

# Lunární kalendář březen 2026 online

**Zde najdete lunární kalendář na rok 2026 - březen. Z tabulky se dozvíte v jaké fázi a v jakém znamení se Měsíc nachází, jeho vliv na zdraví, zahradu a krásu.**

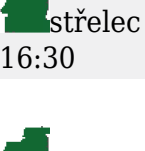
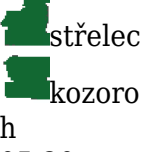
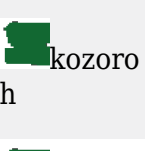
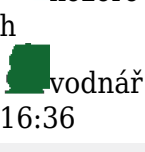
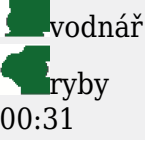
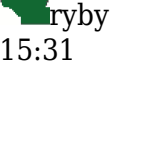
Podrobný popis dnů se zobrazí po rozkliknutí jednotlivých měsíců a dnů, aktuální den najdete také na [hlavní straně](#) Spektrum Zdraví vpravo nahoře.

Zde naleznete [vysvětlení tabulky lunárního kalendáře](#).

Základní pravidlo pro lunární kalendář: vše, co naše tělo a jednotlivé orgány nějak zatěžuje a oslabuje (operace, očkování, kosmetické zásahy do kůže..) dělat v UBÝVAJÍCÍ fázi Měsíce, co nejdále od úplňku. Vše, co našemu tělu prospívá, co ho posiluje - vykonávat v PŘIBÝVAJÍCÍ fázi Měsíce. Síla Znamení, kterým Měsíc právě prochází, zdvojnásobuje sílu vlivu (zátěž i přínos) na dané orgány.

V tabulkách, které najdete pod každým kalendářním měsícem na této stránce nahoře, si můžete ověřit vhodná data pro operace, kosmetické zákroky a činnosti na zahradě.

| Den      | Fáze | Znamení           | Lun. den                                                                                                                                                                                       | Orgány | Lékařský zákrok                                                   | Zahrada                         | Krása          |                                                  |
|----------|------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------|--------------------------------------------------|
| <u>1</u> | ne   | přibývající měsíc |  lev                                                                                                        | 13     | srdce, záda, bránice, krevní oběh, tepny                          | NE                              | plod, oheň ↓   | vlasý – stříhání, zábal, odstr.lupů, NE depilace |
| <u>2</u> | po   | přibývající měsíc |  lev<br> panna<br>13:30  | 14     | srdce, záda, bránice, krevní oběh, tepny                          | NE                              | plod, oheň ↓   | vlasý – stříhání, zábal, odstr.lupů, NE depilace |
| <u>3</u> | út   | úplněk12:39       |  panna                                                                                                      | 15     | trávicí ústrojí, slezina, slinivka břišní, střeva, nervový systém | Určitě NE!                      | kořen, země ↓  | vlasý – účes, stříh; péče o břicho               |
| <u>4</u> | st   | ubývající měsíc   |  panna<br> váhy<br>19:37 | 16     | trávicí ústrojí, slezina, slinivka břišní, střeva, nervový systém | ANO, kromě uvedených částí těla | kořen, země ↓  | vlasý – účes, stříh; péče o břicho               |
| <u>5</u> | čt   | ubývající měsíc   |  váhy                                                                                                       | 17     | kyčle, ledviny, čištění krve, tělesné tekutiny                    | ANO, kromě uvedených částí těla | květ, vzduch ↓ | kosmetika, líčení, vizáž                         |
| <u>6</u> | pá   | ubývající měsíc   |  váhy                                                                                                       | 18     | kyčle, ledviny, čištění krve, tělesné tekutiny                    | ANO, kromě uvedených částí těla | květ, vzduch ↓ | kosmetika, líčení, vizáž                         |

| Den | Fáze | Znamení                                                                                                         | Lun. den                                                                                  | Orgány                                                           | Lékařský zákrok                       | Zahrada           | Krása                                            |
|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------|
| 7   | so   | ubývající měsíc<br><br>04:41   | 19                                                                                        | kyčle, ledviny,<br>čištění krve,<br>tělesné tekutiny             | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | květ,<br>vzduch ↓ | kosmetika,<br>líčení, vizáž                      |
| 8   | ne   | ubývající měsíc<br><br>04:41   | 19                                                                                        | pohlavní orgány,<br>močové cesty,<br>močový měchýř,<br>sexualita | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | list, voda<br>↓   | masáž, sedací<br>koupele                         |
| 9   | po   | ubývající měsíc<br><br>16:30   | 20                                                                                        | pohlavní orgány,<br>močové cesty,<br>močový měchýř,<br>sexualita | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | list, voda<br>↓   | masáž, sedací<br>koupele                         |
| 10  | út   | ubývající<br>měsíc<br>Codzemí                                                                                   | <br>21   | stehna, žíly,<br>křížová kost,<br>pohyblivost                    | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | plod, oheň<br>↑   | odstraň.<br>celulitidy a<br>rozšířených<br>žilek |
| 11  | st   | ubývající<br>měsíc<br>10:41                                                                                     | <br>22  | stehna, žíly,<br>křížová kost,<br>pohyblivost                    | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | plod, oheň<br>↑   | odstraň.<br>celulitidy a<br>rozšířených<br>žilek |
| 12  | čt   | ubývající měsíc<br><br>05:20 | <br>23 | stehna, žíly,<br>křížová kost,<br>pohyblivost                    | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | plod, oheň<br>↑   | odstraň.<br>celulitidy a<br>rozšířených<br>žilek |
| 13  | pá   | ubývající měsíc<br><br>h     | 24                                                                                        | kolena, kyčle,<br>klouby, vazy,<br>šlachy, kostra,<br>kůže       | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | kořen,<br>země ↑  | péče o pleť a<br>nehty, sauna,<br>koupele        |
| 14  | so   | ubývající měsíc<br><br>16:36 | <br>25 | kolena, kyčle,<br>klouby, vazy,<br>šlachy, kostra,<br>kůže       | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | kořen,<br>země ↑  | péče o pleť a<br>nehty, sauna,<br>koupele        |
| 15  | ne   | ubývající měsíc<br><br>h     | 26                                                                                        | lýtka, kotníky,<br>bérce, žíly                                   | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | květ,<br>vzduch ↑ | masáž nohou,<br>ošetř.<br>křečových žil          |
| 16  | po   | ubývající měsíc<br><br>h     | 27                                                                                        | lýtka, kotníky,<br>bérce, žíly                                   | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | květ,<br>vzduch ↑ | masáž nohou,<br>ošetř.<br>křečových žil          |
| 17  | út   | ubývající měsíc<br><br>00:31 | <br>28 | lýtka, kotníky,<br>bérce, žíly                                   | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | květ,<br>vzduch ↑ | masáž nohou,<br>ošetř.<br>křečových žil          |
| 18  | st   | ubývající měsíc<br><br>15:31 | <br>29 | nohy, chodidla,<br>prsty u nohou,<br>lymfatický<br>systém        | ANO, kromě<br>uvedených<br>částí těla | list, voda<br>↑   | reflexní masáže<br>nohou, péče o<br>chodidla     |

| Den | Fáze | Znamení                      | Lun. den                                                                                                                                                                                       | Orgány | Lékařský zákrok                                                                                  | Zahrada | Krása             |                                                  |
|-----|------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|--------------------------------------------------|
| 19  | čt   | novoluní02:26                |  beran 23:00                                                                                                  | 2,1    | hlava, obličej, mozek, oči, nos, životní síla                                                    | NE      | plod, oheň<br>↑   | peeling, ošetřování akné                         |
| 20  | pá   | přibývající měsíc            |  beran                                                                                                        | 3      | hlava, obličej, mozek, oči, nos, životní síla                                                    | NE      | plod, oheň<br>↑   | peeling, ošetřování akné                         |
| 21  | so   | přibývající měsíc            |  beran<br> býk 07:18         | 4      | hlava, obličej, mozek, oči, nos, životní síla                                                    | NE      | plod, oheň<br>↑   | peeling, ošetřování akné                         |
| 22  | ne   | přibývající měsíc            |  býk                                                                                                          | 5      | hrdlo, orgány řeči, zuby, krk, týl, čelisti, šije, ramena, mandle, uši, chuť, čich, štítná žláza | NE      | kořen, země<br>↑  | ošetření krku a dekoltu, masáž šije a zad        |
| 23  | po   | přibývající měsíc<br>přizemí |  býk<br> blíženc i 09:06     | 6      | hrdlo, orgány řeči, zuby, krk, týl, čelisti, šije, ramena, mandle, uši, chuť, čich, štítná žláza | NE      | kořen, země<br>↑  | ošetření krku a dekoltu, masáž šije a zad        |
| 24  | út   | přibývající měsíc            |  blíženc i                                                                                                  | 7      | paže, ruce, dýchání, průdušky, horní cesty dýchací                                               | NE      | květ, vzduch<br>↓ | péče o ruce, masáž, koupel, sauna                |
| 25  | st   | přibývající měsíc20:19       |  blíženc i<br> rak 11:38 | 8      | paže, ruce, dýchání, průdušky, horní cesty dýchací                                               | NE      | květ, vzduch<br>↓ | péče o ruce, masáž, koupel, sauna                |
| 26  | čt   | přibývající měsíc            |  rak                                                                                                        | 9      | žaludek, hrud', plíce, játra, trávení, žluč, mléčné žlázy                                        | NE      | list, voda<br>↓   | péče o dekolt a poprsí, nemýt vlasy              |
| 27  | pá   | přibývající měsíc            |  rak<br> lev 15:24       | 10     | žaludek, hrud', plíce, játra, trávení, žluč, mléčné žlázy                                        | NE      | list, voda<br>↓   | péče o dekolt a poprsí, nemýt vlasy              |
| 28  | so   | přibývající měsíc            |  lev                                                                                                        | 11     | srdce, záda, bránice, krevní oběh, tepny                                                         | NE      | plod, oheň<br>↓   | vlasy – stříhání, zábal, odstr.lupů, NE depilace |
| 29  | ne   | přibývající měsíc            |  lev<br> panna 21:36     | 12     | srdce, záda, bránice, krevní oběh, tepny                                                         | NE      | plod, oheň<br>↓   | vlasy – stříhání, zábal, odstr.lupů, NE depilace |

| Den   | Fáze                 | Znamení                                                                                 | Lun.<br>den | Orgány                                                                     | Lékařský<br>zárok | Zahrada          | Krása                                    |
|-------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------|------------------------------------------|
| 30 po | přibývající<br>měsíc |  panna | 13          | trávicí ústrojí,<br>slezina, slinivka<br>břišní, střeva,<br>nervový systém | NE                | kořen,<br>země ↓ | vlasý - účes,<br>střih; péče o<br>břicho |
| 31 út | přibývající<br>měsíc |  panna | 14          | trávicí ústrojí,<br>slezina, slinivka<br>břišní, střeva,<br>nervový systém | NE                | kořen,<br>země ↓ | vlasý - účes,<br>střih; péče o<br>břicho |

[VYSVĚTLIVKY k tabulce lunárního kalendáře](#)