

## Que venha o inverno

Categories : [Eco - Ar Livre](#)

Já parou para pensar a diferença que faz competir em dias muito quentes, embaixo do sol? Pois para quem pratica exercícios, saber a que temperatura deverá ficar exposto é uma informação essencial. [Uma reportagem do site 360 Graus conta quais os efeitos do sol e do calor no corpo do atleta.](#)