



WARM WEER? Hydrateer!

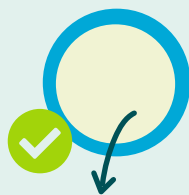


WANT

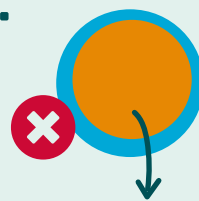
Sportprestaties dalen pijlsnel bij een tekort aan vocht.

DOE

Controleer de kleur van je urine:



Licht geel?
Goed bezig!



Donkere kleur?
Drink veel water
met een snufje
zout erin!

