

Obsah

Hodiny na stene | strana 4

Kolagény a vesmír medzi bunkami | strana 6

Kyselina hyalurónová | strana 17

Bazálna membrána | strana 23

Zoznámte sa so svojimi kolagénmi | strana 25

Kolagény v orgánoch | strana 46

Mám teraz dosť kolagénov? | strana 48

Tajná genetická knižnica pre výrobu kolagénov | strana 50

Vaša továreň na vlastné kolagény | strana 53

Rozpad kolagénov a Čo ich ničí? | strana 64

Naštartujte výrobu svojich kolagénov! | strana 80

Môže mi toto (za)chrániť kožu, vlasy a nechty? | strana 90

Celulítka nie je nevyhnutnosť | strana 105

Môže mi toto (za)chrániť kĺby? | strana 107

Príklad denného jedla na príjem glycínu a vitamínu C | strana 118

Ako si (za)chrániť kolagény? | strana 120

akv-tv.com

Tu nájdete všetky moje videá o výžive a zdraví

