



## НОВАЯ ВНЕШНОСТЬ – ЗАЛОГ УСПЕХА

Все мы иногда задумываемся, как же было бы здорово, например, немного подкорректировать нос или изменить форму ушей. Оказывается, согласно исследованию, проведенному холдингом «Ромир», 25% жителей российских городов эта мысль посещает регулярно, так как сейчас привлекательная внешность – это не дань моде, а гарант уверенности в себе и своих силах, а значит, успех в делах, личной жизни и достижение желанной гармонии с самим собой. До 31 декабря 2011 года «СМ-Клиника» проводит эксклюзивную акцию: бесплатная консультация пластического хирурга или врача-косметолога! Пусть посещение «СМ-Клиники» станет отправной точкой на пути к исполнению всех ваших заветных желаний и первым шагом в новую жизнь!

## ФИТНЕС – МАТЕМАТИКА

Как повысить эффективность от тренировок? Как достигнуть желаемого результата за оптимально короткий срок? Как сделать свой поход в фитнес-клуб не только приятным, но и полезным? Спортивный клуб «ФитнесМания» применил новое инновационное фитнес-тестирование, основанное на антропометрическом измерении тела. С помощью специальных замеров и расчетных формул. Эта методика позволяет объективно оценить телосложение и динамику его изменения. Руководствуясь полученными данными, тренер сможет составить индивидуальную тренировочную программу, в которой помимо тренировки основных мышечных групп будут прорабатываться дополнительно проблемные зоны. Подарите себе радость от общения со своим телом вместе с «ФитнесМанией»! Подробная информация на рецепции сервис-консультантов и по телефону: +7 (495) 981-4242.

**Адрес спортивного клуба «ФитнесМания»:**  
Ленинский пр-т, д. 146. [www.fitnessmania.ru](http://www.fitnessmania.ru)



## ЖЕНЩИНЫ НЕ ОПАЗДЫВАЮТ, ОНИ... СПАСАЮТ МИР

Рекрутинговый портал Joblist.ru провел всероссийский опрос, тема которого является животрепещущей не только для жителей РФ, но и для трудяг по всему земному шару. Ведь каждый из нас хотя бы раз в жизни опаздывал на работу. Согласно полученным статистическим данным, четверть россиян постоянно опаздывают на службу, еще столько же нарушают трудовую дисциплину всего пару раз в год. И лишь 23% представителей рабочего населения нашей страны никогда не сталкивались с этой проблемой. Неудивительно, что чаще опаздывают женщины (34%): ведь у них утром куча дел – навести красоту, приготовить завтрак, собрать детей в школу, припарковать машину... спасти мир, да мало ли с какими трудностями мы сталкиваемся утром!

## ТВОРИ ДОБРО! ЭТО ТАК ЛЕГКО!

Автономная некоммерческая организация «Центр помощи пациентам с нарушением опорно-двигательного аппарата «Легкость движения» и его основатель Новикова Светлана Львовна до конца 2011 года будут проводить благотворительную акцию «Новый сустав не приговор, а возврат к полноценной жизни» в больницах города Москвы. В рамках акции пациенты с проблемами опорно-двигательного аппарата смогут получить средства малой реабилитации, ортопедические изделия, которые крайне необходимы этим людям для ведения нормальной жизнедеятельности.

**Контактные данные АНО «Центр помощи пациентам с нарушением опорно-двигательного аппарата «Легкость движения»:** +7 (929) 604-92-42

 **Лёгкость движения**  
Автономная некоммерческая организация  
Центр помощи пациентам с нарушением опорно-двигательного аппарата

