

## NOTA DE PRENSA

Madrid, a 11 de mayo de 2016

Llega la nueva revista de YOGA para los amantes del deporte

# Calma tu mente y gana energía con YOGAFIT

Ya está a la venta el número uno de YogaFit, la nueva revista creada por la redacción de Sport Life para acercar la práctica del yoga a deportistas de todo tipo.



YogaFit es la nueva publicación hecha por la redacción de Sport Life que nace con la ilusión de **acercar el yoga a todo tipo de deportistas** y con cuatro objetivos fundamentales: mejorar la salud, eliminar el estrés, ganar energía y mejorar la postura.

El este primer número el protagonista en portada es el actor **Miguel Ángel Muñoz**, deportista y amante del yoga que nos explica cómo se inició en esta práctica deportiva y qué beneficios le aporta en su día a día. Además en sus 105 páginas descubriremos qué es el YogaRun, el AcroYoga, el Yoga Food y el Yoga Tablet, las ventajas de la alimentación flexitariana, los beneficios para la salud de esta práctica desde el primer momento o cómo respirar de forma consciente para aliviar tensión y combatir el estrés, entre otros muchos temas. También incluye un póster con posturas de yoga y la propuesta del reto de 21 días del Saludo al Sol.

El [número 1 de YogaFit](#) ya está a la venta en quioscos y puntos de venta habituales y en [la web de suscripciones de Motorpress Ibérica](#).

### Para más información:

Motorpress Ibérica

Henar Calleja

Marketing y Comunicación Editorial Área Deportes

Tlf: 913470087

[hcalleja@mpib.es](mailto:hcalleja@mpib.es)