



 : "Bro, sekarang kok sering lari? FOMO ya?"

Fomo aja dulu, ntar juga jadi kebiasaan. Banyak manfaatnya bagi Kesehatan





MANFAAT SETELAH 1 BULAN AKTIF BERLARI

- 1. OTOT MAKIN KUAT**
- 2. KUALITAS TIDUR BAIK**
- 3. TINGKAT STRESS MENURUN**
- 4. JANTUNG LEBIH SEHAT**
- 5. PARU-PARU LEBIH SEHAT**
- 6. MENINGKATKAN IMUN TUBUH**
- 7. MEMBANTU MENGONTROL BERAT BADAN**





**Gak papa
dibilang FOMO untuk
hal Positif_!!!
Kalau udah bisa Konsisten
banyak kok
manfaatnya**

