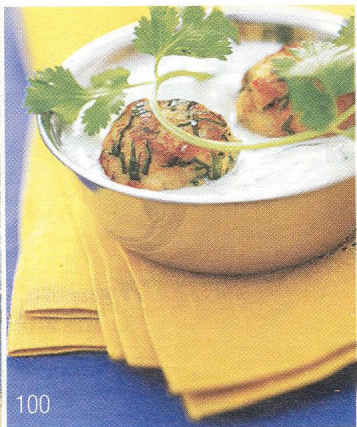




36



100

## Obsah

### WELLNESS

- 10 **Herec Saša Rašilov**
- 16 **Vidíte černě?** Lekce optimismu
- 20 **Nejzdravější abeceda** Nadopujte se vitaminy!
- 32 **Méně je někdy více**  
Půst pročisťuje tělo i ducha
- 42 **Vstříc lepším zítřkům** Běh pro dobrou kondici

### KRÁSA

- 50 **Barva korálovce** Hit letošního léta
- 54 **Nechte se ostříhat!** Krátké vlasy jsou in
- 58 **Bez jediného chloupku!**  
Depilace nemusí bolet
- 66 **S mořem do krásy** Jako mořská víla
- 70 **Pomoc, to pálí!** Úskalí letního období

### ŽIVOTNÍ STYL

- 92 **Jídelna v přírodě** Zveme Vás na piknik
- 94 **Inspirace z vesmíru**  
Astronomické bytové doplňky
- 100 **Uvařeno s láskou** Pro Vašeho miláčka
- 106 **S větrem o závod** Ráj na jachtě
- 120 **Wellness horoskop** Když hvězdy radí
- 122 **Jaká je ideální teplota?** Klimatizaci ano, ale...

*active beauty číslo 4/2008 vychází 22. 8. 2008*