

**FAI SPORT,  
LEGGI UN  
LIBRO**

L'ESERCIZIO QUOTIDIANO  
PER ALLENARE IL TUO CERVELLO

# OBIETTIVO

## QUOTA 15

Alza la tua media di lettura e  
contrasta il declino cognitivo.  
Studi scientifici dimostrano che  
**bastano 15 minuti al giorno!**

[www.faisportleggiunlibro.it](http://www.faisportleggiunlibro.it)