



Původní profesí jsme obě zdravotní sestry, ale především jsme maminky, každá máme tři děti. Proto je pro nás prioritou zdravý životní styl. Shodou okolností jsme také společně pracovaly u medicínské firmy. Tato práce je časově velmi náročná a dodržet pravidelné stravování je téměř nemožné. O správné skladbě a vyváženosti stravy nelze vůbec hovořit. Nabízí se Vám pouze bagety a smažená jídla u čerpacích stanic.



První myšlenka o **adifitu** vznikla v létě 2009 na úžasné dovolené na ostrově Hvar. Krásné místo pro relaxaci a dobré nápady....

Když vám šplouchá moře do ucha, voní borovice, cikády si povídají a popíjí se dobré víno, nápady tak nějak přichází sami!

Provoz adifit dietní stravy jsme zahájily v lednu roku 2010. Od té doby máme na kontě přes 100 zákazníků a cca 1000 odhozených společných kilogramů ! A to už je opravdu hodně sádlíčka.

V současné době jsme bohužel na prvním místě hitparády obezity v EU a z toho plynoucích zdravotních potíží, například diabetes mellitus II. typu.

Odborníci hovoří o pandemii v ČR. 55% dospělých trpí nadváhou!

My na krabičkách adifit také ujždíme a vynesly nás až na **Pretty woman!**



arina Honomich



Chcete dietu a být fit, tak si přečtěte www.adifit.cz adifit!