

Aj prsia dvíhajú ženské sebavedomie

Svieži dekolt, pevné prsia, výstrih
príťahujúci pohľady opačného pohlavia... Všetky by sme chceli mať krásne,
súmerné poprsie, no nie každej sú dopriate ideálne miery. Skúsme pomôcť
prírode a zdvihnúť si sebavedomie aj v tejto oblasti.

Je všeobecne známe, že veľkosť prs je daná geneticky. Staré známe tvrdenie, že krása ženy pramení predovšetkým z jej vnútra, je dnes už akoby prekonané. Ženy často podliehajú spoločensky a mediálne prezentovanému tlaku, že ak chcú byť úspešné, nestačí, aby boli vzdelané, spoľahlivé, invenčné a kreatívne, mali by byť aj krásne. A zvyčajne je jedným z prvých terčov záujmu ich poprsie...

Je veľmi dôležité, aby sa každá z nás cítila vo svojom tele dobre, aby dbala o svoje zdravie. Pevnosť a ideálny tvar poprsia síce so zdravím až tak nesúvisia, no určite súvisia so sebavedomím, najmä ak má žena sklony podliehať rôznym, v súčasnosti

dosť zdôrazňovaným ideálom krásy. Celebity z módných prehliadok či titulných stránok bulváru by však nemali byť meradlom.

KRÁSNE AJ BEZ INVAZIVNÝCH ZÁKROKOV

Prsia primálne, priveľké, ochabnuté, pevné, mľandravé... Ženy nie sú spokojné, trápia sa vo fitnesscentrách, premýšľajú o implantátoch, skúšajú rôzne typy spodnej bielizne, šaty či plavky najrafinovanej-

5 cvikov na spevnenie poprsia:

1. Rozkročte sa, predpažte, chyťte rukami konce uteráka. Spolu s nádychom 5-krát natiahnite uterák. Cvik opakujte 10-krát.
2. Zostaňte v rovnakej polohe, len pri nádychu dvíhajte ruky nad hlavu. Keď sú hore, nafahujte uterák. Musíte cítiť, ako vám pracujú prsné svaly.
3. Držte ruky s napnutým uterákom pred sebou. Striedavo vťahujte brucho. Prsné svaly by sa mali napínať.
4. Predkloňte sa, ruky smerujú priamo nadol. Do každej ruky si vezmite litrovú PET-fľašu plnú vody a striedavo predpažujte a upažujte.
5. Cvičte tri razy denne po 10 minút.

ších strihov... Pritom možno na to, aby sa cítili sebavedomejšie a žali ešte väčší obdiv mužov, netreba hneď myslieť na invazívne zákroky. Keďže pevný a kompaktný tvar závisí najmä od stavu prsných svalov, vyskúšajte každodenné pravidelné cvičenie určené na podporu prsných svalov, vhodnú výživu s množstvom čerstvej zeleniny, pravidelnú cieľnú masáž, chladnú sprchu a výrazne pomôcť môže aj prírodný prípravok určený na rast a spevnenie prs. Prípravok by mal prispievať k vyrovnanou steroidných hormónov v ženskom organizme a udržiavať hormonálnu rovnováhu. Je dôležité, aby išlo o produkt osvedčený, založený na poznatkoch prírodnej medicíny.

Foto: Thinkstock



NATUR
VITA
TM

Prírodná stimulácia
pevnosti
a veľkosti
poprsia
STIMULEN



Základnou bylinou je *Serenoa plazivá* (*Serenoa repens*) po stáročia používaná v prírodnej medicíne

- podporuje steroidné hormóny a tým napomáha zväčšeniu poprsia
- zvyšuje plnosť a pevnosť prsného tkaniva
- vďaka afrodisiakálnym účinkom posilňuje sexuálnu túžbu

Dávkovanie: 2-3 tablety denne

- odporúčaná cena 4,80 €
- balenie obsahuje 60 tabliet

Viac na www.happytrade.sk Výživový doplnok

Dostanete v lekárňach za priaznivé ceny

Dováža: **HAPPY TRADE** spol. s r.o. *
M. M. Hodžu 10, 960 01 Zvolen
tel. 00421/907/686 880
Vyrába: **NATURVITA** a.s., Veselá 227
763 15 Slušovice, Česká republika