

# santésportmag

LE MAGAZINE SANTÉ DE TOUS LES SPORTIFS



Faut-il encore  
s'étirer?

SOPHIE  
THALMANN

RENCONTRE

Claquage  
du mollet

OPTEZ POUR  
L'AUTORÉÉDUCATION

MARATHON  
COUREZ MOINS, COUREZ  
MIEUX!

OFFERT  
N° 04

FÉV.  
2010

santésportmag EST DISPONIBLE SUR LE SITE [WWW.SANTESPORTMAG.COM](http://WWW.SANTESPORTMAG.COM)

# Lui

## Sortez des sentiers battus !

Vous êtes « trailer » ou comptez le devenir ? Sortez bien chaussé avec la GEL-TRAIL ATTACK® 6.

Accroche de qualité, grande résistance, confort... tout ce qu'il faut pour partir (re)découvrir les sentiers !

100 €. [www.asics.fr](http://www.asics.fr)



## Le vent ne vous arrêtera pas !

Ce coupe-vent vous sera plus qu'utile lors de vos sorties de mi-saison ! Impératif lors des jours de grand vent, il se révélera aussi nécessaire lors de petites pluies...

Indispensable !

Windstopper Asics  
120 €. [www.asics.fr](http://www.asics.fr)



## La semelle championne de l'amorti

Un 10 km génère 12 000 chocs avec un sol d'une intensité équivalente à 5 fois son poids... Alors n'hésitez plus et améliorez l'amorti de vos chaussures avec la dernière génération de semelles JLF - Space Runner - qui absorbent 98 % des chocs et vibrations liés à la course.

29,90 €. [www.jlf-advanced.com](http://www.jlf-advanced.com)



## Qui dit nouvelle saison... dit nouvelle tenue

Vous aimez les tenues techniques colorées ? Mizuno® vous apporte des éléments de réponse avec cet ensemble vert-pomme, pour plus de couleurs dans vos séances de sport !

T-Shirt Kanji : 25 €. [www.mizunoshop.fr](http://www.mizunoshop.fr)

