

NOTA DE PRENSA

Madrid, a 21 de junio de 2016

El Zentro Urban Yoga de Madrid ha acogido el acto de presentación de la revista

YogaFit celebra un evento de YogaRunning para acercar esta práctica a los deportistas

Aprovechando la celebración del Día Internacional del Yoga, ayer pudimos disfrutar del primer evento de Yoga Running organizado por la nueva revista YogaFit. Una carrera por el parque de El Retiro y una clase de Yoga en el Zentro Urban Yoga de Madrid para conocer las ventajas que conseguimos al combinar ambas prácticas.



Tras la llegada a los quioscos de la nueva revista de Sport Life, YogaFit, centrada en las ventajas de combinar la práctica deportiva con el yoga, se celebró ayer un evento de YogaRunning aprovechando la celebración del Día Internacional del Yoga. Con un día magnífico, la primera actividad consistió en una clase práctica de running y

técnica de carrera organizada por **Tiger's Running Club** en el parque de El Retiro. Después del ejercicio físico, sin zapatillas ni calcetines, Rafa López tomó el mando del grupo para estirar la musculatura con posturas de yoga específicas para corredores.

A la vuelta de la sesión de running, en el Zentro Urban Yoga, **Yolanda Vázquez presentaba la nueva revista YogaFit** destacando los beneficios que aporta la combinación del yoga con la práctica deportiva para evitar lesiones y los contenidos y temáticas protagonistas del primer número de periodicidad anual que continua a la

venta en los quioscos. Acto seguido **Mercedes de la Rosa**, co-directora de Zentro Urban Yoga, puso el punto y final al acto con una clase de yoga para todos los presentes, que pudieron charlar sobre la jornada disfrutando de un tentempié saludable gracias a Manzanas Marlene, VitaCoco, Solán de Cabras y zumos Fit Food, marcas colaboradoras del evento.

YogaFit quería sumarse así al Día Internacional del Yoga con el deseo de continuar promocionando y difundiendo su práctica en todos los ámbitos del deporte.

Namasté.

Para más información:

Motorpress Ibérica

Henar Calleja

Marketing y Comunicación Editorial Área Deportes

Tlf: 913470087

hcalleja@mpib.es