



# VAMOS RESPIRAR MELHOR!

DESCUBRA COMO EXERCÍCIOS SIMPLES PODEM AJUDAR A RESPIRAR MELHOR...



PARTICIPE NA SESSÃO DE EXERCÍCIO PARA MELHORAR A SUA SAÚDE RESPIRATÓRIA

DIA 24 DE ABRIL | 09:30-10:15 | ESTeSL - Sala LO.75  
Traga roupa e calçado confortável

Inscrição gratuita em [www.estesl.ipl.pt](http://www.estesl.ipl.pt)



ESCOLA SUPERIOR DE  
TECNOLOGIA DA SAÚDE  
DE LISBOA

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA

