

1. kategorija: Medicinsko termalni center fontana d. o. o.

Do konca je še en mesec
in v boju s kilogrami
vztraja trinajsterica

hujšajte z L&Z

Za dekleti sta dva meseca intenzivne vadbe, vztrajanja in pravilnega prehranjevanja. Dekleta kilograme izgubljajo, nekatere vidneje, nekatere manj. Vztraja še trinajsterica in pred njimi je še dober mesec programa pod strokovnim nadzorom, nato bodo pa prevzele vaje v popolnoma svoje roke. Po treh mesecih, ob zaključku akcije, dekleta čaka popolna preobrazba.

KANDIDATKE

V Fontani v Mariboru so vztrajna še vsa štiri dekleta, in sicer: Mateja Žilavec, Mojca Cokan, Jasna Švagan in Sonja Repec. V Savna klub Breza vztrajajo tri kandidatke, in sicer: Slađana Sladojević, Sandra Horvatić in Vlasta Potočnik. V Linea Snelli na Ptuj kilograme topi Vesna Visočnik, v Ljubljani pa Nina Vrtačnik.

NADALJNJA POT

Dekleta so nad rezultati presenečena in zadovoljna, a se zavedajo, da jih čaka do cilja še kar nekaj poti. Čaka jih še drugi del, ki bo za nekatere malenkost težji. Pridobljene rezultate bo po končani skupni akciji potrebno namreč tudi obdržati. Poletje se bliža s svetlobno hitrostjo in želja vseh deklet je, da se bodo dobro počutila v svoji koži tudi v kopalkah.

Naše vodilo in načelo je še vedno, da je volji moč!

CENTRI, KJER DEKLETA HUJŠAJO

Na naslednjih nekaj straneh vam predstavljamo programe in dejavnosti, s katerimi se ukvarjajo centri, za preoblikovanje postave, v katerih naše kandidatke aktivno vadijo.

Medicinsko termalni center Fontana je z vsoto svojo ponudbo v celoti usmerjen k človekovi skrbi za zdravje. Namenjen je vsem, ki si želijo zdravje ohraniti in krepiti ter se tako izogniti morebitnim bolezenskim težavam, pa tudi vsem tistim, ki skušajo z izboljševanjem odpornosti bolezni čim bolj obvladati.

●● Priporočajo vam sprostitve v bazenih s termalno vodo, ki je še posebej primerna pri obolenjih sklepov in vezi, mišic, kosti, boleznih obtočil, perifernih živčnih lezijah, presnovnih, ginekoloških, psihosomatskih boleznih ter v hidroterapevtske namene, privoščite pa si lahko tudi sprostitve v savnah, izberete ustrezno masažo, pridobite novih moči in pozitivne energije na fitnesu ali pa si preprosto privoščite dnevni wellness program.

●● Z izgradnjo Fontane leta 1996 je mesto Maribor in podravska regija dobila tedaj najsodobnejši medicinski diagnostični center s fizikalno terapijo in možnostmi medicinske rehabilitacije. Vsi obiskovalci Fontane so njihovi gostje. Četudi jih obiščejo zaradi zdravstvenih težav, se pri njih nikoli ne bodo počutili kot v bolnišnici. V MTC Fontana njihovim željam in potrebam ugodijo hitro in brez vsakršnih zapletov. Pacientom določijo najbližji termin, čakalnih dob praviloma ni oziroma so kratke. Center je v večini zasnovan



samoplačniško, in je namenjen vsem, ki želijo zase in za svoje zdravje storiti nekaj več. Z večletnim prizadevanjem pa se trudijo tudi s pridobivanjem koncesij, zaenkrat pridobljene koncesije za: MR, CT in RTG. V sklopu medicinskega centra redno deluje 20 specialističnih ambulant, v katerih delajo v glavnem najboljši zdravniki specialisti iz mariborskega UKC-ja in drugih bolnišnic ter tudi nekaj zasebnikov.

●● PREDNOSTI MTC FONTANA:

● pri svojem delu se zdravniki specialisti poslužujejo preiskav, ki

so nemoteče in zdravju povsem neškodljive;
● s številnimi specialističnimi ambulantami omogočajo relativno hitro pot do zdravnika specialista; pregledna in kakovostna ponudba zunajbolnišničnih specialističnih ambulantnih storitev;
● najsodobnejše diagnostične aparature in oprema;
● usposobljeno in do pacientov prijazno medicinsko osebje;
● povezanost fizikalne terapije in hidroterapije z bazeni s termalno vodo;
● pridobljene koncesije in dodeljeni programi za radiološko diagnostiko (magnetno resonanco, CT in rentgen) ter

možnostjo sprejema pacientov z napotnicami;
● kakovosten in z vsemi certifikati opremljen lastni hematološki in urinski laboratorij;
● čakalne dobe so minimalne na radiološki diagnostiki, v specialističnih ambulantah jih skorajda ne poznajo;
● za samoplačnike najugodnejše cene pregledov in drugih storitev v primerjavi z drugimi ponudniki;
● lokacija na obrobju mesta, pa vendar blizu centra, z velikim lastnim parkiriščem ter ostalo ponudbo;
● fizioterapija (od maja dalje, obročno odplačevanje);
● poleg medicinske diagnostičnega dela je možno sočasno koristiti tudi ponudbo raznovrstnih masaž, fitnesa in izrabiti učinke termalne vode s temperaturo od 33 OC do 37 OC, obiskati finsko savno, turško kopalnico in infrardečo savno.

Vsako leto Medicinsko termalni center obišče več kot 12.000 pacientov v medicinskem delu in čez 80.000 obiskovalcev v kopalniškem delu.

●● Naložba z zagotovljenim dobičkom!

MANAGERSKI PREGLEDI:

1.osnovni preventivni pregledi,
2.osnovni managerski pregledi,
3.razširjeni managerski pregledi.
ZDRAVSTVENI PREGLEDI ZA SLUŽBO:

1.predhodni zdravstveni pregled,
2.obdobni zdravstveni pregled,
3.ciljani zdravstveni pregled.



NAPIJTE SE Z IZVIRA

NAJMODERNEJŠA ANTISEPTIČNA TEHNOLOGIJA OMOGOČA, DA SE JANA POLNI V STEKLENICE NEPOSREDNO Z 800 METROV GLOBKEGA IZVIRA, IN OSTANE NEDOTAKNJENA, DOKLER JE NE OBČUTITE NA SVOJIH USTNICAH. DOŽIVITE VRNITEV K IZVIRNI NARAVNI ČISTOSTI Z JANO. KADARKOLI, KJERKOLI...

2.kategorija: Savna klub Breza

savna klub

BREZA

Savna klub Breza na Lepodvorski 13 v Ljubljani je klub, ki posluje že 25 let in vas bo zagotovo navdušil s svojim razkošnim ambientom, vrhunsko kakovostjo storitev, prijaznim osebjem in sproščujočim vzdušjem.

●● Breza je prepoznavna zlasti po svojih treh savnah: finski, parni turški ter infra savni. Slednjo priporočajo tistim, ki želijo z blagodejno in nevsiljivo toploto dodobra pregreti svoje telo. Za lepo in porjavelo kožo so vam v njihovem sončnem studiu Ergoline na voljo profesionalni solariji, z nasveti in priporočili za njihovo pravilno uporabo pa ves čas skrbi njihovo strokovno osebje. Prosti čas lahko izkoristite za plavanje v ogrevanem bazenu ali pa se razvijate v prostornem masažnem bazenu. Brezin masažni studio namreč že vrsto let slovi po svojih odličnih masažah. Ob klasični sta na voljo še stone masaža - masaža z vročimi vulkanskimi in hladnimi marmornatimi kamni - in refleksna masaža stopal. Novost v ponudbi je atraktivna havajska masaža lomi-lomi, ki sprošča napete mišice, odpravlja vogle in zastalo mlečno kislino. V sodelovanju s francosko kozmetično hišo Decleor strankam nudijo še aromaterapevtsko masažo in masažo proti celulitnim oblogam.

Savna klub Breza ima od lanskega decembra dve novosti. K sodelovanju so namreč povabili dr. Petro Zaletel, vrhunsko strokovnjakinjo na področju osebne vadbe in zdrave prehrane. S svojo ekipo osebnih trenerk in trenerjev bo za goste Savna kluba Breze strokovno in uspešno načrtovala, zasnovala in vodila individualne programe športne vadbe. Pod svoje okrilje je vzela tudi naše kandidatke akcije. V vrhunsko opremljenem fitnesu bodo usposobljeni osebni trenerji vadili z največ dvema osebama naenkrat. Druga novost je Studio za oblikovanje telesa, hujšanje in zdravo prehrano, kjer bodo strokovnjaki individualno načrtovali, izvajali, kontrolirali in izpopolnjevali tako programe prehrane kot tudi programe športne vadbe. Nova programa se seveda prepletata in povezujeta še z ostalo bogato ponudbo Savna kluba Breza. Pripravljajo tudi druge zanimive programe, ki jih bodo svojim gostom sproti predstavljali. Obiskovalci fitnes studia ali studia za oblikovanje telesa, hujšanje in zdravo prehrano imajo v ceno obiska vključen še brezplačen obisk bazena, masažnega bazena in solarija, pijačo za dobrodošlico in druge malenkosti.



3. kategorija: Linea Snella



Zakaj in kako uravnotežiti telo in duha če se v svojem telesu ne počutimo dobro, to vpliva tudi na druga področja našega življenja. Ko je notranje ravnovesje porušeno, se zavestno in podzavestno trudimo, da bi ga čim prej ponovno vzpostavili. Tega se zavedaj v centrih Linea Snella, ki so pod okrilje prevzeli naše kandidatke v akciji Hujšajte z L&Z. V centrih za oblikovanje telesa Linea Snella ne dajejo lažnih obljub o hitri in preprosti poti do vitke linije. Ne ustavijo se le pri simptomu (ni dovolj reči le „želim shujšati, odpraviti celulit“ in podobno), saj bi v tem primeru šlo le za kratkoročno spremembo, ki pa ne bi mogla zagotoviti dolgoročnega uspeha. Z revolucionarno, svetovno uveljavljeno metodo Linea Snella® ter s pomočjo visoko usposobljenih terapevtk in osebnih svetovalk vam zanesljivo pomagajo odpraviti odvečne kilograme, centimetre in celulit, učvrstiti tkivo in izboljšati mišični tonus, s svetovanjem o zdravi prehrani in čustveni dinamiki pa vam celostno pomagajo h kakovostnejšemu življenju. Da pa se vložena energija, čas in trud obrestujejo tudi dolgoročno, po zaključku programa nudijo tudi letoletno brezplačno svetovanje. Tako vas bodo še naprej spodbujali k zdravemu načinu življenja in se skupaj z vami borili za vaš uspeh.

●● KLJUČNI ADUTI METODE LINEA SNELLA®

1. Kombinacija vodene vadbe, konstantne temperature 37 °C in infrardečih žarkov je v svetu zaščitena pod blagovno znamko Linea Snella®. Izvajanje storitev



temelji na visokih mednarodnih standardih. 2.V povprečju kar 98,9 odstotkov obiskovalk ne le doseže, temveč tudi preseže zastavljene cilje. Linea Snella daje pisno jamstvo za uspeh! 3.Hujšanje je usmerjeno v izgubljanje maščobnih oblog, proces poteka v korakih in brez velikih šokov za organizem. Metoda Linea Snella® velja za eno najbolj naravnih metod za oblikovanje telesa na svetu. 4.Velik poudarek dajejo vzpostavitvi vseh pogojev za dolgoročno vzdrževanje telesne teže in fizične forme. 5.Z Linea Snello do celostnega boljšega počutja Centri Linea Snella niso samo saloni za hujšanje in oblikovanje telesa, temveč so centri za uravnoteženo, kakovostno in fit življenje.

●● ZNAČILNOSTI METODE LINEA SNELLA®

● Velika prednost metode dela Linea Snella® je garancija za uspeh oziroma pisno jamstvo za izgubljene centimetre, ki jih obiskovalka izgublja s pomočjo ciljne vadbe v optimalnih pogojih, ki jih omogoča Thermoslim, v kombinaciji z drugimi terapijami

(Bodywarm, Thermobike, Powetrainer in komplementarne terapije). ● V središču metode Linea Snella® je Thermoslim, izolirana komora, v kateri poteka ciljna vadba pod vodstvom izkušenih terapevtk, ob konstantni temperaturi 37 °C in pod vplivom infrardečih žarkov. ● V 20 do 25 minutah vadbe v Thermoslimu telo porabi do 1.500 kcal, kar pomeni 3- do 4-krat več maščobe kot pri običajni vadbi. Posledica je hitra izguba kilogramov in centimetrov. ● Za doseg želene rezultata potrebujemo bistveno manj časa, saj uvodno ogrevanje pred izvajanjem programa ni potrebno. ● Bodywarm, neke vrste savna, odlično dopolnjuje delovanje Thermoslima in omogoča, da tkivo ostaja čvrsto ne glede na veliko število izgubljenih kilogramov. ● Metodo dopolnjuje vadba na Thermobiku, ki je odličen za odpravo trdovratnih maščob na bokih in stegnih, saj gibanje pod infrardečo svetlobo izboljša prekrvavitev in učinkovito pomaga pri odpravi celulita. Širok izbor najsodobnejših komplementarnih terapij (ultrazvok – kavitacijski sistem, vakuum endermologija, pressoterapija in

elektrostimulacija) omogoča še boljše in hitreje rezultate. ● Vse terapije so usmerjene v izboljšanje prekrvavitve ter povečanje mišičnega in zmanjšanje maščobnega deleža. Posledica je bistveno manj celulita. Appetit se zmanjša, osnovni metabolizem pa poveča. Tako telo pri istem vnosu hrane porabi več energije. Temu pravimo hujšanje! ● Vadba je zelo ciljna – centimetre in maščobne obloge izgubimo na najbolj kritičnih delih telesa oziroma točno tam, kjer si to najbolj želite. V mesecu dni izgubite 3 do 4 kg oziroma pol do eno konfekcijsko številko. ● Izvajanje vaj ves čas spremlja in nadzoruje osebna terapevtka, kar omogoča kontrolo vsakega posameznega giba in pravilno izvedbo vaj. ● Vadba in programi se v celoti prilagajajo vsaki obiskovalki, tako glede želenih rezultatov kot tudi časovnih terminov. ● Izvajanje vaj je primerno tako pozimi kot tudi poleti, saj poteka v klimatiziranem prostoru. ● Hujšanje je usmerjeno v izgubljanje maščobnih oblog, proces poteka v korakih in brez velikih šokov za organizem, za vidne in trajne rezultate ter za zdrav in lep videz pa sta ključnega pomena tudi gibanje ter zdrav in uravnotežen način prehranjevanja.

Po zaključenem rednem programu, v katerem dosežete zadane cilje, strankam nudijo še letoletno brezplačno svetovanje, pri katerem vsak mesec opravijo pregled trenutne telesne sestave, svetujejo primerno prehrano, najučinkovitejšo vadbo za ohranjanje telesne kondicije in zdravja ter s tem poskrbijo, da se vsa vložena energija, čas in trud obrestujejo tudi dolgoročno! In prav enako bodo poskrbeli tudi za naše kandidatke.

JANA - IZJEMNA VODA!

Več kot 7.000 let je zemlja varovala skrivnost 100% naravno izvirsko vodo Jano. Edinstven dar narave človeku. Jana je s svojo posebej uravnoteženo mineralno sestavo ena najboljših naravnih izvirskih vod na svetu. Uravnoteženo razmerje kalcija in magnezija daje Jani edinstven in lahek okus, zato je idealno nadomestilo tekočine izgubljene med različnimi dnevnimi dejavnostmi. Številna mednarodna priznanja in certifikati potrjujejo izredno kakovost Jane.

