

# Obsah

## WELLNESS

- 10 **Mám příliš silné kořeny** Linda Rybová
- 12 **Soustředíte se?** Nenechte se rozptylovat
- 18 **Řeč nohou** Aby se nám dobře chodilo
- 22 **Nejlepší šéfová** V hlavní roli soutěživost a průbojnost
- 26 **Jako dvě kulaté nohy** Vydejte se křížem krážem po cyklostezkách

## KRÁSA

- 32 **Jen se podívejte** Hitem sezóny jsou umělé řasy
- 38 **To nejlepší pro muže** Pečující abeceda od A do Z
- 44 **I s kořínky** Nebojte se depilace voskem

## ŽIVOTNÍ STYL

- 46 **Mimořádný význam** Najděte si šikovnou tašku pro každou příležitost
- 48 **Měděná inspirace** Rozzáří každý interiér
- 50 **Chuť na domácí kuchyni** Obohaťte svoji sbírku o jednoduché recepty
- 54 **I bez ohně** Ke grilování patří dipy a dresinky
- 56 **Dálky volají** Inspirujte se cestou kolem světa
- 58 Koupání na severu: Baltské moře je plné překvapení
- 66 Seznamte se s fair trade: Vychutnejte si „spravedlivou“ kávu
- 68 Wellness horoskop: Když hvězdy radí
- 70 Bohatá kštice: Když příroda potřebuje pomoci