

# VOY A CAMINAR MÁS!

CAMINAR MÁS.  
CONECTARME MÁS.



Has que sea divertido,  
has que suceda –  
¡puedes hacerlo!

Invita a tu vecino o a tu pareja a caminar después de cenar, has tus diligencias de fin de semana a pie con tu familia o inicia un grupo ocasional de caminatas con tus colegas. En el camino construirás fuertes lazos y recuerdos. **Camina más y comienza a sentir los beneficios hoy.**



*Para más maneras de estar y mantenerte activo,  
visita: [MyEatSmartMoveMore.com](http://MyEatSmartMoveMore.com)*