



# Obsah

## WELLNESS

- 10 **Mám rád romský temperament** David Kraus
- 12 **Znáte své já?** Cesta k našemu nitru
- 18 **Odříkaného největší krajíc** Půst ano, ale opatrně
- 22 **Duše na scéně** V roli divadelní herečky

## KRÁSA

- 27 **Skvostné ozdoby** Aby byly vlasy korunou krásy
- 28 **Jaro je tady** Svěží vánek v našem šatníku
- 38 **Péče na plný výkon** Séra dokáží téměř zázraky
- 42 **Mužské zbraně** Muži bojují proti stárnutí jinak
- 46 **Kopcovitý terén** Desatero pleti bez pupínků

## ŽIVOTNÍ STYL

- 40 Pryč se zubním kazem: Čištění zoubků jako dětská hra
- 48 Jen krása nestačí: U nábytku je důležitý nejen vzhled
- 50 Cestování pro mlsné jazýčky: Neobvyklé kombinace na talíři
- 54 Dobré trávení: Jak na očistnou kúru
- 56 Říše plná kontrastů: Indie tisíckrát jinak
- 62 Tečkujeme!: Jako sluníčko sedmitečné
- 68 Wellness horoskop: Když hvězdy radí
- 70 Když střeva stávkují: Elegantní řešení zácpy

TITULNÍ STRANA:  
FOTOGRAFIE: JULIA SPICKER,  
STYLING: FELIX LEBLHUBER@TATENDRANG,  
ASISTENT STYLISTRY: MAX MÁRZINGER;  
ÚČES: SOPHIE KASPAR;  
MAKE-UP: SOPHIE CHUDZIKOWSKI@PERFECT PROPS;  
MODELKA: TEREZA/NEXT