

ABY VÁM JIŽ ZA MĚSÍC BYLO LÉPE!

Celostní program pro vaše zdraví.

1 měsíc stačí ke zlepšení vaší fyzické a psychické kondice, očistě organismu a zvýšení kvality vašeho života. Nabízíme vám individuální odbornou podporu a péči pro vaše tělo i mysl.

Jak je na tom vaše zdraví?

Porad'te se!

Vytvoříme pro vás **individuální plán na zlepšení fyzické kondice** (včetně detoxikace a holistického hubnutí) ve dvou konzultacích se zdravotníkem na základě:

- » 2x bioimpedenční analýzy: měření tělesného tuku, svalů, vody, metabolického věku,
- » 1x vyšetření živé kapky krve Darkfield mikroskopem: míra překyselení organismu, hladina stresu, nedostatek či přebytek živin, toxická zátěž.

Co udělat, aby bylo lépe?

Nechte se motivovat!

Během dvou 50 minutových **sezení se zkušeným psychoterapeutem**:

- » zjistíte, jak smysluplně nasměrovat váš životní styl,
- » podpoříte svou motivaci k pozitivním změnám životního stylu,
- » získáte psychoterapeutickou pomoc.

Také pohyb pomáhá!

Hýbejte se!

Máme pro vás připravené 2 jednorázové **vstupy do posilovny a bazénu nebo na lekci**, která vás zaujme ve Sportcentru YMCA.

Cena za měsíc péče 2 500 Kč.

Kontaktujte odborníky: OPTIMA MEDICAL, www.optimamedical.cz



Mgr. Eva Placáková
nutriční specialista
telefon: 776 067 037
Národní 9, Praha 1
Poliklinika, 3. patro



PhDr. Eva Růžičková
psychoterapeut
telefon: 602 974 962
Na Poříčí 12, Praha 1
YMCA, 5.patro



Centrum holistické péče:
hubnutí, detoxikace,
koučink, psychoterapie



Sportcentrum s posilovnou,
bazénem, skupinovými lekciemi,
tělocvičnou i saunou www.scmca.cz