



**Muévete,
comparte,
disfruta y
sé feliz.**

MUEVETE BOGOTÁ
La actividad física diaria mejora tu vida!

RAFA - PANA
RED DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LAS AMÉRICAS
PHYSICAL ACTIVITY NETWORK OF THE AMERICAS



Si te cuidas hoy



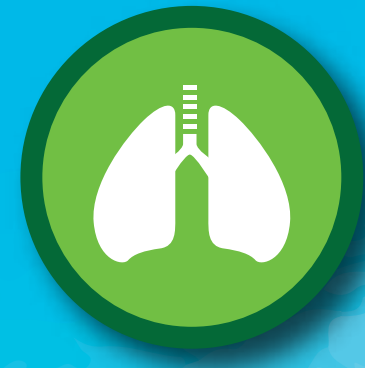
Buena Salud Emocional



Fortalecimiento de las Articulaciones y la Estabilidad



Corazón Saludable



Disminuir el Efecto del Asma



Salud Mental General



Fuerza Física



se te **notará** mañana, haz actividad física por lo menos una hora diaria.



BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

