

TA EN RÖRELSE PAUS!

Barn och vuxna sitter ned i snitt nio timmar per dag. För mycket stillasittande kan leda till en rad negativa hälsoeffekter. Genom att ta en rörelsepaus gör du skillnad för din hälsa både på kort och lång sikt!



LÄS MER PÅ
WWW.GENERATIONPEP.SE