

obsah

5 **Velká letní hra**

TÉMA

10 **Užijte si dovolenou**
Rady pro letní cestování

KLINIKA

24 **Průvodce nositele
slunečních brýlí**
27 **Oči svěřené laseru**
32 **Cesta za sluncem**
Opalování je letní vášeň (3. část)
36 **Hříšné chutě mužů**
40 **Od prstáčku ke kartáčku**
45 **Vzhůru do jeskyně!**
Speleoterapie
48 **Diabetik na cestách**

PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

50 **Poklady z Kréty**

ALTERNATIVNÍ METODY

54 **Homeopatické řešení
letních infekcí**

JAK SE MÁTE?

60 **Lenka Filipová**
Ta Keltka ve mně někde je...

REGENERACE

64 **Chladivé tipy
pro letní osvěžení**

NOVÉ TĚLO

66 **Trénink podle
temperamentu**
Cholerik s flegmatikem
v tělocvičně

ZDRAVÍ A KRÁSA

70 **Chodidla ke koukání**

ČAS NA ZMĚNU

78 **Začínáme s...**
Kouzlo lukostřelby

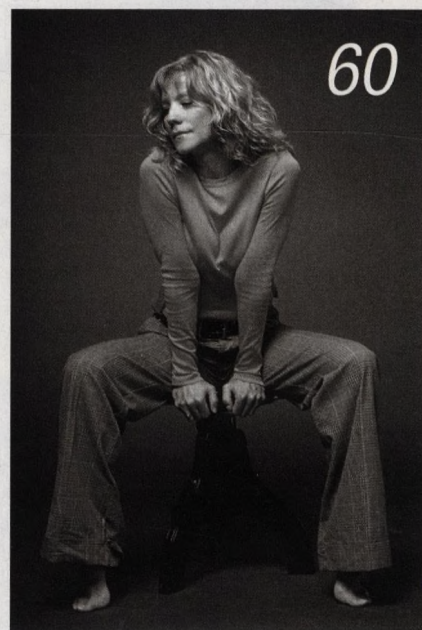


66

88



10



60

CÍTT SE LÉPE

80 **Zvládat své emoce**
je klíčem ke štěstí...

ZDRAVÝ DOMOV

82 **Vaření pod oblohou**

ŽIJEME SE ZVÍŘATY

88 **Veterinární ordinace**
přijede k vám domů

NA KUS ŘEČI

98 **Mgr. Jakub Dvořáček**

