

Praha, 28. dubna 2016

V Týdnu bez diet se bude cvičit pro Anabell, letos s Hosteskou roku

Týden bez diet s Anabell míří již podruhé do vybraných fitness center a sportovišť po celé České republice. V týdnu 2. až 8. května 2016 se bude zdravě cvičit na podporu Centra Anabell, akcí chce nezisková organizace povzbudit Češky, aby se netrápily hlady. Ambasadorkami Týdne bez diet s Anabell se staly dívky ze soutěže Hosteska roku. Sportovat se bude například v pražské síti Contours a na různých místech Brna, Ostravy či Liberce.



Fitness centra a sportoviště, která se zapojila, nabídnou v daném týdnu lekci či lekce na podporu aktivit Centra Anabell. Jinými slovy: **kdo si přijde zacvičit a zaplatí vstupné, přispěje Anabell.** V některých zájemci najdou po celý týden zapečetěnou kasičku, do níž mohou dobrovolně přispět.

To je také případ **čtyř poboček v Praze ze sítě Contours**, které se zaměřuje na fitness pro ženy ve 30 minutách. „Do projektu s Anabell jsme se velice rádi zapojili, protože pomáháme ženám ke skutečné změně pod dohledem trenérek, bez drastických diet, a to je co nás s touto akcí přímo spojuje,“ říká Marek Klemens z Contours. Nejen v rámci Týdne bez diet s Anabell tu nové zájemkyně získají týden na zkoušku zcela zdarma.

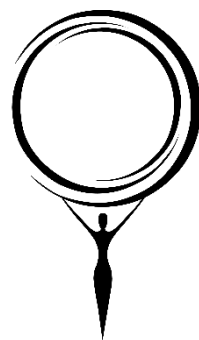
Stejně jako loni se k charitativnímu projektu připojilo **Ladie's Gym na Palackého třídě v Brně**. V pátek 6. května od 16 hodin se zde uskuteční lekce s názvem Zdravá záda, pevné břicho pro Anabell. Výtěžek vstupného poputuje Anabell, k tomu zde bude po celý týden kasička.

Rovněž v **Liberci** se bude na podporu Anabell cvičit v dámském fitness, konkrétně v **Ladies Fitness v nákupní galerii Plaza**. Během Týdne bez diet půjde neziskové organizaci vstupné ze čtyř lekcí pilates. Přijďte si zacvičit pilates v úterý, ve středu, v pátek a v neděli, nebo využijte umístěné zapečetěné kasičky.

Kasičku najdete také v **ostravském Perfomance Power Centru**, kde zároveň nabízí v pondělí 2. května snížený jednorázový vstup. Ostravské cvičení je navíc podpořeno dotací z Moravskoslezského kraje v rámci projektu Týden bez diet s Anabell – Moravskoslezský kraj (www.kr-moravskoslezsky.cz).



Nikola Krejčíková ze soutěže Hosteska roku si pro zájemkyně připravila hned několik akcí ve svém domovském **Královéhradeckém kraji**. Jde o odpoledne s Nikol v úterý 3. května v **ProFit fitness wellness clubu v Kostelci nad Orlicí**. Za dobrovolné vstupné pro Anabell si můžete mezi 14. a 19. hodinou zacvičit či se poradit ohledně pohybu i stravování. V neděli 8. května Týden bez diet s Anabell zavítá také do **Fit Fitness v Týništi nad Orlicí**, kde se pod taktovkou Nikol cvičí od 17 hodin bodycombat a o hodinu později kruhový trénink s Olíf.



Hosteska roku

To ovšem není jediné propojení s Hosteskou roku. Dívky ze soutěže v čele s vítěznou Sandrou Golasovou se staly ambasadorkami Týdne bez diet s Anabell a v průběhu týdne navštíví výše zmíněná fitness centra, aby si zde nejen zacvičily, ale i informovaly o aktivitách Anabell a šířily osvětu.

„Při zadání slov „poruchy příjmu potravy“ do internetového vyhledávače, nalezneme více než 240 tisíc odkazů. Přesto v České republice existuje pouze jedno nestátní neziskové centrum, které nabízí pomoc a podporu osobám s poruchami příjmu potravy i jejich blízkým na bázi sociálních služeb. Hosteska roku není primárně založena na fyzické kráse, nehledá míry 90-60-90 a výšku 170 cm, ale snaží se najít někoho schopného vybrusit z každé situace vždy s úsměvem. Hostesku, která dodá propagované značce nebo produktu šarm a šmrnc. Proto bylo rozhodování o tom „koho podpořit“ jasné. Rozhodli jsme se pro Centrum Anabell,“ říká za pořadatele Hostesky roku Adéla Žatečková.

Soutěž ve svém loňském ročníku věnovala výtěžek z finálového večera v částce více než 70 tisíc korun právě Centru Anabell. Pokračování spolupráce bylo nasnadě, také proto, že v Hostesce roku zastávají filozofii shodnou s Týdnem bez diet. **„Pro letošní rok se nechceme omezovat pouze na jeden večer. Proto jsme se rozhodli jak pro Týden bez diet, tak ve spolupráci se známou fotografkou Le Monikou vytvořit kalendář s unikátními fotografiemi dvanácti finalistek. Výtěžek z jeho prodeje bude opět věnován do Centra Anabell,“** prozrazuje Adéla Žatečková.

S Týdnem bez diet přišlo Centrum Anabell, které dlouhodobě pomáhá osobám s poruchami příjmu potravy a jejich blízkým, už loni. Nezisková organizace Centrum Anabell se tak rozhodla **navázat na mezinárodní Den bez diet, který se připomíná vždy 6. května** a vznikl už v roce 1992 ve Velké Británii. V České republice se tento den dosud nezmiňoval. Cíl zůstává



stejný: **upozorňovat na problematiku nepříznivě rozšířeného trendu držení diet a šířit filozofii, že lepší, než se trýznit hlady, je zdravě(!) sportovat.** Je s tím spojený i cíl svépomocí získávat finance na chod organizace.

„Málokterá žena se nikdy ve svém životě nesnažila držet dietu. Diety na nás číhají na každém kroku, připomínají se nám v časopisech i v internetových člancích. K tomu společnost klade nepřiměřený důraz na štíhlou postavu,“ upozorňuje **Jana Sladká, zakladatelka Centra Anabell.** *„Chceme poukázat na to, že diety by neměly být běžnou součástí našich životů a omezovat nás ve spokojeném životě,“* dodává.

Na facebookové stránce Centra Anabell se zájemci mohou připojit k události s názvem Nedržím dietu a rovněž tím celou myšlenku a Týden bez diet s Anabell podpořit .