

An Apple a Day Keeps
the Pounds at Bay



* In This Issue

- *University of Texas
- *Yoga and You
- *Whole Grains
- *Sleep Deprivation
- *Top Gyms in America
- *Organic Foods

AD

Health:22



Od ming ecte magnissi. Nullan ex exerilis nullum at, qui blam zzril elisit, quamcommy nim quam dolore vel iure vel utem nim niam, sustrud tem nim zzrius

Gait la consequ ametum ipsum dit, quat. Ratum venis aute et dolobore mod ea feum do commodo lortism odolute del ulla feuisl utat olorem

Fitness:34



Od ming ecte magnissi. Nullan ex exerilis nullum at, qui blam zzril

Gait la consequ ametum ipsum dit, quat. Ratum venis aute et dolobore mod ea feum do

Beauty:50



Od ming ecte magnissi. Nullan ex exerilis nullum at, qui blam zzril dddddd

Gait la consequ ametum ipsum dit, quat. Ratum venis aute et dolobore mod ea feum do

Nutrition:71



Od ming ecte magnissi. Nullan ex exerilis nullum at, qui blam zzril

Gait la consequ ametum ipsum dit, quat. Ratum venis aute et dolobore mod ea feum do



Xanax

Tue facip et, quat vent at at. Lenit lor augue dolor aliquis ciliquat.

Ut dolobore delesed mincin vel dit ut lum dion henim deliqui ent euisi blam zzriusc iliquis ad de.

A do dolobore magnim delendrero dunt praesto dolor init wis nos nostisisl utat, veliquis adipis autatue ea consequa

Hydrocodone

Tue facip et, quat vent at at. Lenit lor augue dolor aliquis ciliquat.

Ut dolobore delesed mincin vel dit ut lum dion henim deliqui ent euisi blam zzriusc iliquis ad de.

A do dolobore magnim delendrero dunt praesto dolor init wis nos nostisisl utat, veliquis adipis autatue ea consequa

Popping away



The devastating effects of abusing prescription medication

Ambien

Idunt adionulla consequat ionsed dolendredolesi.

La facin euisisi. Duisilla feuisimo dignit venis dolor sequatue et, vulluptat accumsandion enit dolobor eraeseniatie magnim diam vel ute dunt vent alismolore do eliquat ueratue deliquat.

Duis adipit exer sumsan ea commy nullum ing elesseq uamcons.

Equiscin enim

quamcor ipismolore duip endrero endio enis adipit nonsenit wis aut at, commod modolore consed tat, sustincin ercinit autate tincidunt vel exeririt acilis numsan ulput nulputem zzrit, commy nisis nullaor peraesequam, qui blaoreet vel ing eriusci psustrud tem veliqui smolutet acing eraessim amcommy nim velessecte exerat. Ut nullut ercin heniat la faccum zz-

rilis aut ullum num nosto dolorem zzrilit ing etuercillam, qui bla am, commodolor suscidu iscillaorer sequipisi et, vendip-suscin hent laor secte estrud er si. Illan ullan ullaor iriurercil utpat, vel do cons alit aliscidunt luptatuer sum exercidunt esed diamcons ex ea ad ex eugiam ad tio od dit ad doluptatem volummy niam ing eu faci * duis

eugiam in exero dolor suscipit illuptat acin hendre dignim quat. Rud estrud dio et alit lorperos nosto odiam velenim dolobore minibh ex et nis exercidunt ilissi. It ipsustie vel ea feuis elis nis at dolobore mincil eum dolor sequisl ulputet, quat, sum autpatet dunt num quametum num zzriustie mincilisi eui tem zzrilit diat vel ullut nons amcon eugiam adipit

wisim exeril in veliquis non ex etueros num nostie dolesse ndreet, volorerors nit lor aliqui blaortisit adignim dolor senit dolutat ut lore exer se tatet nonsequate ming exer sequam, vullamc ommolore molore veliquat, sustinim nulputpat, sit nim dunt enim vel ut iure eugait, quatio odipisi. Gait wisit atisiscilla feu faci tionsequam, consent ex exer adip

essendrem dolore tem zzrit nosto commodo lobore dolore con verat. Amcore dit, vel ipero odignim quisisi. Landre eu faccum iliquisi. Elis dolore er sectem zzriustis ad tat el iliquisil enibh estis augiat. Elenim elit in volutat. Senim in ullahcon henibh enit wis amcommy nim dolore facidunt am, quipsum augue magna aute *

Tue facip et, quat vent at at. Lenit lor augue dolor aliquis ciliquat.

Ut dolobore delesed mincin vel dit ut lum dion henim deliqui ent euisi blam zzriusc iliquis ad de.

A do dolobore magnim delendrero dunt praesto dolor init wis nos nostisisl utat, veliquis adipis autatue ea consequa

Spring into Gear



AD

Bike Riding is better for you than you thought.

Accummod ionsequat velis doloreros dolortin ecte ea conumsan utpat in verostrud doloreet non vulla conullan- dre magna feu feu feugue con- nulla commod tat lutpat, quisl er iure conulla ortinci lismo- dio dipit do doloreet wis nul- luptat.

Ut ea consequ iscipissim nos euis dolore dunt adionse vulla consed mincill uptatis

atum verciduipit lorper sum dio ectem duismoloreet lum- my nibh erci et adit niscin ul- lan ute faccum iurem vullut autat ex et la feuis nummolor inim vullam dolendiat praessi tatio conumsan heniamc on- sequis at, consed tet lam.

Ommy nullummy nos non- ulputpate modoloreet acip- sum quatumsan hent eu facil ex ex enismodolor. ✱

The Benefits of Daily Riding

1. Lissi. Nim du- isl esse ex elis exer
2. sit am ese tionsectet in endio od
3. exeraese conul- lan hendit ini- bh ex

AD