

Trutnovinky



Chyt' mě, když to dokážeš

Lukáš Bednařík

CZIRKIDZ

MÍSTO, KDE SE Z KOTOULŮ STÁVAJÍ SALTA
A Z OSTYCHU SEBEVĚDOMÍ



Trutnovská škola současného cirkusu vznikla v lednu 2024 z jasné vize a velkého snu – vytvořit místo, kde se může rozvíjet talent bez hranic.

Australští lektoři, kteří ve škole vyučují, patří ke světové špičce. Jejich přístup propojuje tělo i mysl – špičkový výkon s vědomým pohybem, fyzickou prací s radostí.

Škola je unikátní nejen v rámci Česka, ale i celé Evropy. Je otevřená dětem i dospělým. Rozvíjí pohyb, kreativitu i odvahu.

CO NABÍZÍME

- závěsná akrobacie (aerial)
- párová akrobacie
- žonglování a manipulace (míčky, šátky, kužely, diablo, hula hoop)
- gymnastika (airtrack, mini trampolína, roller balls)
- a mnoho dalšího

PROČ PŘÁVĚ K NÁM

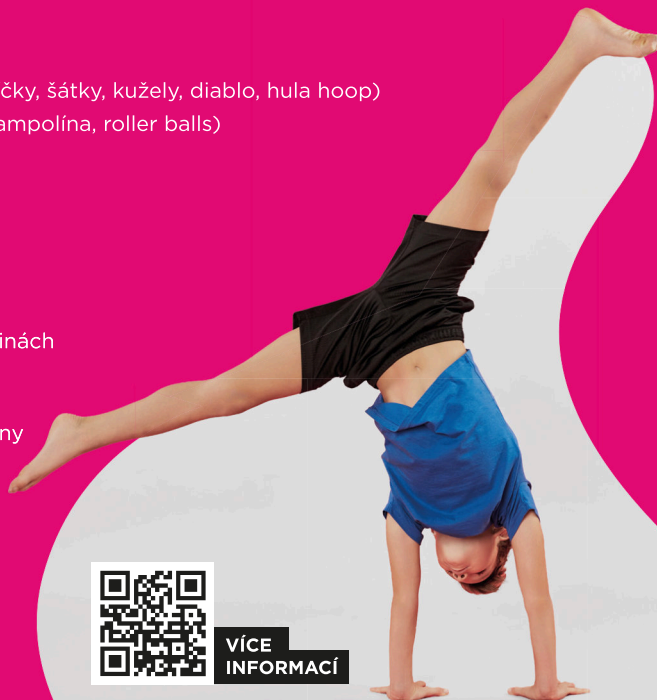
- individuální přístup
- omezený počet míst ve skupinách
- zábava i profesionální rozvoj
- výuka s roditelými mluvčími – přirozené procvičení angličtiny

REZERVUJ SI SVÉ MÍSTO VČAS!

Kapacita lekcí je omezená –
zajisti si místo na nový
semestr a buď u toho!



VÍCE
INFORMACÍ



Editorial

Jít si za svým

MICHAL BOGÁŇ / šéfredaktor

V sedmnácti letech má většina lidí ještě dost času přemýšlet, co bude dál. Někdo už ale svou cestu našel a rozhodl se jí dát maximum. Ne proto, že má jistotu úspěchu, ale protože věří, že má smysl to zkusit. Jedním z nich je atlet trutnovské Lokomotivy Lukáš Bednařík, který si z červencového mistrovství Evropy do 18 let přivezl bronz ze čtyřstovky a zlato ze štafety. Atletice se věnuje jedenáct let. Jeho úspěch ukazuje, kam může vést talent spojený s každodenní prací, odhodláním a chutí posouvat vlastní hranice. Právě tahle odvaha je možná cennější než samotné výsledky. Umět si vybrat, vydržet u toho a přijmout, že nic nepříjde samo. Velké sny totiž začínají v obyčejných dnech, kdy se člověku nechce, a přesto pokračuje. Lukášovo motto „Věřím až do poslední chvíle“ proto nepůsobí jako prázdná věta, ale jako jednoduché shrnutí přístupu, který ho zatím posouvá stále dál. ■

LUKÁŠ BEDNAŘÍK / str. 4 ▶ 7



LETNÍ TÁBORY

str. 8 ▶ 13



ZDRAVÝ POHYB TRUTNOV

str. 24 ▶ 25



DÁLNIČE D11

str. 20 ▶ 22



RADEK HORÁK

str. 26

Vydavatel: TN Média s. r. o., Branická 213/53, 147 00 Praha 4, IČO: 28847229, MK ČR E 19626, Sídlo redakce: Horská 634, 541 01 Trutnov, www.trutnovinky.cz, e-mail: redakce@trutnovinky.cz, Redakce: Michal Bogáň, tel.: 734 545 423, e-mail: michal@trutnovinky.cz, Tomáš Kulháněk, tel.: 739 513 184, e-mail: tomas.kulhanek@salonkyhk.cz, Obchod, inzerce: Monika Klikarová, tel.: 733 353 695, e-mail: monika@tn-media.cz, Grafika: Martin Brhel, Jazyková korektura: Hedvika Landová, Distribuce: vybraná distribuční místa, Tisk: fronte s.r.o., Studánecká 1120, 530 03 Pardubice, Sazba: TN Média s. r. o., Číslo ISSN: 1805-8914, Četnost: měsíčník, Počet výtisků: 5 000, Regionální mutace: Trutnovsko, Titulní strana: Kateřina Svobodová.

INZERCE



Rozvoz obědů pondělí až pátek

Ceny od 115,- včetně polévky, výběr ze 7 jídel

Denně polední menu, které si
můžete objednat přes **foodora**

Na čepu: **Krakonoš 11° / 12°, Plzeň 12°**,
Kozel 11°, Svijanský fanda 11° řezané



733 124 386



Krakonošovo nám. 75 Trutnov



Restaurace U Draka

OBSAH





Plán B nemám. Do atletiky dávám všechno a věřím, že to vyjde

„Snažím se nebýt vidět a potom překvapit,” říká o sobě Lukáš Bednařík. Přesně to sedmnáctiletý atlet trutnovské Lokomotivy předvedl na mistrovství Evropy do 18 let v italském Rieti. Domů se vrátil jako dvojnásobný medailista a hlavně s potvrzením, že roky tréninku i rozhodnutí podřídit atletice téměř všechno ho vedou správným směrem.

••• MICHAL BOGÁŇ, FOTO: KATEŘINA SVOBODOVÁ
A MATTIA OZBOT

Lukáši, do Rieti jsi odjžděl s osobákem 47,23 sekundy a vrátil ses s časem 47,03, bronzem a evropským titulem ze štafety. Co se během těch několika dnů změnilo v tvém pohledu na sebe jako atleta?

Asi se toho tolik nezměnilo. Pořád budu makat, abych toho dokázal mnohem víc. Spíš mi to ukázalo, že je pořád co zlepšovat, ale zároveň už jsem něco dokázal. Ještě se mi to asi úplně neuložilo v hlavě, protože všechno přišlo hrozně rychle.

Jeden týden jsem doběhl mistrovství republiky a ten další se už odlétalo na Evropu.

Bude to pro tebe odrazový můstek do velkého světa atletiky, nebo už máš podobný impuls za sebou?

Poprvé jsem se na velkou mezinárodní akci dostal už před rokem, kdy jsem byl náhradníkem do štafety na juniorském mistrovství Evropy v Tampere. Podíval jsem se, jak takové závody vypadají, ale v Rieti to pro mě byla první individuální mezinárodní akce. Takže ano, věřím, že právě tohle může být odrazový můstek a že všechno směřuje dobrým směrem.

Jak ses vůbec dostal k atletice?

Ríkali mi, že jsem už jako malý pořád někde běhal. Když jsem chodil do školy, jednou mi někdo řekl, ať zkusím atletiku, a tím to začalo. Od šesti let jsem v přípravce v Trutnově a za Lokomotivu během celou dobu.

Od začátku jsi určitě nebyl čtvrtkař. Co jsi dělal?

Drív jsem běhal osmistovku a v žákovské kategorii také třístovku. Když jsem potom přešel mezi dorostence, třístovku nahradila čtyřstovka. Úplně na začátku jsem ale závodil i na šedesátce a ve skoku do dálky, se kterými jsem se v roce 2022 dostal na Olympiádu dětí a mládeže v Olomouci. Moje trať se tedy postupně prodlužovala, až jsem se dostal k současné čtyřstovce.

A čtyřstovka už bude tvoje hlavní trať?

Asi už se toho moc měnit nebude a čtyřstovka zůstane mojí hlavní disciplínou. Zkoušel jsem ale také čtyřstovku překážek, zatím jen v tréninku. Vypadalo to docela dobře, takže ji chceme dál trénovat a uvidíme, jestli by se časem mohla stát mojí druhou disciplínou.

V květnu minulého roku jsi běžel čtvrtku za 49,03, nyní za 47,03. Co stojí za posunem o dvě sekundy během tak krátké doby?

Určitě konkurence, kterou mám v Česku. Už to, že jsme se na evropském šampionátu dostali do finále dva Češi, není úplně obvyklé. Když mám kolem sebe rychlé kluky, vytáhne mě to. Velkou zásluhu mají také trenéři Míša Musilová, Petr Havránek a vlastně celý tým Lokomotivy, který mě podporuje na každých závodech. Pomáhá mi také to, že pořád rostu a chci víc. Během celého druháku jsem zvětšil objem tréninku. Hodně mi pomohla i škola, která mi vyšla vstříc. Třídní učitel mi dovolil individuálnější režim, takže jsem mohl celou sezónu trénovat i dvoufázově. Myslím, že právě to se na

výkonech dost podepsalo, a jsem za tu podporu moc vděčný.

Bláznivá otázka. Za dva roky je olympiáda v Los Angeles. V Paříži byl limit na čtyřstovku 45,00 sekundy. S nadsázkou řečeno – na to, abys ubral další dvě vteřiny, máš teď dokonce dva roky. Je to reálné?

Tak Los Angeles je určitě hodně vysoký cíl a nedokážu říct, jestli je reálný. Samozřejmě jsem o olympiádě snil, ale v Česku máme lepší kluky. Pěkné by bylo dostat se alespoň do štafety, protože tam je ta cesta o něco reálnější než v individuální disciplíně.

Poběžíš ještě letos pod 47 sekund?

Teď už asi moc závodů nebude. Potřebuju si chvíli odpočinout, protože od mistrovství republiky to byl velký záprah fyzicky i na hlavu. Možná mě čekají jedny nebo dvoje krajské závody, ale ještě nevím, jestli na ně pojedou. Další šance pak přijde někdy v prosinci, kdy začíná halová sezóna, a tam věřím, že by čas pod 47 mohl padnout.

Čas, nebo výsledek? Co je pro tebe důležitější?

Záleží, o jaký závod jde. Z bronzové medaile jsem neskutečně šťastný, ale zároveň jsem chtěl běžet pod 47 sekund. Kdybych byl čtvrtý se stejným časem, asi bych tak spokojený nebyl. Na podobném šampionátu je samozřejmě důležité každé umístění, ale obecně mi jde hodně i o čas.

O bronz rozhodla jediná setina. Myslel sis, že budeš třetí?

**ELEKTROKOLA CRUSSIS
2026 JIŽ V PRODEJI,
PŘIJĚTE SI VYBRAT**

TEN PRAVÝ PARTÁK NA CESTY

PRODEJ A SERVIS JÍZDNÍCH KOL

Zdeněk Křížek, Horská 10, Trutnov, 541 01,
tel.: 499 812 868, 603 480 169

CRUSSIS
ČESKÝ VÝROBCE ELEKTROKOL



Vůbec. Viděl jsem, že Sebastian Karp a Kuba Marek jsou první a druhý, a pak jsem jen stál a koukal na cílovou časomíru. Čekalo se na fotofiniš. Bylo to fakt napínavý, než se ukázalo jméno třetího.

Jak ti v tu chvíli bylo?

V cíli se rozhodně nedalo říct, že by mi bylo dobře. Hned po závodě za námi navíc přišli kvůli rozhovoru a potom mě čekala moje první dopingová kontrola. Chtěl jsem jít za rodiči a podělit se s nimi o radost, místo toho jsem tam ale strávil asi hodinu, než jsem mohl na vyhlášení. Byl jsem šťastný, jen to nebyl úplně zážitek, který bych si po závodě představoval.

Na šampionátu v Rieti jsi běžel čtvrtku tříkrát: 48,27 v rozběhu, 47,33 v semifinále a 47,03 ve finále. Takhle se postupně zrychlovat je ideální scénář, ne?

V rozběhu bylo hlavně pohlídat si postup do semifinále. Postupovali první čtyři z každého běhu, takže mi nešlo tolik o čas. Chtěl jsem ušetřit síly

a běžel jsem asi na pětáosmdesát procent. V semifinále už bylo potřeba skončit první nebo druhý, ale i tam jsem dokázal něco ušetřit. Myslím, že právě to mi potom pomohlo ve finále.

Kterou část finálové čtvrtky jsi zvládl lépe než při svých předchozích osobních rekordech?

Určitě to byla poslední stovka. Na prvních sto až dvě stě metrech jsem byl zhruba na první nebo druhé pozici, potom jsem se propadl až někde na čtvrté či páté místo. V závěru jsem se ale dokázal vrátit na třetí pozici. Rozhodující byla poslední stovka a také předklon v cíli. Nikdy předtím se mi nepovedl tak dobře, abych díky němu porazil soupeře o jedinou setinu.

Vnímáš, že soupeře v závěru dotahuješ?

Prý to bylo vidět, ale já to při závodě moc nevnímám. V rozběhu nebo semifinále si soupeře ještě hlídám a někdy se i ohlédnu, ale ve finále na to není čas. Tam prostě běžím. Když vidím někoho vedle sebe, samozřejmě mě to tlačí víc, než kdybych byl deset metrů před ostatními.



Čtvrtkař musí běžet rychle, ale nesmí se „uvařit“ příliš brzy. Podle čeho během závodu poznáš, že držíš správné tempo?

Z bloků se vystartuje poměrně rychle. Na protilehlé rovince se pak snažím protáhnout krok a trochu si odpočinout, ale pořád běžet svižně. První dvou-stovku si hlídám přibližně kolem 22,5 až 23 sekund. Mám to už naběhané a podle pocitu poznám, jestli je tempo v pohodě. Ve finále jsem možná mohl jít první dvoustovku ještě o trochu pomaleji, aby mi zbylo víc sil do finále, ale dopadlo to dobře.

S jakou taktikou chodíš do závodu?

Do závodu chodím s taktikou, kterou vždycky probíráme s trenérkou podle soupeřů, typu závodu nebo postupového klíče. Záleží taky na tom, jak se zrovna cítím. Jinak mám jednu taktiku, která asi funguje a běhá to tak dost lidí. Na protilehlé rovince se trochu zvolní, od nějakých 180 metrů se začne postupně zatahovat a zrychlovat a potom už přijde finiš.

Kolik rozhodnutí během běžného týdne už podřizuješ atletice?

Dalo by se říct, že skoro všechno. Školu, jídlo, jiné mimoškolní aktivity vlastně nemám. Atletika je pro mě na prvním místě. O víkendech si občas zajdu na golf, který máme v rodině, a v Mladých Bukách je hřiště. Je to pro mě takový odpočinek od toho rychlého a výbušného sportu.

Jak to máš s tréninkem a životosprávou?

Jídelníček není něco, co bych úplně hrotil. Spíš si hlídám, abych jedl dobře a neměl hlad. Před závody se snažím vyhnout těžkým jídlům, většinou si dám nějaké dobré maso s rýží, aby se to dobře tráвило. Hlídám si taky kvalitu spánku, protože všechno potom nějak ovlivňuje výkon.

Jako svůj vzor uvádíš amerického sprintera Noaha Lylese. Čím tě oslovuje?

Líbí se mi jeho vystupování a celá persona. Je známý tím, že bývá kontroverzní, umí na sebe před závodem strhnout pozornost a atletiku prodat. A samozřejmě se na něj dobře kouká, když běží. Já jsem ale povahou spíš opačný. Snažím se nebýt moc vidět a potom překvapit. Pozornost na sebe zbytečně nestrhávám, dokud nejsem označený za favorita.

Jaké jsou tvoje nejbližší plány?

V halové sezóně bych chtěl zaběhnout pod 47 sekund. Příští rok se potom koná mistrovství Evropy do 20 let v Polsku a rád bych se tam dostal. Budu ale první rok junior a proti mně mohou běžet i o rok starší kluci, takže to bude mnohem těžší než letos.

Chceš se atletice věnovat profesionálně?

Rozhodně. Kdyby to šlo, bylo by pěkné udělat si v atletice nějakou větší kariéru a věnovat se jí i do budoucna.

Máš připravený nějaký plán B?

Ani ne. Teď dávám všechno do atletiky a věřím, že to nějak vyjde.



Co tě na atletice stále nejvíc baví a motivuje k posouvání se dopředu?

Baví mě, že jsem sám za sebe. Nikdy jsem nebyl úplně na kolektivní sporty nebo tak. Baví mě to, ale mám rád, když můžu prosadit sám sebe a ukázat, co ve mně je. To mě žene dál. Chci toho dokázat co nejvíce, aby byla vidět i všechna práce, která za tím stojí. ■

Lanovkou za gastronomickým zážitkem
v restauraci Na Pláni ve Špindlerově Mlýně

Horská večeře

v oblacích



sobota od 18.00
15/8/2026

POSLEDNÍ VOLNÁ MÍSTA!

1 590 Kč
za osobu



Jízda lanovkou
v ceně



Neomezená
konzumace jídel



Rezervujte si své místo
Počet míst je omezený
www.skiareal.cz



Když Trutnovsko tábořilo

Stezky odvahy, noční přepadovky, první lásky i krušné chvíle bez rodičů. Na letní tábory se jezdilo do Pekla, k Chotěvicím, do Běluně nebo na Bokouš. Pionýrská košile přitom zdaleka nebyla všude povinná. Přestože se prázdninové pobyty během desetiletí proměnily, jejich podstata zůstává stejná: dobrodružství, samostatnost a přátelství, na která se nezapomíná.

✎ MICHAL BOGÁŇ, FOTO: ARCHIV MUZEA PODKRKONOŠÍ

Dětské tábory nevznikly až za komunistického režimu. Už ve dvacátých a třicátých letech minulého století vyráželi do přírody skauti, členové Sokola i další spolky. Jezdilo se například do Babíččina údolí a pro řadu dětí šlo o úplně nový zážitek. „Žily sice v trochu spartánských podmínkách, ale navázaly tam přátelství a odvezly si řadu zážitků. Tábory byly mezi mládeží oblíbené,“ říká historik Muzea Podkrkonoší v Trutnově Ondřej Vašata. Za druhé světové války táborový život zeslábl, po roce 1945 se ale znovu rozběhl. Po komunistickém převratu v roce 1948 se z něj stala masová záležitost.

Pionýrský nebyl vždy pionýrský

Přestože se pobytem říkalo letní pionýrské tábory, často je vůbec nepořádala pionýrská organizace. Stály za nimi podniky, odbory, hasiči, Českoslo-

venský červený kříž, Svazarm, rybáři, myslivci nebo zahrádkáři. Velkou roli hrálo Revoluční odbojové hnutí, které připravovalo pobyty pro děti zaměstnanců jednotlivých podniků. Program se někdy odvíjel od zaměření pořadatele. Na rybářském táboře tak nechybělo rybaření, jinde převládaly výlety, sport nebo pobyt v přírodě. Ani pionýrská košile nebyla samozřejmostí. Někde ji děti oblékaly při slavnostním zahájení a ukončení, na jiných táborech ji vůbec nepotřebovaly. „Také jsem byl na pionýrském táboře a žádnou košili jsem si s sebou určitě nebral,“ vzpomíná Vašata.

Táborových míst existovala na Trutnovsku celá řada. Přímou v Trutnově se jezdilo do rekreační oblasti Peklo u Horního Starého Města. Krkonošské papírny z Hostinného provozovaly zařízení v údolí nad Chotěvicemi, kde se dnes nachází rekreační areál Svatá Kateřina. Děti zaměstnanců trutnovského Textenu vyrážely do Borku u Miletína. Oblíbený byl také areál Janské Studánky u Kocbeří, který využíval podnik Tepna Náchod. Další tábory fungovaly ve Velkém Vřešťově, Lanžově, Dolním Dvoře nebo v Běluni nedaleko Hajnice. „V osmdesátých letech už bývaly tábory často chatičkové, dříve převažovaly stany. Existovaly ale také putovní, pěší nebo vodácké tábory, při kterých děti cestovaly po republice,“ vysvětluje historik.

Zvláštní místo má v táborové historii regionu Bokouš u Vlčkovice v Podkrkonoší. Zatímco řada někdejších areálů zanikla nebo zpusťla, Bokouš slouží dětem dodnes. Středisko volného času Trutnov tam i v létě 2026 pořádá dvoutýdenní pobyty, při nichž děti bydlí ve stanech či chatkách a plní etapy celotáborové hry.

První noc bez rodičů

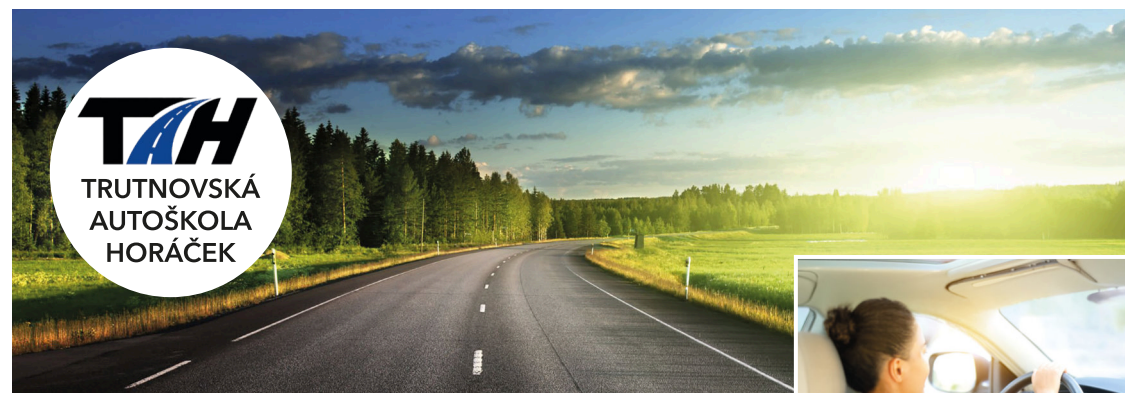
Pro mnoho dětí znamenal tábor první delší odloučení od rodiny. Začátky proto nebývaly jednoduché. Po několika dnech ale stýskání většinou vystřídal nadšení a při odjezdu se některým domů ani nechtělo. Děti se učily starat o své věci, udržet si oblečení alespoň trochu čisté a fungovat bez každodenní pomoci rodičů. Největší vzpomínky však vznikaly při stezkách odvahy, nočních přepadovkách, soutěžích, výletech nebo u táborových ohňů. Pro starší účastníky byly tábory spojené také s prvními láskami. Ne všechno ale bylo idylické. „Člověk si časem vyselektuje to špatné a převládne dobré. Zapomíná se třeba na šikanu nebo

na ideologii, která mohla být někde výraznější,“ upozorňuje Vašata. Součástí programu byly někdy návštěvy příslušníků Veřejné bezpečnosti nebo Lidových milic. Dětem ukazovali zbraně či výcvik služebních psů. Z dnešního pohledu může taková návštěva působit zvláště, tehdy ji ale děti často braly jako atrakci. Výjimečný byl například rok 1979. Kvůli rozsáhlé epidemii žloutenky typu A byla většina letních táborů z hygienických důvodů zrušena.

To hlavní zůstalo

Po roce 1989 z názvů zmizelo slovo pionýrský a většinou také politická ideologie. Proměnili se pořadatelé, vybavení i program, táborová podstata však zůstává. Děti stále tráví část léta bez rodičů, učí se samostatnosti, zažívají dobrodružství a poznávají nové kamarády. Některé se na oblíbené místo vrací každý rok. „Vytvářejí si tam přátelství, která mohou přetrvat. Tábory jsou i dnes vítanou letní aktivitou. K létu prostě patří,“ uzavírá historik. Jezdili jste také? ■

▼ INZERCE



AUTOŠKOLA TAH

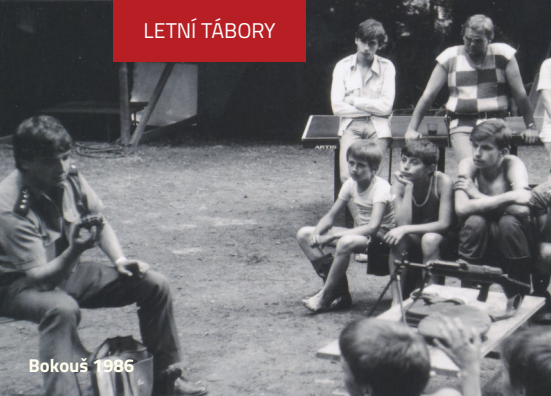
MANUÁLNÍ I AUTOMATICKÁ PŘEVODOVKA
MODERNÍ VÝUKOVÉ A VÝCVIKOVÉ METODY
MODERNÍ VÝCVIK I PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ*
PROFESIONÁLNÍ INSTRUKTOŘI S VÍCE NEŽ 10 LETOU PRAXÍ

Štefan Horáček, ☎ +420 704 558 541, ✉ autoskolatah@seznam.cz



*Spolupracujeme s Obchodní akademií Olgy Havlové v Janských Lázních

LETNÍ TÁBORY



Bokouš 1986



Bokouš 1985



Libín 1984



Dolní Dvůr



Libín 1981



Borek 1987



Bokouš 1988



Javorník u Trutnova 1989



Pilníkov 60. léta 20. století



Borek u Miletína



Bělý u Machova

Zcela nová Kia Seltos

Přijďte ji k nám otestovat



Již od
654 980 Kč

Nová Kia Seltos je připravena na všechny nečekané výzvy, které život přináší. Její odvážný a robustní design SUV doplňuje mimořádně velký a variabilní vnitřní prostor, který se přizpůsobí každému vašemu plánu. S volitelným pohonem 4x4, nejnovějšími technologiemi a širokou nabídkou atraktivních barev i exkluzivních materiálů získáte vůz, který nejen skvěle vypadá, ale skutečně žije s vámi.

OlfinCar

OLFIN Car s.r.o.
Hradecká 146, 541 01 Trutnov
Tel.: 498 501 231
E-mail: kia.prodej@olfincar.cz
www.olfincar.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ (WLTP). Kia Seltos: 6,6–7,5 l/100 km, 149–169 g/km. Uvedená cena 654 980 Kč platí pro model Seltos Comfort 1.6 T-GDI 2WD 6MT, 132 kW a zahrnuje Slevu 20 000 Kč a Letní bonus 30 000 Kč. Nabídka platí do 31. 8. 2026 nebo do odvolání. Vybavení vozů je pouze ilustrativní a může obsahovat doplňkovou výbavu. Tato reklama obsahuje obrázky generované umělou inteligencí. Pro bližší informace navštivte www.olfincar.cz.

Jaký táborový zážitek byl pro vás nej?



Jiří Šembera, učitel

Zážitků z tábora, jako dítě, mám mnoho, je těžké vybrat ten top. Určitě by to byly běhačky v lese a hecování od vedoucího Skůči, na to nejde zapomenout. Z pozice hlavase je největší táborový zážitek vidět nadšené děti, které pobíhají ve stejném lese a užívají si každou hru. Užívám si práci vedoucích, kteří prošli „mýma rukama“. To je ten největší táborový zážitek.



Jan Hauser, truhlář s kytarou

Vlastně náhodou jsem byl jako malý přihlášen do nábožensky zaměřeného skautského oddílu. Takže projít se v neděli ráno sedm kilometrů do kostela byl opravdu pro děti výjimečný zážitek. Ovšem večerní pohled do ohně za doprovodu kytary a zpěvu ve mně zanechal ještě silnější vzpomínku. Nevím tedy, jak je to dnes, ale věřím, že to takhle cítí víc mých vrstevníků.



Libor Hladký, frézař

Noční pochod – stezka odvahy, kdy jsme celý den byli v takovém napětí a dodávali si odvahy. Čekalo se, až bude tma, a pak se vycházelo po dvou. V ruce jsme měli jednu baterku a čekali, co se bude dít. Trasa byla dlouhá (v našich dětských očích) a my vystrašení pomalu šli nočním lesem. Různě na nás vyskakovala strašidla a my se bavili nahlas, abychom se nebáli. Po projití celé trasy jsme získali bobříka odvahy. Dostávali jsme zuby z moduritu a ty jsme nosili na krku. Celý tábor jsme plnili bobříčky podle Foglara. Kdo jich měl nejvíc, ten na konci dostal cenu. To byly zlaté časy. A hlavně nás to všechny strašně bavilo.



Milena Bobrová, úřednice

Bavilo mě se bát, i když jsme věděli, že jsou to převlečení vedoucí. To samozřejmě mluvím o prvním stupni. Jako náctiletá skautka jsem z toho měla už spíš legraci. Na tábory vzpomínám jenom v tom nejlepším.



Tomáš Vaněk, student

Nejlepšími zážitky pro mě bývaly celotáborové hry v lese. Jako dítěti mi to nepřišlo, ale teď v dospělosti vidím, jaké neuvěřitelné dálky jsme tehdy naběhali. Dnes už takové hry s tak obrovskými vzdálenostmi neplánujeme, protože dnešní děti by to neuběhly. A navíc nám okolní lesy pokáceli. Dřív jsme také chodili sbírat borůvky, a přestože to nikoho nebavilo, kuchařky nám z nich upekly koláč, který za tu námahu vždycky stál.



Petra Vočadlová, vychovatelka

Jako dítě jsem nejvíce milovala noční hlídky a hlídání táborové vlajky. Právě s ní se pojí i jeden z mých nejsilnějších zážitků z doby, kdy už působím jako hlavní vedoucí. Asi před sedmi lety se nám v Božanově jeden chlapec pokusil vlajku ukrást. Čekal na střídání hlídek, jenže přitom usnul pod postelí. Hledali jsme ho pak všichni – děti i vedoucí. Zavolali jsme policii, dorazili psovodi a z Hradce Králové už vzlétl i vrtulník. Bylo to obrovské drama, ale naštěstí všechno dobře dopadlo a chlapce jsme našli. ■

▼ INZERCE

PÁTEK 4. 9. OD 16 HOD. KOMUNÁL
ALŽBĚTA • WALDA GANG • TURBO



SOBOTA 5. 9. OD 14 HOD.

ALCHYMIE • BASTARD • ALIBI ROCK
VILÉM ČOK & BYPASS

KRUCIPŮSK • MORČATA NA ÚTĚKU

Dvůr Králové nad Labem • areál DAROS



Těžká váha na elektřinu

Na první pohled je to pořádný stavební kolos. Jakmile se ale rozjede, téměř ho není slyšet. Společnost DS Transport Beton zařadila do své flotily dva plně elektrické autodomíchávače značky SANY s nástavbou Putzmeister. Každý z nich má během běžného pracovního dne zvládnout totéž co dieselový vůz. „Chceme ukázat, že elektromixy dokážou v normálním provozu stejnou práci“, říká ředitel společnosti Martin Sajdl.

Čím přesně se DS Transport Beton zabývá?

Naší primární činností je přeprava betonových směsí s naším hlavním partnerem TBG Východní Čechy. Aktuálně máme 41 vlastních autodomíchávačů, spolupracujeme také se smluvními dopravci a řídíme dopravu pro skupinu CEMEX, což představuje dalších 23 vozů. Náš letošní rekord byl 73 autodomíchávačů řízených během jednoho dne. Působíme na území od Děčína po Čáslav a obsluhujeme 19 betonáren. S touto flotilou jsme podle dostupných údajů jedni z největších v České republice.

Vozový park pravidelně obnovujete. Kolik nových aut jste pořídili letos?

Každý rok se snažíme flotilu omlazovat. Loni jsme pořídili 7 nových autodomíchávačů a letos dalších 7. Mezi nimi jsou právě dva plně elektrické elektromixy značky SANY. V České republice dosud jezdily 3 stejné vozy u jiné společnosti, my jsme tedy druhou firmou, která je začala používat.

Proč jste se rozhodli právě pro elektrický pohon?

O elektromixech se ve firmě mluvilo přibližně dva roky. Vzhledem k jejich vysoké ceně jsme rozhodnutí déle zvažovali. Nyní se nám podařilo dostat k částce, která už ekonomicky dává smysl. Zároveň víme, že elektromobilitě se do budoucna pravděpodobně nevyhne. Chceme proto sbírat zkušenosti už nyní, abychom byli připraveni, až se elektrický pohon začne v nákladní dopravě prosazovat výrazněji. Nešli jsme do toho naslepo. Konzultovali jsme provoz také s firmou, která stejné vozy už používá.

Vyplatí se investice do tak nákladného stroje?

Podle našich propočtů elektromix ušetří přibližně polovinu provozních a servisních nákladů oproti dieselovému autu. Právě tato úspora by měla postupně zaplatit jeho pořizovací cenu. Velkou roli hraje právě servis. U starších dieselových vozů do oprav investujeme nemalé peníze. Elektrický vůz má výrazně méně součástek vyžadujících pravidelnou údržbu. Záruka na baterii je 6 let a my předpokládáme, že by mohla vydržet přibližně 15 let. Věříme proto, že se elektromix jednoznačně zaplatí.

Jaký byl váš první dojem, když jste si nové auto prohlédl a projel se v něm?

Překvapil mě jeho výkon, jízdní vlastnosti, zpracování a hlavně tichost. Auto je svižné a velmi

dobře funguje také rekuperace. Když ji řidič správně využívá, dokáže při zpomalování vrátit do baterie poměrně velké množství energie. Je to první generace tohoto konkrétního vozu, takže samozřejmě existují věci, které se dají ještě vylepšit. Celkově nás ale auto velmi příjemně překvapilo.

Jak velkou má baterii?

Její kapacita je přibližně 350 kilowatthodin. Pro standardní provoz je to absolutně dostačující. Běžný autodomíchávač odveze během dne přibližně 5 až 6 nákladů betonu a elektromix by měl zvládnout stejný objem práce. Za vhodných podmínek se může dostat až k deseti jízdám.

Proč budou oba vozy zpočátku jezdit právě v Hradci?

Hradec je pro první testování ideální, protože je tam převážně rovinný terén. Chceme nejprve získat provozní data v jednodušších podmínkách. Jeden měsíc nám samozřejmě nic zásadního neřekne, potřebujeme minimálně půl roku. Jakmile budeme mít dostatek zkušeností, chceme elektromixy vyzkoušet také v dalších provozech, například na Trutnovsku. Zajímá nás, jak si poradí s kopcovitým terénem a náročnějšími výjezdy.

Zvládnou elektromixy i staveniště mimo asfaltové silnice?

Jsou pro práci na stavbách konstruované a zvládnou toho opravdu hodně. Samozřejmě existují místa, kam se dostanou pouze speciální terénní vozidla. Na běžných stavbách ale mohou elektromixy fungovat stejně jako dieselové autodomíchávače. Právě proto je chceme postupně vyzkoušet i v náročnějším terénu. Kdo tomu nevěří, ať se přijde podívat.

Jak dlouho trvá nabíjení?

V našem standardním režimu počítáme s tím, že se baterie z přibližně 20 procent nabije do plna během noci, tedy asi za 8 hodin. V Hradci Králové máme připravenou vlastní nabíjecí stanici pro oba vozy. Elektromix má dva nabíjecí vstupy. Pokud bychom potřebovali přednostně nabít pouze jeden vůz, můžeme do něj pustit výkon z obou kabelů a celý proces zrychlit.

Spotřebává otáčení bubnu hodně energie?

Překvapivě málo. Dieselový autodomíchávač musí mít při stání nastartovaný motor, aby se buben mechanicky otáčel. U elektromixu vůz během čekání nemusí běžet a energie proudí pouze do pohonu

bubnu. Jeho spotřeba je přibližně 3 kilowatthodiny za hodinu.

Jednou z hlavních výhod elektrického auta je nízká hlučnost. Jak výrazný je rozdíl?

Opravdu výrazný. Elektromix prakticky neslyšíte. Ve městě nebo u obytných domů je to velká výhoda, protože právě hluk ze stavenišť bývá častým důvodem stížností místních obyvatel. Když budeme vozit beton například na stavbu obklopenou rodinnými domy, můžeme tam poslat tichý elektromix. Pro zákazníka i okolí stavby je to úplně jiný komfort.

Co chcete novými elektromixy ukázat zákazníkům a konkurenci?

Že přemýšlíme progresivně, jdeme s dobou a máme zájem o čistší provoz. Především ale chceme ukázat, že elektromix není pouze něco na efekt. Dokáže odvést skutečnou práci a v běžném provozu může fungovat stejně dobře jako dieselové auto. V České republice jich zatím jezdí jen několik, takže jim řada lidí stále nevěří. My chceme tuto nedůvěru změnit.

Kolik řidičů dnes zaměstnáváte?

Aktuálně jich máme přibližně 38, ale potřebovali bychom se dostat asi na 48. Nejvíce řidičů hledáme právě na Trutnovsku. U nepřetržitých zakázek nestačí jeden řidič na jedno auto. Kvůli střídání směn a povinnému odpočinku potřebujeme na jeden vůz prakticky až 3 lidi. Budeme proto rádi, když se zájemci přijdou podívat, vyzkoušejí si práci a zjistí, co všechno obnáší.

Na které zajímavé stavby jste beton dopravovali?

V minulosti to byla například výstavba lanovky na Sněžku nebo betonování přímo v útrobách Labské přehrady. Ve Špindlerově Mlýně teď vozíme beton také pro investici v oblasti Hromovky a pro rozvoj tamního lyžařského areálu. Jezdíme k apartmánovým domům a hotelům v Peci pod Sněžkou. Nicméně aktuálně je pro nás velkou výzvou výstavba tunelů dálnice D11. Provoz u tunelů běží prakticky nepřetržitě. Museli jsme vytvořit speciální skupinu řidičů a vyčlenit auta, která se téměř nezastaví. Je to náročná, ale zároveň zajímavá práce.

DS Transport Beton
hledá nové řidiče.
přijďte se k silnému týmu.





Věřím, že plněním příslibů jsme získali důvěru Trutnováků

Čtyřleté volební období končí a starosta Michal Rosa hodnotí, jak se v Trutnově podařilo navázat na éru Ivana Adamce, dokončit velké projekty jako například rekonstrukci kina Vesmír nebo zrealizovat velké investice do modernizace škol. Vysvětluje také vize a plány dalšího rozvoje města zaměřené na další etapy revitalizace městských částí, přilákání mladých rodin i přípravu velkých projektů, jako je nový bazén nebo přestavba nádraží.

Čtyřleté volební období se chýlí ke konci. S jakou představou jste do něj vstupoval?

Bylo mi jasné, že nebude jednoduché navázat na Ivana Adamce, který vedl město 23 let a za jehož působení se z nejošklivějšího města regionu stalo město, které dnes všem ostatním ukazuje záda. Navíc mi bylo jasné, že město bude muset na nějaký čas upustit od velkých investic, jako bylo Uffo nebo Středisko volného času, protože bude potřeba se věnovat méně přelomovým, ale přesto důležitým investicím. Věděl jsem, že budu muset Trutnovákům vysvětlit, proč vedu město tímto směrem.

Máte dnes pocit, že jste uspěl? Podařilo se všechno, co jste si naplánoval?

I ta nejlepší koncepce se musí přizpůsobovat okolnostem. Například prioritizaci ulic, které budeme opravovat, zásadním způsobem určoval stav sítí, které jsou v nich uloženy. Do plánů promlouvaly i dotační tituly, které se podařilo, nebo naopak nepodařilo získat. A konkrétně v tom jsme byli velmi úspěšní. Z různých dotačních titulů se podařilo získat více jak 300 milionů Kč, což pozitivně ovlivnilo investiční možnosti města. U mnoha záměrů nás zdržel povolená proces nebo jsme se potýkali s kapacitami projektantů a realizačních firem. To do značné míry způsobilo, že konec volebního období je investičním sprintem. Možná se toho dalo stihnout o trochu více, ale myslím si, že se toho podařilo hodně.

Pojďme tedy konkrétně k tomu, co se podařilo. Na co jste nejvíce pyšný?

V prvé řadě zmíním dvě největší investice, které přesáhly hranici 100 milionů Kč a na obě se podařilo získat významnou dotaci, a to rekonstrukci kina Vesmír a výstavbu nového křídla domova pro seniory. Dále se nám podařilo zlepšit stav a vybavenost trutnovských mateřských a základních škol, přičemž celkový objem investic přesáhl 300 milionů Kč. V tom je zahrnuta i výstavba dvou zcela nových tříd mateřské školy. Nastartovali jsme regeneraci Zelené Louky a do zkvalitnění její infrastruktury jsme vložili 150 milionů Kč. Do konce roku budou realizovány investice za dalších 50 milionů Kč. Současně jsme začali hledat řešení a vize pro další městské části.

Také jsme se naučili zapojit do plánování veřejnost. Věřím, že důsledným plněním příslibů jsme získali důvěru Trutnováků, což dokládá stále větší počet lidí, kteří se do participace zapojují.

Je něco, co se vyloženě nepovedlo?

Jsou věci, které přes veškerou snahu ze strany města trvaly nebo trvají neúměrně dlouho. Například odstranění havarijního stavu nábřežní zdi nebo realizace pruhu pro autobusy. Obě zmíněné akce nejspíš dokončíme ještě v letošním roce, ale připravujeme a projednáváme je více než tři roky.

Jaká je vaše vize pro volební období 2026–2030, pokud budete v jeho čele vy?

Pokud povedu Trutnov dál, půjdu po nastoupené cestě a investiční strategie se lišit nebude. Je zřejmé, že Trutnov potřebuje ještě jedno volební období, kdy prioritou bude obnova majetku města a rozvoj městských částí. Opřeme se o nový strategický plán a plán udržitelné městské mobility, které byly schváleny v letošním roce. Budeme pokračovat v investicích do škol a školek. Ještě letos bude zahájena rekonstrukce ZŠ Rudolfa Frimla. Budu usilovat o to, aby na Zelené Louce bylo snazší vyjmenovat ulice, které opravené

nejsou, než ty, které opravené budou. Mezi objekty, kterými se Trutnov bude pyšnit, přibude Jiskra. Významně se promění některé městské části, například Poříčí a Šestidomí, a připravíme plány pro další, například Družbu a Smeťák. Nemohu zmínit všechny, ale budu dbát na to, aby se obnova dotkla i těch městských částí, ke kterým jsme se v končícím volebním období zatím nedostali.

Přesto, jsou nějaká témata, která považujete pro příští roky za klíčová?

Již dnes má Trutnov více než 6,5 tisíce obyvatel nad 65 let. Proto budeme rozvíjet systém podpory pro seniory, který naše město nabízí. Budeme zvyšovat kvalitu seniorského bydlení v domech s pečovatelskou službou, budeme rozvíjet pečovatelskou službu a čeká nás významná investice do rozšíření denního stacionáře. Pro budoucnost Trutnova bude klíčové udržet a popřípadě i získat nové mladé rodiny. Proto metodou bytových družstev nastartujeme výstavbu několika menších bytových domů a v plánu jsou i řadové rodinné domy.

Čeká nás však i příprava některých zásadních projektů, jejichž realizace přesáhne hranice volebního období. Příští zastupitelstvo se bude muset rozhodnout, zda Trutnov bude plavecký bazén rekonstruovat, nebo bude stavět nový. Příprava takto náročného projektu zabere více než dva roky a tuto přípravu bude nutné zvládnout. Stejný význam přikládám rozhodnutí, zda naše město využije příležitost, kdy Správa železnic bude rekonstruovat vlakové nádraží a my přemístíme autobusové nádraží, nebo jestli po zralé úvaze a porovnání studií, jejichž příprava již běží, tuto příležitost odmítneme.

Děkuji za rozhovor. Chtěl byste něco dodat na závěr?

Rád bych poděkoval všem kolegům z úřadu i městských organizací za spolupráci. Bez jejich práce a nasazení by nic z toho, o čem jsme dnes mluvili, nebylo možné. ■

Máme rádi
TRUTNOV

Zodpovědnost · Efektivita · Otevřenost



POLITICKÁ REKLAMA

Komunální volby 2026

Zadavatel/zpracovatel:
ODS, KDU-ČSL, TOP09





Nissan X-Trail Family Edition



Již od:

799 990 Kč vč. DPH

Výhodné financování s úrokem od 0%.

Operativní leasing již od

8 299 Kč bez DPH měsíčně s plným servisem

+ZDARMA  **Comfort Pack**

 **Sada zimních kol**

AUTO TRUTNOV

Objednávejte nyní
AUTO TRUTNOV
Krkonoská 566, Trutnov
Tel: +420 499 816 542

nissan.autotrutnov.cz

Otevírací doba:
8:00-17:30 Pondělí až Pátek,
9:00-12:00 Sobota

SKIRESORT ČERNÁ HORA – PEC



Za den vystoupat na Mont Blanc. V Krkonoších vzniká nová výzva

Na Černé hoře se 22. srpna uskuteční první ročník PeakBlanc Challenge, nové vytrvalostní akce pro všechny milovníky hor a osobních výzev.

Co kdyby bylo možné zdolat výšku nejvyšší hory Alp, aniž byste opustili Krkonoše? Přesně z této myšlenky vznikla PeakBlanc Challenge – nová sportovní výzva, která se uskuteční v Janských Lázních na Černé hoře.

Účastníci budou mít během jediného dne za úkol nastoupat celkem 4808 výškových metrů, tedy symbolickou výšku Mont Blanc. Čeká je devět výstupů na vrchol Černé hory, přičemž dolů se budou vracet lanovkou, aby mohli znovu vyrazit vzhůru. Na splnění celé výzvy budou mít 15 hodin.

PeakBlanc není klasický závod zaměřený na nejrychlejší čas. Hlavním cílem je překonat vlastní limity a zažít den plný vytrvalosti, odhodlání a jedinečné atmosféry v horách.

„Chtěli jsme vytvořit akci, která bude opravdu výjimečná. Nejde jen o sportovní výkon, ale hlavně

o osobní výzvu. Mont Blanc je symbolem velkého cíle a my jsme jeho výšku přenesli do českých hor,“ říká spoluzakladatel projektu Lukáš Ungerman.

Zázemí celé akce zajistí SkiResort Černá hora – Pec. Účastníci budou mít k dispozici lanovku, občerstvovací stanice, zdravotní a bezpečnostní podporu i možnost vyzkoušet si vybavení partnerů akce, například značky Salomon nebo VIF. O energii během dne se postará také Red Bull.

Akce je určena všem sportovně založeným lidem, kteří mají rádi hory a chtějí si sáhnout na své limity. Není potřeba být profesionálním běžcem, rozhodující je odhodlání a chuť dokončit výzvu.

„Nechceme pořádat závod jen pro úzkou skupinu sportovců. Chceme, aby si každý účastník odnesl především silný zážitek a pocít, že dokázal něco mimořádného,“ doplňuje spoluzakladatel Lukáš Pařízek.

První ročník PeakBlanc Challenge se uskuteční v sobotu 22. srpna v Janských Lázních. Kapacita je omezena na 250 účastníků a registrace probíhá na webu:

www.peakblanc.cz





Naplno nad zemí i pod zemí

Od Jaroměře až po polskou hranici. Teď už se dálnice D11 staví v takřka celé délce. Odtěžuje se zemina, betonují pilíře, prodlužují mostovky a razí tunely.

✎ MICHAL BOGÁŇ, FOTO: JAN BARTOŠ

Větší stavební ruch panuje na jednadvacetikilometrovém úseku mezi Trutnovem a státní hranicí. Stavbaři se pohybují prakticky v celé trase, v níž vzniká 28 mostů, dva tunely, dálniční křižovatky i kilometry protihlukových stěn. „Pracuje tady denně přibližně tisíc lidí,“ sdělila tisková mluvčí Ředitelství silnic a dálnic Petra Drkulová. Na úseku Jaroměř-Trutnov to je aktuálně 260 lidí a tento počet bude s postupem výstavby narůstat opět až k tisícovce.

Nejblíže dokončení je přibližně třikilometrový úsek u Královce, který naváže na hotovou polskou rychlostní silnici S3. „Na jednom z mostů se aktuálně uzavírá poslední nosná konstrukce, na dalších pěti se pracuje na římsách a izolacích,“ přiblížila Drkulová. Současně se pokládají jednotlivé vrstvy vozovky, buduje odvodnění a vyrůstají protihlukové stěny. „Do konce léta by měl být asfalt na většině tohoto úseku. Na podzim přijdou

na řadu finální vrstvy, svodidla, dopravní značení a další dokončovací práce. Zprovoznění je v plánu na konci listopadu,“ potvrdila mluvčí ŘSD.

Asi nejzásadnější etapa v průběhu léta bude dokončení ražeb tunelu Opevnění a následný přesun ražeb na tunel Poříčí. K proražení kaloty (horní klenby) 492 metrů dlouhé levé trouby tunelu Opevnění došlo 7. července, přesně půl roku od zahájení ražby. V tu chvíli zbývalo z pravého tubusu prorubat ještě 60 metrů. Ke kompletnímu dokončení ražeb by mělo dojít tento měsíc. „K zahájení ražeb tunelu Poříčí předpokládáme, že dojde na konci srpna,“ rekla Drkulová. Vzhledem k jeho větší délce (540 a 576 metrů) se očekává úměrně delší doba ražby. Orientačně by se měla pohybovat přibližně mezi sedmi a osmi měsíci. Ve druhé polovině října by pak měla začít ražba třetího tunelu Kamenný vrch na Výšince. Jeho levý tubus bude dlouhý 780 metrů a pravý 756 metrů. Tunel vznikne kombinovanou metodou – část bude vyražena v hornině, na obou koncích na ni navážou hloubené portálové úseky.

Právě v tunelech jsou využívány ty nejzajímavější stroje při stavbě dálnice. „Zejména jde o tzv. tunel

bagr, vrtný a nabíjecí vůz nebo aplikátor stříkaného betonu,“ prozradila mluvčí. Na ostatních částech dálnice pracuje převážně technika běžná pro velké dopravní stavby. Ani tam se však stavbaři neobešli bez speciálního řešení. „V některých částech trasy ale musely být nasazeny pásové dumpéry, protože terén byl natolik nepřístupný, že nebylo možné zemní práce realizovat klasickými kolovými dumpéry,“ dodala.

První mostovky v Poříčí se spojí za šest měsíců

Práci uvnitř tunelů veřejnost většinou nevidí, zato mosty rostou lidem doslova před očima. Některé z nich vznikají metodou letmé betonáže, při níž se mostovka postupně vysouvá z pilířů do volného prostoru. „Výhodou této technologie je především minimální zásah do okolí. Nemí nutně budovat pod mostem dočasně podpůrné konstrukce a zároveň lze překlenout velká rozpětí,“ vysvětlila Petra Drkulová. Pro stavbaře však jde o mimořádně náročnou práci. Pohybují se na omezeném prostoru desítky metrů nad zemí, často přímo nad silnicemi, železniční tratí nebo zástavbou.

Jednotlivé části mostovky musejí vznikat a spojovat se v přesně daném pořadí, aby konstrukce zůstala po celou dobu stabilní. Dobře je to vidět například na estakádě přes Poříčí. Dvě části mostu, které se nyní při pohledu zdola zdají být téměř u sebe, se přitom spojí až jako poslední. „Jednot-

livá pole musejí být propojena přesně podle pořadí stanoveného projektantem. První spojení dvou nosných konstrukcí očekáváme přibližně za šest měsíců,“ vysvětlila Petra Drkulová. „Pusinku“ už si skoro dávají i mostovky u Křenova.

Zatímco severní část D11 už má za sebou 21 měsíců výstavby, na 19,6 kilometru dlouhém úseku Jaroměř-Trutnov začaly hlavní práce v dubnu. První týdny patřily především skrývkám a odvozu ornice. Nyní už je budoucí dálnice stále výrazněji viditelná v okolí Choustníkova Hradiště, Dvora Králové, Kocbeří i Hajnice. V terénu vznikají zářezy, připravují se násypy. Přes silnici II/299 mezi obcemi Zboží a Choustníkovo Hradiště se začalo pracovat na založení mostu, stejně jako u Výšinky, kde to pocítili řidiči, protože doprava je vedena kyvadlově jedním pruhem a řízena semaforem. Největší most na úseku mezi Jaroměří a Trutnovem vyroste přes údolí Labe poblíž Kuku. Dlouhý bude 712 metrů a v nejvyšším místě povede 46 metrů nad terénem. Jeho výstavba už také začala a trvat by měla tři roky a tři měsíce.

V červenci také ŘSD informovalo o tom, že výstavbě severní části D11 výrazně pomůže také evropská dotace. Evropská unie uhradí z Fondu soudržnosti 59,5 procenta způsobilých nákladů, tedy více než deset miliard korun. Úsek z Trutnova k hranicím se po dokončení stane součástí hlavní evropské dopravní sítě TEN-T a přes polskou rychlostní silnici S3 propojí region nejen s Vratislaví, ale také s pobřežím Baltského moře. ■

INZERCE

Skladem nabízíme široký výběr pravidelně oceňovaného a jednoho z nejlepších vinařství u nás.

Přijďte se přesvědčit do naší prodejny o jeho kvalitách i vy.

35
let
s Vámi,
děkujeme!

MEČÍŘ

VINAŘSTVÍ VOLAŘÍK
MIKULOV

Showroom: Horská 30, Trutnov
E-shop: www.mecir.net
E-mail: obchod@mecir.net
Tel: 499 811 752 • 723 291 202
Rozvozy

ALKOHOL PRODAVÁME OSOBAM STARŠÍM 18 LET

PIJTE S ROZUMEM

Obchodníkům
i široké veřejnosti





SUBARU

Confidence in Motion

GOOD
VIBES
ONLY



SUBARU
FORESTER

Akční nabídka
skladových
vozů

www.chalupa-motors.cz



Pro zobrazení
akční nabídky načtěte
QR code.



CHALUPA MOTORS s.r.o.

☎ 466 411 111 ☎ Pardubice, Kosmonautů 515

☎ 735 799 797 ☎ Trutnov, Horská 594

CHALUPA
MOTORS



DÁLNIČNÍ D11

Mimoúrovňová křižovatka u Stráže

Most u Starého Rokytíku

Severní portál tunelu Opevnění

Most u Křenova

Mimoúrovňová křižovatka v Poříčí

Most za tunelem Opevnění

Státní hranice s Polskem



Zdravý pohyb Trutnov: Cvičení, které dává smysl

Bolí vás záda, při sportu vás omezují šlachy a klouby nebo se po běžném dni cítíte polámaní? To, co tělo potřebuje, nejsou líbivé cviky, ale pohyb, který skutečně funguje. V centru Zdravý pohyb Trutnov učíme lidi lépe používat vlastní tělo na základě vědeckých principů. Od září otevíráme nový velký sál a podzemní kurzy, náš přístup si ale můžete vyzkoušet už nyní na letních otevřených lekcích.

Žádné slepé kopírování, ale pochopení vlastního těla

V čem je naše cvičení originální? Na lekcích vám u každého cviku řekneme, co, jak a proč děláte. Nenecháme vás tápat v nejistotě. Nejprve vás do pohybu precizně slovně navedeme a v případě potřeby pomůžeme správným manuálním nastavením přímo na podložce. Díky tomu svaly nezapojujete mechanicky, ale pohyb a svému tělu opravdu rozumíte. Pouhé kopírování pohybů lektora bez znalosti kontextu totiž často vede k tomu, že člověk nevědomky přetěžuje již tak unavené

svalové skupiny a ty oslabené naopak nezapojí vůbec. Naším cílem je, abyste se stali experty na své vlastní tělo a dokázali získané dovednosti přenést do každodenních činností.

Na začátečnických lekcích cvičíme mimo jiné metodou pilates clinic. Jde o uznávanou a detailně propracovanou zdravotní verzi klasického pilates, která slouží jako bezpečný a stabilní základ. Na něm následně stavíme náročnější variace. Dbáme na důkladné provedení, dokonale kontrolovaný pohyb a kvalitní dech. Naše lekce sice na první pohled nevypadají jako efektní video pro sociální sítě, jejich síla a skutečný wow-efekt se však odehrávají uvnitř vás, když zjistíte, že se dokážete hýbat zcela bez omezení.

Aby pohybový aparát správně fungoval v běžném životě

Vaše tělo naučíme znovu využívat jeho přirozené biomechanické možnosti. Chceme, aby jednotlivé

části pohybového aparátu, od plosek nohou až po krční páteř, správně spolupracovaly a uložily si tyto zdravé koordinované vzorce jako automatické. Jakmile se tyto mechanismy zafixují v centrální nervové soustavě, přestanete nad nimi v běžném dni přemýšlet. Díky tomu pak můžete s mnohem větší lehkostí běhat, tančit, cvičit, chodit po krkonošských hřebenech a užívat si běžný život. Přirozené pohybové návyky jsou navíc tou nejlepší investicí do budoucna. Udržíte si díky nim plnou soběstačnost, sílu a koordinaci i ve velmi pokročilém věku.

Mobilita v síle místo pasivního protahování

V našem centru se nezaměřujeme na pasivní flexibilitu ani nekonečné protahování bez kontroly, které často klouby spíše destabilizuje. Drtivá většina našeho cvičení stojí na principu takzvané mobility v síle. V praxi to znamená, že klouby a páteř neprotahujeme pasivně, ale učíme je bezpečně pracovat v jejich přirozeném rozsahu. Oporou pro tento pohyb je vždy pevný a stabilní střed těla (core) spolu s hlubokým stabilizačním systémem, který chrání páteř před přetížením. Lekce našeho cvičení přináší okamžitý i dlouhodobý efekt. Bezprostředně po cvičení přichází pocit napřímení, síly a zároveň uvolňující pružnosti. Při pravidelné docházce si začnete všimnout, že se i při běžných činnostech, jako je dlouhé sezení v kanceláři, práce na zahradě nebo řízení auta, cítíte podstatně lépe a že vaše tělo vypadá přirozeně zpevněné a zdravě napřímené. Nejde nám o vysekanou postavu. Naším hlavním cílem je funkční pohybový aparát, který vám spolehlivě poslouží při práci, sportu i zaslouženém odpočinku.

Individuální přístup pro každého bez rozdílu věku

Naše lekce jsou ideální pro muže i ženy jakéhokoli věku, maminky po porodu, které potřebují bezpečně a systematicky regenerovat pánevní dno a oslabenou břišní stěnu, seniory toužící po stabilním pohybu bez bolesti i pro aktivní sportovce hledající kvalitní kompenzaci. Každá lektorka vede lekce svým osobitým stylem, ale všechny spojuje stejná filozofie. Tou je zdravý pohyb respektující jedinečnost každého člověka.

Nevěříme na univerzální tabulkové návody. Každé tělo má svou historii i omezení, a proto si zasluhuje individuální přístup. Pokud chcete, aby vám to vaše spolehlivé fungovalo dnes i za dvacet let, rádi se staneme vašimi průvodci. Trvalé změny nevznikají přes noc, ale pravidelností a trpělivostí. Když tělu věnujete správný čas, výsledky se dostaví v podobě síly, mobility a fyzické pohody. Přijďte si náš přístup vyzkoušet na vlastní kůži a objevte radost z pohybu, který dává smysl.

Jak o nás mluví odborníci a naši klienti?

Kateřina (stálá klientka): „Do Zdravého pohybu jsem začala chodit téměř před dvěma lety poté, co jsem si cvičením ve fitku výrazně zhoršila diastázu a vypěstovala stresovou inkontinenci. Už po prvním setkání s Pěťou, kdy mi vysvětlila, že většina žen nemusí mít povolené pánevní dno, ale naopak přetížené, jsem tušila, že to bude nespíš i můj případ. V té době jsem nebyla schopná jít sportovat bez dámských hygienických pomůcek. Už po pár měsících jsem pocítila obrovský rozdíl a dnes běhám, hraju s dětmi fotbal i tenis a můžu skákat na trampolině, aniž bych se musela bát. Díky, Pěťo!“



Daniela (fyzioterapeutka): „Cvičení ve Zdravém pohybu Trutnov maximálně doporučuji. Pro mě jako fyzioterapeutku je radost vidět, když je pohyb vedený s takovým respektem k lidskému tělu a s opravdovým porozuměním tomu, jak anatomicky funguje. Instruktorky se stále vzdělávají v moderních přístupech a mají výborné znalosti anatomie pohybové soustavy, takže je cvičení bezpečné, smysluplné a přesně cílené. Začala jsem zde cvičit tři měsíce po císařském řezu a od samého začátku jsem věděla, že jsem v těch nejlepších rukou. Doporučuji všem, kteří chtějí cvičit poctivě.“ ■

Je pořád co zlepšovat

Poprvé dorazil na skotské hry ve vypůjčeném kiltu, který mu byl malý a musel ho držet spínací špendlík. O sedm let později už Radek Horák hází kládou, kamenem i těžkým závažím tak dobře, že ovládl Českou ligu Highland Games v kategorii Masters. Z pěti úvodních kol pět vyhrál. „Ale pořád je co zlepšovat. Člověk nesmí usnout na vavřínech,“ říká trutnovský silák v novém podcastu Trutnovinek.

Ke skotským hrám se dostal v roce 2019 díky kamarádovi Jiřímu Váchovi. O disciplínách ani povinném úboru tehdy nevěděl prakticky nic. „Měl jsem i baret, protože jsem netušil, co se nosí. Všichni na mě koukali jako na blázna,“ vzpomíná. První závod ho ale okamžitě vtáhl. Nadchlo ho



sportování v přírodě i atmosféra, která se kolem této netradiční disciplíny vytváří.

Highland Games nejsou jen přehlídkou hrubé síly. Soutěžící vrhají kamenem, házejí skotským kladivem, posílají závaží do dálky i přes laťku a v královské disciplíně se snaží správně převrátit čtyři až šest metrů dlouhou kládu. „Krása tohoto sportu není v tom, kolik zvedáte, ale v technice a dynamice,“ zdůrazňuje Horák, který trénuje na atletickém stadionu v Trutnově.

Vedle výkonů a osobních rekordů ho na skotských hrách baví také parta závodníků. Přestože chce každý zvítězit, soupeři si mezi sebou radí a pomáhají se zlepšovat. Horák se v začátcích učil hlavně pozorováním zkušenějších, dnes už své poznatky předává dalším. „Rivalita tam samozřejmě je, ale zároveň se společně posouváme. Právě ta komunita mě na tom hrozně baví,“ říká. Rady zkušenějších závodníků a trutnovských atletů mu pomohly také v hodů závažím do dálky, který dříve považoval za svou nejslabší disciplínu. „Najednou se z mojí nejhorší disciplíny stala disciplína, kterou jsem vyhrál,“ usmívá se. Daří se mu i v hodů závažím do výšky, ve kterém letos vytvořil národní rekord výkonem 5,20 metru.

V podcastu Radek Horák prozradí také to, proč si po závodech raději s nikým nepodává ruku, co skutečně nosí pod kilem, jak se na stadionu trénuje s „telegrafním sloupem“ nebo proč ho ke skotským hrám přivedl film Statečné srdce. A přidává i své životní motto: „Lepší je se opotřebovat než zrezivět.“ (bog) ■

Poslechněte si celý podcast s Radkem Horákem



Přiznejte své malé hříchy

Troubíte na slona, koušete si nehty, chodíte všude pozdě nebo necháváte hrnek od kávy ve dřezu tak dlouho, dokud ho neumyje někdo jiný? Tentokrát se svých zlovyků nemusíte zbavovat. Naopak! Přiznejte je a pomozte vytvořit speciální trutnovskou část Národní sbírky zlovyků.

Listování v Trutnově během léta sbírá drobné lidské neřesti, zvláštní návyky i každodenní činnosti, kterými dokážeme lézt na nervy sobě nebo svému okolí. Stačí svůj zlovyk napsat na papírek a vhodit ho do připravené krabičky. Všechny trutnovské „úlovky“ se pak stanou součástí výstavy a velkého listovacího večera s autorkou projektu Kateřinou Šedou.

„Sleduji projekt úplně od začátku a baví mě to. Člověk se v něčem najde nebo najde v tom někoho, koho zná. Je skvělé, jak nás spojují i neduhy. Když se k tomu přičte česká nátura a humor – o zábavu je postaráno. Řekněme si upřímně, kdo netroubí na slona?“ usmívá se pořadatelka Listování v Trutnově Barbora Chmelíková. „Zatím jsou rozmístěné tři krabičky, ale krabiček může být klidně víc. A doufám, že bude. Na sbírku máme celkem dost času. V Brunu už několik lístečků je a jsou skvělé. Myslím, že zlovyk není namístě. A nezapomeňte, že zlovyk může být i pozitivní,“ dodává. Sbérné krabičky najdete v Kavárně Bruno, Turistickém informačním centru Trutnov a v Kavárně Svobodnej ve Svobodě nad Úpou. Jméno připojovat nemusíte – důležitá je především upřímnost a zlovyk, ve kterém možná někdo další pozná sám sebe. (bog) ■



aQ

Nová značka. Nové příležitosti.

Hledáme nové kolegy do výroby

Navíjení - Montáž -
Testování - Impregnovna

Nabízíme:

- Zázemí mezinárodní společnosti
- Zaškolení - praxe není nutná
- Férová mzda + odměny
- 27 dní dovolené
- Příspěvek na stravování
- Příspěvek na penzijní spoření
- Příspěvek na dětskou rekreaci a mnoho dalšího

Nástup možný ihned

**Zaujalo Vás to?
Ozvěte se!**

personalni.mtcr@aqgroup.com
www.aqmagnetronics.com/cs/kariera

+420 499 904 444

Jsme bývalý
mdexx Magnetronic Devices s.r.o.

ROZVOZ ZDRAVÝCH SPECIALIT

Vaříme zdravá jídla z čerstvých a kvalitních surovin, která vám zdarma rozvezeme.

Obědy / Polévky / Dezerty / Celodenní menu

www.rozvozsPECIALIT.cz



Jan Sobotka

do Senátu!

STAROSTOVÉ

Spodporou:



Z/Ž: STAN



Zahrada lékárníka Czerného

ONDŘEJ VAŠATA,
MUZEUM PODKRKONOŠÍ

Lékařnická rodina Czerných, která v Trutnově na dnešním Krakonošově náměstí v domě čp. 128 provozovala lékárnu U Zlaté hvězdy, patřila v druhé polovině 19. století k nejváženějším ve městě. Solidní majetkové poměry jí umožnily vlastnit rozlehlou soukromou zahradu u nynější ulice Na Struze. Oplocenou terasovitou zahradu, která vznikla zřejmě

v 80. letech 19. století, zachytil v roce 1891 na fotografii Adolf Lehmann. Vstup do zahrady se sítí cestíček byl z ulice Na Struze. Uprostřed areálu stál dřevěný altánek a nechyběl také holubník. Zahrada je dnes volně přístupným parkem s řadou vzrostlých stromů. Památku na rodinu Czerných zde stále najdeme v podobě náhrobku Franzisky Czerné, jež zemřela 31. července 1834 ve věku 61 let. Nedaleká ulice Pod Sadem se pak kdysi jmenovala Zahradní s jasným odkazem na lékárníkovu zahradu. ■



Lamačka Inu z Hajnice

❖ VLASTIMIL MÁLEK, MUZEUM PODKRKONOŠÍ

Domácké zpracování Inu patřilo v Podkrkonoší k významným zdrojům obživy, zejména v 18. a 19. století, než bylo postupně nahrazeno strojovou tovární velkovýrobou. Dodnes lze na půdách, ve stodolách či kůlnách podkrkonošských usedlostí objevit dochované nástroje a další relikty této tradiční činnosti. Jejich počet však rychle klesá. Trutnovské muzeum se proto snaží tyto cenné doklady zachraňovat. Jedním z nejnovějších přírůstků, získaných do muzejní sbírky v roce 2026 z obce Hajnice, je dřevěná jednobřítá lamačka Inu – tzv. trdlíce. Tento jednoduchý, ale důmyslný nástroj sloužil k rozlámání usušených lněných stonků, aby bylo možné oddělit dřevnaté části od vláken a připravit je k dalšímu zpracování. ■



INZERCE

Pronájem skladu - Trutnov (500 m²)



Hala u průmyslové zóny
Nosnost: 10t/m², výška 5,55 m
Bezpečná podlaha

Temperované a monitorované (teplota, vlhkost)

Hydraulická rampa

Vlastní logistická podpora

Energetická třída: B

Možnost pronájmu části skladu nebo kanceláře (15 m²)

Izolace třídy D, kamerový systém s 30denním záznamem

LED osvětlení: 300 lux (manipulační), 200 lux (skladové)

Orientační cena: 120 Kč/m², dle poskytovaných služeb

michal.borsky@hollen.cz / 734 441 093



Já na bráchu, brácha na mě! ALICA a MICHAL

medvědi z Krkonoš



Že jsou na stromech jen veverky? Ne!
My taky.

Když se nám chce, vylezeme třeba do výšky
čtyřiceti metrů! To nás dole na zemi nenajdete.



V létě nám ošetřovatelé dopřávají
skvělé osvěžení a zábavu v jednom.
Ovoce a zelenina v ledu.
Mňam!



Je tu klid. Když na nás po obědě přijde
únava, zalezeme pod stromy a dáme si
odpočinek.

A nemyslete si, i tak o vás na Stezce
korunami stromů víme.



Sledujte naše příběhy!
Instagram: medvedi_stezka



ZAŽIJTE KOMENTOVANÉ PROHLÍDKY LETNÍHO CYKLU V GALERII EPO1

**VZPOMENŮ SOBĚ,
ŽE NENÍ VŠECHNO
ŠTĚSTÍ**

VLADIMIR 518

Kurátorka: Denisa Václavová

20. 9. 2026

14:00



REKREACE

ONDŘEJ MESTEK

Kurátor: Jan Kunze



27. 9. 2026

14:00 – společná komentovaná prohlídka

NEOKOSMOS

PAVEL HOLEČEK

Kurátor: Jan Kunze



Powered by

KASPER®



Centrum
současného
umění EPO1

EPO1, z. s.
Elektrárenská 322,
541 03 Trutnov – Poříčí

www.epo1.cz
[@galerieepo1](https://www.instagram.com/galerieepo1)