

Trutnovinky



Plavky



lesní plovárna

*Místo
odpočinku
a zábavy*

Otevíráme první prázdninový den 1.července

Těšit se můžete na
opravené koupaliště.

Děti do 100 cm mají v doprovodu
osoby starší 18-ti let vstup zdarma

RETROPARK SEJFY Dolní Sejfy 319 542 23 Mladé Buky u Trutnova, tel.: 777 239 207,
GPS: 50°37'3.13"N 15°50'25.944"E

www.lesniplovarna.cz

Editorial

Pastva pro oči

HYNEK ŠNAJDAR / redaktor

Jako kluk jsem jezdil na prázdniny k prarodičům na severní Moravu. Horké letní dny jsem převážně trávil na tamním vesnickém koupališti. Už tehdy, my kluci, většinou v červených trenýrkách, jsme se zvýšeným zájmem pozorovali, jaké plavky mají na sobě dívky a jak v nich vypadají. Nosily jednoduché fádny plavky, které jen málo odhalovaly to, na co jsme se nejvíce těšili. V druhé polovině prázdnin však došlo na koupališti k malé revoluci. Do vsi přijela na prázdniny krásná, asi o pět let starší Kamila, kterou jsme všichni platonicky milovali. Najednou vystoupila ze sluneční záře, na očích netradiční sluneční brýle a co víc, na sobě titěrné, dvoudílné plavky bez ramínek ze západního Německa. Osazenstvo plovárny z Kamily nemohlo spustit oči. Muži se kochali křivkami jen spoře zahalené dívky, ženy tiše záviděly. To ještě nikdo netušil, že bude trvat dlouhých dvacet let, než k nám tato „pokleslá“ móda dorazí také.



HLAVNÍ TÉMA: PLAVKY / STR. 5 ▶ 33



SOUČASNÉ TRENDY

STR. 6 ▶ 9



ROZHOVOR S PLAVČÍKY

STR. 12 ▶ 14



ZÁVODNÍ PLAVKY

STR. 26 ▶ 27



LOUTKAŘI KOPEČTÍ

STR. 34 ▶ 36

Vydavatel: TN Média s.r.o., IČ: 28847229, MK ČR E 19626. **Sídlo redakce:** Svatojánské náměstí, Trutnov, www.trutnovinky.cz, e-mail: redakce@trutnovinky.cz, **Obchod, inzerce:** Monika Klikarová, tel: 499 941 941, 733 353 695, e-mail: monika@trutnovinky.cz, obchod@xantipa.eu, **Redakce:** Pavel Cajthaml, tel: 733 510 071, Hynek Šnajdar, tel: 734 457 697, Michal Bogán, tel: 734 545 423, **Grafika:** Lenka Procházková, **Distribuce:** Česká pošta a.s. a vybraná distribuční místa, **Tisk:** Tiskárna Voborník, K. Čapka 868, Hostinné, **Sazba:** XANTIPA AGENCY s.r.o., **Číslo ISSN:** 1805-8914. **Titulní strana:** Vilém Fischl

INZERCE



**OKNA
DVEŘE
ZIMNÍ ZAHRADY**

PROPLAST K s.r.o.
... okna patří k životu

kvalitní servis výhodné ceny individuální přístup

📍 Kde nás najdete

Náchod Hradec Králové
Trutnov Nové Město n.M.

☎ Zavolejte nám

491 472 927

www.proplast-k.cz

Letní koupaliště TRUTNOV

Otevíráme

v pátek 3. 6.
(v závislosti na počasí)

PROVOZNÍ DOBA:

červenec, srpen

9.00 - 20.00 hod.

červen

9.00 - 19.00 hod.

MEBYS Trutnov s.r.o.

provozovatel sportovních zařízení

adresa provozovny: Na Lukách 461, Trutnov

Prověřený odbavovací systém

Skupinové a rodinné vstupné

Tobogán zdarma

Skákací hrad, trampolína
a pískoviště se skluzavkami

www.sportoviste-trutnov.cz



www.facebook.com/SportovisteTrutnov

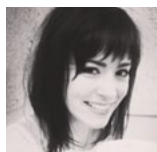
Vzpomínáte si na první plavky?



Tomáš Břeň, trenér plavců

Úplně na první asi ne. Vybavuji si ty, ve kterých jsem chodil do prvních kurzů plavání v Poličce. Byly nohavičkové - z dnešního pohledu tedy moderní - s

proužky a šňůrkou v pase, která se pořád povolovala. Navlékali mi je rodiče, tak musely asi sedět dobře. Nevzpomínám na žádné problémy, vyjma povolující se šňůrky.



Kateřina Adamcová, novinářka

Moje první dvoudílné plavky, na které si pamatuju, byly světlé modré. Vůbec mi neseděly a dneska bych si je rozhodně nekoupila. Radost z nich jsem

měla do okamžiku, než jsem v nich vlezla do vody v Dolcích. Během chvilky byly totálně průhledné.



Libor Kasík, ředitel Uffa

Myslím, že to byly nějaké modré nebo modrooranžové, normální klukovské plavky. Jestli mi seděly nebo slušely jsem určitě neřešil.



Martina Chrástková, šéfredaktorka

Pamatuji si, jak jsem se poprvé měla zašněrovat do podprsenky. To bylo peklo, padalo mi to, překáželo mi to, pořád jsem to někde lovila.



Miloslav Urbanec, producent

No, já si vybavuju, že jsem se koupal nahatej! První plavky, to už je úplně sci-fi, to si fakt nepamatuju.

INZERCE

GRUND

Firma GRUND a.s., přední výrobce koupelnových předložek exportující do více než 40 zemí světa.

PŘIPOJTE SE K NAŠEMU TÝMU

Šití / Operátor stroje / Entlování

Balení / Expedice » další pozice kariera.grund.cz

GRUND a.s., Kalná voda 5,
542 23 Mladé Buky
Tel.: 491 001 122
E-mail: kariera@grund.cz
www.grund.cz



Léto je tady. Hurá do plavek!

Čas letních dovolených se blíží. Ať vyrazíme za rekreací kamkoliv, většina z nás si s sebou přibalí plavky. A je jedno, zda se nakonec vykoupeme v moři, rybníku, řece či bazéně.

PAVEL CAJTHAML
FOTO: ASTRATEX.CZ

Prýč jsou doby, kdy na plavkách moc nezáleželo, všichni měli podobné, ne-li stejné. Dnes jsou plavky samostatnou módní kapitolou. A velmi sledovanou...

V čem vyrazit k vodě? Otázka, kterou si kladou hlavně ženy. Odpověď není jednoduchá. Například letošní plavkovou módu ovládnou květinové vzory. „Objeví se na jednodílných i dvoudílných plavkách. Trendem jsou už několikrát rok," upozorňuje Pavlína Nováková z firmy Astratex. cz. V kurzu budou i zvířecí vzory, mnohdy právě v kombinaci s květinovými motivy, případně

plavky z lesklých materiálů, které na první pohled vypadají jako saténové. „Oblíbené budou i plavky v kontrastním provedení, třeba výrazně zelený vršek a černý spodek, nebo zelený vršek a fialový spodek," naznačuje Nováková. Jaký typ plavek zvolit? U jednodílných se dá říct, že se hodí pro všechny typy žen, bez rozdílu věku. Dámám, kterým se nechce do bikin, navíc pomohou zakrýt drobné nedostatky postavy. Doba se ale změnila. I dvoudílné plavky dnes můžou nosit méně sebevědomé ženy. Existuje totiž obrovské množství střihů. Například klasické plavky. Mají stejný střih, jako běžné dámské spodní prádlo, liší se jen

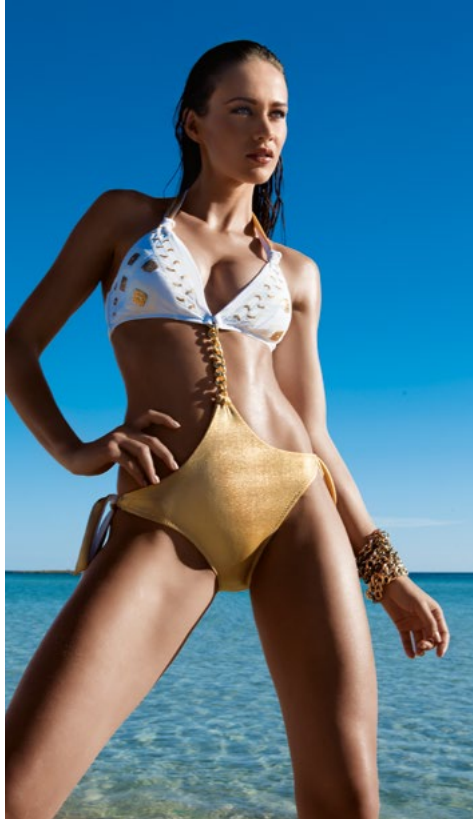
materiálem. Dlouhodobě oblíbené jsou bardot bikiny, plavky s vyztuženým vrchním dílem, díky kterému vynikne horní část řader. Jméno mají po francouzské herečce Brigitte Bardotové, která proslavila balkonový střih podprsenky v 60. letech.

Pro mnoho žen jsou stále populární bikiny, trojúhelníkové plavky se šňůrkami na bocích a zavazováním za krkem. Hitem posledních let jsou ale tankini - s topem místo podprsenky. „Vypadají na první pohled jako jednoduché. Vrchní díl ale končí u kalhotek a dá se vyhrnout, třeba na opalování, což je velice praktické,“ uvádí Pavlína Nováková z firmy Astratex.cz.

Pro ty nejodvážnější ženy jsou tu mikrokiny. Jak už název napovídá, jsou to velmi malé bikiny, zakrývají jen to nejnutnější. „Jsou výborné na opalování, ale tento trend se v českých zemích zatím nechytil. Ale třeba na Floridě jsou velmi populární,“ říká Nováková. Mezi nejvíce svůdné plavky ovšem patří monokiny - jednoduché plavky, kdy vrchní a spodní díl spojuje na břiše úzký pruh. „Jsou vhodné pro mladší i starší ženy, schovávají problémové partie břicha,“ zdůraznila Nováková.

Jak správně koupit plavky? Odborníci tvrdí: Jestli si žena v šedesáti na sebe vezme mikrokiny, je to její věc. Při výběru plavek by ale žena měla respektovat vlastní tělo. Podle typologie se ženské postavy dělí do pěti skupin. Obrácený trojúhelník, klasický trojúhelník, jablko, přesýpací hodiny a atletická postava. Každá přitom potřebuje, aby plavky kladly důraz na jiné tělesné partie, nebo od nich naopak odváděly pozornost.

„Ženy, které mají širší ramena, by měly mít plavky s extravagantním nebo pestrým spodním dílem a jednoduchým vrchním. Ženy s širšími boky



by naopak měly zvýrazněním dekolty přitáhnout pozornost k vrchnímu dílu plavek, třeba bardot podprsenkou, vyhnout se zavazování na bocích, kalhotky volit spíše bokové,“ říká Nováková.

Pro zakulacené postavy se doporučují jednoduché plavky nebo plavky tankini se zvýšený spodním dílem se stahovacím efektem a v tlumených barvách. Dámám s atletickou postavou bez pasu (například běžkyňe) se hodí jednoduché plavky, které jsou na bocích proříznuté, takže vytvářejí dojem

INZERCE

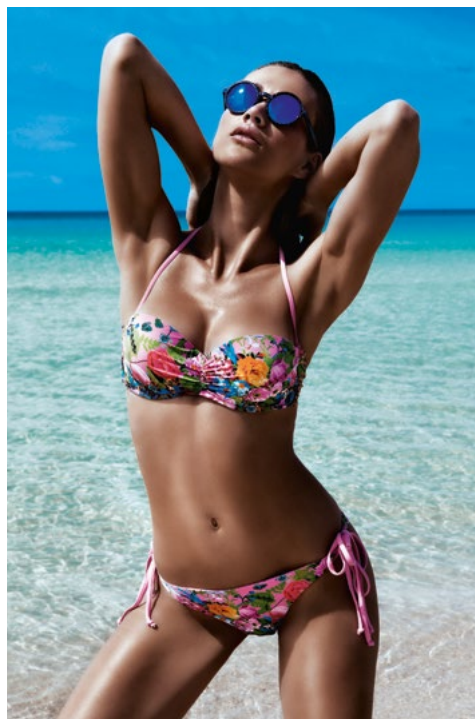
ASTRATEX
HLEDÁ KOLEGY
DO TÝMU V NÁCHODĚ

Nabízíme možnost realizace vlastních nápadů,
další vzdělávání v oboru, zaměstnanecké benefity,
pružnou pracovní dobu, atd...

WWW.ASTRATEX.CZ/KARIERA

postavy přesýpacích hodin, tedy ideálu s dobře vyvýšeným pasem. „Právě ženy s nejlepšími proporcemi (*nahore i dole stejně široké, pas užší*) jsou jedinou skupinou zákaznic, která si na sebe mohou vzít prakticky cokoliv,“ uznává Nováková.

Kdo si potrpí na eleganci nebo potřebuje zakrýt nedostatky, může využít mnoho atraktivních doplňků. Jsou k máni prakticky ke všem druhům plavek. V mnoha zahraničních destinacích jsou dokonce společenskou nutností. „Například v Egyptě si nemůže žena dovolit jít do hotelu jen v plavkách. Pareo nebo tunika jsou slušivým řešením, obojí se dá s plavkami perfektně sladit a přitom využít rovněž jako šaty.“ Ale zpět na pláž. Po celá desetiletí zůstávají v módě bílé plavky. Přitahují totiž pozornost, obzvláště pak na opáleném těle. Proto je se sebou spousta žen vozí na dovolenou jako druhé plavky. Nosit je začnou, až když nacytají dost bronz. „Nevýhodou bílých plavek je, že v méně čisté vodě rychle žloutnou. Ale v chlorovaných bazénech barvu určitě neztrácí,“ říká Pavlína Nováková.



Tím se dostáváme k údržbě plavek. Prodejci doporučují před prvním použitím plavky vyprat ve vlažné mýdlové vodě. Neždímat, nesusít na slunci, nechat volně uschnout. Pak budou dobře připravené na sezónu. A po každém koupání, ať v moři nebo bazénu, musí se plavky namočit a vymačkat v čisté vlažné vodě. „A opět dát přirozeně uschnout, nesusít na přímém slunci. Čím více se o plavky budete starat, tím déle vám vydrží,“ upozorňuje Nováková z firmy Astratex.cz.

Plavky nejvíc ničí kombinace sluníčka, potu a opalovacího krému. Nejlepší, co můžete udělat, je nejdříve se natřít krémem, nechat ho zaschnout a teprve potom se obléknout do plavek. Nepatří ale do sauny a vířivky, kde se plavkový materiál zbytečně vytáhne. A pozor na přechlorované bazény. Nejen, že jsou nebezpečné pro lidské zdraví. Chlorovaná voda poškozuje plavky víc, než přírodní sůl, varují prodejci a doporučují: Na týden k moři si vezměte dvojce plavky! Ženy, muži i děti.

A jsme u dalších členů rodiny. I oni mají své plavkové trendy. Dívkám do deseti let se doporučují jednoduché plavky, protože u nich převažuje spíš zábava nad opalováním. U starších děvčat už bývají v kurzu dvoudílné, často nosí zkrácený top s kalhotkami.



Mnohem jednodušší to s plážovým outfitem mají muži. Nejčastěji nosí šortky, které sahají do půlky stehén a jsou z lehkých materiálů. „Přišly k nám z Ameriky, s televizním seriálem Pobřežní hlídka. Úplně převálcovaly do té doby nejpoužívanější adamky (*tvar slipů*),“ připomíná Pavlína Nováková.

Na síle ale neztrácí ani klasika v podání boxerek, které jsou mezi muži považovány za nejpraktičtější plavky. Mladí se často koupou v dlouhých

šortkách sahajících až pod kolena, které ale nejsou primárně koupacími či opalovacími plavkami. V cizině je běžně nosí prakticky jen surfaři.

I muži mají své barevné trendy. V posledních letech frčí námořnické barvy: Královská modř, bílá a červená. Tedy nejlépe kombinovatelné barvy. V oblíbě jsou tmavé plavky se světlejším proužkem. ■

VÍTE, ŽE...

... do konce 50. let existovaly jen jednoduché plavky. Teprve po roce 1957 se objevily dvoudílné.

... všechny dvoudílné plavky se označovaly jako bikiny. Až teď se za bikiny berou trojúhelníkové plavky.

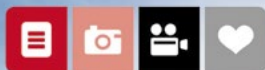
... na dovolenou se doporučuje mít dvojce plavky. Jedny z ložka, jedny koupené letos.

... nejlepší období pro nákup plavek je březen a duben, ale nejvíce ženy kupují plavky v červnu.

... přes internet si můžete objednat více druhů plavek. Ty, co vám nesednou, lze vrátit.

... ceny nejjednodušších plavek u nás se pohybují v rozpětí od 900 do 2500 korun

INZERCE



MOJETRUTNOVINKY

Bonusy
ve zpravodajství

akce, slevy

bazar

soutěže

Soutězte s námi

o slevové kupóny
od Astratex.cz

www.moje.trutnovinky.cz

Chystáme další soutěže
o zajímavé ceny. Sledujte
proto zprávy o klubu Moje
Trutnovinky! Pokud ještě náhodou
nejste členy, zaregistrujte se!



- Solárium -



- Sotná jeskyně -

comgate

HOTEL HORIZONT

UFFO

OČNÍ OPTIKA

UKLIDOVKA

GROUP

Jak si vybrat plavky na Dolce i do Dubaje

PAVEL KRÁLÍČEK, FOTO: MILOŠ ŠÁLEK

Když udeří letní vedra, nemáme většinou na oblečení pomýšlení. Spíše na svlečení. A bazén. Sluníčko. Jeden kus oblečení, který dokážeme tolerovat, jsou plavky. Možná jste nikdy neřešili, co si na sebe do vody berete a říkáte si, že je to skoro jedno. Ano, je. Skoro jedno. Stačí dodržet jen pár pravidel a budete si moct čas strávený u vody užít plnými stylovými doušky.



Plavky v zásadě kopírují pánské spodní prádlo - mohou být buďto slipové, boxerkové nebo trenkové. Existují samozřejmě i různé celotělové výstřelky, ale těm se věnovat nebudeme. Nejvhodnějším typem pro volný čas a pobyt u vody jsou jednoznačně trenky - nic se v nich nerýsuje, nemůže vykounout a zároveň s nimi můžete jít i do baru, aniž byste se nutně museli stydět.

Který typ už tedy víme. Ale jak by měly vypadat? I když se říká, že na délce nezáleží, není to tak. Ideální délka trenkových plavek je od půlky stehén až těsně nad kolena. Mimo toto rozhraní budou buďto příliš mladické, nebo odhalující. Co se týče střihu, měl by být podobný bavlněným kalhotám - ani příliš těsný, ani příliš volný. Což se lehko řekne, ale těžko udělá.

Máme typ, délku i střih. A co barva? Jako i jině platí, že v jednoduchosti je síla. Plavky by měly být ideálně jednobarevné (*modrá, červená, ...*), nebo s jednoduchým vzorem a co nejmenším množstvím log a „cinkrlátek“. Pak se s nimi můžete z pláže přesunout rovnou do baru, aniž byste se museli převlékat.

Možná v obchodě nenajdete plavky, které by vyhovovaly všem zmíněným pravidlům. To vůbec nevadí. V létě jsou totiž mnohem důležitější věci - odpočinout si, užít si slunce a bavit se s lidmi, které máte rádi. Ať je to na Dolcích, nebo v Dubaji. ■

INZERCE

Zajištěna kyvadlová doprava z Trutnova a parkování zdarma

ZAHÁJENÍ LÁZEŇSKÉ SEZÓNY 2016

v JANSKÝCH LÁZNÍCH

sobota **4. června** / od 10:00

od **13:00** koncert skupiny **NO NAME**
na centrálním náměstí

od **15:30** vystoupení zpěvačky **DASHY**
se skupinou **Pajky Pajk**

Těšit se můžete i na **bohatý doprovodný program**.

Více informací na www.janskkelazne.com

Podle čeho si vybíráte plavky?



Jitka Gábrtová, podnikatelka

Jako první si samozřejmě vybírám podle vzhledu, musí mě zaujmout. Potom je určité důležité, aby mi dobře sedly, také aby zakryly, co je přebytné a vyzdvihly přednosti. Plavky si kupuji několikrát za sezonu, u moře se většinou vyšisují, takže nemám cenu si kupovat drahé plavky. Kupuji převážně barevné, ve kterých potom vynikne opálená pokožka, například zářivě oranžové. Upřednostňuji odnímatelná ramínka.



Matyáš Zieris, kajakář

Moje plavky jsou většinou nějaké vyřazené závodní trenky. Jediné pro mě důležité je, aby mi nepadaly, jelikož jsem si s tím užil hodně překérných situací.



Paulina Skakova, sochařka

Vzhledem k tomu, že nejsem moc plážový a opalovací typ, tak plavky nejsou důležitou součástí mého šatníku a čím jsem starší, tím víc mě baví jednoduchost a praktičnost, aby to tak nějak všechno drželo pohromadě.



Petra Judová, marketingu

Plavky (preferuji dvoudílné) si hlavně vybírám podle barvy. Mam ráda barevné. Často se motivuji v katalogích, kde plavky předvádí krásné opálené modelky. Skutečnost na mně je však pak už jiná.



Jan Kopřiva, grafik

Celý život jsem nosil klasické slipové plavky, ale letos jsem si po 34 letech koupil u Vietnamců plavky šortkové, protože už jsem si začínal připadat opravdu oldschoolově. I když šortky nemám rád, nedá se v tom pořádně plavat, lepší se na tělo, chtěl jsem jít s dobou. A hlavně jsem chtěl být fešák. Nejdřív jsem měl vybraný plavky za 239 korun, pak za 119 a nakonec jsem si koupil ty za 89, takže jsem si vybral podle ceny. Kupovat za 1600 světové značky Billabong nebo O'Neill..., nechápu, kdo to za plavky dá.

INZERCE

SPECIALIZOVANÝ AUTOSERVIS

ŠKODA, VOLKSWAGEN, AUDI, SEAT

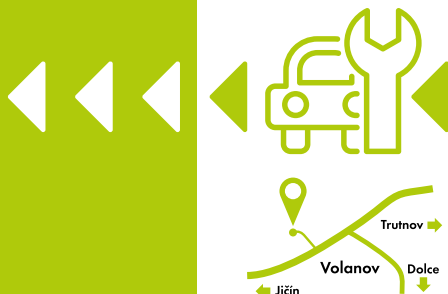
- Servis osobních vozů
- Prodej vozů
- Náhradní díly
- Výkup vozidel
- Financování

Autoslužby Trutnov s.r.o.

Na Statku 31, Trutnov – Volanov
(výpadek směr Jičín, u odbočky na Dolce)

www.autoslužbytrutnov.cz

autoslužby
TRUTNOV



☎ 777 885 337



Otakar Šinkora

Ženy nahoře bez? Žádný problém

• HYNEK ŠNAJDAR

Jaké nosí návštěvníci plavky?

Antonín Peter: Samozřejmě sleduji, aby návštěvník neměl na sobě klasické kraťasy, aby neskočil do vody v džínách. Jinak u mužů jsou tradiční plavky a šortky tak padesát na padesát. Ženy nosí dvoudílné a jednodílné plavky, ty asi frčí více. V podstatě na koupališti narazíte na všechny druhy plavek.

Otakar Šinkora: Nějak programově to nesleduji, ale samozřejmě vidím, jaké jsou trendy. Dříve to byla klasika, od které se to odklonilo. Ti, co plavou závodně, je mají upnuté. Chlapi nosí hodně bermudy a dámy spíše jednodílné plavky. Ty, které jsou více vysoustruhované, si oblečou dvoudílné, aby vynikla jejich postava.

Plavky. Kdo by na ně měl být větší odborník, než ten, kdo se pohybuje v prostředí koupališť. Otakar Šinkora je plavčíkem na krytém bazénu dvaadvacet roků. Jeho kolega Antonín Peter je správcem městského koupaliště šest let. Sledovat plavkové trendy je prostě tak trochu v náplni jejich práce.

Jaké se vám líbí u žen a jaké u mužů?

Antonín: Když jsou plavky dobře střižené, které dobře vykreslí ženinou postavu, je to samozřejmě hezká podívaná. Barva plavek u toho asi nehraje moc velkou roli. Co se týče chlapů, musel byste se zeptat nějaké plavčice.

Otakar: Samozřejmě u žen dvoudílné, zvláště když má žena dobrou figuru. U chlapů nejsou špatné bermudy.

Překvapilo vás něco v tomto ohledu?

Antonín: Jeden pán kdysi přišel v takových jednodílných retro pruhovaných plavkách. Bylo to jako ze třicátých let minulého století a vypadalo to fakt dobře. To si pamatuji dodnes. Jinak jsem nezazna-

menal nic extrémního.

Otakar: Ani ne. Jsem už tady tak dlouho, tak mě nemůže nic překvapit.

Jak dlouho děláte svou profesi?

Antonín: Správce koupaliště dělám šestou sezónu.

Otakar: No, už je to dvaadvacet roků.

Změnily se nějak plavky za tu dobu?

Antonín: Je to přibližně stejné, žádné velké výkyvy. Je to asi jenom o střihu plavek. Jezdí sem ale hodně Poláků a ti jsou v tomto ohledu trochu před námi. Myslím si, že k nám takové plavky přijdou tak za rok či dva.

Otakar: Zřejmě nejvíc barevností. Dříve byly fádní, jednobarevné, dnes jsou mnohem pestřejší.

Jaké preferujete a nosíte?

Antonín: Já nic nepreferuji, jsem více správce koupaliště než plavčík. Když se jdu koupat, používám boxerkové plavky, předtím jsem měl klasiku.

Otakar: Pořád ty stejné. Modrá klasika se šňůrkou v pase.



Antonín Peter

INZERCE

Wellness studio

Získejte důležité informace o stavu vašeho těla.

50% sleva
na kompletní segmentální tělesnou analýzu.

cena 25 Kč

Co vám změříme:
váhu | tělesný tuk v %
svalovou hmotu v kg
kostní minerály | BMI
DCI-kcal | metabolický věk | tělesnou vodu
viscerální tuk

Akce platí **do 31. 7. 2016.**

Potrpíte si na nějakou konkrétní značku?

Antonín: O značce to asi není, musí se mi líbit střih a musí mít sedět.

Otakar: Na nějaké značkové trendové plavky si nijak nepotrpím.

Líbí se vám u mužů jednoduchné pruhované plavky, jaké byly ve filmu Rozmarné léto?

Antonín: Tyhle plavky jsou správné retro a moc se mi líbí. Bylo by fajn, kdyby v nich chodilo na koupaliště více lidí. Je to luxus.

Otakar: Film jsem viděl. Občas v těch plavkách někdo na bazén přijde. Vypadají dobře, bezvadné retro.

Byl byste pro, aby na koupaliště či na bazén chodily ženy běžně bez horního dílu?

Antonín: Mně je to jedno. Pokud je to dovoleno, jakože se to tady v menší míře děje, tak je to v pořádku. Nahoře bez se na koupališti toleruje. Ještě si nikdo nestěžoval, tak to asi lidem nevádí.

Otakar: Mně to nevádí a nevidím v tom žádný problém. Víím, že na letním koupališti je to běžné, v krytém bazénu ne.

Máte tady vyhrazenou dobu plavání pro nudisty?

Antonín: Ne, to tady nemáme. Provozují to ale

Trutnov, Horská 72, 2.patro. (pěší zóna)

Nutné telefonicky rezervovat termín.

Tel: **602 101 136** | Volejte v pracovní dny 9 - 18 hod.

na krytém bazénu.

Otakar: Každou neděli od devíti do desíti hodin je bazén vyhrazen pro nudisty.

Jaký je zájem?

Otakar: Chodí sem pořád stejní lidé. Někdy jich je pětadvacet, jindy třicet. Probíhá to úplně v pohodě. Zajímavé je to, že chodí více starších než mladších lidí.

Co říkáte na nudisty?

Antonín: Nemám na to vyhraněný názor. Pokud si věří, mají odvahu a líbí se jim to, tak proč ne. Pohnutky těchto lidí neznám.

Otakar: Je to každého věc a mně to nevadí.

Šli byste do toho?

Antonín: Já plavky nosím a nesundal bych je. Možná někde u rybníka, kdyby tam nikdo nebyl. Nemám ale tu potřebu.

Otakar: Když jsem byl v Chorvatsku, tak jsem na nuda pláži byl, to mně nevadilo. Ale tady bych do toho nešel.

Bydlíte přímo na koupališti. Je to výhoda?

Antonín: Výhodou je, že nezaspíte do práce. Jsem stále po ruce, když je něco potřeba.

Kam se chodíte koupat?

Antonín: Asi si každý řekne, že tady, když bydlím na koupališti. Musím ale říci, že se tady moc nekoupu. Skončí pracovní den a někdy toho mám plné zuby, tak to moc nevyužívám. Raději jedu jinam.

Otakar: Pracuji na bazénu, tak se koupu tady.

Jak jste se dostal k profesi správce koupaliště?

Antonín: V předešlé práci to šlo od desíti k pěti. Přítelkyně dělá na bazénu u kasy, poptala se a zrovna potřebovali správce. Tak jsem to vzal.

Jak jste se stal plavčíkem?

Otakar: Původně jsem pracoval na šachtě. Pak došlo k útlumu těžby a skončil jsem. Od malička jsem plaval, vždycky mě to bavilo a tady sháněli plavčíka. Přišel jsem, absolvoval jsem zkoušky a už jsem tu zůstal. ■

INZERCE

VÍTE, KOLIK SKUTEČNĚ BUDETE PLATIT ZA ÚVĚR? ÚROKOVÁ SAZBA NENÍ VŠECHNO.

S financemi poradím i Vám

Tereza Fátorová

tereza.fatorova@mpss.cz

tel.: 737 133 433

www.modrapyramida.cz

Mějte k nám ještě blíže



Modrá pyramida

Váš rádce na finance

Aby vás léto nebolelo

aneb Jak vybrat správný opalovací krém



Když přichází léto, myslíme obvykle na práci na zahradě, výlety do přírody nebo dovolenou u moře. Až v druhém plánu pořizujeme čepice s kšiltem, přípravky proti klíšťatům a... opalovací krémy. Prostředky chránící kůži nepoužívá až 40 % lidí. Přitom právě sluneční záření může způsobit rakovinu kůže.

1. Zjistěte, jaký jste fototyp

Jak rychle vaše kůže na sluníčku zčervená? Do 10 minut? Do čtvrt hodiny? Podle bezpečné délky pobytu na slunci snadno zjistíte, jaký jste fototyp. Majitelé nejcitlivější pokožky (fototyp 1) zaznamenají zarudnutí a pálení během několika málo minut. Kolem 20 minut bez „spálení“ vydrží na slunci fototyp 2, 20-25 minut pak fototyp 3, ještě déle fototyp 4. Většina Středoevropanů má fototyp 3.

2. Vezměte na pomoc kalkulačku

Pokud znáte svůj fototyp, snadným výpočtem určíte, jak dlouho vás před nebezpečným UV zářením ochrání krém na opalování s takzvaným SPF (Sun Protection Faktor).

Řekněme, že vaše pokožka na slunci zrudne po 10 minutách (fototyp 2). Máte k dispozici krém s ochranným faktorem SPF 25. Vynásobíte minuty (10) číslem SPF (25). Výsledek (250) udává počet minut, po které bude vaše pokožka natřená tímto konkrétním krémem chráněna. Fototyp 2 přecháá tedy na slunci bez úhony něco málo přes 4 hodiny.

Po nich je nutné ochranný prostředek aplikovat znovu. Raději ale dříve.

3. Uvažte, co všechno budete na sluníčku dělat

Žádný krém nevydrží na kůži věčně. Jsou ovšem situace, kdy mizí rychleji, než bychom rádi. Pro případy, že se hodláte koupat, dlouze ležet na dece nebo v písku, či třeba sportovat, vybírejte voděodolné prostředky nebo emulze voda/olej. Postup je jednoduchý:

» 30 minut před sluněním naneste opalovací přípravek.

» Vystavte se slunci na tak dlouho, jak vám dovolí použitý SPF a váš fototyp.

» Aplikaci přípravku opakujte nejpozději po 2 hodinách. Pokud se koupete, potíte nebo otíráte ručníkem, pak častěji.

4. Čtěte etikety

Najdete na nich samozřejmě číslo SPF, typ použitého UV filtru (chemický, fyzikální, hybridní) a také třeba doporučení, abyste slunci zbytečně nevystavovali kožence.

Ani u opalovacích krémů samozřejmě nic nefunguje na sto procent. Sluňte se raději méně a vždy použijte kvalitní ochranu. Pokud zaznamenáte jakékoli potíže s kůží, navštivte bezodkladně dermatologa. Myslete na zdraví své i svých blízkých. Podrobnosti o dostupných opalovacích přípravcích vám ochotně sdělí v lékárně.



Eucerin®

100 Kč sleva
na každý přípravek
z řady SUN



LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE PHARMACEUTIQUE

100 Kč sleva
na každý přípravek
z řady Anthelios



BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Široká nabídka
přípravků řady
Photoderm



Ke každému
opalovacímu
přípravku Bioderma
micelární voda
250 ml **ZDARMA**

Malé náměstí 38, Trutnov
Po - Pá 7.30 - 17.00
tel. 499 397 765
www.lekarnaureky.cz

Akce platí do vyprodání zásob.
Foto ilustrační.



RESTAURACE U DRÁKA

Navštivte tradiční
nekuřáckou restauraci
v centru Trutnova.

S příjemnou obsluhou
a výbornou kuchyní, to vše
za super ceny.



Pravidelné
sobotní
hudební
večery

Přijďte ochutnat
každodenní
pocitivá „menička.“
Kvalitní kuchyně nemusí
být drahá. Menu od 69 Kč.

Rozvoz obědů

Výběr ze 7 jídel
v ceně polévka+doprava,

již od
65,-

**ROZVOZ také
O VÍKENDECH.**



603 829 953



Krakonošovo nám. 75
www.restauraceudraka.cz

INZERCE

HUBNEME DO PLAVEK

Pohyb a strava jdou ruku v ruce

✪ MICHAL BOGÁŇ

Je červen, léto se blíží a s ním i nutnost víc odhalit své tělo. Že nemáte právě letní postavičku? Vaše chyba! Jen si vzpomeňte, jak jste se před pár měsíci dušovali, že s tím hned od pondělí začnete něco dělat a pak od dalšího, dalšího a dalšího. Jasně, prostě nebyl čas. Klasická výmluva. Teď máte akorát dvě možnosti. Vlastně tyhle možnosti máte pořád.

Buď nad tím mávnete rukou a smíříte s tím, že pekáč buchet si vytáhnete tak akorát z trouby, což nezní úplně špatně, anebo s tím přeci jen zkusíte něco udělat, i když kýžený efekt ještě v den D při vaší červencové promenádě v plavkách na trutnovském koupališti nebo tureckých plážích nemusí být vidět.

V dnešní době si stačí otevřít internet, zadat do vyhledávače, že chcete zhubnout - třeba zrovna i do těch plavek a čtením článků se zaručenými radami, sledováním videí, jak vytvarovat svoje tělo, máte o zábavu na večer(y) vystaráno. Způsobů, jak zhubnout, je mnoho, ale ne každý funguje tak, jak bychom si představovali. Různé druhy diet z tohoto článku rovnou vypustíme a spíše se zaměříme na všeobecně známou pravdu, že lepší postavy lze docílit kombinací cvičení a správného jídla.

V redakci jsme se proto rozhodli oslovit dvě zasvěcené osoby z Trutnova, které k tomuto „žhavému“ tématu mají co říct - nutriční tereapeutku Michaelu Mihálikovou a kondičního trenéra Filipa Tomáše.

Lze během měsíce zhubnout do plavek? „Lidé odpověď neradi slyší, ale jde to celkem obtížně,“ říká s úsměvem sympatická blondýnka, která se živí sestavováním jídelníčků. Zbavit se většího počtu kil za krátkou dobu (*jednoho měsíce*) není tělu prospěšné. „Dávejte si postupné cíle,“ zdůrazňuje kondiční trenér, že naší snahou by mělo být cítit se a vypadat dobře dlouhodobě a ne jen pár měsíců, aby poté nenastal tak známý jo-jo efekt, kdy se na váze opět přibere.

Podle Mihálikové lidé často během roku zapominají na správný životní styl, který zahrnuje vyvážený a pestrý jídelníček, pravidelný pohyb, kvalitní spánek či střídmost konzumaci alkoholu. Co se týká stravy, je důležité udržet si správný energie-

tický příjem, a to dlouhodobě. Dále dobrý poměr makroživin - sacharidy, bílkoviny a tuky. „Nelze aplikovat tvrzení, čím méně toho sním, tím více zhubnu,“ varuje. V rámci dnů s nižším příjmem energie se totiž tělo vypořádá, ale pokud bychom se dlouhodobě energeticky podhodnocovali, tělo nám to vrátí v podobě „syslení“ si zásob na horší časy. A zrovna v těch partiích, kde nechceme.

„Pokud ale spěcháme do plavek. Doporučuji si dát pár dnů odlehčené stravy, například zeleninové či ovocné šťávy. Ty pomohou s rychlým pročištěním či vyprázdněním, ve srovnání s běžným jídelníčkem. Poté je důležité správně si nastavit jídelníček, abychom toho nepřijímali příliš, ale ani málo,“ radí nutriční terapeutka. Jíst pravidelně, minimálně pětkrát za den je stále omílané pravidlo.

Správně nastavený jídelníček jde však ruku v ruce s dobře nastavenou pohybovou aktivitou. „Jste-li

začátečník a pokud vám to zdravotní stav umožní, můžete cvičit dvakrát až třikrát týdně po dobu jedné až jedné a půl hodiny. Pokud se cítíte dobře, pomalu přidávejte,“ uvádí trenér Filip Tomáš. Ale pozor, nezapomínejte na odpočinek a dodržování správné techniky při cvičení. „Preferujte komplexní cviky na celé tělo,“ doplňuje.

Stále omílané pravidlo - jíst pravidelně pětkrát za den.

V současnosti se trénink vrací ke starým kořenům. Trendem jsou kruháče v modernějším pojetí, cvičení s vlastní vahou těla, trénování venku, crossfit. V době, kdy většina z nás bojuje s časem, se rozrůstá i rodina vysoce intenzivních intervalových tréninků - HIIT, Tabata a jiných, kdy dochází ke střídání

maximální a nízké intenzity tak, že pár minut tréninku vám dá fakt zabrat.

Každý den si připomínejte, proč to děláte a že už se blížíte k cíli. Velmi důležité je vydržet. Výsledků se pak určitě dočkáte. ■

INZERCE

OlfínCar
Jedeme v tom s Vámi



SERVISNÍ CENOVÁ REVOLUCE!!

Pro vozy starší 3 let.

- 15% na náhradní díly

- 30% na oleje

- 40% na práci



Revoluční nabídka pro osobní a užitkové vozy Volkswagen!

Vlastníte vůz, který již oslavil 3. narozeniny? Chcete, aby Váš vůz byl vždy ve výborném stavu a zároveň nechcete zvyšovat své náklady na opravy a údržbu? Ano, tak jste to právě Vy, pro které jsme přichystali v OlfínCaru Servisní cenovou revoluci!

Akci můžete využít bez ohledu na to, zda jste někdy byli nebo nebyli našimi zákazníky, nebo jestli jste vůz koupili u nás nebo kdekoli jinde!

Tak dopřejte svému vozu originální náhradní díly a profesionální péči autorizovaného servisu OlfínCar a to za revolučně nízké ceny!

Tato akce není časově omezena, ani není podmíněna zakoupením vozu u nás. Jedinou podmínkou je stáří tří let!

OlfínCar s.r.o.
Královédvorská 517, 541 01 Trutnov
Tel.: +420 499 814 507 | E-mail: servis.tu@olfincar.cz

www.olfincar.cz

Letní koupaliště v Trutnově

Na Lukách, Trutnov

tel: 499 817 100, 734 496 833 (správce)

otevřeno: červen 9 - 19 hodin, červenec, srpen 9 - 20 hodin**vstupné:** dospělí celodenní 65 Kč (od 16 hodin - 50 Kč, od 18 hodin 35 Kč), děti (3 - 15 let) a důchodci 45 Kč (od 16 hodin - 35 Kč, od 18 hodin - 30 Kč)

- vyhřívaný plavecký bazén (25 m), vyhřívané la-guny, tobogán (96 m), skluzavka, dětský bazén, dětské hřiště, dvě pískoviště, lehátka, stolní tenis, plážový volejbal, workout hřiště, půjčovna sportovních a plaveckých pomůcek, restaurace

Rekreační areál Dolce

Oblanov 37, Trutnov

tel: 499 828 555, 774 233 342

- přírodní koupaliště s travnatou pláží, beachvolejbalové hřiště, antukové kurty, minigolfové hřiště, aquazorbing, půjčovna vodních šlapadel, lodiček, jízdních kol a drobných sportovních potřeb (míče, badminton, pétanque, kriket...), stolní fotbal, stolní tenis, trampolína, dětská hřiště, elektrická autíčka pro děti, restaurace, kiosky

Retropark - lesní plovárna Sejfy

Dolní Sejfy 319, Mladé Buky

tel: 499 692 093, 777 239 207

otevřeno: červenec, srpen 9 - 18 hodin**vstupné:** 50 Kč, od 16 hodin snížené 30 Kč, děti do 100 cm mají vstup zdarma

- 50 metrová nádrž s postupným dnem, brouzdaliště, slunná stráž s místy ve stínu, lehátka, la-vičky, dětské hřiště, nafukovací stěna, pískoviště, převlékárny, sprchy se studenou i teplou vodou, restaurace, sporty, které lze zdarma provozovat v rámci vstupného: vodní sporty, beach volejbal, multifunkční antukové hřiště, pétanque, badminton, stolní tenis, líný tenis

Tyršovo koupaliště Dvůr Králové

Mánesova 360, Dvůr Králové

tel: 499 321 909, 605 233 245

otevřeno: od června 8.30 - 20 hodin**vstupné:** dospělí celodenní 50 Kč (po 17. hodině - 30 Kč, poslední), mládež od 6 do 18 let 30 Kč (20 Kč), důchodci na 60 let 40 Kč (20 Kč), poslední hodina pro všechny 10 Kč

- plavecký bazén (50 m), rekreační bazén (50 m), brouzdaliště, dětské hřiště, hřiště na tenis, nohejbal, basketbal, volejbal (travnaté), beach volejbal, minigolf, stolní tenis, stolní fotbal, restaurace

Kde se v létě osvěžit u vody?**V zatopeném lomu, v řece, v rybníku****nebo na veřejném koupališti?**

Další možnost užít si vodních radovánek se Trutnovákům nabízí přímo v řece Úpě, někteří lidé jezdí do rybníků Peklo a Nebe u Vlčic, mezi navštěvovaná místa patří i lom v Libči. Na koupaliště můžete vyrazit třeba do Chvalče či Radče, přes zákaz se jezdí do Adršpachu. Perfektní letní osvěžení si užijete i kousek za hranicemi v přehradní nádrži Bukówka (2,5 km od Lubawky), kde jste autem do půlhodinky.

Daleko to není ani do vodního parku v Karpaczi. Na výlet v našem okrese můžete vyrazit pro změnu do aquaparku ve Špindlerově Mlýně, na Pecku do Dolní Kalné, a za hranice okresu třeba na Rozkoš, do Meziměstí, na plovárnu v Dachové u Hořic, příjemný areál je v Dobrušce a samozřejmě koupaliště Flošna v Hradci Králové.

▼ INZERCE

PŘIJMEME POSILY DO STUDIJNÍHO CENTRA BASIC TRUTNOV

Hledáme člověka, který chce opravdu pomáhat dětem
a zajímá se o nové vzdělávací metody a techniky

**POŽADUJEME:**

- Výbornou znalost ČJ
- Příjemnou komunikaci
- Vysoké pracovní nasazení
- Chut' se vzdělávat
a časovou flexibilitu

NABÍZÍME:

- Krásnou a smysluplnou práci v malém kolektivu
- Možnost seberealizace
a dalšího vzdělávání



Životopis s fotografií a motivačním dopisem
zašlete na: trutnov@basic.cz

Strach z vysvědčení? Můžeme vám pomoci

Zdá se to jako včera, kdy děti dostávaly pololetní vysvědčení. Měsíce ale utíkají a začíná se blížit vysvědčení závěrečné. Máte z něj vy i vaše dítě strach? Přes veškerou snahu a pilné učení známky nevypadají moc přívětivě? Nezoufejte, stále je čas a mnohé se dá ještě zachránit.

Studijní centrum BASIC nabízí intenzivní doučování, které může vyřešit vaše problémy a strach z posledních červnových dnů. Ke každému dítěti přistupujeme individuálně a váš malý školák si hravou formou doplní všechny potřebné znalosti. Lepší známky nemusí být pouze vašim přáním, pomůžeme vám na ně dosáhnout!

Ani vysvědčení není „konečná“ – můžeme vám pomoci i v létě, kdy nabízíme doučovací programy za zvýhodněné letní ceny. Vaše dítě může dohnat látku v klidu, v době, kdy není zatížené školní docházkou a několika kroužky týdně.

ZAVOLEJTE JEŠTĚ DNES A DOMLUVTE SI BEZPLATNOU KONZULTACI ZDARMA!

ZKUŠENOSTI NAŠICH KLIENTŮ:

„Pro Natálku bylo doučováním v Basicu velkým přínosem. Já sama na ní vidím velké zlepšení, rozhled, sebevědomí. Pochopila základy matematiky a začíná mít z toho radost. Snížila se únava, protože má více času na hraní a nemusí věnovat všechny čas drilu“.

„Doučování matematiky se Pěťovi líbilo a těšil se na každou další hodinu. Za měsíc jsme dokázali dohnat aktuální látku, vše mu „naskočilo“ a nyní nám nosí domů jedničky místo pětek :). Moc děkujeme, pokud by bylo někdy zase potřeba, tak vašich služeb rádi využijeme znovu“.

NECHUŤ K UČENÍ NEDOSTATEK SOUSTŘEDĚNOSTI

www.basic.cz



ZVLÁDNĚTE TO O PRÁZDNINÁCH

- POMALÉ ČTENÍ, NEČITELNÉ PÍSMO
- PROBLÉMY S I/Y
- POTÍŽE S MATEMATIKOU
- ŠPATNÉ ZNÁMKY
- OZNAČENÍ: DYSLEKTIK, DYSGRAFIK, ...
- TRÁPÍ SE VAŠE DÍTĚ PŘI UČENÍ A NEUMÍTE MU POMOCI?

ZAVOLEJTE A DOMLUVTE SI BEZPLATNOU INFORMAČNÍ SCHŮZKU



725 774 710, 775 040 808



Studijní centrum BASIC
Masarykovo náměstí 9, 586 01 Jihlava
U Prostředního mlýna 128, 393 01 Pelhřimov

PŘEDNÁŠKA ZDARMA

„Jak na učení bez mučení“

TRUTNOV

Úterý 7. června v 17.00

Úterý 21. června v 17.00

Tel.: 602 146 882

WWW.BASIC.CZ

PŘÍPRAVA NA OPRAVNÉ ZKOUŠKY

PROGRAM

do 7. 7.

PROSTĚ KRÁLOVNA

Příběh secesního interiéru aneb Budova plná motivů. Výstava klasických černobílých fotografií MARTINA KABÁTY TABORSKÉHO zpracovaných speciální fotografickou technikou z romantického 19. století, tzv. Sabatierovým efektem.

Kino Vesmír – foyer ** otevřeno vždy v době promítání filmu ** vstup na výstavu zdarma

1. 6.–4. 7.

OTTO PLACHT:

PANORAMAMA

Výstava

Partner Galerie UFFO: GRUND a.s.
Projekt se uskutečňuje za finanční podpory Ministerstva kultury ČR
Galerie UFFO ** otevřeno: 1.–30. 6. pondělí–sobota 9:00–18:00 hodin, 1. a 4. 7. 9:30–17:00 hodin ** vstupné 30 Kč, děti 15 Kč, děti do 3 let zdarma

3.–5. 6.

CIRK-UFF

6. ročník mezinárodního festivalu nového cirkusu

Pořadatel: UFFO – SCT

Projekt se uskutečňuje za finanční podpory Ministerstva kultury ČR a města Trutnova.

Více informací o vystoupeních, která v rámci festivalu můžete zhlédnout zdarma venku, najdete na

sobota 4. 6.

neděle 5. 6.

FUNUS

Účinkují: Bratři v tričku

4. 6. od 17:30 hodin v šapitó, 5. 6. od 18:30 hodin v Uffu ** vstupné 150 Kč

sobota 4. 6.

neděle 5. 6.

PINK ON THE INSIDE

Účinkují: David Eriksson (Švédsko)

4. 6. od 21:45 hodin, 5. 6. od 19:45 hodin ** šapitó ** vstupné 280 Kč

neděle 5. 6.

ŽONGLÉRSKÉ MINIATURY

Účinkují: Bratři v tričku

šapitó ** 14:00 hodin ** vstupné 150 Kč

pátek 10. 6.

PROMENÁDNÍ KONCERT

KRAKONOŠKY

Pořadatel: Městská dechová hudba Krakonoška, UFFO – SCT a město Trutnov

Krakonošovo náměstí ** 15:30 hodin **

bez vstupného

pondělí 13. 6.

RŮŽOVÉ BRÝLE

Červen

pondělí 20. 6.

ŽENA ZA PULTEM 2:

PULT OSOBNOSTI

Činoherní divadlo B: Divadlo Kalich, Praha

UFFO ** 19:00 hodin ** VYPRODÁNO! ** předplatitelé vstup na abonementku Činoherní divadlo B

čtvrtek 23. 6.

MUSICA ANTIQUA TRUTNOV

Koncert komorního smyčcového souboru

Koncertní sál B. Martinů ** 19:00 hodin **

vstupné 80 Kč

pátek 24. 6.

MĚSTSKÁ DECHOVÁ HUDBA

KRAKONOŠKA

Trutnovské hudební léto

Pořadatel: město Trutnov a UFFO – SCT

vedle Uffu ** 16:30 hodin ** bez vstupného

středa 29. 6.

BLACKOUT GROUP

Trutnovské hudební léto

Ta nejzajímavější a pro účinkující také nejnáročnější představení se budou konat v šapitó u Uffa nebo přímo v Uffu:

pátek 3. 6.

UNO? DUE? TRE!

DOPESHOW VOL. 2: Cirk Cirk Cirk
CHAMPIONNAT: Coline & Valentin (Francie)
3 CM: Voita Fulep, Sárka Bočková
šapitó ** 19:00 hodin *** vstupné 180 Kč

pátek 3. 6.

sobota 4. 6.

FILAMENT

Účinkující: Short Round Productions (USA/Německo)
3. 6. od 21:00 hodin, 4. 6. od 20:30 hodin ** UFFO
** vstupné 330, 290 Kč

sobota 4. 6.

HUSÍ KRKY

Účinkující: Cirkus Tetý
šapitó ** 13:00 hodin *** vstupné 100 Kč

www.uffo.cz

Cinoherní divadlo B: Divadlo Ungelt, Praha

UFFO ** 19:00 hodin ** předplatitelé vstup

na abonementu Cinoherní divadlo B,

ostatní – vstupné 340, 315, 290 Kč

15. 6.–8. 7.

KAMILA KARST:

ROZWARTWIENIA

Vernisáž 14. 6. od 18:00 hodin

Výstava se uskutečňuje v rámci projektu „Jsme stejní – Swidnica a Trutnov“. Projekt je spolufinancován z prostředků ERDF prostřednictvím Euroregionu Glacensis.

UFFO – foyer ** otevřeno: 15.–30. 6. pondělí–sobota 8:00–19:00 hodin, 1., 4., 7. a 8. 7. 9:30–17:00 hodin ** bez vstupného

neděle 19. 6.

DOBRODRUŽNÁ VÝPRAVA

Tentokrát: Za poklady permoniků a trpaslíků

Akce pro děti od 3 do 10 let

start na cestě Na Lukách (za koupalištěm)

ve 13:00 – 15:30 hodin (startuje se v konkrétní půlhodině uvedené na vstupence – vstupenky si zakupte v předprodeji, počet vstupenek pro děti je omezen) ** vstupné: 40 Kč pro děti, 20 Kč pro dospělý doprovod

Předprodej a rezervace vstupenek:

Inforecepcce UFFO

pondělí–sobota 8:00–19:30 hodin

tel. 499 300 999

e-mail: info@uffo.cz

Předprodej vstupenek:

Turistické informační centrum Trutnov

pondělí–pátek 9:00–17:00 hodin

sobota 9:00–12:00 hodin

tel. 499 818 245

Změna programu vyhrazena!

Uffo
SPOLEČENSKÉ CENTRUM TRUTNOV

Koupaliště a rybník v Horním Starém Městě

✂ VLASTIMIL MÁLEK, MUZEUM PODKRKONOŠÍ



Léto je za dveřmi a většina z nás bude hledat příjemné ochlazení u vody. V 50. a 60. letech 20. století v Trutnově mnoho možností ke koupání nebylo. Úpa byla nepříliš čistým tokem, takže osvěžení poskytovalo dětem i dospělým především koupaliště na Kryblici a tehdy ještě fungující bazény v dnešním Masarykově domě a v ZŠ Kpt. Jaroše v Trutnově, což bylo ovšem zoufale málo.

Lidé proto hledali i jiné možnosti. V roce 1954 členové Českého rybářského svazu dokončili rybník v lokalitě Za Komínem v Horním Starém Městě pro účely sportovního rybaření. V roce 1962 byl

pod ním zprovozněn ještě druhý rybník, který se nalézá v těsném sousedství Přespolní ulice a který byl využíván jako chovný. Veřejností byl tento rybník vyhledáván v 60. letech také ke koupání, jak ukazuje černobílý snímek pořízený Ladislavem Holubcem. Velký snímek od téhož fotografa zachycuje rybáře pana Kreibicha při rybolovu na horním rybníku.

Po zprovoznění rybníků v Pekle a zejména v Dolcích se možnosti koupání Trutnovákům výrazně rozšířily a koupaliště v Přespolní ulici postupně osiřelo. ■



Generální partner:



Specialista na stavební systémy



Pít se bude:



Trutnov

Krakonošovo náměstí

11/6 2016

Pivofest®

Škwor

Láďa Křížek | Doctor Victor

13:00 COOL & JUICY 14:30 PEGAS 16:00 BENJAMING'S CLAN
17:30 DOCTOR VICTOR 19:00 ŠKWOR 20:30 LÁĎA KŘÍŽEK
22:00 TŘI SESTRY BANDITOS 23:30 WANASTOWI VJECY REVIVAL

vstupné: 130 Kč předprodej / 150 Kč na místě / děti od 100 do 130 cm v doprovodu rodičů 40 Kč
e-mail: info@pivofest.cz / tel.: 777 642 009 / vstupenky online www.kupvstupenku.cz
akcí vás provede Lucie Peterková (moderátorka ČRo Hradec Králové) / zákaz vstupu se zvířaty

www.pivofest.cz

Nejvíce jsem „plaval“ v manželstvích

V současné době žije v Hradci Králové, ale chalupu má v Trutnově, kousek od Dolců. Jan Vančura (69) je hudebníkem a zpěvákem známé skupiny Plavci. Méně známé je to, že má kladný vztah k vodě a jako kluk závodně plaval. „Jsem vodní tvor a vodu používám k různým rituálům. Například mnoho let si každé ráno dávám ledovou sprchu. Doporučuji vřele, omlazuje,“ říká.

❧ HYNEK ŠNAJDAR

Proč se vaše skupina pojmenovala Plavci?

Po roce 1970 se všechny kapely musely přejmenovávat a anglické názvy byly vymýceny. My jsme se v té době jmenovali Rangers a název Plavci jsme zvolili podle písně, která byla tehdy populární.

Fotili jste se někdy v plavkách?

No jasně. Dokonce na jedno elpíčko jsme se fotili na věži podolského bazénu a byli jsme v historických jednoduchých plavkách, které jsme měli půjčené z fundusu barrandovských ateliérů.

Chodili jste se spolu koupat?

Naše kapela hrála ve více než padesáti zemích světa, takže těch příležitostí byla spousta. V bazénech ani moc ne, jen výjimečně, ale více v přírodě. Jako kluk jsem plaval závodně. Abych se přiznal, tak dnes moc vřelý vztah k plavání nemám, spíše jsem takový plážový povaleč.

Kdo z vás byl nejlepší plavec?

Kolega Mírek Řihošek také závodně plaval. Oba jsme měli za sebou bohaté zkušenosti a z kapely jsme byli v tomto směru určitě nejzdatnější.

Jaký máte vztah k vodě?

Mám ji rád, jsem vodní tvor. Voda mě nabíjí, osvěžuje. Už jako kluk jsem trávil spoustu času ve vodě. Hrozně mě bavilo lézt pod jezy. Jednou



jsem dokonce slaňoval Mumlavský vodopád, voda padala přes mě, to byl obrovský zážitek.

Kam se nejraději chodíte koupat?

V současné době se občas koupu v bazénu u chalupy v Trutnově. Když byl syn malý, chodili jsme na městské koupaliště.

Máte na Trutnovsku oblíbenou vodní plochu?

Mám to kousek do Dolců, kam ale spíše chodím na procházky a pívko na Severku. Nemůžu říct, že bych měl vyloženě oblíbenou vodní plochu.

Předpokládám, že jste viděl film Rozmarné léto, podle literární předlohy vašeho jmenovce Vladislava Vančury. Čím se vám vryl do paměti?

Vším, je to klasika, nádherný kus. Pokud ten film někdo neviděl, vřele ho doporučuji.

Líbí se vám jednoduchné plavky, které proslavil herec Rudolf Hrušínský?

Spousta lidí by je uvítala, protože by schovali nějaké ty špičky. Dnes je doba taková, že je jedno, jestli si někdo obleče jednoduché plavky nebo adamky. Za komunistů bývalo napsáno na plovárnách: Nositi plavky, tak zvané adamky, zakázáno.

V čem se koupete?

Nosím klasické krátké plavky, ale mám i dlouhé.

Uvítal byste, kdyby na veřejných plovárnách chodily ženy běžně nahore bez?

Myslím, že by mohly chodit i dole bez. Problém s tím nemám. V mém věku a po tom všem, co mám za sebou, mě to nijak nepohoršuje. Nechal bych tomu volný průběh.

Změnily se nějak plavky za dobu vašeho života?

Myslím, že to má nějaký vývoj, ubývá materiálu. Jsou ale i tací, kteří se rádi uchýlí k nějakému netradičnímu modelu plavek. Je to na každém, co si zvolí. Pamatuji si, když začínaly bikiny. Tenkrát je proslavila francouzská herečka Brigitte Bardot.

Vzpomínáte si, v čem se koupali vaši rodiče?

Máma se určitě koupala v jednoduchých plavkách, bylo to v padesátých a šedesátých letech, kdy pro ženu nic jiného neexistovalo. Otec měl klasické plavky s krátkou nohavičkou, které byly běžné na tehdejšímu trhu.

Kdy jste se naučil plavat?

Velmi brzy. Myslím si, že to bylo ve třech nebo čtyřech letech. Trávili jsme s rodiči hodně času u vody, chodili jsme pod Barrandov a tam jsme se koupali ve Vltavě. V létě jsme se zase koupali ve Vysokém nad Jizerou na venkovním koupališti. Byl jsem u vody téměř pořád.



Jaký plavecký styl preferujete?

Plaval jsem závodně kraula a prsa. Samozřejmě, že jako aktivní plavec jsem ovládal a stále ovládám všechny styly.

V čem jste v životě nejvíce „plaval“?

Asi v manželství, jsem ženatý potřetí a kdoví jestli naposled. Trochu jsem to flákal na gymplu, takže asi taky ve škole. Já jsem ten život bral hodně free. ■

PŘIDEJTE SE K NÁM

a zjistěte, jak funguje
**moderní kontaktní
centrum**



Vedoucí týmů, kteří se o vás postarají

možnost **kratších** úvazků

žádná práce o víkendech
a svátcích

zaučení v pracovní době

moderní zázemí, relax zóna

sick days a další benefity

PRÁCE V **CALL CENTRU**
MŮŽE BÝT **TO PRÁVĚ**
I PRO VÁS.

UVIDÍTE SAMI.

Ozvěte se nám
na trutnov@comgate.cz
nebo na **tel. 728 974 156**

TĚŠÍME SE NA VÁS!



Moderní technologie ubírá vteřiny

INZERCE

Pohybový klub a výživová poradna
RelaxClub
péče o tělo a duši



Ketodiet, výživové
poradenství

**zdravotní cvičení,
GTS - Gravity systém**

Oznámení všem stávajícím
i budoucím zákazníkům.

**V průběhu
prázdnin bychom
se měli stěhovat
do jiných prostor**

Platné permanentky budou
platné i v nové provozovně

Novou adresu a více info
zveřejním včas na
www.relaxclub.trutnov.net

Iva Bitnarová - specialista
pro pohyb a výživu, regionální
prodejce a poradce KETODIET

Tel. 603 821 881
bitnarova.iva@seznam.cz

Vyrábějí se v technologických laboratořích za přispění stále nových materiálů a postupů. Testování probíhá v aerodynamickém tunelu. I závodní plavky, ač se to na první pohled nemusí zdát, patří do světa sportovních úborů a vybavení, kde jde o jediný cíl - zvýšit rychlost a být nejlepší.

✂ MICHAL BOGÁŇ, FOTO: MILOŠ ŠÁLEK

Před půl stoletím čtyřnásobná olympijská vítězka Australanka Dawn Fraserová tvrdila, že nejrychleji plave nahá. Vrcholový sport se však za těch padesát let posunul zcela do jiné dimenze a „naháčů“ v bitvách s oblečenými sportovci nemají šanci. Kromě tréninku a zvyšování vlastní výkonnosti tak plavci musí v dnešní době přemýšlet i o tom, v čem budou závodit, aby byli ve vodě co nejméně omezeni.

„Protože já plavu převážně delší tratě, tak se v plavkách musím cítit hlavně pohodlně. Mám ráda, když mě moc netlačí na trapézech a nohách,“ řekla trutnovská reprezentantka Martina Elhenická. První závodní plavky dostala, když jí bylo jedenáct. „Koupili mi je rodiče od jedné plavkyně z našeho oddílu. Byla jsem strašně



šťastná," vzpomínala na černé plavky Axis, které měla po kolena.

Na olympijských hrách v Sydney 2000 se poprvé objevili plavci i v celotělových modelech, kryjící nohy a paže, avšak revoluci způsobila až výstroj o osm let později v Pekingu a rok na to na mistrovství světa v Římě, kde padlo 43 světových rekordů. Plavecký sport se ocitl na velké křižovatce a vznikla diskuze, co je v podpoře závodníka ještě možné. I když se výrobci bouřili, Mezinárodní plavecká federace FINA vydala zákaz používání celotělových plavek.

Od té doby muži soutěží jen v plavkách, které jsou od pasů dolů, ženy musí závodit s holými rameny, pažemi a úbor jim nesmí sahat pod kolena. Nicméně, výrobci se stále předhánějí ve vývoji, aby plavky přizpůsobili co nejlepší hydrodynamice. „Momentálně jsou trendem plavky s karbonovými vlákny," přiblížila Martina Elhenická. Tedy pevné, ale dostatečně elastické a pružné k potřebnému pohybu.

Až za tři měsíce poplavou čeští olympionici v Riu, představí se v novém modelu od společnosti Arena - Power skin carbon ultra. Plavky mají třikrát víc karbonových vláken než loňský typ a lépe zafixují tělo v jeho ose, nedovolí tolik rotací. Muži za ně dají více než 7500 korun, ženy zaplatí přes dvanáct tisíc. „Jsou pěkné. Ještě jsem v nich neplavala, uvidíme až si je zkusím, ale prý jsou i pohodlné," zaslechla Martina Elhenická, která se v květnu zúčastnila v Londýně svého už čtvrtého mistrovství Evropy.

Její nejoblíbenější jsou plavky Arena Carbon Air, cena se pohybuje kolem osmi tisíc. Je to její osvědčená značka a kupuje si ji vlastně stále. „Vím, že mi sedí. Vím, jak dlouho mi vydrží, takže není potřeba zkoušet nic jiného," sdělila. Závodní plavky ztrácejí každým závodem svou funkci, ovšem to trutnovská reprezentantka příliš neřeší. „Říká se, že vydrží tak osm až deset startů. Dokud mi ale drží, plavu v nich," usmála se a dodala, že staré plavky si nechává na menší závody či doplňkové starty.

Doma prý má tolik plavek, že už to ani nepočítá. „Tréninkových můžu mít okolo patnácti, závodních asi deset, ale z toho nové jsou tak čtvery a zbytek mám jen na rozplavby či menší závody," povídala. Mezi tréninkovými a závodními plavkami je velký rozdíl, ale mezi jednotlivými závodními už tolik ne. Když má úplně nové plavky, obléká se do nich i deset minut. Čím jsou plavky starší (*vytahanější*), tím je to rychlejší. Pak už to zabere jen dvě minuty.

„Člověk je v závodních plavkách fakt stažený, ale musím říct, že na rozdíl od tréninku je super pocit, když ti při závodě nikde neprotýká voda. Je to určitě ku prospěchu výkonu a nějakou většinu to ubere," uzavřela Martina Elhenická. ■

PŘIDEJTE SE K NÁM

a zjistíte, jak funguje
moderní kontaktní
centrum



Michaela K.

**Co vás nejvíce překvapilo,
když jste nastoupila
do společnosti ComGate?**

Mě příjemně překvapilo, že je tady možné pracovat na osmi i šestihodinové úvazky, což je výhodné pro maminky s dětmi. Líbí se mi také přístup zaměstnavatelů, a to nejen to zmíněné týkání, ale rovněž individuální přístup k řešení problémů.

**PRÁCE V CALL CENTRU
MŮŽE BÝT TO PRAVÉ
I PRO VÁS.**

UVIDÍTE SAMI.

Ozvěte se nám
na trutnov@comgate.cz
nebo na **tel. 728 974 156**

TĚŠÍME SE NA VÁS!



Pobřežní hlídka v Dolcích

„Fotím, plavky dolů!“ Jo, tak i tahle věta zazněla z úst Vildy Fischla při focení titulní strany magazínu, který právě držíte ve svých rukách.

MICHAL BOGÁŇ alias „MIČ BJŮKENEN“

📷 FOTO: VILÉM FISCHL

Když se na začátku května rozhodlo, že červnové Trutnovinky zaplní téma o plavkách, na poradě se nejdřív rozjela diskuze, co se objeví na titulce. Redakční návrh na „sexy girls“ neprošel, stejně jako námět obchodu na retro snímek. Zatímco ostatní body obsahu se odkývaly, otázka tváře plavkového speciálu zůstávala otevřená. „Mohli byste tam být vy,“ je nám - redaktorům - sděleno.

Hahaha! Jakmile jsme však opustili zasedačku, ta představa se nezdála býti až tak marná. Všemi deseti pro byl okamžitě Hynek, protože už se těšil, jak si od kamaráda půjčí modrobílé plavky a la Rozmarné léto. Pavel se chvíli cukal, ale byli jsme dva na jednoho. Rozhodnuto! A teď vymyslet ještě motiv. Jak celkový, tak hlavně pro mě a Pavla, protože Hynek ten byl jasnej. „Já budu

typický český fotr u moře a ty něco jako surfař, ale bez prkna,“ píše Pavel do hromadného chatu na facebooku. „Nemáš doma kruh?“ ptám se, protože ke mně pasoval víc, nejsem stejně dobrý plavec.

Fotit budeme ve čtvrtek v Dolcích. „Zařídil jsem si to v práci, můžu od tří,“ hlásí dva dny dopředu fotograf Vilda. OK. To akorát vyjde, Hynek má od pěti akci v muzeu. A za pár minut Pavel: „Od čtvrt na čtyři se hraje ČR - USA.“ Nedá se nic dělat. Hokejové čtvrtfinále na mistrovství světa letos jen přes mobily. „Uvařte si s sebou termosku čaje,“ doporučuje nám Vilda pár hodin před akcí s výhledem na počasí.

Potkáváme se v Dolcích. Na hráz nebo na molo? Toť otázka. Vítězí varianta molo. Za dohledu jedné labutě a dvou tří diváků z břehu Hynek rozkuřuje doutník, já si měním dioptrické brýle za sluneční, takže přestávám vidět, a Pavel si v županu nasazuje potápěčské ploutve. To je partička. „Hynku, kouf z doutníku je dobrý, potáhni! Pavle, vystrč tu nohu z županu!“ diriguje Vilda. „Beach boy je dobrej.“ Jedna póza, druhá, třetí, diskutujeme, šestá, osmá a přesouváme se na šlapadla k tobogánu. „Tady to má taky něco do sebe,“ líbí se zátiší fotografovi. „Dáme fotku vyložené jen v plavkách,“ rozhodneme se zbavit některých

rekvizit, jejichž účelem bylo odpoutání pozornosti od našich vymakaných těl. „Hele, a co teda i jednu fotku naostro? Jen tak pro srandu. Ta se nikde neobjeví,“ snažím se hecovat kluky. Hynek je pro a Pavla chvíli ukecáváme. „Takže nejdřív v plavkách a pak to stáhnete dolů,“ říká zpoza objektivu Vilda. Balíme a dokonce v televizi ještě stíháme část třetí třetiny, prodloužení a nájezdy.

Jak se říká, to nejlepší na konec. Nahé zadky redaktorů se rázem v naši firmě staly hlavním adeptem na zadní stranu magazínu. Uff, ještě štěstí, že tam je dopředu zaplacená inzerce. Den před uzávěrkou jsme ale třeba nevěděli, jaká fotka bude na titulce. Každý z nás měl jiného favorita. Tipnete si, čí fotka nakonec vyhrála? ■



Michal neplave, tak dostal kruh.



„Rozmarný“ Hynek se vrací v čase.



Hynku, rozkuř to! Jdeme fotit!



Pavel je připraven v plně vodní.



Na tobogánu už se sice spoustu let nejezdilo, ale pro náš účel byl perfektní.

PŘIDEJTE SE K NÁM

a zjistíte, jak funguje
**moderní kontaktní
centrum**



Michal S.

**Máte od zaměstnavatele
zpětnou vazbu na práci,
kterou vykonáváte?**

Kolektiv je rozdělený na několik týmů, které mají svého vedoucího. Ten se každému individuálně věnuje. Když vidí, že má operátor nějaký problém, přijde za ním, rozebere to s ním. Dozvíme se, co děláme špatně, co naopak dobře. Snaží se nás motivovat a díky němu se neustále zlepšujeme.

**PRÁCE V CALL CENTRU
MŮŽE BÝT TO PRAVÉ
I PRO VÁS.**

UVIDÍTE SAMI.

Ozvěte se nám
na trutnov@comgate.cz
nebo na **tel. 728 974 156**

TĚŠÍME SE NA VÁS!



Pro sledovanost Trutnovinek, třeba se i svléknout do naha! A tak si redaktoři Trutnovinek (zleva: Hynek, Pavel, Michal) v Dolcích zapózovali jen tak v rouše Adamově. PS: Chvilí přemlouvání to dalo.

INZERCE

Krkonošské pivní slavnosti

ročník 19

13/8/2016/náměstí Vrchlabí

Jaroslav Uhlíř s kapelou / Voxel / Memphis

Queenie world Queen tribute band / Rockset Roxette tribute / Alibi Rock

Barbarella / Elefun a další

- **Pirátský rodinný park.**
- **Skákací hrady a zábavné atrakce zdarma.**
- **Noční svoz pivními autobusy společnosti KAD.**
- **Piva 15ti značek, mini pivovary z hor, masové hody a krkonošské speciality.**

Moderuje Petr Říbal z TV Nova.

www.krkonoskepivnislavnosti.cz

Fotobedna
a Krakonoš





KINO VESMÍR PROMÍTÁ:

- | | | |
|--------------|-------|----------------------------|
| 1. 6. | 18.00 | Angry Birds ve filmu (3D) |
| 2. 6. | 19.00 | Ben Hur |
| 3. 6. | 17.00 | Krkonoše |
| 3. a 4. 6. | 19.00 | Svátek matek |
| 4. a 5. 6. | 16.30 | Návštěvníci 3: Revoluce |
| 5. 6. | 19.00 | Děda |
| 6. 6. | 19.00 | Čistič |
| 7. 6. | 19.00 | Vzkaz v lahvi |
| 8. a 9. 6. | 17.00 | Krkonoše |
| 8. a 9. 6. | 19.00 | Mia madre |
| 10. a 11. 6. | 16.30 | Želvy Ninja 2 |
| 10. a 11. 6. | 19.00 | Warcraft: První střet |
| 12. 6. | 16.30 | Želvy Ninja 2 (3D) |
| 12. 6. | 19.00 | Warcraft: První střet (3D) |
| 13. a 14. 6. | 16.30 | Správní chlapi |
| 13. a 14. 6. | 19.00 | V zajetí démonů 2 |
| 15. 6. | 19.00 | Belmondo |
| 16. 6. | 19.00 | Realita |
| 17. a 18. 6. | 16.30 | Hledá se Dory |
| 17. 6. | 19.00 | Dcera čarodějky |
| 19. 6. | 16.30 | Hledá se Dory (3D) |



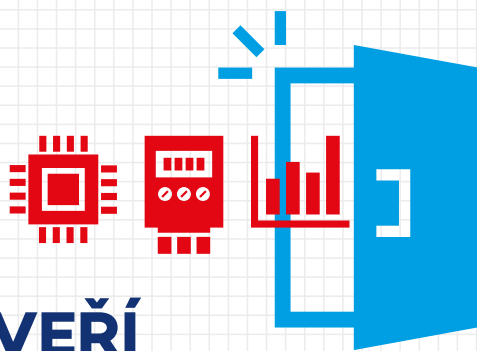
Z filmu: Jak básníci čekají na zázrak

- | | | |
|--------------|-------|---------------------------------|
| 18. a 19. 6. | 19.00 | Maggie má plán |
| 20. a 21. 6. | 19.00 | Musíme se sejít |
| 22. a 23. 6. | 19.00 | Jak básníci čekají na zázrak |
| 24. 6. | 16.30 | Kung Fu Panda 3 |
| 24. a 25. 6. | 19.00 | Oslnění sluncem |
| 25. 6. | 16.30 | Kniha džunglí 2 (3D) |
| 26. 6. | 16.30 | Alenka v říši divů: Za zrcadlem |
| 26. 6. | 19.00 | Hardcore Henry |
| 27. 6. | 19.00 | Hlavu vzhůru |
| 28. a 29. 6. | 19.00 | Mikrob a Gasoil |
| 30. 6. | 19.00 | Pařba v Pattayi |

INZERCE



DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ



Sobota 18. června 2016 od 13:00 hodin

Srdečně Vás zveme, přijďte

- oslavit 70 let tradice a 10 let značky ZPA Smart Energy a.s.,
- prohlédnout si vývoj a výrobu elektroměrů a HDO,
- využít bohatý doprovodný program pro děti i dospělé.



ZPA Smart Energy a.s.
Komenského 821, 541 01 Trutnov
www.zpa.cz



Jaké plavky jsme nosili...



Dobový snímek z koupání v rybníku u Červeného Kostelce v roce 1958. Fotografii zaslala redakci čtenářka Hana Reichlová.

INZERCE



V rámci rozšíření firmy

HLEDÁME KOLEGY

na pozici:

Dispečer/ka

- › znalost Aj nebo Nj podmínkou
- › praxe v oboru vítána

www.jht.cz

V případě zájmu zasílejte životopisy
na e-mail dagmar@jht.cz, tel: 499 773 326



Zašedlá fotka z koupání na některém z rybníků u Červeného Kostelce v roce 1958. „Já jsem ten nešťastník na nafukovací žábě," napsala čtenářka Hana Reichlová.



První výlet k moři si v roce 1969 udělala Anna Bartoníčková, místní manské letovisko Mamaia. „Byl to tam samý Čech a Slovák," vzpomíná



Historický záběr z koupaliště v Poříčí
ze Státního okresního archivu Trutnov



Fotografie byla nejspíš pořízena v Adršpašském jezírku v polovině třicátých let. „Zleva já, rodiče a má sestra Květa Žaludová,” uvedl čtenář Alois Macháček.



em její dovolené se stalo ru-
hala na dobu rok po okupaci.



Snímek z padesátých let z koupaliště
ve Dvoře Králové nad Labem. Na sním-
ku manželé Bohuslav a Věra Šolcovi.



Věra Šolcová (vlevo) pózuje s kamarádkou. Snímek vznikl zřej-
mě v padesátých letech. Výstižně zachytil, jaké plavky v té
době mezi mladými lidmi „frčely”.

INZERCE

Jediný VacuShape v Trutnově!



- tvarování postavy
- odstraňování celulitidy

cílené spalování tuků problémových partií

BOKY • BŘICHO • HÝŽDĚ • STEHNA



AKCE

20+3 ZDARMA

30+5 ZDARMA

Malé náměstí 206, TRUTNOV

tel. 733 312 722, 774 661 168

www.vizaztu.cz



Loutkáři Kopečtí

pokračovatelé slavného rodu

☛ PAVEL CAJTHAML, FOTO: MILOŠ ŠÁLEK

Ano, titulek nelže. Trutnované Jiří Kopecký (69) a Libor Kopecký (40) jsou šestou, respektive sedmou generací slavné dynastie. Oba jdou ve šlépějích svých předků. Hrají loutkové divadlo.

I když hned na začátku našeho setkání mě upozorňují, že spíš než jako klasické divadlo se dá jejich vystoupení označit pojmem loutkové varieté. „S devadesát centimetrů velkými loutkami hrál děda. My vystupujeme s menšími,“ říká Libor.

Jiří mezitím vytahuje kroniku s řadou dobových fotografií a plakátů. Dlouhá desetiletí patřilo kočovné divadlo Matěje Kopeckého mezi populární a hodně uznávané. Dokonce i Jiří do svých třinácti let zažíval cestování od štace ke štaci. „Jezdilo se od vesnice k vesnici, hráli jsme hry přímo od Matěje Kopeckého. Pro lidi to byla velká podívaná a nádherný zážitek,“ vzpomíná na dobrodružné dětství strávené v maringotce.

Když v jednom místě viděli představení všichni, uklidili herci loutky a přesunuli se jinam. „Loutkové divadlo bylo tak velké, že na to musela být celá jedna maringotka. A v té druhé se bydlelo,“ ukazuje Jiří Kopecký černobílé snímky. Šňůra většinou trvala sedm, maximálně osm měsíců. Pak se divadlo uložilo „k zimnímu spánku“.

Doby slavného kočovného divadla definitivně skončily v šedesátých letech minulého století. Jiřímu bylo tehdy třináct let. „Pak dlouho nebylo nic. Teprve až pár let po vojně mě napadlo, že bych mohl hrát loutkové divadlo. Už to ale bylo jen tak pro zábavu. Naši se tím ještě živili, za socialismu ani dnes se tím už na živobytí vydělat nedá,“ zdůrazňuje Jiří Kopecký.

K udržení tradice pomohlo i to, že loutky získal od svého otce. Nechtěl, aby visely nevyužité ve skříních. Takže občas vystupoval, i když „povinné“ pod hlavičkou svazáků. „Jinak to tehdy ale nešlo. Ale děti byly nadšené,“ vzpomíná například na loutková představení ve školách a v

texlenské klubovně. V devadesátých letech si dal na čas pauzu a k loutkaření se naplno vrátil až kolem roku 2000. Společně se synem Liborem. „Někdo nás požádal třeba o vystoupení k dětským narozeninám, tak jsme klidně hráli třeba na zahradě u rodinného domu. Nejsme žádné profesionální divadlo, které by vystupovalo pravidelně. Ale například loni jsme pobavili děti z letního tábora MASH v Dolcích nebo jsme hráli na Mikulášskou, chodíme do školek,“ přiznává Jiří.

Ohlasy ale mají stále úžasné, navzdory době plné moderních hraček. Nejmenší děti na loutky obdivně zírají stejně jako v minulosti s otevřenou pusou. „Je pravda, že na něco takového už dnes jen tak nenarazí. Když vystupujeme, sklízíme obdiv,“ přiznává Libor. S otcem hrají společně a starají se o loutky. „Nové nevyrobíme. Jen je udržujeme a opravujeme,“ shodují se.

A kdo vlastně v jejich varieté s malými loutkami vystupuje? „Pásmo trvá asi tři čtvrtě hodiny a objevují se v něm například jednokolkař, tanečnice, akrobaté či hrazdař. Je to prostě Kopecského loutkové varieté s hudbou, které kombinuje prvky kabaretu a cirkusu,“ upřesňuje Libor. Tím se liší od předků. Ti měli varie-



Někteří starší lidé možná ještě kočovná divadla pamatují. Mladé generaci už to ale přijde jako romantický pohled do minulosti.

INZERCE



MEČÍŘ

velkoobchod
maloobchod



Rozšiřujeme
náš tým

Hledáme pracovníka na pozici řidič / skladník

Požadujeme

- » uzavřené středoškolské vzdělání
- » řidičské oprávnění skupiny B
- » znalost prostředí výhodou

Nabízíme

- » zázemí stabilní firmy
- » odpovídající platové ohodnocení
- » firemní benefity

**Nástup možný ihned
případně dle dohody**

Své životopisy posílejte
na email: obchod@mecir.net

Horská 30, Trutnov
tel.: 499 811 752 / 723 291 202
www.mecir.net



té jako doplněk, jako hlavní náplň měli divadlo s velkými loutkami.

Triky, jak správně držet a ovládat loutky, aby varieté bylo co nejatraktivnější, Kopeckí prozradit nechtějí. „Někdy to vypadá jednoduše, ale člověk se tomu musí věnovat a práci s loutkami dobře natrénovat. Rád bych se jednou přiblížil tomu, abych to uměl tak skvěle, jako to uměli naši předci,“ přiznává Libor, který se podle rodinné tradice většinu loutkářských dovedností učí přímo od otce.

Největší radostí pro umělce už po generaci zůstává nadšená reakce publika. „Když i během představení vidíte smích, nadšení a potlesk, tak z vás spadne nervozita a jste rád, že to neděláte zbytečně a že vaše představení děti opravdu baví,“ říká Libor. Jeho otec Jiří, coby pamětník kočovných dob, zažil slávu jiného kalibru. „Tenkrát byla odezva veliká. Divadlo bylo hodně navštěvované, sály pro sto padesát až dvě stě lidí byly pořád vyprodané. Chodili s dětmi i dospělí.“ ■



Jiří Kopecký má doma malé rodinné loutkové divadlo. Se synem Liborem s ním vystupují, a jdou tak ve stopách svého prapředka Matěje Kopeckého.

INZERCE



**STŘEDNÍ ODBORNÁ ŠKOLA
A STŘEDNÍ ODBORNÉ UČILIŠTĚ
TRUTNOV**

NABÍDKA LEVNÉHO UBYTOVÁNÍ PRO ŽÁKY/STUDENTY



500 Kč/měsíc

**Internát SOŠ a SOU
Trutnov, ulice Úpická**

**Rodinné prostředí,
individuální přístup,
zohlednění režimu
ubytovaných vzhledem
k jejich aktivitám apod.**

**Bližší informace na sekretariátu školy:
mobil: 736 619 537, 724 896 170
e-mail: sekretariat@sou-trutnov.cz**



Skupina firem KASPER hledá pro posílení týmů
pracovníky na pozice:

KASPER KOVO s.r.o.

- › **OPERÁTOR VÝROBY**
- › **MANIPULANT**
- › **SKLADNÍK MATERIÁLŮ**
- › **KONSTRUKTÉR**
- › **SPECIALISTA KVALITY**
- › **PLÁNOVAČ/KA VÝROBY**
- › **VÝROBNÍ TECHNOLOG,
NORMOVAČ**
- › **EXPEDIENT**
- › **SVÁŘEČ**
- › **SVÁŘEČ TLAKOVÝCH NÁDOB**
- › **MISTR SVAŘOVNY**
- › **BRUSIČ**
- › **STROJNÍ ZÁMEČNÍK - MONTÁŽ**
- › **OBSLUHA
OHRAŇOVACÍHO LISU**

KASPER CZ s.r.o.

- › **DĚLNÍK DŘEVOVÝROBY**

V případě Vašeho zájmu zašlete strukturovaný životopis na níže uvedenou kontaktní adresu.
Mgr. Bc. Dagmar Papíková, personální manažer, KASPER KOVO s.r.o., Žitná 476, 541 03 Trutnov

TEL.: +420-499 827 163
MOB.: +420-731 192 923

MAIL: d.papikova@kasperkovo.cz
WEB: www.kasperkovo.cz | www.kasperczech.cz

NO. 2
OD ARTU KUS

17. - 18. 06. 16

TRUTNOV, Dolní promenáda

VÝTVARNÝ FESTIVAL POD ŠÍRÝM NEBEM,

PROPOJUJÍCÍ PROFESIONÁLNÍ VÝTVARNÍKY
S KREATIVNÍMI NADŠENCI
VŠECH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ.



Pátek » 17 - 20 h

SOCHY V TRUTNOVĚ » 17.00

Pořádá Galerie města Trutnova.

DIVADLO BURANTEATR » 18.00

Ríke Reiniger: **CIKÁNSKÝ BOXER**

Sobota » 11 - 20 h

VÝTVARNÉ DÍLNY

BUBENICKÉ ŘÁDĚNÍ
LITERÁRNÍ DIVADELNÍ VÝPRAVA ZA POEZIÍ
STONE BALANCING

**ANIMACE SPOLEK ULTRAFUN
CHAOS@MPANY**

MINIKINO POD MOSTEM
HUDEBNÍ JAM
DĚTSKÝ KOUTEK
ORIGINÁLNÍ OBCHOD
OBČERSTVENÍ V KABINETNÍ KANTÝNĚ

» **VSTUP ZDARMA**

» **POPLATEK ZA JEDNOTLIVÉ DÍLNY**

INZERCE

150. výročí prusko-rakouské bitvy z 27. června 1866

Trutnovská připomínka jediné vyhrané bitvy Rakouska
(jehož součástí české země v roce 1866 byly) nad jinak
lépe bojově vybaveným Pruskem bude mít letos neob-
vyklou dvoudenní podobu.

☛ PAVEL CAJTHAML



Běžně jsou součástí jednodenních oslav nástupy příznivců vojenské historie v dobových uniformách, projevy, natírání pamětní desky a slavnostní salvy. Letos je ale kvůli kulatému výročí program rozprostřený do dvou dnů. Hlavním tahákem budou bitevní ukázka, historické hrané scény a výstava s vojenskou tematikou.

Vše vypukne v sobotu dopoledne na Krakonošově náměstí. Po společném hudebně-tanečním vystoupení souborů Ritornello a Barunka bude mít projev trutnovský starosta Ivan Adamec a pak dojde k tradičnímu natření pamětní desky černou barvou.

Poté bude následovat hraná scénka Den v Trutnově za války 1866 a vernisáž výstavy v Muzeu Podkrkonoší s názvem 1866: Vítězství Rakušanů u Trutnova a tzv. Trutnovská zrada v prusko-rakouské válce.

V neděli se uskuteční v městském parku koncert CK kadetní hudby, následovat bude slavnostní pochod k Janské kapli, pietní položení věnců a mše za padlé a k počtě sv. Jana Křtitele v Janské kapli. Celý víkend bude přístupný Památník gen. Gablenze a Janská kaple, památky, připomínající nejvýznamnější trutnovskou historickou událost. ■



Music Club MAY

Horská 960, Trutnov
(vchod ze zadní strany OD Máje)

tel. 777 117 760

Facebook: May disco

červen 2016

PÁ 3.6.	FERNET STOCK 2+1 Gratis	Dj Michal Reil
SO 4.6.	WELCOME DRINK - Jack Daniels Fire!!!	Dj Máthy
PÁ 10.6.	AMUNDSEN FRUIT MIX with presents	Dj Iceman
SO 11.6.	OLDIE'S PARTY	Dj David Krůta
PÁ 17.6.	FINLANDIA COCO NIGHT	Dj Pedro
SO 18.6.	Ochutnávka Karibských rumů	Dj Radim Bauer
PÁ 24.6.	„AMUNDSEN & RED BULL Boat“	Dj Otto Šabart
SO 25.6.	PEPÍNO ♥ PARTY - !!!AKCE MĚSÍCE!!!	Dj Michal Pešina & Dj Furat

!!! PŘIPRAVUJEME NA ČERVENEC A SRPEN !!!

O prázdninách hrajeme pravidelně středa, pátek a sobota.
Před každou diskotékou venkovní grilovačka od 20 hod. !!!

Tak přijď ochutnat naše grilované steaky, klobásky,

Sleduj náš facebook a výleповé plochy v našem okolí
a dozvíš se o všech našich akcích jako první.

Na všechny pořádané akce vstupné do půlnoci zdarma!!!
(není-li uvedeno jinak)

24 – 05 hod. - vstupné 40,-

Otevírací doba 22.00 - 05.00 hod.



POLARIZAČNÍ
ČOČKY

9 DRUHŮ
ZRCADLOVEK

30 DRUHŮ BAREV
a to vše s dioptrií i bez

APLIKACE
A PRODEJ KONTAKTNÍCH
ČOČEK • MĚŘENÍ
ZRAKU

OAKLEY

Ray-Ban

VOGUE

EMPORIO ARMANI

PRADA
EYEWEAR

 OČNÍ OPTIKA
MALINSKÝ

TRUTNOV, Bulharská 139
tel. 499 812 561 | 777 212 561
www.optika-malinsky.cz

VÍTE JAK PEČOVAT
O SVÉ OČI?

 Unas
na
zámku
• letní minifestival •

MY ANO. Navštivte náš
screeningový stánek v sobotu
25. 6. na náhodském mini
festivalu „Unas na zámku“.

www.unasnazamku.cz