



AEROBIC DANCE

Agghindate come insegnanti di danza aerobica, ammiccano convinte di farci muovere facendo attività fisica. Per loro è facile: basta saltare, calciare, piegarsi, stirarsi a ritmo di musica. Com'è possibile che ci faccia bene? E invece è proprio così: dopo circa un mese, si perde qualche centimetro intorno alla vita e il corpo diventa più asciutto e vigoroso.

M.P.

Inspiring: Lara san Paul, Barbara Bouchet, Perfect (movie), aerobica, danza aerobica, attività fisica, corpi asciutti e vigorosi, danza