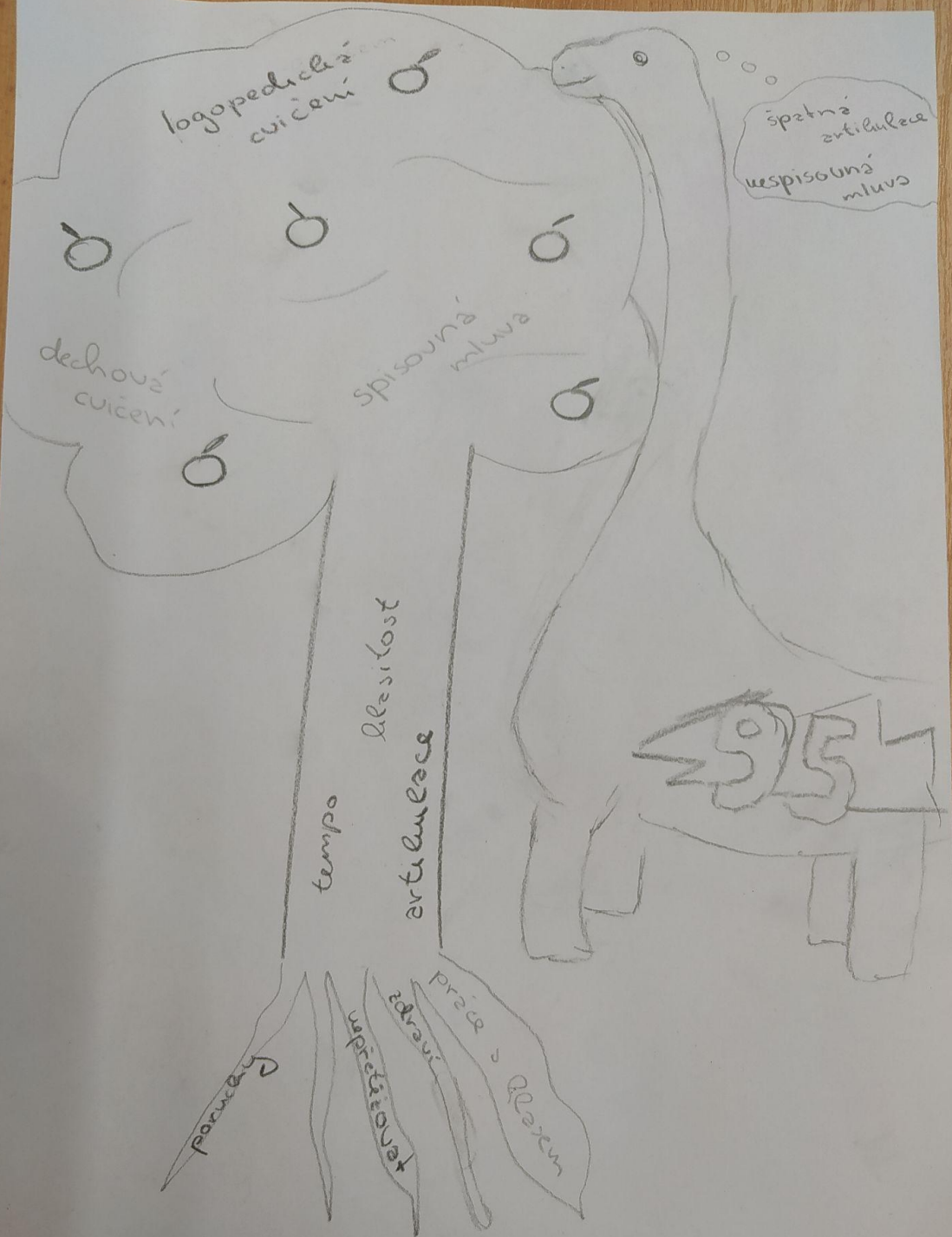
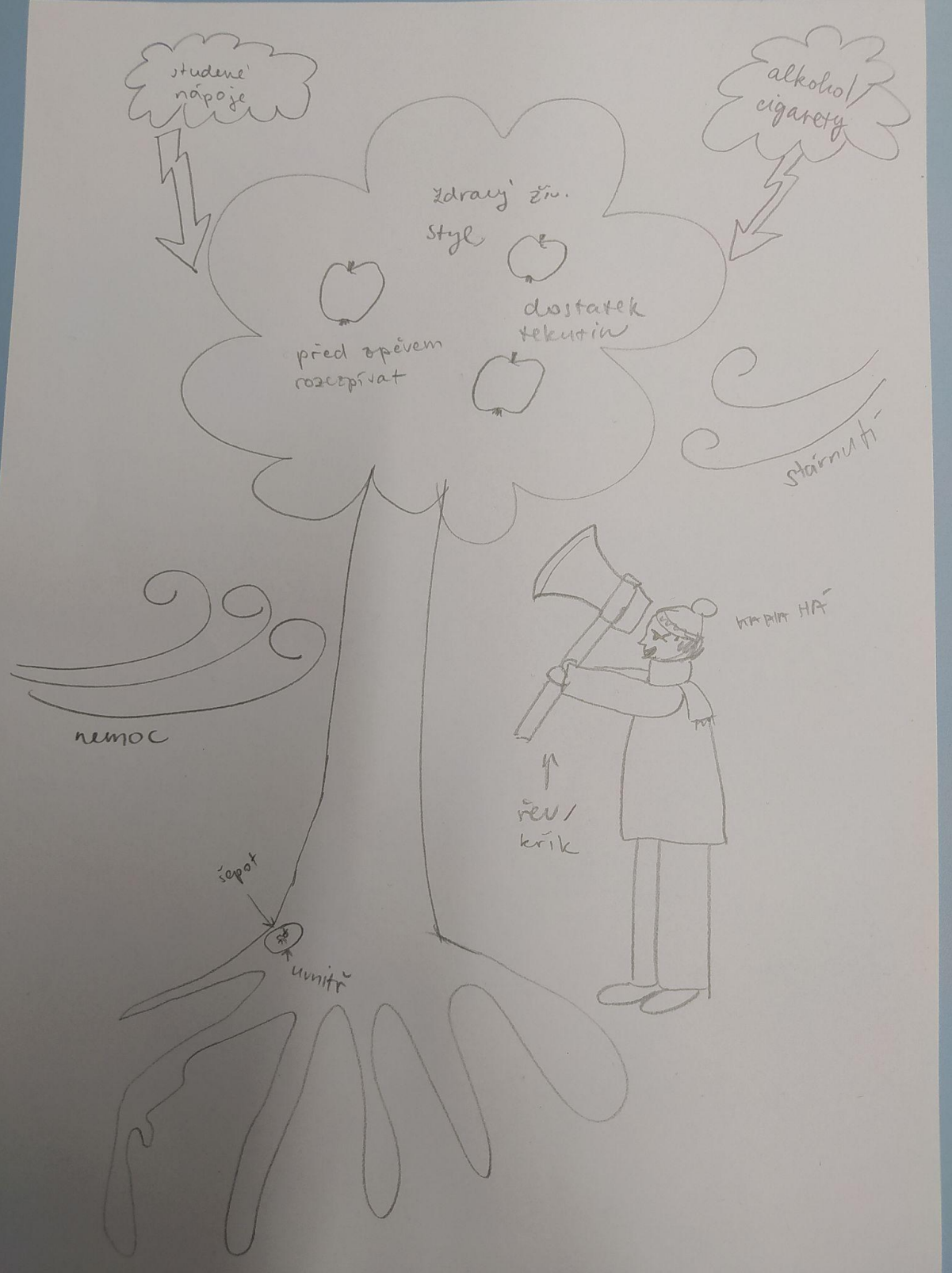


HLASOVÁ HYGIENA







studené nápoje

alkohol / cigarety

Zdravý život.
Styl

před zpěvem
rozepřít

dostatek
tekutin

stárnutí

nemoc



KAPKA HA

řev /
křik

špatně

uvnitř

Dýchová cvičení

Rozzpívání

čerstvý
vzduch

Nemoc

Práce
hlasem

Správné
dýchání