

NOVITETI

Spremn
za sunce

Biobaza Sun predstavlja Ready for Sun, 100% prirodan dodatak prehrani stvoren za pripremu kože za izlaganje suncu. Riječ je o inovativnoj formuli koja se temelji na visokom udjelu ljubičaste mrkve te jedinstvenog koktela antioksidansa, vitamina i minerala.



Ljeto bez upale uha

Infekcije uha češće se javljaju u ljetnim mjesecima kada je plivanje jedna od omiljenih aktivnosti. U rješavanju tog problema od velike je pomoći sprej za njegu ušiju Normison s dubinskim djelovanjem koji redovitom primjenom dezinficira i suši vlažnu kožu zvukovoda, normalizira prirodni kiseli zaštitni omotač, obnavlja i štiti epitel kože uha te pojačava otpornost na vanjske utjecaje. Posebno se preporučuje nakon kupanja kako bi se spriječile moguće upale.



Užitak uz vrhunsku njegu

Nedavno je na otoku Hvaru u sklopu bara Carpe Diem Beach otvoren beach wellness Carpe Diem, mjesto na kojem osim u dobroj zabavi, možete uživati i u posebnim tretmanima lica i tijela organskom kozmetikom.

VODENA AVANTURA

UŽITAK VOZNE KAJAKOM

Ljeto nam uvijek pruža priliku za brojne užitke, a vožnja kajacom upravo je jedan od tih, uvijek popularnih ljetnih sportova. Bez obzira na to odmarate li se uz more, jezero ili mirne rijeke, primijetit ćete sve veći broj ljudi koji potvrđuju popularnost takve vrste rekreacije. Aktivna vožnja kajacom opisuje se kao odličan trening koji spaja najbolje od vježbanja i vremena provedenog u prirodi, kao sport u kojem rade brojni mišići vašeg tijela i u kojem su važni snaga i ritam pokreta. Naglasak je na pokretima gornjeg dijela tijela jer svakim zaveslajem vježbate leđa, ruke, ramena, prsa, ali i mišiće nogu - bez obzira na to što u kajaku sjedite, tijelo koristi i snagu nogu. Sat vremena vožnje kajaka potroši 400 do 500 kalorija, a osim treninga snage, odlična je i aerobna vježba. Uz sve navedeno, zanimljiva je i činjenica da je to sport niskog rizika ozljeda, koji lako prilagođavate osobnoj kondiciji. Kajak se može voziti na rijekama, jezerima, oceanima, morima i velikim bazenima, a važno je znati da je svaka od tih voda različita i traži drukčije vještine vožnje kajaka. Bez obzira na to što se kajak često povezuje s avanturističkim sportovima, poznate osobe iz sezone u sezoni dokazuju da je to i sport koji uključuje cijelu obitelj, oslobađa od stresa, spaja s prirodom te budi želju za planiranjem i istraživanjem. Kao i u svakom sportu, tako i pri vožnji, kajacom važno je držati se osnovnih pravila sigurnosti, odjenuti prsluke i zaštitne kacige te ponijeti dovoljnu zalihu vode. Birajte želite li veslati sami ili u skladnom ritmu s još nekoliko osoba, a ako ste dobar veslač, priuštite zadovoljstvo onima koji su tek na početku svladavanja kajakaških vještina kako biste uživali u pogledu na obalu, otoke i prirodu. Naime, to je jedan od razloga zašto su se brojne osobe zaljubile u vožnju kajacom.

Pjevačica Alanis Morissette uživa u vožnji kajacom u društvu sina



Sarafi Jessica Parker svladava osnovne pokrete



Kanadski premijer Justin Trudeau strastveni je kajakaš



Ovaj je sport stvoren za osobe istraživačkog duha koje vole pokret, vodu te provoditi vrijeme u prirodi, gdje u dobrom društvu rado otkrivaju brojne ljepote

Ljubav prema vožnji kajacom Elle Macpherson prenijela je na cijelu obitelj



Glumica Ashley Tisdale na valovima



Do bijelih zubi najpopularnijom metodom - Zoom izbjeljivanjem

Zoom izbjeljivanje zubi metoda je koja koristi najnapredniju tehnologiju LED svjetla. Riječ je o vrlo popularnom i provjerenom tretmanu u Poliklinici Bagatin koji pruža mnoge prednosti, a ujedno predstavlja i ugodan postupak za vraćanje bjeline zubima. Aktivan sastojak Zoom gela za izbjeljivanje je vodikov peroksid koji ima prirodna svojstva izbjeljivanja, a pod utjecajem svjetla se intenzivira. Zoom lampa specifičnom svjetlošću aktivira vodikov peroksid te mu pomaže ispuniti površinu zuba, nakon čega čisti kisik ulazi u caklinu i dentin te izbjeljuje obojeno područje ostavljajući strukturu zubi nepromijenjenom. Tretman poslije pripreme zubi traje 45 minuta. Zoom može izbjeliti zube i do 8 nijansi, a učinci izbjeljivanja mogu trajati i do tri godine. Međutim, to ovisi od osobe do osobe, kao i o životnim navikama. www.poliklinikabagatin.hr

Dodaci koje trebate kao pogonsko gorivo za ljetne aktivnosti

Jana Vitamin u ponudi ima savršene dodatke za vaš um, dušu i tijelo. Bilo da se sunčate na plaži i izlažete kožu suncu i moru ili da na odmoru ne propuštate treninge pa znojenjem gubite minerale ili vam jednostavno treba pokretač nakon lude ljetne noći - tu su Jana vitamin immuno, Jana vitamin activity i Jana kolagen beauty. Jana vitamin activity okusa jabuke i maline, kombinacijom vitamina B3, B5 i B6 te magnezija koji ima važan učinak na bolju funkciju mišića, pridonose smanjenju umora i iscrpljenosti. Jana vitamin immuno uz okus limuna donosi i dobrodošlu kombinaciju vitamina C, B6 i B12 te cinka za pomoć pri održavanju normalnih funkcija imunskog sustava. To je posebice važno za pripadnice ljepšeg spola koje se redovito bave tjelesnom aktivnošću. Jana kolagen beauty sadrži kolagen Verisol® i vitamin C, koji u kombinaciji pomažu u odgađanju znakova starenja i poboljšavaju elastičnost i čvrstoću kože, što je posebno važno nakon izlaganja kože suncu.



Martina Rataeli / Profimedia, Guiver/Shutterstock, Press