



# Simone

## 35 ans

## Milan, Italie

Directrice Marketing

### **Coureuse Active:**

Courant environ 4 fois par semaine et participant régulièrement à des courses locales, elle fait face à des défis de déshydratation. Son emploi du temps chargé et le climat de Milan influent sur ses habitudes d'hydratation, affectant ses performances.

### **Vie Active et manque de temps :**

Les conditions climatiques de Milan compliquent sa gestion de l'hydratation en course. Son engagement soutenu dans la course démontre son dévouement au bien-être global.