

Přihláška do výzvy Kondice „5 měsíců ke změně aneb dej změnu s Kondicí“

VÝZVY V KONDICI, Hledáme ženy do výzvy!

5 měsíců ke změně aneb dej změnu s Kondicí a s Markétou Chýňavovou

Chceš zhubnout, cítit se líp a získat zpět energii, ale sama to pořád odkládáš? Hledáme tři ženy, které to myslí vážně a chtějí na sobě pracovat dlouhodobě a udržitelně (bez extrémů).

Výzva poběží od května do listopadu 2026 a jejím cílem je vytvořit si návyky, které vydrží.

Co vám výzva může přinést:

- změnu hmotnosti a lepší „tvar“ postavy
- víc energie a lepší kondici
- kvalitnější spánek a regeneraci
- menší stres a větší psychickou pohodu
- lepší vztah k sobě a vlastnímu tělu
- motivaci v podobě dárků od našich partnerů (sportovní oblečení Under Armour, karta Multisport, lekce cvičení s trenérem, výživové poradenství a další)

Časopis KONDICE vyhlašuje VÝZVU V KONDICI

Jak se přihlásit.

PŘIHLASTE SE DO VÝZVY, ZÍSKEJTE EXKLUZIVNÍ MENTORING REDAKCE ČASOPISU KONDICE, MÍSTO NA TITULNÍ STRANĚ A SKVĚLÉ CENY OD NAŠICH PARTNERŮ.

Stačí vyplnit motivační dopis, url adresu vašich sociálních sítí - Facebook a Instagram (nutné mít svoje vlastní), vyplnit kontaktní údaje a sledovat www.kondice.cz, kde budou zveřejněni finalisté, které vybere redakce časopisu KONDICE. Pokud nebudete patřit mezi vybrané, můžete celý projekt sledovat na webu www.kondice.cz a sociálních sítích časopisu Kondice.

3 vybrané ženy budou po proměně vyfoceny na titulní stranu časopisu KONDICE.

Pravidla VÝZVY

- Vyplňte přihlášku www.kondice.cz/vyzva
- Doplněte jméno, příjmení, e-mail a motivační dopis
- Do motivačního dopisu napište svůj příběh
- Zajímá nás :
 - proč se chceš do výzvy zapojit

- co chceš změnit
 - co je pro tebe největší překážka
 - a proč právě teď
- Nezapomeňte přidat url adresu na svůj profil na Facebooku a Instagramu.
 - Ale pozor, hledáme ženy, které jsou připravené udělat změnu a taky u ní vydržet. Vaši cestu budou sledovat čtenářky v časopise, na webu Kondice.cz i na sociálních sítích (je tedy potřeba mít během soutěže sociální sítě otevřené).

DÁRKY PRO ÚČASTNICE

SPORTOVNÍ OBLEČENÍ UNDER ARMOUR

MULTISPORT KARTIČKA

GARMIN HODINKY (ZAPŮJČENÍ PO DOBU KONÁNÍ VÝZVY)

PODPORA OD NUTRIČNÍHO INSTITUTU

MENTORING OD DEJ ZMĚNU

OSOBNÍ TRÉNINGY OD FITNESS SMÍCHOV

Harmonogram soutěže

Kondice č. 4, vychází 24.03. - start registrace

Kondice č. 5, vychází 21.04. - výběr soutěžících

Kondice č. 6, vychází 26.05. - 1. měsíc hubnutí

Kondice č. 7-8, vychází 23.06. - 2. měsíc hubnutí

Kondice č. 9, vychází 25.08. - 3. měsíc hubnutí

Kondice č. 10, vychází 22.09. - 4. měsíc hubnutí

Kondice č. 11, vychází 27.10 5. - vyhlášení vítězky

- Trvání celé výzvy: od 24. 3. do 23. 11. 2026 (v časopisu Kondice č. 4-11/2026, na webu www.kondice.cz, na sociálních sítích Kondice
- Průběh registrace: od 24. 3. do 20.4. 2026 na webu www.kondice.cz/vyzva
- Redakce vybere ze všech přihlášených celkem 3 ženy, které budete moci sledovat při jejich proměně na www.kondice.cz , v tištěném časopise Kondice a na sociálních sítích Kondice

Představení 3 vybraných žen: 26. 5. 2026 v časopisu Kondice č. 6, na webu www.kondice a na sociálních sítích Kondice

- Proměna a hubnutí 3 účastnic

časopis Kondice č. 6, vychází 26. 5. - 1. měsíc hubnutí

časopis Kondice č. 7-8, vychází 23. 6. - 2. měsíc hubnutí

časopis Kondice č. 9, vychází 25. 8. - 3. měsíc hubnutí

časopis Kondice č. 10, vychází 22. 9. - 4. měsíc hubnutí

- Prezentace 3 proměněných žen na titulce Kondice

časopis Kondice č. 11, vychází 27.10.

Podmínky soutěže

- Soutěžící v přihlašovacím formuláři vyplní Jméno, příjmení, e-mail, telefon, motivační dopis, fotografii a odkazy na vlastní sociální sítě (Facebook a Instagram). doplňte Formulář odešle nejpozději do 20. 4. 2026 23 hodin.
- Zúčastnit výhry se soutěže mohou všichni, kdo vyplní přihlášku a souhlasí s se zveřejňováním fotografií a videí v rámci procesu proměň na webu kondice.cz, časopisu Kondice a sociálních sítí Kondice včetně zveřejnění na svých vlastních sociálních sítích, které musí být otevřené pro veřejnost.
- Redakce vybere ze všech přihlášených 3 ženy, které budou pod dozorem redakce časopisu Kondice procházet změnou hmotnosti, výzva jim může dodat více energie a lepší kondici, kvalitnější spánek a regeneraci, menší stres a větší psychickou pohodu, lepší vztah k sobě a vlastnímu tělu, motivaci v podobě dárků od našich partnerů (sportovní oblečení Under Armour, karta Multisport, lekce cvičení s trenérem, výživové poradenství a další)
- Průběh této změny 3 žen bude zveřejňován na v časopisu Kondice, na webu kondice.cz a na sociálních sítích časopisu Kondice po dobu celé výzvy, tedy od 24. 3. do 23. 11. 2026
- S vybranými účastnicemi bude uzavřena Smlouva o účasti v projektu a souhlas s užitím osobnostních práv.

Ostatní ustanovení

- Odesláním vyplněné přihlášky do výzvy akceptuje soutěžící tato pravidla soutěže a zavazuje se je dodržovat.
Propagační akce není žádným způsobem sponzorována, podporována ani spravována společností Facebook a nijak s ní nesouvisí. Společnost Facebook je kompletně osvobozena od závazků ke každému účastníkovi. Soutěže se mohou zúčastnit pouze občané České republiky. Pořadatel soutěže neodpovídá za nedoručení fotografií. Účastí v soutěži (zasláním fotografie, případně dalších informací) projevuje každý účastník

soutěže souhlas s publikováním svého jména a příjmení poskytnutých údajů na webových stránkách soutěže. Dále tím dává souhlas, aby pořadatel soutěže zpracovával jako správce údaje poskytnuté v soutěži. Tyto osobní údaje jsou poskytovány dobrovolně. Účastník soutěže je oprávněn tento souhlas kdykoliv písemně odvolat. V takovém případě bude účastník vyřazen ze soutěže. Účastník soutěže má právo na přístup ke svým osobním údajům. Tento souhlas není omezen co do způsobu zveřejnění (médií) ani jeho četnosti v rámci uvedené propagace. V případě potřeby si pořadatel soutěže vyhrazuje právo posoudit sporné situace vzniklé v průběhu soutěže. Ze soutěže jsou vyloučeni zaměstnanci pořadatele soutěže a jejich rodinní příslušníci. Ze všech registrovaných, redakce časopisu Kondice vybere 3 ženy, které budou zveřejněny na webu kondice.cz, v časopisu Kondice a na sociálních sítích Kondice.

- Účastí v soutěži vyslovuje každý účastník soutěže souhlas s [Všeobecnými pravidly soutěží](#) a bere na vědomí [Zásady zpracování osobních údajů](#) společnosti Vltava Labe Media a. s, které jsou k dispozici na www.vlmedia.cz.