

**Patricie Anzari**  
Umění obdarovat

**Střídmost**  
na sklonku roku

**Dagmar Kludská**  
a moudrost mariášových karet



Ročník XXVI  
Prosinec 2018

# ReGeNeRaGe

PŘIROZENÁ CESTA KE ZDRAVÍ A POZNÁNÍ



## Vánoční půst

Cesta ke zdraví, očistě  
a vnitřní harmonii

## Dech plný života

Cvičení pránájama  
pro dospělé i děti

Všechna kouzla  
Vánoce

Cena 35 Kč / 1,74 EUR – Předplatné 28,50 Kč / 1,43 EUR

## téma:

Nadílka nápadů,  
receptů a pohody

