

bwin demo

Que tal uma dose de inspiração? Neste artigo nós reunimos uma coleção incrível de frases motivacionais para manter você abastecido de entusiasmo! Em todas as etapas do seu treino! Independente da distância, seja ela curta ou longa.

Você pode correr mais rápido e superar os seus limites com este estímulo a mais que vamos te dar.

Nossa seleção de frases de corrida tem o objetivo de motivar e te fazer seguir adiante com os seus treinos, firme e forte! sem olhar para trás! Nem mesmo para ver o quanto longe você chegou.

Quando as pernas cansarem, corra com o coração!

Se você está pensando em se tornar um corredor, mas não sabe por onde começar, nós te ajudamos! Correr é uma das melhores maneiras de melhorar sua saúde física e mental.

Ajuda em quase todos os aspectos da saúde, proporciona uma válvula de escape e alívio para o estresse, melhora o humor e a felicidade geral.

Além de fazer bem à saúde, correr também é uma ótima atividade física que fornece uma ponte para fazer novos amigos e construir relacionamentos fortes.

Enfim, existem diversas razões para se apaixonar por corrida de rua.

Correr também é uma ótima maneira de definir metas para depois superá-las! E se você precisa de algum objetivo maior de vida, ou propósito, agora é a hora de se preparar para superar os seus limites.

Além do mais, correr é gratificante.

Você pode correr em qualquer lugar, e é um daqueles exercícios que não precisa de nenhum equipamento especial ou academia para começar.

Então, o que você está esperando? Aqui estão algumas citações, provérbios e provérbios inspiradores, energizantes e motivadores para você se mexer.

Só os que se arriscam a ir longe demais, são capazes de descobrir o quanto longe se pode ir.

100 Frases motivacionais de corrida

“O milagre é que eu terminei.”

O milagre é que tive coragem de começar.

“John Bingham” Você deve fazer o que acha que não pode fazer.

“Eleanor Roosevelt” Não sonhe em vencer, tente vencer para isso.

Mo Farah “Correr permite me libertar a minha mente