

ÄLÄ ANNA TASOITUSTA

TIEDÄTKÖ FAKTAT?



Nikotiini heikentää lihaksen toimintaa ja palautumista kovasta rasituksesta.

Nikotiini rasittaa kehoa jo ennen urheilusuoritusta.

Nikotiini hidastaa vammojen, haavojen ja luunmurtumien paranemista.



nikotiinitonurheilu.fi

**NIKOTIINITON
URHEILU**

