



Jana Adamcová Foto: Pizza Coloseum (3x)

## **Nemá pětky, ale dokonce šestky: Jana Adamcová se snaží zbavit obřích vnaď dietou**

21. září 2014

Moderátorka **Jana Adamcová** (42) používá zmenšovací podprsenky, proto jsme si až doposud mysleli, že **má ňadra velikosti pět**. I to už je docela dost, zvláště když jí manžel, režisér **Jiří Adamec** (66) zakázal nechat si **vnady u plastického chirurga zmenšit**. "Ale já mám velikosti 75 F," opravila nás onehdy.

"Vzhledem k mým problémům s páteří bych se opravdu chtěla cítit poněkud lehčeji. A teď jsem se sháněla po dietě, která by pomohla zhubnout mojí mamince. Prodělala boreliózu a přibrala deset kil. Je strašně těžké jí vysvětlit, že by měla zdravě a pětkrát denně jíst vyvážené potraviny," svěřila Super.cz.

Na radu kamarádek ze šoubyznysu, hlavně **Kamily Špráchalové, které se podařilo nejen zhubnout**, ale i si váhu udržet, sáhla po návodu specialistiky, která se zdravé výživě věnuje. Dokonce s ní i Kamilou absolvovala malý kurz vaření v jedné pizzerii, která bude mít nutričně vyvážené jídlo v nabídce.

"Když ženy hubnou, zmenší se jim i ňadra, tak bych byla ráda, kdyby se mi to povedlo. Problém je, že u nás doma většinou vaří manžel, dokonce si nenechá sáhnout ani na mytí nádobí a nesvěří ho myčce. Já jsem si ale pořídila speciální hrnec, který tedy stojí skoro 30 tisíc korun, ale je fakt skvělý. Tak v něm ta zdravá jídla zkusím dělat a přesvědčit i maminku," plánuje Adamcová.

## Fotogalerie



Jana Adamcová se učí vařit zdravá jídla s Kamilou Špráchalovou.



Společně i s výživovou poradkyní Ladou Noskovou z DietPlan.cz si na nich pochutnaly.



Adamcová takhle chce jíst nejen v pizzerii, ale i doma.