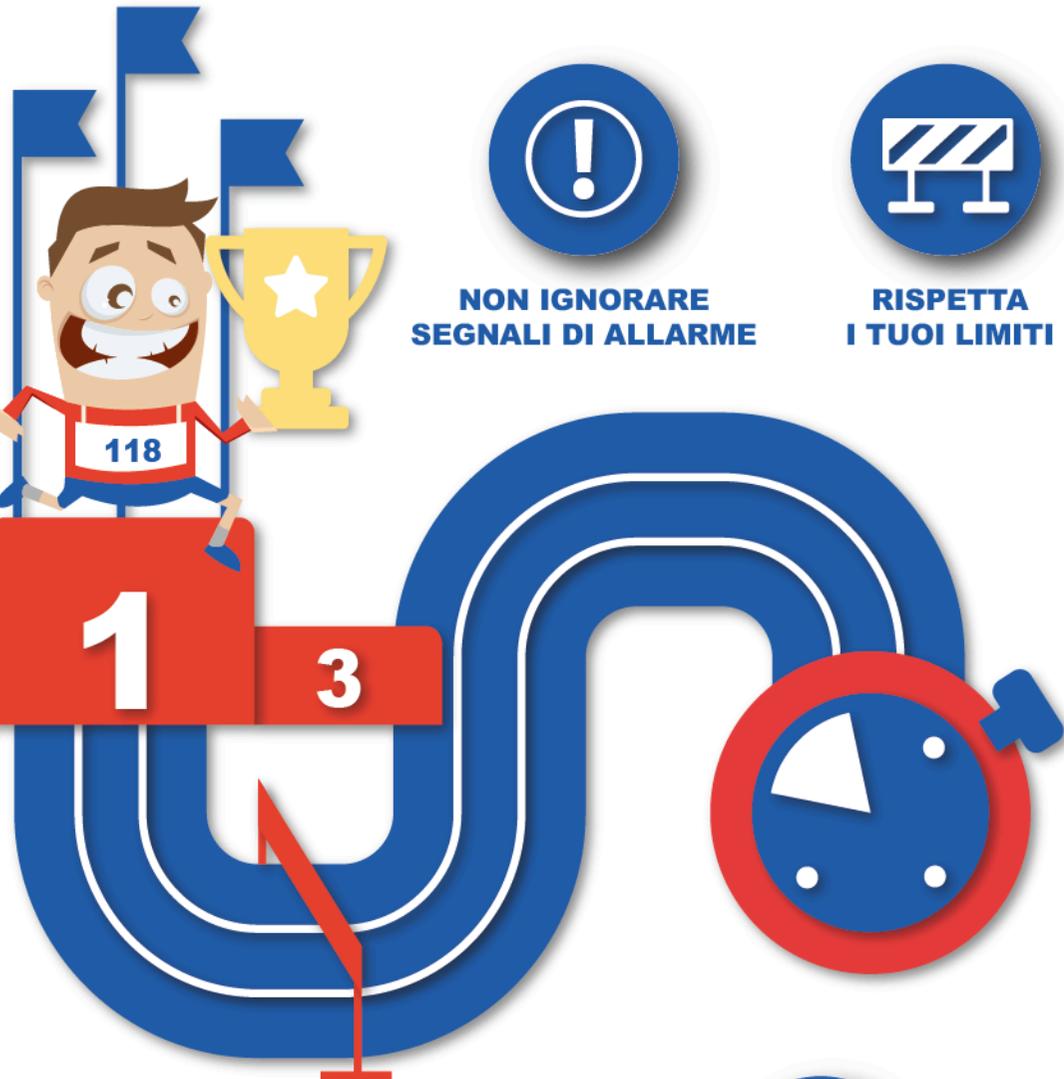




Decalogo del Maratoneta



**NON IGNORARE
SEGNALI DI ALLARME**



**RISPETTA
I TUOI LIMITI**



**ASSUMI
FRUTTA**



**EVITA ALCOOL
E CAFFEINA**



**NON ASSUMERE
FARMACI INUTILI**



**SE HAI DISTURBI
GASTROINTESTINALI
NON GAREGGIARE**



**CURA
LA TUA DIETA**



**PROTEGGITI
DAL SOLE**



**BEVI
MOLTI LIQUIDI**



**ASSUMI
INTEGRATORI**