

LATINOS

La revista oficial de los corredores latinos

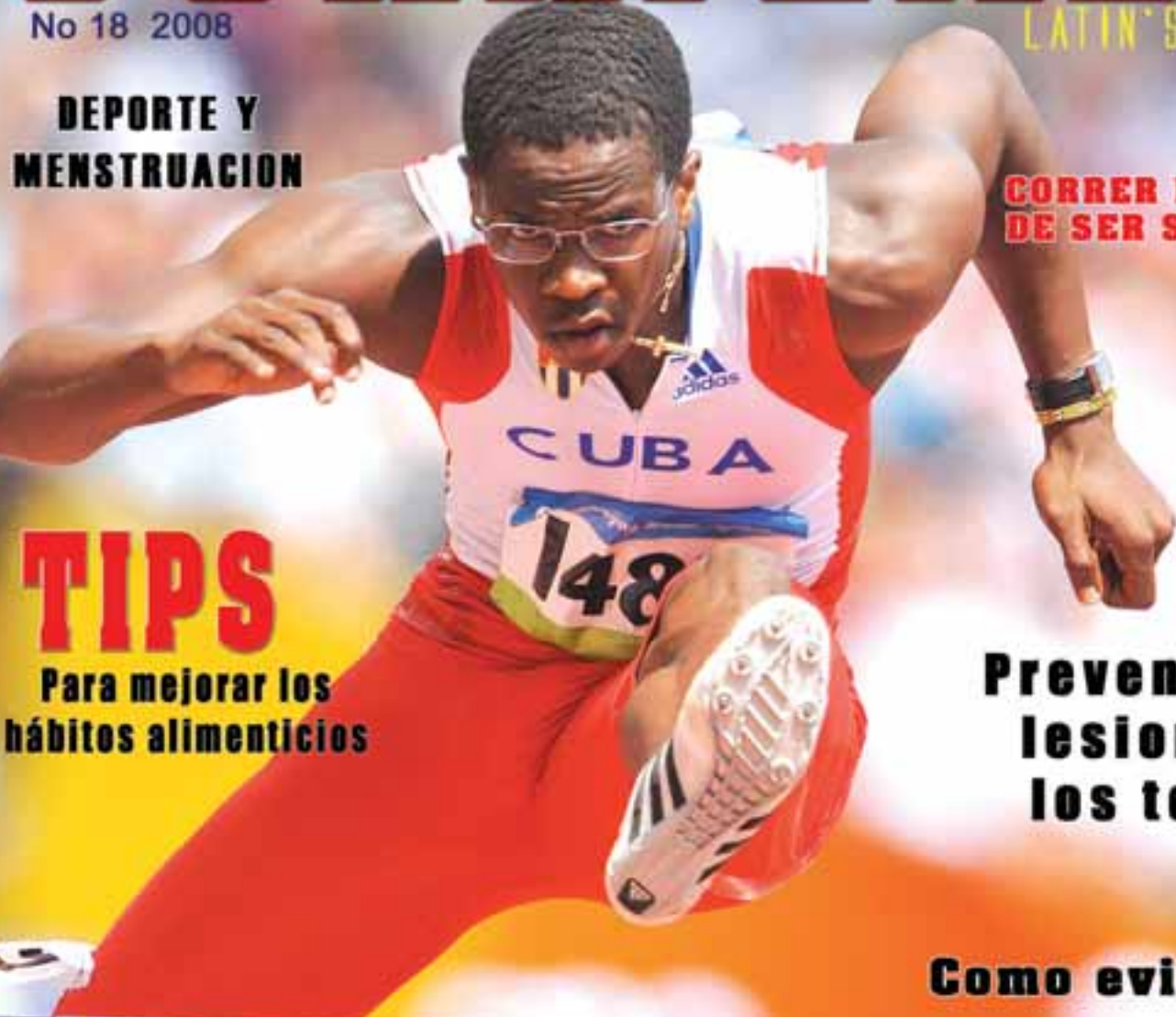
CORRIENDO

No 18 2008

LATIN'S Running

**DEPORTE Y
MENSTRUACION**

**CORRER PARA DEJAR
DE SER SEDENTARIO**



TIPS

**Para mejorar los
hábitos alimenticios**

**Prevención de
lesiones en
los tobillos**

**Como evitar el
Estreñimiento**



**Endorfinas para tu
FELICIDAD**

PRST STD
U.S. Postage
PAID
Permit #50
Fort Atkinson, WI