

ENERGIEKLIDU A VÝŽIVY- POTŘEBA POHYBU



KAPHA



| | |
|---------------------------------|---|
| POSTAVA: | velké kosti, široká ramena, silné svaly, zaoblenost, vyšší váha |
| OBLIČEJ: | kulatější, větší, zaoblený nos, plné rty |
| OČI: | modré nebo světle hnědé, velké, klidné, jasné, vlhké |
| VLASY: | hnědé, husté, zářivé, lesklé, vlnité |
| CITLIVOST: | chladné a vlhké počasí, nedostatek aktivity, dlouhý spánek |
| KŮŽE: | chladná, jemná, vlhká, mastná, lesklá |
| OBLÍBENÉ CHUTĚ: | sladké, kyselé, slané |
| PAMĚŤ: | učí se pomalu, ale nezapomínají |
| SPÁNEK: | dlouhý a hluboký, ráno se těžko probouzejí, rádi se povalují |
| TRÁVENÍ: | pomalé, vyrovnaná chuť k jídlu |
| PENÍZE: | umí vydělat, velmi spořiví až lakomí |
| ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY: | sklony k depresím, tloušťnutí, zadržování vody, zahlenění, astma, cukrovka, alergie, špatná lymfa |
| SKLONY A VLASTNOSTI: | cílevědomí, klidní, tiší, vytrvalí, soucitní, přemýšliví, upřímní, věrní, paličatí, lakomí, lpějí na věcech |