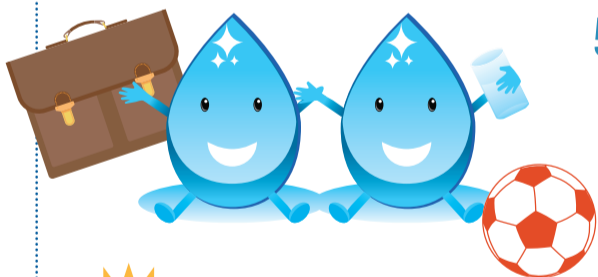
2. A TESTED 60-70%-ÁT VÍZ ALKOTJA, EZÉRT IS FONTOS, HOGY GYAKRAN IGYÁL!



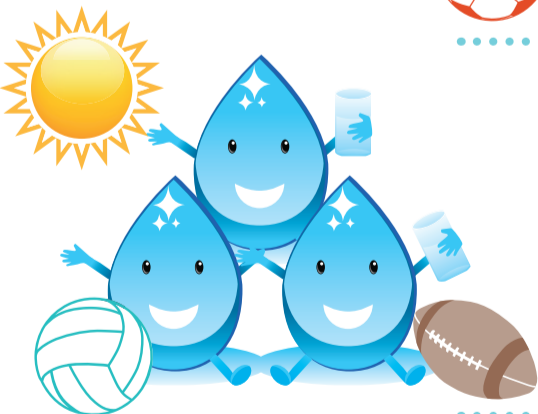
3. A VÍZ SEGÍTI AZ EMÉSZTÉST, A LÉGZÉST, A VÉRKERINGÉST, ÉS AZ IZMAID MEGFELELŐ MŰKÖDÉSÉT IS.



4. MIVEL NAPKÖZBEN AZ IZZADÁSSAL, PÁROLGÁSSAL, SŐT LÉGZÉSSSEL IS VIZET VESZÍTESZ, SZERVEZETEDNEK UTÁNPÓTLÁSRA VAN SZÜKSÉGE, EZÉRT AZ ÓRÁK KÖZÖTTI SZÜNETEKBE MINDIG IGYÁL VIZET!



5. A RENDSZERES VÍZIVÁS HOZZÁJÁRUL AHHOZ, HOGY EGÉSZ NAP FIGYELNI TUDJ A SULIBAN, ÉS A DÉLUTÁNI JÁTÉK, EDZÉS SORÁN JOBBAN TELJESÍTS.



6. FIGYELJ ARRRA, HOGY A NYÁRI NAGY MELEGBEN, VAGY AMIKOR SOKAT MOZOGSZ, SPORTOLSZ, MÉG TÖBB VÍZRE VAN SZÜKSÉGED!



7. A VÍZ NEM TARTALMAZ CUKROT, NEM KÁROSÍTJA A FOGAID ÉS NEM HIZLAL!