

Buvez suffisamment d'! Protège suffisamment le liquide de refroidissement du moteur.

Écrit par Carlos Barbon

Dimanche, 09 Juin 2013 19:14 -



Faites attention à toujours boire suffisamment d'

Avec suffisamment de liquide de refroidissement, le moteur sera protégé

Un corps et formé besoin de boire environ 2 litres de liquide, un organisme qui travaille et s'entraîne dur exige deux fois.

Mais méfiez-vous de la boisson de votre choix! Si vous buvez beaucoup de Coca-Cola, bière ou vin, vous mangez beaucoup de calories, ils courent le risque d'être stocké dans les poignées.

C'est la raison pour laquelle le meilleur choix est mis en bouteille ou du robinet.

?