



ROZHOVOR:

Trenér ženského fotbalového
týmu AC Sparta Jan Janota
str. 8-9



NAŠE PROCEDURY:

Profily vodoléčebných
procedur
str. 10-11

Lázeňská Pohoda

www.laznetrebon.cz

MĚSTSKÉ
SLATINNÉ
LÁZNĚ



Třeboň

MĚSÍČNÍ ZPRAVODAJ MĚSTSKÝCH SLATINNÝCH LÁZNÍ A MĚSTA TŘEBONĚ

č. 3 | **březen** | 2016

Cvičte s námi jógu

Vše o nových kurzech jógy v Bertiných lázních na stranách 6-7.

- **4** Možnost výběru snídaní pro klienty zdravotních pojišťoven
- **12-13** Pokračování rozhovoru se sexuologem Radimem Uzlem
- **14-16** Tip na výlet: Borovany a okolí

Foto: Roman Růžicka

Otevírání lázeňské sezony v Třeboni 28. května 2016!

Daniel Hamr,

obchodní oddělení lázní

Chystáme již šestý ročník slavnostního Otevírání lázeňské sezony. Pro tento rok je slavnostní společensko-kulturní akce naplánována na sobotu 28. května. Těšit se opět můžete na treboňské trhy na náměstí i v parku u Lázní Aurora, připraven je bohatý kulturní a doprovodný program, volné vstupy do bazénů obou lázeňských domů, nebudou chybět ani tradiční a vyhledávané průvodcovské prohlídky lázní. Historický průvod městem, koncerty předních českých interpretů, světelná show a již tradiční slavnostní ohňostroj pak tento skvělý den zakončí. Kompletní program Otevírání lázeňské sezony 2016 přinese v dubnovém vydání Lázeňské Pohody. Těšíme se na vás. ■

Lázně na veletrzích



Treboňské lázně se každoročně představují na nejvýznamnějších veletrzích cestovního ruchu v Německu, na Slovensku i v České republice.

K již tradičním lednovým veletrhům, kterých se lázně pravidelně účastní, patří mezinárodní veletrh v Brně Go a Region tour. Poté se s Jihočeským krajem prezentovaly na mezinárodním veletrhu cestovního ruchu ITF Slovakia. Od 10. do 14. února jsme se premiérově představily jako součást expozice České centrály cestovního ruchu v bavorském Mnichově na veletrhu cestovního ruchu a volného času F.R.E.E Messe München. Dalším veletrhem, kde jste mohli naše lázně najít, byl již tradiční pražský Holiday World. V březnu treboňské lázně ještě čeká Veletrh tří zemí v německém Pasově a ITB Berlín, což je největší evropský veletrh cestovního ruchu vůbec. ■ mh-

Město získalo zpět bývalou radnici

TŘEBOŇ Jak se říká – prodat lze jen jednou. Ačkoli se najdou případy, kdy je tentýž majetek zhodnocen opakovaně, příliš časté nejsou. Lidové rčení víceméně odráží skutečnost, že s prodaným majetkem už nelze nikterak naložit, nelze ovlivnit jeho budoucnost ani jej získat zpět. Pravidla bývají potvrzena výjimkami. Třeboň patrně bude jednou z nich.

Terezie Jenisová,

starostka města

Barbora Drachovská

Radnici, chcete-li obecní či městský úřad, magistrát, najdete v dřtivé většině míst v centru – na náměstí, návsí. Pokud vedení obce radnici v centru prodá jako zbytný majetek, je to poněkud nestandardní. Absence úřadu, kam lidé chodí vyřizovat potřebné záležitosti, může za poměrně krátkou dobu hlavní zónu vylihnout a pozornost obrátit jinam.

Česká města s historickými jádry zažila po roce 1989 výraznou změnu. Byty a domy v centrech byly navraceny majitelům, z nichž spousta objekty přebudovala nebo prodala za účelem přestavby na banku, obchod, hotel, penzion. V centrech trvale žilo stále méně lidí. Denní pohyb zaručovaly úřady, banky, firmy, kavárny. Kromě posledně jmenovaného to byly instituce, které využívali z valné části obyvatelé daného místa a okolí. Pokud šli na úřad, podívali se zároveň do obchodů v sousedství, zašli na kávu či oběd. Tam, kde z centra zmizel tento důvod, mizel i běžný pohyb, život... A to především v mimosezonním období. Stalo se to i v Třeboni po prodeji budov radnice na Masarykově náměstí. Objekty byly prodány bez předkupního práva a nová majitelka svůj původní záměr,

vybudovat zde hotel, nerealizovala. Domy chátraly. Návštěvníky města ani jeho obyvatele nezajímá, kdo radnici prodal a s jakými podmínkami. Jednoduše řeknou – udělejte s tím něco, přece nenecháte takovou ostudu na malebném náměstí!

Po dlouhých debatách vstoupilo nyní vedení města v jednání s majitelkou domů o jejich odkoupení. Cena odrážela aktuální znalecký posudek a nepřesáhla část-

V každém případě se radnice nebude stěhovat zpět. Právě tady platí ono rčení, že prodáš jen jednou. Klienti si na nové místo zvykli, stejně jako úředníci. A nutno zdůraznit, že jsme nekoupili, abychom znovu prodali! V koalici se shodneme na tom, že majetek města je třeba spravovat a hospodařit na něm, zvlášť pokud dobře slouží. Věříme, že bývalá radnice bude tímto příkladem i v budoucnu, přestože chce vše svůj čas.



Budova bývalé radnice na Masarykově náměstí.

ku prodeje před sedmi lety. Pokud samospráva majetek rozšiřuje, musí vědět proč. Ani v tomto případě nešlo „jenom“ o záchranu chátrajících objektů. Snahou je využít prostory pro instituce kulturně-společensko-vzdělávacího charakteru, které do centra města přivedou celoročně nejen návštěvníky, ale především obyvatele města a okolí.

Z dlouhodobého hlediska nyní připravujeme i dopravní koncepci v historickém jádru, kde se během sezony v pěší zóně potkávají chodci, včetně běžících dětí, cyklisté, vozidla zásobování i osobní vozy turistů, podnikatelů, rezidentů. Centrum Třeboně by se mělo stát atraktivnějším a bezpečnějším. Má k tomu nejen ambice, ale i předpoklady. ■

Třeboňský lékařský mezioborový seminář

TŘEBOŇ

V treboňských Lázních Aurora se tradičně v úvodu roku scházejí specialisté z řad infektologů, imunologů, parazitologů a dalších zdravotnických oborů. 24. ročník Třeboňského mezioborového semináře se letos konal v termínu 3. až 5. února za účasti více jak 250 hostů. Program byl rozdělen na několik te-



matických celků. Ve společenském sále se diskutovalo například o vlivu přírodních podmínek a chování člověka na vznik epidemií, zdravotnických rizik migrace v historii a současnosti, léčbě infekcí či konkrétně hepatitidě typu C a o dalších okruzích. Setkání doplnila vystavovatelská sekce v předsáli. ■ jlb-

Původ a význam Velikonoc

Velikonoce (z lat. pascha – přechod, přejítí) jsou nejvýznamnějším křesťanským svátkem, který je oslavou zmrtvýchvstání Ježíše Krista. K tomu podle křesťanské víry došlo třetího dne po jeho ukřižování.

velikonoce.nasesvatky.cz
archiv

Kristovo ukřižování se událo kolem roku 30 či 33 v blízkosti významného židovského svátku pesach, který je památkou vysvobození Izraelitů Mojžíšem z egyptského otroctví. V západní křesťanské tradici neděle Zmrtvýchvstání připadá na první neděli po prvním jarním úplňku (po prvním úplňku po 21. březnu), tedy na měsíc březen či duben. Je-li úplňk v neděli, jsou Velikonoce až další neděli. Letos vycházejí Velikonoce na 27. března.

Datum Velikonoc se tedy může lišit mezi jednotlivými roky až o více než jeden měsíc (od 22. března do 25. dubna). Jarní rovnodennost je stanovena „úředně“ na 21. březen podle gregoriánského kalendáře bez ohledu na astronomickou skutečnost (která se může až o dva dny lišit). V některých protestantských zemích (například Německu, Švédsku a Dánsku) se ale Velikonoce slavily po několik desetiletí 18. a 19. století podle astronomické skutečnosti.

Symboly Velikonoc

Beránek

V židovské tradici představoval beránek Boží stádo, které vede Hospodin. V křesťanství je beránek jedním ze symbolů Ježíše Krista, neboť obrazně podle křesťanské víry on je beránek, obětovaný za spásu světa.

Velikonoční oheň a svíce

Bohoslužba velikonoční vigílie začíná zapálením velikonočního ohně, který symbolizuje vítězství Ježíše Krista nad temnotou a smrtí. Od tohoto ohně se pak zapaluje velikonoční svíce (paškál). Ta je v mnoha kulturách chápána jako znamení života.

Vejsce

Vajíčko je symbol nového života, neboť samo zárodek života obsahuje. V mnoha kulturách je vejce

symbolem plodnosti, života a vzkříšení. Důvodem pojídání vajec o Velikonocích byla zřejmě i skutečnost, že vejce se nesměla jíst v postní době. V křesťanství se vejce vykládá jako symbol zavřeného hrobu, z něhož vstal Kristus, jako symbol nesmrtnosti.

Kočky

Symbolizují palmové ratolesti, kterými vítali obyvatelé Jeruzaléma přicházejícího Krista. Tradičním křesťanským zvykem je jejich svěcení na Květnou neděli a pálení v příštím roce o Popeleční středě.

Zajíček

Zajíček má zřejmě původ v pohanských rituálech oslavujících příchod jara, avšak např. v byzantské ikonografii představoval zajíc Krista. Symbolika zajíce pochází z tradice oslav svátku pohanské bohyně plodnosti Eostre. Z jejího jména je odvozeno slovo Easter, anglický název křesťanských Velikonoc.



konoc. Podle legendy bohyně Eostre proměnila ptáčka, který umrzl ve vánici, v zajíce. On pak z vděčnosti každé jaro kladl vejce jako pták.

Vysévání obilí

Vysévání obilí znamená počátek zemědělských prací. Lidé si obilí vysévají i doma, do misek a talířů, aby rostoucí zelená travička přivedla přicházející jaro i do jejich domovů.

Jidáše

Název jidáše označuje pečivo z kynutého těsta, stáčené do různých motaných tvarů. Nejčastěji se však s tímto pečivem setkáme

ve tvaru válečku, který symbolizuje provaz, na němž se oběsil zrádce Jidáš. Toto pečivo se totiž peče na Zelený čtvrtek jako připomínka na apoštola Jidáše, který Krista před jeho popravou zradil.

Mazanec

Je symbolem slunce, zadělává se na Bílou neděli, peče se ze stejného těsta jako vánočka. Dříve to však bývalo pečivo nesladké a připravovalo se ze strouhaného syra a většího množství vajec. Sladká varianta tohoto obřadního pečiva si však ponechala původní okrouhlý tvar a znamení kříže.

Zvyky a tradice

Lidové zvyklosti spojené s Velikonocemi se pochopitelně místně liší. Vzhledem k časové blízkosti křesťanských Velikonoc a jarní rovnodennosti mají tyto tradice pravděpodobně původ v pohanských oslavách příchodu jara.



Sazometná středa (letos 23. 3.)

Na Sazometnou (Škaredou) středu se vymetaly komíny. Podle lidového obyčeje se nesměte škaredit a mračit, jinak se budete mračit po všechny středy v roce.

Zelený čtvrtek (letos 24. 3.)

Na Zelený čtvrtek musíte časné vstát a omýt se rosou, abyste nebyli nemocní. Hospodyně musí zamést dům před východem slunce a smetl odnést na křižovatku – nebude mít pak v domě blechy. V Orlických horách se házel do studny chléb s medem, aby se v ní držela voda po celý rok. Jidáše s medem zaručovaly zdraví, ochranu před uštknutím hady a před žihadly.

Velký pátek (letos 25. 3.)

Na Velký pátek se lidé chodili mýt do potoka, aby se jim vyhýbaly choroby. Někde se chlapci potápěli a snažili se ústy uchopit ze dna vody kamínek, který pak hodili levačkou za hlavu, aby je pak nebolely zuby. Textilníci předli pašijové nitě, těmi udělali několik stehů, které pak rodinu chránily před uhranutím a zlými duchy. Košile ušitá pašijovými nitěmi chránila před bleskem. Nesmělo se prát prádlo, protože by se namáčelo místo do vody do Kristovy krve. Nesmělo se pracovat v sadu ani na poli, aby se nehýbalo se zemí. Nesmělo se nic půjčovat ani se s nikým hádat, aby se vám všechny hádky vyhnuly a naopak aby si k vám našly cestu peníze.

Bílá sobota (letos 26. 3.)

Na Bílou sobotu se z ohořelých dřevek vytvářely křížky a nosily se do pole, aby bylo úrodné. Někde se uhlíky dávaly za trám do domu, aby ho chránily před požárem. Také se uklízelo, bílilo a chystalo na slavné Vzkříšení. Pekly se mazance, velikonoční beránci, pletly se pomlázky a zdobila vajíčka.

Boží hod velikonoční (letos 27. 3.)

Na Boží hod velikonoční se provádělo svěcení velikonočních pokrmů (beránek, mazanec, vejce, chleba, víno). Na Chodsku se posvěcené jídlo jedlo v kostele vestoje. Každá návštěva dostala kousek z posvěceného jídla. Ve východních Čechách dal hospodář kus svěceného mazance, vejce a víno poli, zahradě a studni, aby byla úroda, voda a dostatek ovoce.

Velikonoční pondělí (letos 28. 3.)

Na Velikonoční pondělí je pomlázka, velikonoční hodování, mrskut. Chlapci chodí dům od domu za děvčaty s pomlážkami zdobenými stuhami. Šlehají dívky a vinšují, za to dostanou malovaná vajíčka. Toto základní schéma má řadu variant. Někde je zvykem, že v úterý chodí s pomlážkou děvčata, jinde polévají chlapce vodou. ■

Nové snídaně pro klienty pojišťoven

LÁZNĚ AURORA Lázně Aurora nabízejí nově klientům zdravotních pojišťoven možnost snídaňového menu. Přestože snídaně vždy byly řešeny tak, aby byly bohaté a chutné, bylo snídaňové menu stanoveno jednotně dle jídelního lístku a klienti neměli velkou možnost vlastního výběru.

RF Roman Růžička

Jak říká dietní sestra Jana Petrová: „Prakticky všichni měli stejná jídla. Když byly párky, všichni měli párky. I když jsme samozřejmě měli podchycené klienty, kteří ze zdravotních či jiných důvodů potřebovali jinou, speciální stravu, jako například dietáři či vegetariáni.“



K velké změně došlo s počátkem letošního roku. Nyní si i klienti zdravotních pojišťoven mohou vybírat každý den ze dvou základních druhů snídaní – masové a bezmasé, jejichž složení se každý den mění. „Záleží pouze na našich hostech samotných, co si vyberou, nakombinují. Ženy většinou dá-

vají přednost jogurtům, sýrovým pomazánkám, celozrnnému pečivu, kukuřičným lupínkům, muži preferují slaninu, párky, masové pomazánky a my se snažíme všem vyjít vstříc, zvýšit komfort a spokojenost našich klientů,“ uvádí hlavní servírka Hana Brchaňová a dodává, že klienti si změnu velmi pochvalují.

„Jídelní lístek je sestavován na základě požadavků

klientů lázní, dlouholetých zkušeností i nových trendů v gastronomii, ale největší změnou je právě možnost výběru. Nám zaměstnancům se pod rukama protočí více druhů jídla, což je příjemné i z našeho profesního hlediska. Nejdůležitější je, aby klientům u nás chutnalo a byli spokojeni,“ uzavírá šéfkuchař Lázní Aurora Luděk Cibulka. ■

Možnost výběru snídaní v jídelnách

BERTINY LÁZNĚ V rámci přípravy na novou sezonu přichází s inovací i stravovací úsek. Přistoupili jsme k nabídce snídaní formou výběru, přičemž každý klient, který je v našich lázních na komplexní či příspěvkové léčbě, má možnost denně dle svého uvážení vybrat si ze dvou variant snídaně.

TP Pavlína Švarcová, vedoucí stravovacího a restauračního provozu

RF Roman Růžička

Snahou lázeňské kuchyně je pokrýt rozdílné chutě našich klientů a pevně věříme, že touto formou zkvalitnění služby uspokojíme chuťové pohárky všech.

K sestavování nabídky jsme přistupovali z hlediska rozmanitosti, výživových a energetických hodnot i s přihlédnutím na možnost vyrábět si většinu pokrmů sami. V rámci snídaně tak může klient ochutnat například i vaječnou smaženku, šunkovou rolku v aspiku, různé saláty a pomazánky, ochucené tvarohy, vločkovou nebo rýžovou kaši apod. To vše naši vlastní výroby. Nesmíme opomenout ani domácí koláče, záviny a bábovky od naší paní cukrářky.

Standardem je i nadále podávání zeleniny, ovoce, mléčných výrobků (jogurty bílé a ochucené, mléko), ovesných vloček, kukuřičných

I klienti na komplexní či příspěvkové léčbě v Bertiných lázních si denně mohou vybrat ze dvou variant snídaně.



lupínků apod. Ostatní je již na klientovi samotném, jakou variantu u snídaně si zvolí.

Podle vyjádření většiny klientů jsme se vy-

dali správným směrem. Musíme dodat, že to není poslední věc, kterou jsme si pro letošní sezonu připravili. Ale o tom někdy příště... ■

► Pozvánka do divadla:

Rozmarný večer

- Na motivy novely Vladislava Vančury
- 15. března / 19.30 hodin, předplatné
- Divadlo J. K. Tyla

Divadelní spolek Kašpar Praha
Režie: Jakub Špalek

Vejděte na říční plovárnu Antonína Důry, zhlédněte představení potulného

kouzelníka Arnoštka, poznejte hospodu U čtrnácti pomocníků, navštivte městečko Krokovy Vary.

Svéráznou vančurovskou atmosférou a příjemný večer – to vše zažijete během Rozmarného večera Divadelního spolku Kašpar, který hraje Vančurovo Rozmarné léto již několik let a po úspěchu této inscenace dopsal i jeho svérázné doplnění pod názvem Rozmarný bonus.



Během představení zazní všechny „rozmarň“ písně (hudba Petr Malásek, texty Kašpar) a herci vás dějem provedou tak mistrně, že se dobře pobavíte a děj „Léta“ pochopíte. Slibujeme svéráznou vančurovskou atmosféru, skvělou hudbu a příjemný večer. A pokud si atmosféru chcete užít na 100 procent, přijďte v pruhovaném tričku... ► **-mp-**

► Pozvánka na koncerty:

Zahraniční sbory



druhou zahraniční cestou mladých anglických zpěváků, první byla návštěva Malty v roce 2012.

Pondělí, 28. března, 19.30 hodin, Divadlo J. K. Tyla, vstupné 100 Kč

Druhou dubnovou středu bude třeboňské divadlo hostit další mládežnický pěvecký sbor. Až z amerického státu Connecticut přijede Branford High School Chorus. Ten je složen z žáků veřejné vysoké školy v městě Branford, kteří od 8. do 16. dubna vyrazí na evropské turné do Rakouska a Česka.

Středa, 13. duben, 19.30 hodin, Divadlo J. K. Tyla, vstupné 100 Kč



► Pozvánka na zajímavou přednášku:

Novinky a trendy v etiketě

- Lázně Aurora / přednášková místnost
- středa 30. března / 19.00 hodin / vstupné ZDARMA



Novinky a trendy ve společenském chování a business etiketě:

- seznamování, představování, podávání pravice
- role hostitele v restauraci (od příchodu po placení)
- každodenní společenské „přemístování“ (výťah, schody, auto, veřejné dopravní prostředky...)

Společenské prořezky a přešlapy:

- společenské akce a oblákání
- etiketa při stolování

Víte, že už dávno neplatí, že u jídla se nemluví a do restaurace vždy jako první vstupuje muž? Přemýšlíte, kdy jako první podat pravici, kdy a kde se představit, kdy předat dárek, kdy má do restaurace vstoupit jako první žena, jak správně ulamovat pečivo či držet vidličku?

Přijďte na náš seminář o novinkách a trendech ve společenském chování! Těší se na vás lektorka Jana Ondříčková. ►

Třeboň poetická

TŘEBOŇ Příznivci básní a recitace si přijdou na své ve dnech 19. a 20. března, kdy se uskuteční další ročník jihočeské postupové přehlídky divadla poezie a uměleckého přednesu Třeboň poetická.

- Miloslava Jelonková
- archiv

Program zahájí v 9.00 hodin v Divadle J. K. Tyla hudebním vystoupením dívčí duo Melody Girls (Andrea Bílá a Lucie Martínková) a hned vzápětí začne soutěž v uměleckém přednesu. Výkony soutěžících ohodnotí porotci Aleš Vrzák, Alena Zemančíková a Emilie Zámečnicková, která během přehlídky také poskytne poradnu k před-

nesu a divadlu poezie pro nesoutěžící účastníky.

I letos se Třeboň poetická připojí k akci s názvem Guerilla Poetring. Hlavní myšlenkou této akce je oživit veřejný prostor básněmi a potěšit jejich nálezců. Jde o možnost prezentovat své dílo jak pro zavedené a uznávané autory, tak pro všechny ostatní, kdo píše jen do šuplíku, anebo nepíše vůbec, ale chtěli by představit básně svého oblíbence.

Třeboň poetická je otevřený prostor pro prezentaci tvůrčí práce lidí všech věkových kategorií. Tvořte nebo se jen kochejte tvorbou jiných! Mějte hlavu i duši otevřenou. Zavítejte na Třeboň poetickou. Vstup je na celý program volný. Více informací o přehlídce najdete na www.itrebon.cz nebo na Facebooku – Třeboň poetická. ►



Březen, za kamna nevlezem!

BERTINY LÁZNĚ Jaro symbolizuje probouzení se ze zimního „spánku“, a tak udělejte něco pro to, abyste se cítili dobře. Pokud jste přes zimu získali nějaký ten kilogram navíc, je nejlepší období pro hubnutí a tvarování postavy právě jaro!

Miroslava Forstová,
fyzioterapeutka Bertiných lázní
Roman Růžička



1. Pozice hory.
a) S výdechem spojte dlaně před hrudníkem.



b) S nádechem vzpažíme.

Bertiny lázně vám nabízejí hodinové cvičení jógy každou středu od 16.00 hodin pod vedením proškoleného fyzioterapeuta.

Co je jóga?

Slovo jóga pochází ze sanskrtu, jednoho z nejstarších jazyků na světě, a znamená jednotu. Je to systém sjednocení a vyvážení těla,

mysli, emocí a ducha. Dnes ji někteří lidé provozují jako duchovní cestu a jiní jako šetrné cvičení, takže se stala oblíbeným nástrojem k uvolnění stresu.

Co vám jóga přinese?

Jóga není jen pro mladé a zdravé. Jakožto šetrné cvičení dokáže oddálit řadu projevů stárnutí a pomůže vám cítit se a také vypadat mnohem lépe.

- ☑ Povzbuzuje orgánový systém (regeneruje tělesné orgány, reguluje metabolismus a hladinu hormonů, zlepšuje srdeční činnost a kapacitu plic, snižuje vysoký krevní tlak a zlepšuje kvalitu spánku)
- ☑ Povzbuzuje duševní systém (redukuje stres a napětí, podporuje pozitivní myšlení, zlepšuje naši koncentraci, sebeúctu, osobní víru a psychickou kondici)
- ☑ Povzbuzuje tělesný systém (budování síly, pružnosti, rovnováhy, výdrže a adaptability)

Začínáme s Pozdravem slunci - Súrja namaskár

Jde o základní sestavu cviků pro rozptýlení naší energie a zahřátí těla. Dochází k posílení a protažení všech svalů v našem těle. Tímto nácvikem můžete každé ráno pozdravit slunce i sami sebe. Stačí každé ráno pět minut a celý den bude krásnější.

Postavte se čelem k oknu, začínáme:



2. Hluboký předklon.
S výdechem se předkloňte.



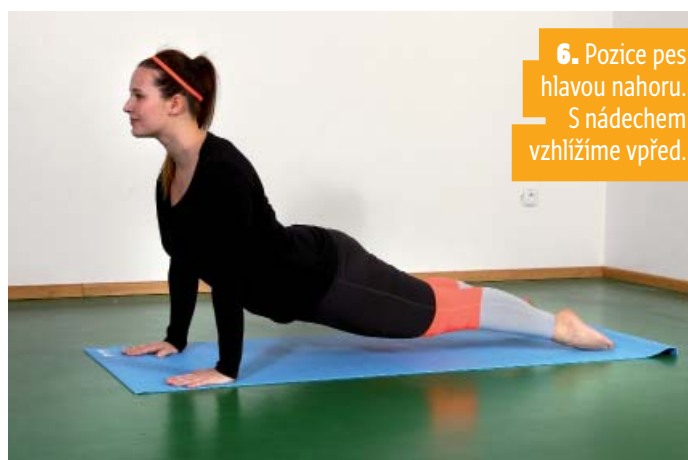
3. Rovný předklon.
S nádechem vyrovnáme páteř.



4. Pozice prkna.
S výdechem
zpevníme střed těla.



5. Pozice kliku:
S plynulým
dýcháním.



6. Pozice pes
hlavou nahoru.
S nádechem
vzhlížíme vpřed.



7. Pozice střechy. Plynule dýcháme.



8. Rovný předklon.
S nádechem
pohled
vpřed.



**9. Hluboký
předklon.**
S výdechem.



10. Pozice hory.
S nádechem
rolujeme páteř
do stoje
a s výdechem
spojení dlaní
před tělem.

V dubnovém vydání Lázeňské Pohody vás provedeme jednotlivými ásanami.

Zájemci o cvičení jógy mohou kontaktovat fyzioterapeutky Bertiných lázní Miroslavu Forstovou, tel.: 776 136 538 nebo Kateřinu Malechovou, tel.: 607 226 170.

www.berta.cz

Pohled do ženské fotbalové kabiny

LÁZNĚ AURORA Fotbalisté pražské Sparty si pro své zimní soustředění opět vybrali Lázně Aurora. Jeji čtyři žákovské, tři dorostenecké týmy i áčko žen zde strávily od počátku ledna do poloviny února několik týdnů. Jako poslední přijely ženy pod vedením hlavního trenéra Mgr. Jana Janoty. Právě jeho jsme požádali, aby nám dovolil nahlédnout do ženské kuchyně fotbalové Sparty. Jak to vypadá v ženské kabině? Jak trénují? Jaký je rozdíl mezi ženským a mužským fotbalem? Jaké panují vztahy mezi fotbalistkami?

✎ Roman Růžička, redaktor Lázeňské Pohody

Proč jste si k zimnímu soustředění vybrali Lázně Aurora?

Ve Spartě se moc dobře ví, co znamenají Lázně Aurora. Každému, kdo zde od nás byl, se v lázních líbilo, i já mám se zdejšími lázněmi výtečné zkušenosti. Byl jsem tu několikrát v roli asistenta trenéra s našimi mládežnickými týmy, ale tentokrát poprvé jako hlavní kouč. Věděl jsem, do čeho jdeme, co nás zde čeká. Přesto jsem musel předložit návrh, proběhla diskuse na téma kdy, kam a proč. Naštěstí se našel termín, který vyhovoval oběma stranám. Všichni vědí, že Lázně Aurora nabízejí vše pod jednou střechou a nadstandardní servis. I proto jsme prostě jeli do Třeboně.

Opravdu vám zde nic nechybí?

Máme nabitý program a nenapadá mě nic, co by nám tu chybělo. Máme k dispozici venkovní hřiště, halu, posilovnu, tělocvičnu, bezvadné wellness, které velmi intenzivně využíváme. Stravování i ubytování je nadstandardní klasika.

Je těžké sestavit silný ženský kádr v České republice?

Sparta má výhodu, že si může vybírat. Jsme schopni nabídnout kvalitní podmínky, jak materiální, tak ekonomické, máme areál na Strahově, kvalitní regeneraci, potkáváme se s mezinárodní scénou. Máme hráčkám co nabídnout,



Hřiště s umělou trávou v blízkosti Lázní Aurora tvořilo spartánským fotbalistkám dokonalé zázemí na tréninky.



Mgr. Jan Janota, hlavní trenér fotbalistek pražské Sparty.

ale na druhé straně se musejí připravit, že se fotbalu budou věnovat více než dost. Nároky ve Spartě jsou asi vyšší než v ostatních klubech.

Když mluvíte o podmínkách, je ženský fotbal ve Spartě postaven na profesionální bázi?

Zatím ne, ale doufám, že se k profesionální bázi brzy dostaneme. Většina hráček jsou buď studentky, nebo chodí do práce, ale svoji práci se snaží přizpůsobovat sportu, takže mají částečné či poloviční úvazky. Sport pro ně zatím není plnohodnotnou obživou. Naše vize je, aby jádro týmu tvořily profesionálky, doplněné o studentky nebo hráčky s částečným úvazkem.

Zmínil jste zahraniční scénu. Jaký je ženský fotbal u nás a ve světě?

U nás špičku představují dva kluby - Sparta a Slavia, na nichž je také postavena česká reprezentace, doplněná o pár hráček z jiných týmů. V Německu, Rakousku, v severských zemích, zejména ve Švédsku, tam je ženský fotbal úplně někde jinde.

Je velký rozdíl trénovat kluky a ženy? Jak je motivujete, aby trénink i zápas odmakaly naplno?

Největší a zásadní rozdíl je obecně v psychologii. Holky jsou daleko citlivější. Když něco řeknete v klučičí kabině, je z toho žert, u holek si člověk musí dávat pozor, aby slova nevyvo-

lala nějakou nežádoucí reakci, byť se snažím nediferencovat klučičí a ženskou kabinu. Jenomže holky mnohem víc řeší detaily, drobnosti. Obecně řečeno, když se chlapi jeden den pohádají v hospodě, tak druhý den jdou spolu na nohejbal i na pivo. Kdežto když se nepohodnou ženy, tak kolem sebe chodí měsíc, nesnáší se. V tomhle je mužská a ženská kabina jiná.

Můj největší cíl je vytvořit kvalitní vztahy, kde nebudou žádné předsudky, nesnášenlivost. Právě na vztazích nyní dost intenzivně pracujeme a myslím si, že se nám to daří. Tohle u kluků dělat nemusíte, tam je to dané, tedy pokud v kolektivu není někdo, kdo jej chce rozbourávat.

Na druhou stranu, holky chodí na tréninky a zápasy ohromně připraveny, což je zase z jejich ženské podstaty. Jsou poctivé, nic nevyпустí. Jejich pracovní, tréninková morálka je pro mě v nadstandardní úrovni. Nemusím vůbec řešit, že by se mi někdo flinkal, zašival.

V tréninkovém procesu je držíme v neustálém napětí. Během sezony máme několik vrcholů. Zejména derby, v létě liga mistrů, zápasy na mezinárodní scéně. Snažíme se jezdit na kvalitně obsazené turnaje a rovněž hrát s klučičími týmy. Jednou za 14 dní si na Strahov pozveme kategorii U15, U16 a s nimi hraje těžké zápasy. V naší lize jsou týmy, kterým dáme 10, 13 gólů, což jsou zápasy, které pro nás nesplní ani tréninkovou potřebu.

Na Strahově hrajete s mladými spartany?

Ne, maximálně s U15, protože se staršími nemáme nárok. Ale pokud nejde o ligové týmy, tak klidně s hráči až do 17 let.

Hrají šestnáctiletí kluci proti vašemu ženskému týmu naplno?

Hrají, ale až po chvíli. Kluci často přistoupí k zápasu, že si jdou zakopat, že hrají proti holčákům, podcení nás. Jenomže pak zjistí, že ty holky jdou do zápasu s tím, že musejí uspět. Soupeř si po deseti minutách uvědomí, že najednou prohrává o jeden, dva góly, že nejde o procházku růžovou zahradou. To kluci těžko snášejí, zápas začne být nabitý emocemi, začnou zbytečně přitvzovat, což nechceme kvůli zranění. Jinak utkání s klučičími týmy mají dobrou atmosféru a o to jde. Jsou těžké, emotivní. My tak vlastně pracujeme jak s výkonností a dovedností, tak s psychikou a odolností.



Tým AC Sparta Praha – Ženy A na zimním soustředění v Třeboni.

Mluví fotbalistky v kabině či na hřišti sprostě?

Hráčky jsou na sebe náročné, občas jedna druhou někam zatlačí, a když se něco nepovede nebo se nedaří, také padají ostrá slova. Ale v příslušných mezích. Spíše jde o určité vyvenčování.

Jinak. Při vyhecovaném zápase, když si některá žádá přihrávku, použije výraz: Růženko, prosím tě, přihraješ mi? Anebo vykřikne: K...a nahraj!!

Tak nějak. Ale opravdu v mezích. Občas se však setkáváme s tím, že holky, když se jim nedaří a dochází k frustraci, tak nejen že se slovně ventilují, ale úplně je to rozhodí, hlavou jsou pak úplně někde jinde, což je nežádoucí. Podobných slabín využívají soupeři, kteří jsou schopni jít do zápasu s tím, že problematické a labilnější typy hráček chtějí vyprovokovat. Leckdy stačí párkrát strčit, kopnout, zatahat, prohodit nevhodné slovo a v tu chvíli, byť může být sebelepší, je tato hráčka pro tým nepoužitelná. Viz Tomáš Řepka.

Nyní jste téměř týden na soustředění. Jaká je atmosféra mezi hráčkami? Máte jich tu dvaadvacet, nevzniká ponorková nemoc?

Trošičku jsem měl obavu. Ale do Třeboně jsme jeli i z důvodu, že zde budeme pracovat na kolektivitě, což se nám daří. Všechno zde funguje, všechno do sebe zapadá, všichni se o nás starají. Já jsem ohromně spokojen jak s prostředím, tak s týmem.

Nedělá problém ani věkový rozdíl? Pokud vím, tak nejmladší hráčce je 17, nejstarší 35 let.

Další rozdíl od kluků, kde to je víceméně dané. S holkami se musí víc mluvit, zejména

když přijde, s prominutím, sedmnáctileté kuře. Musí sice existovat určitá hierarchie, musejí mít svá vlastní pravidla, ale musejí spolu komunikovat. Všechny. I proto jsme například připravili obsazení pokojů podle našich představ, nikoli podle představ hráček. Přitom v týmu jsou i dvojice, které spolu normálně žijí, ale já jsem nechtěl, aby byly na soustředění spolu. Takže ani životní partnerky zde nejsou spolu na pokoji. Všem jsme vysvětlili důvody a ony to přijaly vesměs pozitivně.

Nejen podle výsledků a postavení v tabulce je vaším největším rivalem Slavia. Existuje mezi hráčkami určité napětí, nevraživost?

Vzhledem k tomu, že ve Spartě je řada hráček původně slávkůvek a naopak, tak...

...moment, největší rivalové si navzájem přetahují hráčky?

Ani ne, ale holky například zjistí, že ve klubu je něco, co jim najednou nevyhovuje. A naopak, některé hráčky nepracují tak, jak si ve Spartě představujeme. Přitom všechny moc dobře vědí, že když prošly Spartou, něco znamenají a logicky většinou následuje první volba Slavia, tedy další špičkový klub. To samé platí i obráceně. Prostě existuje určitá fluktuace, což se pak projevuje při vzájemných zápasech, které jsou kolikrát daleko více ovlivněny psychikou a emocemi než u kluků. Derby je pro obě strany výjimečné nejen tím, že jde o Spartu a Slavii, o titul, ale navíc to jsou holky. Troufnu si tvrdit, že slovo nevraživost je v určitých případech na místě. Jenomže pak se spolu sejdou v reprezentaci. Dávat dohromady rozhádané holky, to trenérům vůbec nezávidím.

Hráčská kariéra a mateřství. Znamená mateřství konec sportovní kariéry?

Záleží na charakteru hráčky. Pro některou je to konečná, jiná, která má chuť, tak se vrátí. Musím říct, že kolikrát jim mateřství pomůže v kariéře dál. Viz Katka Neumannová, Bára Špotáková. Tělo se jakoby zklidní, hormony jej stabilizují, i psychicky je hráčka klidnější. Fakt je to někdy znát.

Jaký je ve Spartě zájem o ženský fotbal? Jaký je na vás tlak?

Ve Spartě je na prvním místě áčko, což je jedna velká množina. Pak je sekce mládeže a sekce ženy. Myslím, že ženy mají ve Spartě velmi dobré postavení. Podpora Sparty vůči ženskému fotbalu, jak finanční, tak materiální, zázemí, je nadstandardní. Rozhodně to není tak, že by si ženský fotbal jel po vlastní línii. Tak to ne. Jsme plnohodnotná součást klubu. Když někde jedeme, reprezentujeme Spartu.

Když selže Olomouc, prohrají Pardubice, Zlín dostane bůra, tak to nikdo moc nefeší, ale kdybychom prohráli my, budeme okamžitě pod palbou a bude se diskutovat o tom, co se ve Spartě děje. Navíc, ať jedeme kamkoli hrát, každý se chce na Spartu vybičovat. Z týmu, který se plácá u dna tabulky, je najednou banda vlků, kteří chtějí servat Spartu z dresů. To je dobře, ale musíte o tom vědět a dokázat se s tím vyrovnat, což není tak jednoduché. Časem totiž řada hráčů zjistí, že na to nemá hlavu, že tlak nedokáže ustát. Zejména holky. Hrátky za Spartu je pro ně super, taková možnost, nabídka, ale po třech měsících přijdou a samy řeknou: Já na to nemám, já to nedám. ■

Vodoléčba

BERTINY LÁZNĚ Vodoléčbu můžeme zařadit mezi tradiční lázeňské terapie. Své uplatnění našla již v antice. Řekové a Římané si svůj život bez příznivých účinků vody neuměli představit. Voda je jedním ze čtyř přírodních živlů, její zdroje jsou obrovské. Je příjemným prostředím k odpočinku, uvolnění celého těla.

Irena Šimková,

vedoucí balneoprovozu Bertiných lázní

Roman Růžička, Petr Zikmund a archiv

Do klasické vodoléčby patří perličková koupel, podvodní masáž, vířivá masáž celotělová, vířivá koupel horních a dolních končetin, uhličitá a přísadové koupele.

Bertiny lázně nabízejí:

► Perličková koupel

Perličková koupel je klasická vanová koupel s instalovaným přívodem stlačeného vzduchu pomocí trysek. Po koupeli následuje relaxace v suchém zábalu. Léčebně je využíváno jemné povrchové dráždění s následným zklidněním a celkovou relaxací. Perličková koupel se indikuje při nejrůznějších degenerativních onemocněních, u nespavosti či při bolestech hlavy.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 250 Kč

► Podvodní masáž

Podvodní masáž spojuje účinek celkové teplé koupele a masáže. Klient leží ve speciální velké vaně a terapeut masíruje jeho tělo proudem vody, vycházejícím pod tlakem z násadce masážní hadice. Jemnými krouživými pohyby se masírují především končetiny, jak zepředu, tak zezadu, a páteř. Účinek je především relaxační pro svalstvo a klouby, léčebně se indikuje u poúrazových stavů a otoků.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 440 Kč

► Vířivá lázeň

Vířivá masáž celotělová je vodní procedura aplikovaná ve speciální vaně s působením masážních vodních trysek, kterými proudí pod vysokým tlakem vzduch a provádí masáž celého těla. Dochází k uvolnění svalového a psychického napětí.

Pro aplikaci částečné vířivé lázně jsou využívány speciální vany, zvlášť tvarované pro dolní a horní končetiny. Voda je z vany, kam klient své končetiny umístí, nasávána elektrickým čerpadlem a tryskami hnána zpět, přidává se i vzduch. Využívá se tedy kombinace účinků



Perličková koupel se indikuje při nejrůznějších degenerativních onemocněních, u nespavosti či při bolestech hlavy.

„Vodoléčbou můžeme posílit celý imunitní systém těla. Voda působí i na hojení ran a bojuje proti zánětlivým onemocněním.“

tepla a silného mechanického účinku vířící vody. Účinek je relaxační pro svalstvo a klouby, léčebně se indikuje u poúrazových stavů a otoků.

VÍŘIVÁ LÁZEŇ CELOTĚLOVÁ

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 340 Kč

VÍŘIVÁ LÁZEŇ ČÁSTEČNÁ - DOLNÍ KONČETINY

Doba trvání:

15 min.

Cena:

200 Kč

VÍŘIVÁ LÁZEŇ ČÁSTEČNÁ - HORNÍ KONČETINY

Doba trvání:

15 min.

Cena:

200 Kč

► Uhličitá koupel

Terapie oxidem uhličitým patří mezi nejstarší procedury v historii lázeňství. V případě klasické uhličitě koupele se jedná o vodoléčebnou proceduru, která probíhá ve vodě syčené oxidem uhličitým. Uhličitě koupele se zpravidla předepisují o teplotě 32-34 °C. Malé bublinky oxidu uhličitého obalují kůži a přechodný pocit chladu je nahrazen pocitem příjemného tepla. Vstřebávání oxidu uhličitého kůží má za následek roztažení cév, a tedy zvýšené prokrvení tkání. Tato skutečnost způsobuje zvýšení množství kyslíku v krvi a dochází tak k dokonalému prokrvení pokožky a svalstva a zásobení všech orgánů včetně

mozku dobře okysličenou krví. Výsledkem tohoto procesu je povzbuzení imunitního systému a sebehojivých schopností lidského těla.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

Mimo jiné lázně nabízejí i různé přísadové koupele:

Používané soli od firmy Kneipp, např. čertův dráp, arnika, staré dobré časy, meduňka, levandule, pro zdravý spánek, eukalyptus. Působí zklidňujícím účinkem na celý organismus, prospívají kůži a uvolňují unavené svaly.

Další nabídkou je solfatanová koupel. Lázeň v řasách Třeboňská Chlorella, Koupel v soli z Mrtvého moře, koupel ve slatinném extraktu – Aubertina zlatá lázeň, citrusová a jodová koupel.

■ Solfatanová koupel

K přípravě solfatanové, též sirné koupele, jsou používány přípravky obsahující sloučeniny síry. Ve vlastní koupeli se pak uvolňuje sirovodík, který dobře proniká kůží do organismu a zlepšuje prokrvení povrchových i hlubokých vrstev kůže. Po koupeli se pacient zpravidla nespřchuje ani neotírá, následuje relaxace v suchém zábalu.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

■ Lázeň v řasách Třeboňská Chlorella

Lázeň v řasách Třeboňská Chlorella je v Bertiných lázních absolutní novinkou. Má výrazné hydratační účinky, protože přibližně 10 % její hmotnosti tvoří oleje, díky nimž bude i suchá pokožka příjemně ošetřená, nikoli však

masná. Dále je bohatým zdrojem chlorofylu, který koupeli dodává charakteristickou trávovou vůni, a má detoxikační účinky. Řasa také obsahuje CGF, neboli růstový faktor, známý svými regeneračními a hojivými účinky.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

■ Koupel v soli z Mrtvého moře

Koupel v soli z Mrtvého moře je bohatá na minerály, je přirozeným zdrojem péče o krásnou a zdravou pokožku. Účinně doplňuje a podporuje léčbu kožních potíží, jako jsou ekzémy, lupénka i akné. Pomáhá a poskytuje úlevu při svalových potížích a bolestech, zlepšuje krevní oběh a rozproudí tok lymfy.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 380 Kč

**■ Aubertina zlatá lázeň**

Aubertina zlatá lázeň je speciální koupel ve slatinném extraktu, který neobsahuje pevné částice, proto je vhodný i pro užití v domácím prostředí. Extrakt má příznivé relaxační účinky na pokožku, obsažené látky potlačují vliv volných radikálů na pokožku, a tím zpomalují projevy stárnutí.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

■ Citrusová koupel

Hlavní přísadou citrusové koupele je citronová tráva (lemon grass). Koupel má především relaxační a uvolňující účinek. Pro klienta je velmi příjemná, osvěžující a krásně voní. Dalším plusem koupele je fakt, že silice z citrusových plodů mají stahující účinek na pokožku, a působí tak pozitivně proti celulitidě.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

■ Jodová koupel

Jodová koupel probíhá ve vodoléčebné vaně naplněné vodou, do níž se přidávají přípravky s obsahem jódu (nejčastěji jodid draselný). Ten je následně vstřebáván pokožkou a nezanebatelné množství se do těla dostává také inhalací. Při koupeli dochází k prokrvení tkání, zlepšuje se hojení ran a funkce nervů, koupel také podporuje výživu chrupavky.

Doba trvání

(vč. suchého ovinu 15 min.): 30 min.

Cena: 300 Kč

Veškeré výše uvedené procedury si můžete objednat přímo v Bertiných lázních na Časování procedur (1. patro) nebo elektronicky na e-mailové adrese: procedury@berta.cz. 

Žena může vždycky, muž sporadicky II.

LÁZNĚ AURORA Během prvního letošního měsíce strávil několik dnů v Lázních Aurora přední český gynekolog a sexuolog, MUDr. Radim Uzel, CSc., a během svého pobytu uspořádal velmi zajímavou besedu o sexu ze své bohaté a pestré praxe. V minulém vydání Lázeňské Pohody jsme pod titulkem Žena může vždycky, muž sporadicky otiskli několik jeho vyprávěnek, které zazněly na zmínované besedě. Velmi nás v redakci překvapilo, kolik pozitivních reakcí přišlo na tento článek. Abychom v předmájové době udělali radost většině našich čtenářů, přinášíme další příhody ze sexuální ordinace Radima Uzla. Ale jak už jsem uvedl minule, znovu zdůrazňuji: Následující řádky rozhodně nejsou vhodné pro puritány a škarohlidy. A Kelišová, vy si zavřete oči a neposlouchejte.

TF Roman Růžička

Přistávací dráha

Začátkem 90. let psaly ženy stížnosti na porodníky, že jim před porodem holí přirození, jak je to ponižuje, degraduje, že prý jde o zásah do jejich tělesné intimity. My je samozřejmě holili z hygienických důvodů. V roce 1993 jsem byl na stáži v USA na gynekologickém oddělení a tam nebyl ani chlup. Ony ty ženy se holily samy, a u nás si stěžovaly. Dnes? Dnes leckdy jde o umělecká díla. Mají tam různé obrazy, například dva vodorovné proužky, jako přistávací dráhu.

Vášnivě zrzky

Když jsem šel do první třídy, tak můj prastrýc, ředitel rodinného podniku, starý mládenec, no, děvkař to byl, mě učil sexuální výchovu. Říkal mi: „Až jednou budeš přijímat sekretářku, tak jako já, vyber si vždycky rezavou s chlupatými nohama. Ony jsou pilné a vášnivé.“ Že přírodní zrzky jsou vášnivé, to už věděli staří Římané, no a chlupaté, kde dneska najdete sekretářku s chlupatými nohama? Já svoji pilnou sekretářku musím vybírat úplně jinak, než že by měla zrzavé vlasy a chlupaté nohy.

Onanie není škodlivá

Víte, za mých mladých let byl jenom kondom. Já jsem poprvé ukázal kondom na obrazovce České televize, ještě za komunismu, což byl tak těžký průšvih, že jsem měl na půl roku zákaz vystupovat v televizi a pan režisér musel emigrovat až na Nový Zéland. Rovněž jsme se nesměli zmiňovat, že onanie není škodlivá. Dnes to říkáme zcela otevřeně, ale tenkrát se to v televizi říct nesmělo. Celý rozhořčený jsem tehdy šel na ředitelství ostravské televize, aby mi to vysvětlili, a ptal se sekretářky: „Pan ředitel si myslí, že onanie je škodlivá.“ Ona mi povídala: „No, víte, pane doktore, když se na něj podíváte, tak byste řekl, že skoro jo.“

Abstinence

Jednou jsem také dostal dotaz: „Co mám dělat, když přítel chce jen jednou za čtvrt roku?“ Námořníci jsou na plavbě půl roku, rok, nebo jsou zaměstnaní, která partnery odloučí

„Před besedou jsem dostal pár dotazů a jeden z nich zní: Doma mi to nejde, a tady v lázních nevím, na koho skočit dřív. Lázně působí blahodárně. Nejen procedurami, ale i klid, pohoda, zbavení stresů. Stres je totiž největší jed naší sexuality.“

od sebe i na pět let. Víte, sexuální abstinence není na závadu. A znovu tu říkám – onanie není škodlivá, byť bývalý ředitel ostravské televize tomu nevěří.

Jsem homosexuál

Dopis: Mami, tati, babi, dědo, teto, strejdo – jsem homosexuál. Jak se s tímto sdělením máme vypořádat? Jde o historický okamžik, kdy dotyčný o sobě promluví. Měli bychom se snažit jej psychologicky podpořit. Vyléčit se to nedá, je zapotřebí se s tím smířit. Sexuální orientace se vytváří ještě před narozením, někdy v šestém, sedmém měsíci. Již tehdy se jednou provždy určuje, zda se mi bude líbit víc chlapec nebo dívka. Marná sláva. Jako pravák či levák, je to dané od přírody. Levák, kterého přecvičíte na praváka, stejně zůstane levákem. Homosexuála předěláte na heterosexuála, má děti, ale stejně zůstane homosexuálem a stejně půjde za hlasem svého srdce. Někdy za mnou přijdou dámy a povídají: On mi ten můj na stará kolena zteplal... Nezteplal, on takový byl, jen o tom nedával vědět. Co s tím? Smířit se.

Exhibicionismus

Některých úchylek ubývá. Například exhibicionismus. Údajně ubylo 40 % exhibicionistů,

tedy těch, kteří se odhalují v parku. Jak to? Zvýšila se tolerance žen. Dřív šla do parku, uviděla obnažený penis a málem omdlela hrůzou. Nyní už zná televizní pořady jako Peříčko a podobně, uvidí penis a řekne: Takových jsem viděla, schovejte to a běžte domů. Onanující muž v parku se rovněž stal přirozenou součástí folklóru a většinou pak tvrdí, že se chtěl jenom vyčůrat. Jenomže – muž nikdy nemočí proti ženě, močí vždy zásadně ke zdi. Nanejvýš honíme proudem moči broučka nebo do sněhu vyčůrávame monogram, což žena neumí. Žena močí do pléna, aby viděla, jestli se blíží nebezpečí, močí ode zdi.

Četl jsem v černé kronice, že v jedné vsi kolem kostela běhali čtyři nahatí chlapi nevábného zevnějšku a budili veřejné pohoršení. Byla povolána policie – říká se tomu trestný čin výtržnictví. Za půl roku na stejném místě se konala demonstrace za záchranu kožešinové zvěře a běhaly tam čtyři nahaté ženské. To už bylo něco jiného. Nevím, kolik zvěře tím bylo zachráněno, ale demonstrace byla všemi přihlížejícími velmi kladně hodnocena. Chlapi stáli a tleskali, jakou mají hezkou demonstraci.

Půjdu městem, koukám, v domě za oknem onanuje chlap. Jde o výtržnictví, zavolám městskou policii. Co má dělat takovéto prasárny za oknem? Půjdu druhý den, uvidím, jak za oknem onanuje žena. Nezavolám policii, zavolám kamarády – „pípsou“ a zadarmo.

Hormonální antikoncepce

Výborná je hormonální antikoncepce. Před padesáti lety poprvé ženy dostaly do rukou tabletky, které určovaly, jestli bude plodná nebo ne. Pilulky, které zabrání uvolňování vajíčka z vaječníku se spolehlivostí vyšší než 95 %, což je fantastické. V USA pak probíhala anketa: Co považujete na za největší vynález 20. století? Odpovědi mužů a žen se šíleně lišily. Zatímco muži uváděli přistání člověka na Měsíci, rozbití atomového jádra, tak ženy napsaly, že to byla hormonální antikoncepční tabletky a automatická pračka. Já se přiznám k tomu, že z gynekologicko-porodnické profese dávám za pravdu ženám. Čerta starýho mi je platné, jestli někdo přistane na Měsíci nebo ne, veškeré kosmické lety jsou pro mě naprosto vyhoze-



MUDr. Radim Uzel, CSc. během svého lázeňského pobytu v Lázních Aurora uspořádal besedu ve společenském sále, jež měla mezi účastníky (a účastnicemi ☺) velký úspěch.

né peníze, proč chceme vědět, jestli je na Plutu voda? K čertu nám to je. Ale automatická pračka – to je věc!

Doma mi to nejde

Před besedou jsem dostal pár dotazů a jeden z nich zní: Doma mi to nejde, a tady v lázních nevím, na koho skočit dřív.

Jako mladý lékař, lázeňský gynekolog, jsem tři a půl roku působil ve Františkových Lázních. Jak asi víte, jde o lázně pro nemoci ženské a nemoci srdečně cévní, takže se tam scházejí ženy, které si přejí otěhotnět, a pánové po několika infarktech. Kdo to přežije je asi jasné, karty jsou rozdané a chlapi tam padají jako mouchy. Jinak lázně působí blahodárně. Nejen procedurami, ale i klid, pohoda, zbavení stresů. Stres je totiž největší jed naší sexuality.

To nevysvětlíš

Jeden čas jsem se také věnoval ochotnickému herectví. A jednou se do Františkových Lázní přijela léčit jistá herečka z polského divadla. V papírech vidím – herečka, tak ji zvu večer na naše ochotnické divadlo. Zasedla do první řady a já hrál vraha. Druhý den přišla do ordinace a já se jí zeptal, jak se jí divadlo líbilo. Ona polským akcentem povídá: „No víte, tu svoji partnerku, jak objímáte a líbáte na jevišti, to musíte jinak.“ Nemám ani JAMU ani DAMU, ale pochopil jsem, že na jevišti musím líbat jinak než v civilu. V civilu to dělám tak, abych z toho něco měl já a má partnerka. Na jevišti,

aby z toho něco měli diváci. A ona ochotně, v gynekologické ordinaci, začala se mnou trénovat objímání. Samozřejmě, v kritické chvíli se otevírají dveře, přichází zdravotní sestra, přináší nářadí a rukavice a teď vidí, jak já, mě tehdy nebylo ani 30, se sápu na 60letou dámu. Nevysvětlil jsem, že zkouším roli.

Orální sex

Rovněž přednáším na tzv. univerzitách III. věku, kde se posluchači velmi zajímají, co je nového, jiného v sexualitě, než za jejich mladých časů. Sexuální know-how, sexuální technika, to je pořád stejné. Když navštívíte Pompeje a tam 2000 let starý nevěstinec, mají na zdech fresky různých sprostých výjevů, což je stejné jako dnes. Snad jen, že my si dnes můžeme natočit video, kdežto oni před 2000 lety to museli pracně škrábat na zeď. Ale přeci jen se něco změnilo. Některé praktiky, které byly dříve zakázány, byly nemravné, úchylné, jsou v současné době tolerovány. Například homosexualita. Za dob mého mládí bývala trestným činem a zavíralo se za ni do vězení. Nemravný byl i kontakt úst s genitáliemi. V jedné učebnici jsme dokonce měli, že lidé, kteří toto praktikují, jsou úchylní a velmi často i mentálně zaostalí. Ještě před 30 lety. Dnes, podle jednoho výzkumu, to praktikuje 80 % vysokoškolsky vzdělané populace. Když mluvím o orálním sexu na střední škole, tak studentky mi přikyvuji, kdežto v domově důchodců polovina posluchaček odchází zvr-

cet. Nemohou pochopit, že příroda zařídila, že muž má jeden orgán na sex i na vyměšování. Některé ženy mají estetické problémy brát do úst něco, čím se močí. Velkým propagátorem orálního sexu byl pan Clinton...

Orální sex, ano, jde o zpestření, ale zároveň je třeba říct, že i tímto způsobem lze přenášet sexuální nemoci. Nemám na mysli klasické, jako kapavky a syfilis, ale mykózu. Přenášení mikrobů z úst na genitálie. Mluvíme o nutnosti intimní hygieny, ale také je nutné čištění zubů. To myslím smrtelně vážné. A navazuji na své vrstevnické vzdělávání v domovech důchodců, tak tam si zuby vyndat do skleničky.

Odložte si

Do Františkových Lázní také jezdila jedna doktorka z Brna, na brigádu, vypomáhat o prázdninách. Bylo jí přes 80 let. Oni se tradovalo, že jednou zapomněla pacientku v ordinaci. Odložte si paní, položte se na gynekologický stůl... Paní doktorka si umyla ruce a šla domů.

Ona vůbec byla taková pohodová, nad věcí. Jednou dostala od pacientky dvě lahve šampaňského, že je spolu vypijí, než odjede zpět, domů do Brna. Dala je chladič do umyvadla, ale místo studené vody pustila teplou. Samozřejmě nastal výbuch a výbuch jedné lahve inicioval výbuch i té druhé, umyvadlo se rozlétlo po celé místnosti na cimpr campr. Doktorka kouká na tu spoušť a povídá: „No co, musíme poslat po další dvě flašky.“ ■

Borovansko – malebný kout na jihu Čech

BOROVANY Borovany leží nedaleko Třeboně a Novohradských hor. Tento klidný kout v borůvkovém ráji je protkán cyklistickými i pěšími stezkami.

Martina Lošková,
referent kultury, město Borovany
archiv obce Borovany

Pokud si vyberete trasu po vyznačeném okruhu Na kole okolo Bor(ůvk)ovan **(1)**, nemůžete minout ZOO Dvorec, pohádkovou půdu na Borovanském mlýně či rodiště Jana Žižky z Trocnova, kde na vás čeká zcela nová interaktivní expozice o husitství. Po překonání 26 km dlouhého okruhu si můžete v Borovanech v případě příznivého počasí odpočinout a osvěžit se v areálu nového přírodního koupaliště Lazna **(2)**, nabízejícího krásný výhled na Novohradské hory. Jeho jedinečnost spočívá v biologickém způsobu udržování čisté vody ve filtračních lagunách bez chemických úprav, pouze za působení vodních rostlin a přírodních ekosystémů. Je tedy vhodný i pro alergiky. Součástí koupaliště je brouzdaliště pro děti s herními prvky (houpačka, skluzavka, vodní hřib), hřiště pro plážový volejbal, skokanský můstek, chrlíče vody, molo včetně zdvihacího zařízení pro invalidy a občerstvení s posezením na terase. Je tedy ideálním místem pro strávení letního dne.

Ale ani v případě deště nebo současného počasí se v Borovanech nudit nebudete – útočiště najdete v prostorách augustiniánského kláštera z 15. století **(3, 4)**. Název nové prohlídkové trasy „prohlídky šesti smysly se zážitky“ **(5)** mluví sám za sebe. Historie místního kláštera vám bude zprostředkována formou zážitku tak, abyste ji pojali všemi smysly. Nejen že o ní uslyšíte skrze vyprávění průvodce a budete si ji moci prohlédnout, ale dokonce si na ni sáhnete, přivoníte, uslyšíte hlas Petra z Lindy a ozvěnu historických událostí, které se staly pro klášter klíčovými, a nakonec se dostane i na vaše chuťové pohárky. A pokud patříte mezi vnímavé návštěvníky, během prohlídky objevíte i ten poslední, zvláštní šestý smysl.

V areálu kláštera se ještě na chvíli zastavíme. Založen byl v roce 1455 lineckým a budějovic-




6

kým občanem Petrem z Lindy. První řeholníci sv. Augustina byli povoláni v roce 1461 z nedaleké Třeboň. Nevelký rajsý dvůr obklopuje pozdně gotická křížová chodba se síťovou klenbou (6), ve které je umístěno lapidárium cenných plastik z různých částí jižních Čech. O patro výš se nachází expozice o historii kláštera a poutních místech v okolí (7, 8).

Takzvaný „zámek“ byl postaven jako reprezentační klášterní prelatura zdejšího augustiniánského kláštera v letech 1765-1768 za čino-rodého probošta Augustina Dubenského. Po zrušení kláštera Josefem II. v roce 1785 koupili klášterní majetek Schwarzenbergové, proto je jejich rodový znak nad vjezdem do zámku. Zámek sloužil k bydlení pro nájemce


9

a správce přiléhajícího klášterního statku, v západním křídle býval pivovar. Po rozparcelování statku v I. pozemkové reformě prodal Schwarzenberg zámek městu v roce 1940 pro účely školy, která zde působila do roku 1997. Zámek se zachoval v relativně původní podo-

bě a v letech 2004 až 2010 prošel generální opravou, která vytvořila podmínky pro umístění městské knihovny, infocentra a výstavních a společenských prostor, kterým dominuje vysoký Malovaný sál s freskovým stropem s výjevy ze života sv. Augustina (9). ■


7

10

8


**BORŮVKO
BRÁNÍ**

9. - 10. 7. 2016

Borovany u Českých Budějovic

Borůvkové hody v areálu bývalého kláštera,
bohatý program pro děti i dospělé.

Malovaný sál pravidelně rozeznívají tóny hudby různých žánrů při konání komorních koncertů (10).

Prostory kláštera pak ožívají zejména v létě. Po celé léto si návštěvníci mohou užívat tzv. Borovanskou kulturní mozaiku, kdy se v prostorách areálu kláštera střídají koncerty různých hudebních žánrů (11) a divadla pro děti i dospělé. Gurmáni si přijdou na své vždy druhý červencový víkend při tradičních slavnostech města, tzv. Borůvkobraní, které každý rok navštíví tisíce zájemců. Festival je do puntíku věnovaný modrým bobulím z okolních borových lesů. Každý návštěvník bude jistě překvapen, kolik dobrot se dá z tohoto drobného ovoce připravit (12). Po celý víkend je rovněž připraven bohatý kulturní program.

Odpočívát můžete v Borůvkové zahradě s čítárnou (13), kde je možné posedět ve stínu 250 let starého dřínu, počíst si zajímavou knihu a popít kávu ze zámecké kavárny nebo si zapůjčit a zahrát některou ze společenských her. Zároveň zde můžete obdivovat a ochutnávat rozličné odrůdy kanadských borůvek, jejichž sazenice můžete zakoupit u nás v infocentru.

Druhým místem určeným k odpočinku, rozjímání a vstřebávání pozitivní energie je kouzelná Bylinková zahrádka na východní straně kláštera. Najdete zde nejen množství tradičních léčivých bylinek, mezi nimiž nechybí oregano, meduňka nebo tymián, ale také odrůdy jahod, brusinek, nebo například krásně voňavé a celoročně plodící maliny. Těšíme se na vás! ■



11



12



13

Zoologická zahrada Dvorec

Nejižnější položenou zahradu v České republice nalezne návštěvník v malé obci Dvorec nedaleko Borovan. Zahrada se rozkládá na téměř pěti hektarech a je obklopena ze dvou stran lesním porostem s protékajícím potůčkem. Z pohledu od silnice vypadá zoo jako malá, ale hlavní trasa vede uprostřed celého areálu a je svedena do míst, které jsou na první pohled skryty.

V zoo jsou chována zvířata převážně z afrického kontinentu, ze kterých můžeme jmenovat lvy, šimpanze, pavíany, levharty, želvy nebo také mnoho antilop. Velké zastoupení zde mají i zvířata Ameriky, a to velice vzácně chovaný tapír jihoame-

rický, maryl, nandu, drápkaté opičky, papoušci a mnoho dalších druhů. V roce 2014 byl otevřen pavilon Venomous, který je svou expozicí unikátní ve světě, najdeme v něm největší kolekci jedovatých hadů rodu Naja (kobra). Posledními novinkami v chovu jsou ptáci, a to je-

řábi královští, seriemy rudozobé, ibisi či zoborožci. Znakem zoo Dvorec je lev, protože tento druh zvířete se u nás daří rozmnožovat, ale největší zajímavostí ve světě šelem jsou bílí tygři a neméně zajímaví ussurijští tygři.

Celý areál je bezbariérový. Návštěvníci přijíždějící auty mají k dispozici rozlehlé parkoviště, cyklisté si mohou odložit svá kola do kolostavů před vstupem do zoo a pokud si zapomenou zámek, rádi jim ho zapůjčíme. Pejskům je do zoo vstup zakázán. Více informací se dozvíte na www.zoodvorec.cz. ■



Otevírací doba

duben-srpen	9.00-18.00 hodin
září-říjen	9.00-17.00 hodin
listopad-březen	11.00-16.00 hodin
(pouze soboty, neděle, svátky a prázdniny)	

Vstupné (letní / zimní)

dospělí	120 Kč / 100 Kč
děti (3-14 let)	60 Kč / 50 Kč
rodinné vstupné (2+2)	300 Kč / 250 Kč

Březnová nabídka kina Světozor

Karel Fical, vedoucí kina
F archiv (www.kinotrebon.cz)



Zkáza krásou

senioři nad 60 let za 60 Kč
 Promítáme 7. a 21. března
 od 17,00 hodin

Tip pro seniory

Lída Baarová. Herečka, pro kterou byla její krása největším darem i prokletím zároveň. Mladá a atraktivní dívka se rychle stala největší československou filmovou hvězdou a dokázala si podmanit i nejobávanější muže své doby. Vztah s ministrem říšské propagandy Josephem Goebbelsem z ní však obratem učinil národního nepřítele a symbol kolaborantství. Dokumentaristka Helena Třeštíková se s Baarovou setkala v jejím zahraničním exilu. Na sklonku hereččina života natočila otevřenou zpověď kdysi milované a následně zatracované hvězdy.

Scénář a režie: Helena Třeštíková, Jakub Hejna

Hrají: Lída Baarová (a.z.), Zorka Janů (a.z.), Josef Goebbels (a.z.), Vladimír Borský (a.z.), František Čáp (a.z.), Václav Krška (a.z.), Adolf Hitler (a.z.), Gustav Fröhlich (a.z.)

Doporučené premiéry:

TRABANTEM

DO POSLEDNÍHO DECHU

Promítáme 18. a 29. března

Patrně nejznámější český cestovatel současnosti, Dan Přibáň, pod-

nikl svou dosud nejnáročnější expedici – půlroční dobrodružnou výpravu po Tichomoří. Devítičlenný tým vyrazil z australské-



ho Perthu a pokračoval přes Východní Timor, Indonésii, Malajsii a Thajsko. Kromě unikátního cestovatelského zážitku nový Příbáňův dokument ukazuje, že svět se dá projet netradičně v posádce dvou trabantů, polského Fiatu neboli malucha, Jawy a dokonce dvou invalidních vozíků, jejichž majitelé byli členy týmu.

Režie: Dan Přibáň

Hrají: Dan Přibáň, Aleš Vašíček, Marek Slobodník, Tomasz Turchan, David Novotný a další

DVOJNÍCI

Promítáme 17., 20.
 a 24. března

Honza Rambousek je svým způsobem sympatický podvodník, který je v podsvětí ceněn jako odborník na zámky, počítače, elektroniku a auta. Právě mu teče do bot, protože ho má v hrsti mafi-



án Vytloukal. Zachráni ho náhoda – do cesty se mu připlete jeho dvojník, středoškolský profesor Richard Prospal, pedant a slušňák k pohledání, a těm dvěma se zázračně změní život. Zatímco si Honza užívá v Richardově kůži doma i ve škole, Richard je pronásledován mafiány. A když se jim do rukou dostane i Richardova dcera Natálka, nezbyvá mu než zapomenout na slušné vychování.

Režie: Jiří Chlumský

Hrají: Ondřej Sokol, Jakub Kohák, Jitka Schneiderová, Petr Nárožný,

Miroslav Etlzer, Petr Čtvrtníček, Milan Šteindler, Miroslav Táborský, Zuzana Slavíková, Simona Krainová a další

POLEDNICE

Promítáme 4. a 10. března

Eliška s malou dcerkou se po mnoha letech vrací do rodné vesnice svého muže, aby se zde pokusila o nový začátek. Kromě vlídného přijetí sousedů ji však čeká i setkání s místní podivinkou, ženou, která ve své pomatené mysli vleče tíhu vlastního dávného neštěstí. Kolem Elišky, vystavené traumatům z osamělosti a postupně vysilované boji s nekonečnými úředními stereotypy, se postupně začínají spřádat



sítě prokletí. Podaří se Elišce zachránit sebe i dceru dřív, než ji zcela ovládne stín Polednice nebo vlastní šílenství?

Režie: Jiří Sádek

Hrají: Aňa Geislerová, Karolína Lipowská, Daniela Kolářová, Zdeněk Mucha, Jiří Štrébl a další

Rezervace vstupenek:
www.kinotrebon.cz
 tel.: 384 722 850



6. 4. 2016 od 19 hodin v divadle J. K. Tyla v Třeboni
 Více na www.okolotrebne.cz

Speciální akce kina Světozor:

OBEČNÁ ŠKOLA

Pondělí
 28. března
 20.00 hodin

Český herec a scenárista Zdeněk Svěrák oslaví 28. března své osmdesáté narozeniny. K této příležitosti připravil jeho syn Jan Svěrák slavnostní projekci remasterované Obecné školy, která se bude promítat jediný večer v pondělí 28. března i v našem kině Světozor.

Vstupné: 120 Kč



Dárkové poukázky do kina Světozor

TŘEBOŇ Také v březnu si můžete zakoupit dárkové poukázky na 2D filmy promítané v treboňském kině Světozor. Minimální počet poukázek je 5 ks v hodnotě 600 Kč. Tato nabídka platí do 31. prosince 2016. Prodejní místa: recepce Bertiných lázní a pokladna kina Světozor. **-kf-**



KINO kavárna

V březnu do kina s balíčkem:
 fanta + popcorn + cappy = 90 Kč

- PO-NE:** 15.00–22.00 hod.
- možnost pronájmu prostor kina pro konferenční účely
- free Wi-Fi

Kino Světozor
 Masarykovo nám. 1, Třeboň
www.kinotrebon.cz

SLEVA PRO DRŽITELE



RESTAURACE



*Pečené jehněčí kolínko
na rozmarýnu podávané
s velikonoční nádivkou.*

Srdečně vás zveme!

■ **Nekuřácká klimatizovaná restaurace**

■ **Otevírací doba:**

pondělí–neděle 11.00–22.00 hodin

navíc každé pondělí a každou středu
TANEČNÍ VEČÍRKY od 19.00 do 22.00 hodin.

■ **AKČNÍ BŘEZNOVÉ MENU ADÉLA:**

7.-20. BŘEZNA

Speciální jarní nabídka

PŘEDKRM:

– Jarní salát se zastřeným vejcem, opečená bagetka

HLAVNÍ JÍDLO:

– Filátko ze pstruha na limetkovém másle, restované brambory s česnekem a čerstvým tymiánem

DEZERT:

– Piškotová roláda s ovocem

**25.-28. BŘEZNA
Velikonoční menu**

POLÉVKA:

– Drůbeží kaldoun

HLAVNÍ JÍDLO:

– Pečené jehněčí kolínko na rozmarýnu podávané s velikonoční nádivkou a špenátem

DEZERT:

– Velikonoční čokoládový

Svatba na klíč

– vše na jednom místě včetně obřadu v romantickém altánku

Veškeré rezervace a informace:

■ **Tel.: 384 754 436**

■ **e-mail: svarcova@berta.cz**

www.adelatrebon.cz



TOP-SPIN V BŘEZNU:

■ **Otevírací doba:**

pondělí	16.00–24.00 hodin
úterý	16.00–24.00 hodin
středa	16.00–24.00 hodin
čtvrtek	16.00–24.00 hodin
pátek	16.00–01.00 hodin
sobota	16.00–01.00 hodin
neděle	16.00–24.00 hodin

■ **AKČNÍ BŘEZNOVÉ MENU TOP-SPIN:
7.-20. března:**

– polévka: česneková se sýrem
– hlavní jídlo: vepřová panenka plněná chřestem a slaninou, smažené hranolky
– dezert: jahodový pohár se šlehačkou

■ **HAPPY HOUR 1+1**

pondělí až čtvrtek 16.00–17.00 hodin

– na míchané nápoje z nápojového lístku

■ **DVĚ BOWLINGOVÉ DRÁHY:**

– Cena jedné dráhy: 150 Kč/hod.

■ **SPECIÁLNÍ AKCE 1+1**

**NOVÉ AKČNÍ MÍCHANÉ NÁPOJE
každý pátek, sobotu a neděle:**

Podílejte se na nápojovém lístku pro sezonu 2016 a vyberte nejchutnější míchané nápoje.

– **Bananarama**
(kahlúa, vodka, smetana, Baileys)..... 65 Kč

– **Trpká oranžáda**
(vodka, becherovka, griotka, pomerančový džus)..... 50 Kč

– **Dead kiss**
(absint, curacao, metaxa 5*, likér 43).... 80 Kč

– **White Russian**
(kahlúa, vodka, smetana)..... 55 Kč

■ **CHYSTÁTE NAROZENINOVOU OSLAVU,
FIREMNÍ VEČÍREK ČI POSEZENÍ S PŘÁTELI?**

– Přenechte starosti nám, přijďte se jen bavit. I hudbu si můžete na místě volit dle svého gusta.

■ **Veškeré rezervace a informace:**

Tel.: 384 754 400

e-mail: svarcova@berta.cz



www.topspintrebon.cz

Restaurace Harmonie

SLEVA PRO DRŽITELE


Nekuřácká restaurace s celkovou kapacitou 100 míst k sezení se nachází v přízemí areálu lázní. Široká nabídka pokrmů české i mezinárodní kuchyně, rybí speciality. Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení. Wi-Fi zdarma.

OTEVÍRACÍ DOBA:

denně 11.00-22.00 hodin

Rezervace na tel.: 384 750 677

Lázně Aurora, Lázeňská 1001, 379 13 Třeboň

Dále vás zveme na rozšířené menu restaurace Harmonie, ve kterém nově každý týden naleznete speciální týdenní nabídku!

www.aurora.cz

SPECIÁLNÍ AKCE 27. A 28. BŘEZNA: VELIKONOČNÍ MENU V RESTAURACI HARMONIE

100 g Velikonoční vajíčková roláda podávaná s domácí bylinkovou majonézou a celozrnnou bagetkou

500 g Nadívané baby kuřátko servírované na smetanovo-bazalkovém soté, podávané s máslovým bramborem

150 g Vanilková panna cotta podávaná na malinovo-mátovém rozvaru

Zvýhodněná cena celého menu.

UPOZORNĚNÍ:

Lázeňská prodejna v Lázních Aurora bude z technických důvodů ve dnech

7.-12. 3. 2016

uzavřena.

Děkujeme za pochopení.



Bowling Bar

Prodloužená provozní doba! Nové ladění interiéru.

Celková kapacita 30 míst. Nachází se v přízemí Wellnesscentra (schody dolů za vstupem do bazénového komplexu). Dvě bowlingové dráhy, kulečník, šipky. Možnost pronájmu celého baru, vhodný pro firemní akce. Možnost sledování sportovních přenosů. BOWLING BAR je nekuřácký.

OTEVŘENO:

pondělí	17.00-23.00 hodin	Cena: 180 Kč / hod. / dráha Rezervace na tel.: 384 750 331 nebo elektronicky: www.aurora.cz/cz/volny-cas-2/ rezervace-bowlingu www.aurora.cz
úterý	17.00-24.00 hodin	
středa	17.00-24.00 hodin	
čtvrtek	17.00-24.00 hodin	
pátek	17.00-24.00 hodin	
sobota	17.00-24.00 hodin	
neděle	17.00-23.00 hodin	

BŘEZNOVÉ KONCERTY V LÁZNÍCH AURORA

středa / 2. března / 19.00 hodin / vstupné 130 Kč
JAMU BRNO - operní a operetní melodie, prof. Miloš Schnierer a spol. - koncert

pondělí / 7. března / 19.00 hodin / vstupné zdarma
PĚSLAV OZVĚNA - smíšený pěvecký sbor - koncert

středa / 9. března / 19.00 hodin / vstupné 100 Kč
„reBRELove“ - francouzské šansony - recitál

pondělí / 14. března / 19.00 hodin / vstupné 100 Kč
OLD STEAMBOAT JAZZBAND - koncert

středa / 16. března / 19.00 hodin / vstupné 150 Kč
POUTNÍCI - koncert

čtvrtek / 17. března / 19.00 hodin / vstupné zdarma
ZUŠ TŘEBOŇ - koncert žáků

úterý / 22. března / 19.30 hodin / vstupné 80 Kč
TŘEBOŇSKÝ SYMFONICKÝ ORCHESTR - koncert

úterý / 29. března / 19.00 hodin / vstupné 80 Kč
GAMA - THE SHADOWS SOUND - koncert

Všechny koncerty se konají ve Společenském sále Lázní Aurora. Předprodej vstupenek: Infocentrum a Aqua info Lázní Aurora, recepce Bertiných lázní, TIC Třeboň. Bližší informace na tel.: 384 750 127

► Březnové zájezdy nejen pro lázeňské hosty



Český Krumlov



Melk

Solná komora - Traunsee



5. so **ČESKÝ KRUMLOV PZ** 450 Kč / senior 400 Kč

- prohlídka historické části města
- návštěva Hradního muzea

13. ne **MĚSTA, HRADY A KLÁŠTERY V DOLNÍM RAKOUSKU CZ** *690 Kč

- malebná část Podunají a soutěska Wachau
- Krems an der Donau, středověká obec Dürnstein
- kláštery Götweig a Melk

20. ne **LINEC - FREISTADT CZ** *550 Kč

- prohlídka historické části města
- hlavní náměstí se sloupem Nejsvětější Trojice
- renesanční radnice (15. století)
- farní kostel v barokním stylu (16. století)
- nový Dóm z 19. století se 134 m vysokou věží
- zámek s muzeem
- Pöstlingberg - poutní místo
- Freistadt - prohlídka historické části města

26. so **TŘEBOŇSKÉ RYBNÍKY PZ** 330 Kč

- CHKO Třeboňsko byla vyhlášena v r. 1979
- Zlatá stoka: dílo Štěpánka Netolického
- rybník Rožmberk: dílo Jakuba Krčína z Jelčan
- přírodní rezervace Velký a Malý Tisý
- Nadějská rybníční soustava

27. ne **SOLNÁ KOMORA - nejkrásnější část Rakouska CZ** *780 Kč

- jezera: Mondsee, Wolfgangsee, Hallstättersee a Traunsee
- prohlídka městeček Mondsee, Sv. Wolfgang a Hallstadt
- Gmunden: zastávka u vodního hradu a zámku

Pozn.: *Baliček místo oběda, večere. Pouze pro klienty, kteří mají polopenzi či plnou penzi zahrnutou v pobytu v lázních - nutno vyzvednout u snídaně!



Linec



Třeboňské rybníky

CZ CELODENNÍ ZÁJEZD Odjezd v 8.00 hodin od Lázní Aurora
Odjezd v 8.10 hodin od Bertiných lázní, Tyršův stadion

PZ POLODENNÍ ZÁJEZD Odjezd ve 13.00 hodin od Lázní Aurora
Odjezd ve 13.10 hodin od Bertiných lázní, Tyršův stadion

Přihlášky a platby zájezdů v Infocentru Lázní Aurora ve čtvrtek do 16.00 hodin před každým zájezdem. Jednotlivé zájezdy se uskuteční při 30 platících účastnících.

CK GEOTOURIST je pojištěna ve smyslu zákona 159/1999 Sb. u GENERALI POJIŠŤOVNY, a. s.

Objednejte si Katalog relaxačních pobytů 2016



V letošním roce jsme pro vás připravili nabídku pro rok 2016 v podobě katalogu relaxačních pobytů ve zcela novém kabátě. Jeho elektronickou podobu najdete na webových stránkách obou lázeňských domů nebo na www.laznetrebon.cz.

Pokud budete mít chuť katalogem fyzicky zalistovat v pohodlí domova, rádi vám jej zašleme. Cesta je jednoduchá, napište na e-mail iks@laznetrebon.cz, do předmětu uveďte KATALOG 2016, dále vaši poštovní adresu a můžete se na katalog těšit!

Lázeňská Pohoda 3/2016

VYDAVATEL:

Lázně Aurora s. r. o. Bertiny lázně Třeboň s. r. o.
Lázeňská 1001 Tylova 171
379 13 Třeboň 379 15 Třeboň
IČ: 25179896 IČ: 60067837
pohoda@aurora.cz pohoda@berta.cz

Město Třeboň, Palackého nám. 46/II, 379 01 Třeboň.

REDAKČNÍ RADA:

Šéfredaktor: Ing. Sabina Kodlová, členové:
PhDr. Milan Kramářík, Ing. Martin Blažek, Daniel Hamr, Roman Růžička, Ing. Martina Herchová, Monika Kurková, Mgr. Jitka Bednářová, PhDr. Luděk Švejcár

Náklad: 10 000 ks

Tisk: Tiskárna Protisk,
Rudolfovská 617, 370 01 České Budějovice.

Vychází měsíčně jako informační materiál.
Toto číslo vyšlo 3. 3. 2016.
MK ČR E 17981 Neprodejné.