

OLYMPIA

24

STRAN PLNÝCH MÓDY

Módní kolekce

Podzim
Zima
2013

5. Listopadu

velká výstava

filmových kostýmů

BEZ KIL NAVÍC NA VÁNOCE I V NOVÉM ROCE

Vánoce se kvapem blíží a s nimi také obavy, jak si je co nejlépe vychutnat bez kil navíc. Během vánočních svátků narůstá počet příležitostí k hodování. Rodinné večere, obědy se známými a večírky jsou spojené s kalorickými pokrmy a alkoholickými nápoji. V průměru tak přes svátky nabíráme tři až pět kilogramů.

„Spousta lidí se přes svátky nechce vzdát tradičních vánočních jídel. Porušení jídelníčku a několikadenní hodování se ale neblaze podepisuje na jejich váze. Abychom spojili příjemné s užitečným, vyvinuli jsme s našimi předními poradci na výživu program, díky kterému si každý bude moci svátky užít, aniž by nějak strádal,“ vysvětluje výživová poradkyně z NATURHOUSE Marcela Vavrochová v Centru Olympia.

Nový program je založen na chutných, ale přitom lehkých receptech a výživových doporučení. „Kromě doporučení na odlehčenou štědrovečerní večeři jsme připravili také tipy na předkrmy, které ale můžete využít celoročně,“ doplňuje výživová poradkyně.

K největším benefitům hubnutí s NATURHOUSE patří individuální přístup ke klientům. Komplexním přehodnocením starých stravovacích návyků je klient nejen schopen výrazně snížit svou tělesnou hmotnost, ale také ji účinně kontrolovat.

Na konzultaci se můžete objednat telefonicky: 373 034 364

e-mailem: olympiaplzen@naturhouse-cz.cz

Bližší informace získáte na: www.naturhouse-cz.cz

