

Obsah

WELLNESS

- 10 **K životu potřebuji přírodu a čerstvý vzduch** Dana Batulková
- 12 **Nesete zodpovědnost za své činy?** Vezměte život do svých rukou
- 18 **Single jen napůl** Přeje dnešní doba vážným vztahům?
- 22 **Příběh O₂** Proč je důležité správně dýchat
- 26 **Ring je Váš!** Udělejte něco pro svoji fyzičku

KRÁSA

- 30 **Jaro ve vlasech** Vykouzlete půvab éterické víly
- 36 **Pravdu jsme přibarvili** Nová barva vlasů rovná se nová image
- 40 **Kůži napnout!** Nenechte se zastrašit celulitidou
- 46 **Opravdu žhavý tip** Vítejte na kurzu depilace teplým voskem

ŽIVOTNÍ STYL

- 48 **Látka králů** Zahalte se do hedvábí
- 50 **Feng šuej pro začátečníky** Aby se Vám dobře bydlelo
- 52 **Okořeněné smíchem** Připravte dobroty pro hosty
- 56 **Rostlinky v naší kuchyni** Záhony se opět zelenají
- 58 Zářivé efekty: Vneste do bytu dobrou náladu
- 60 Po stopách přírody: Objevte krásu pěších túr
- 68 Wellness horoskop: Když hvězdy radí
- 70 Bronzová kůže: Jít do solária – ano či ne?