LECCO – **Secondo appuntamento, all'interno della sfida "One More Rep Fitness Challenge" con i consigli della nostra biologa nutrizionista Dottoressa Manuela Mapelli. Oggi la Dottoressa Mapelli detta le regole base a tutti coloro che sono intenzionati ad iniziare un'attività fisica e che pertanto dovrebbero rispettare una dieta corretta ed equilibrata.**

Link diretto a You Tube: **http://www.youtube.com/watch?v=FG8rY2wkMaA**

<<