

## Para se exercitar e bronzejar

Categories : [Eco - Ar Livre](#)

Praia não serve só para tomar sol e banhos de mar em dias de verão. [Praticar esportes na areia é uma atividade saudável e prazerosa mesmo em dias frios](#). Em reportagem aqui no **O Eco**, Silvia Pilz dá dicas de atividades físicas que combinam com areia e maresia.