



## CHYTRÁ DOVOLENÁ

Sírný pramen plný zdraví



Náš areál je dokonalým místem pro relaxaci, letní radovánky, báječnou dovolenou i regeneraci. O zábavu se postará tým animátorů, voda v bazénech teplá 28°C zahřeje, když je zataženo a ochladí, když má slunce svůj den. Vydatný sírný pramen s nejvyšším obsahem sirovodíku v České republice zase pohladí Vaše bolavé tělo. Tři desítky různých pobytů a bezmála sedmdesát typů lázeňských procedur je opravdu slušný výběr. Přijďte k nám a užívejte si.



### KATALOG ZDARMA!

Napište si o katalog všech pobytů. Stačí poslat SMS ve tvaru: UNIFORM, jméno, adresa a psč na číslo 777 914 855 nebo totéž na e-mail: [uniform@hotel-kostelec.cz](mailto:uniform@hotel-kostelec.cz)



### Doporučujeme vyzkoušet

#### MOŘSKÝ VÁNEK

(3 dny / 2 noci)  
2 lázeňské procedury

- 1 osoba
- polopenze
- 2 500,- Kč

#### 4 POHODOVÉ DNY

(4 dny / 3 noci)  
3 lázeňské procedury

- 1 osoba
- polopenze
- 3 760,- Kč

#### BEZVA DOVČA

(7 dní / 6 nocí)  
sportovní karta v ceně

- 1 osoba
- polopenze
- 6 390,- Kč

#### SPECIÁL PRO SENIORY

(6 dní / 5 nocí)  
7 lázeňských procedur

- 1 osoba
- polopenze
- 6 650,- Kč

Samostatné ubytování a plná penze s doplatkem

Hotel Lázně Kostelec u Zlína  
Lázně 493, 76314 Zlín 12

Tel.: 577 152 111, 577 152 152  
E-mail: [uniform@hotel-kostelec.cz](mailto:uniform@hotel-kostelec.cz)

[www.hotelkostelec.cz](http://www.hotelkostelec.cz)



## Chia semínko Šalvěj hispánská



Chia semínka obsahují více omega-3 mastných kyselin než losos, jsou bohatá na antioxidanty a minerály a jsou kompletním zdrojem bílkovin. Vykazují hydrofilní vlastnosti, ve vodě zvětší svůj objem až 12x. Mají vysoký obsah vlákniny a nízký glykemický index. Podporují imunitní systém, harmonizují metabolismus, zlepšují kvalitu stolice, zklidňují nervy a mají hojivé a protizánětlivé účinky. Chia semínka pomáhají zlepšení pohybového aparátu, zmírňují záněty a bolesti svalů a kloubů.

### Použití chia semínek

Chia semínka díky vysokému obsahu vápníku zlepšují kvalitu kostí, vlasů i pokožky. Jsou jedním z nejbohatších přírodních antioxidantů. Antioxidanty urychlují regeneraci kůže a chrání ji před předčasným stárnutím. Kvůli vysokému obsahu vlákniny podporují chia pravidelnou a zdravou stolicí. Chia stabilizují a napomáhají snižovat krevní tlak. Chia semínka zlepšují odolnost a vytrvalost a jsou nazývány potravinou pro atlety a sportovce vůbec. Z hlediska obsahu živin můžeme množství jedné čajové lžičky chia semínek přirovnat ke smoothie připraveného z lososa, špenátu a lidského růstového hormonu. Mimo jiné podporují správnou funkci životně důležitých orgánů – jater, ledvin, plic a žlučníku. Kladně působí na srdce, cévy a buněčné stěny. Chia semínka jsou vynikajícím zdrojem bílkovin, kvalitních sacharidů, tuků - jsou nejbohatším zdrojem omega-3 mastných kyselin rostlinného původu, dále vlákniny, vápníku, vitamínů skupiny B, niacinu, thiaminu - B1, riboflavinu - B2.

**Lidové názvy chia semínek**  
sen dietářů, jídlo běžců, zázrak, super potravinu.

Nakupujte se slevou 10 %  
Slevový kód LETO2018



... 22 LET TIŠTĚNÉ REKLAMY K VAŠÍ SPOKOJENOSTI