



Systém asistovaného hubnutí s.r.o., 289 37 Loučeň 374 IČ: 27453618

## **Přihláška na wellness víkend**

11. redukční wellness víkend, který se koná dne 18. - 20.3.2016 opět v Louňovicích pod Bláníkem.

Jméno:..... Příjmení:.....

Ulice:..... Místo:..... PSČ:.....

Telefon:..... E-mail:.....

### **Program víkendu:**

**Pátek:** příjezd – do 17 hodin - následně ubytování a seznámení se s místem, uvítání, výuka vaření správné večeře k redukci.

1.přednáška - Proces trávení v lidském těle a souvislosti s hormony a mozkovou činností.

**Sobota:** snídaně, po snídani 2. přednáška - Sestavování jídelníčku pro redukci

- dopoledne osobní edukace, masáže či vizážistky

- vaření oběda

- další osobní edukace, či masáže, vizážistky

- vaření správné večeře

- večer 3. přednáška - Vliv stresu, sportu na redukci a způsoby obrany proti stresu

**Neděle :** po snídani **4. přednáška – O udržování dosažené hmotnosti – novinka!**

Dále zase osobní edukace a masáže, či vizážistky

- vaření oběda

- odjezd domů

### **Ubytování :**

2 lůžkový pokoj 4 290 Kč /osoba.....(zaškrtněte křížkem vybrané ubytování)

3-4 lůžkové pokoje 3 890 Kč /osoba.....(zaškrtněte křížkem vybrané ubytování)

Cena zahrnuje

- 2x ubytování v pokojích s vlastním sociálním zařízením
- 2x plnou penzi (samopříprava) včetně nápojů
- Odborné přednášky včetně osobní konzultace + 1 přednáška v neděli navíc!
- Masérské služby
- Souhrn receptů, dle kterých uvaříte chutně a dietně
- Materiály k redukci
- Výuka líčení, trendy... (nejen nalíčení, ale učíme vás, jak se o sebe starat)

### **Cena nezahrnuje dopravu**

E-mail: [namestkova@systemah.cz](mailto:namestkova@systemah.cz)

Telefon: 604 219 187

**Platbu, prosím, zašlete na účet : 51-5837390277/0100 a jako VS dejte číslo svého telefonu.**

Místo:.....

Podpis:.....

Podepsanou přihlášku, prosím, naskenujte a zašlete na uvedený e-mail. Pokud nemáte skener, zašlete poštou na adresu: Systém asistovaného hubnutí s.r.o., 289 37 Loučeň 374