

“O MELHOR DA CAMINHADA”

kfarias

Caminhar é
Excelente
Para fazer amigos
Emagrece e controla
O colesterol,
Auxiliando
No controle da diabetes.
Entre o verde
Caminhar é viver...
Caminhada é bom
Para o coração,
Depressão e ansiedade,
Fazendo prevenção
A osteoporose,
Dá mais vitalidade
Aumenta a eficiência
Do sistema imunológico.

Deixe o vento
Tocar o seu corpo
Beijar o seu rosto,
Viva feliz!

Obra original disponível em:
<http://www.overmundo.com.br/banco/o-melhor-da-caminhada>