



str. 12  
FILMOVÁ SOUTĚŽ



str. 13  
PAVAROTTI

POZVÁNKA DO DIVADEL	str. 10
NÁZORY ČTENÁŘŮ NA LISTY	str. 12
JAK SE ZBAVIT STARÉ LEDNICE	str. 13
JSTE V TÍSNI? VOLEJTE 112	str. 13

PRAHA	HA
PRAHA	GUE
PRAHA	GA
PRAHA	GA

## Olga Šípková trénuje i na mateřské

Nejúspěšnější česká reprezentantka ve sportovním aerobiku Olga Šípková vedle světového titulu z roku 1997 získala dvě zлата i na ME, je pětinasobnou mistryní republiky. Po ukončení profesionální kariéry se prosadila jako instruktorka a trenérka, založila Klub závodního aerobiku Olgy Šípkové.

Natočila úspěšné videokazety s cvičením pro ženy, otevřela vlastní fitness klub, který mimo jiné pořádá kurzy dětského aerobiku. Prosadila se také jako moderátorka televizních pořadů. V listopadu loňského roku se stala podruhé maminkou, když přivedla na svět dceru Adélku.

**Jste nyní na mateřské dovolené, nebo pokračujete ve svých pracovních aktivitách – tedy především v tréninkové činnosti?**

Na mateřské dovolené sice teď krátce jsem, ale mám vedle svých vlastních ještě deset dětí svěřených, které trénuji už zhruba 8 let, takže se mnou vlastně vyrůstají. I když mi pomáhá manžel, ty děti jsou zvyklé na mě, takže se snažím na jejich tréninku se alespoň dvakrát, třikrát týdně vyskytnout. Nerada bych o některém z nich mluvila zvlášť. Já je beru tak, že jsou to všechno hrozně fajn, šikovné a pracovitě děti. Mám tu např. druhou ženskou na světě Martinu Fulínovou, prvního chlapa na světě v juniorech Honzu Pochodradského a taky tu mám dva šikovné týmy. Jeden byl třetí na mistrovství Evropy a ten druhý, to je novinka – takové zajímavé seskupení. Jsou



**USMĚVAVÁ MISTRYNĚ.** S pětinasobnou mistryní ČR v aerobiku Olgou Šípkovou jsme si povídali za účasti malé Adélky v jejím „fitku“ v pražských Holesovicích.

to tři dívky, tři vynikající individuality, které se daly dohromady a které již všechny tři byly na prvních místech ve světových soutěžích v aerobiku.

**Jak byste si představovala sportovní budoucnost svých vlastních dětí? Adélka je ještě malíčká, ale syn je starší, „pomamil“ se?**

Myslím, že se „nepomamil“ ani „nepotatil“. Můj manžel, jeho tatínek, je bývalý gymnasta. Syn prošel spoustou různých kroužků, ale nikde nevydržel, aby dělal nějaký sport vrcholově. Je mu necelých 15 let, a na co sáhne, to mu docela jde. Je to takový kluk, který dělá všechno a nic. Já bych si ani

neprála, aby mé děti byly vrcholovými sportovci. Mohlo by totiž docházet k tomu, že je budou srovnávat s matkou. Ať si dělají sport podle svého gusta, to nechám na nich.

**Než se objevil aerobik, věnovala jste se gymnastice. Jak vzpomínáte na své začátky?**

Gymnastice jsem se věnovala neskutečných 18 let. Nemít za sebou ta léta gymnastiky, tak nemůžu dělat to, co jsem dělala následně a dělám dodnes. Jsem ráda, že jsem to vydržela.

**Stala jste se známou propagátorkou tzv. zdravého životního stylu. Co pro vás znamená žít zdravě?**

Pro mě to opravdu není fráze, jsem v tom ponořená již zhruba 13 let. Baví mě to a našla jsem se v tom. Starám se o ženy, povídáme si, jezdíme spolu na dovolenou. Lidé chodí cvičit, aby zhubli, a pak si uvědomí, že to není jen o tom hubnutí, ale že je to taky o tom, že si „vypláchnou hlavu“. V našem fitness klubu nenajdete žádné celebrity. Máme tu rádi takové normální lidi – může k nám přijít kdykoli kdokoli.

Renáta Barabášová



## Pozvánka na plážový volejbal



Souboje volejbalistů na písku sice patří k vysloveně letním činnostem, avšak ani v zimě beach-volejbalisté nezahálají. Ve dnech 12. a 13. března 2005 se uskuteční v nafukovací hale Beachklubu Praha-Pankrác (u ZŠ Horáčkova, Praha 4) halový šampionát mužů v tomto atraktivním sportu. Dvoudenní klání zahájí v sobotu 12. 3. od 9 hodin kvalifikace, neděle 13. 3. bude patřit finálovému turnaji. Ve finále, které začíná také v 9 hodin, se představí deset tuzemských dvojic i s mnohonásobnými účastníky turnajů světové série a mistrovství Evropy. Sedm dvojic bude nasazeno dle žebříčku 2004, čtyři dvojice se do turnaje dostanou postupem ze sobotní kvalifikace a na jeden pár čeká divoká karta.

## AQUILA AEROBIC 2005

/Sazka Aréna, 3. dubna 2005/



Babková, Marhová, Volková (3. místo, ME 2004 – Rotterdam)

Nejprestižnější domácí akcí Českého svazu aerobiku v první polovině roku 2005 bude mistrovství České republiky ve sportovním aerobiku a fitness družstev AQUILA AEROBIC 2005, které vyvrcholí finálovými boji v kategorii dospělých (nad 17 let) v pražské Sazka Aréně v neděli 3. dubna. Závod je zároveň nominací pro mistrovství světa 2005, které se bude konat v belgickém Gentu od 3. do 8. května 2005.

Více informací na [www.fisaf.cz](http://www.fisaf.cz)

## Pražský mezinárodní maraton v top desítce



Pražskému mezinárodnímu maratonu (PIM) se dostalo významné pocty. Italští autoři Fausto Narducci, Roberto Quaraceni a Massimo Magnani jej ve své publikaci „Nejvýznamnější maratony historie“ zařadili do elity maratonů.

Publikace zkoumá posun v chápání maratonu ve světovém měřítku a představuje ho jako masový fenomén. Ze všech maratonů vybrali autoři elitní desítku, „klenoty mezi maratony“. Do ní zařadili společně se závody v Berlíně, Bostonu, Chicagu, Londýně, New Yorku, Rotterdamu/Amsterdamu, Paříži, Stockholmu a Tokiu také Pražský mezinárodní maraton.

V knize, která se objeví na našem trhu již na jaře, najdou čtenáři informace o každém z uvedených závodů včetně mapky a fotodokumentace. „Potvrzuje se náš předpoklad, že se Praha může stát městem s jedním z nejvýznamnějších maratonů,“

řekl Carlo Capalbo, prezident PIM. Asociace světových maratonů a silničních běhů již loni nazvala PIM pro schopnost jeho organizátorů přilákat řadu zahraničních účastníků „nejmezinárodnějším maratonem“. Podle předběžných údajů bude letos účast na akcích PIM rekordní. Počátkem února bylo totiž na 1/2Maraton a maratonský víkend přihlášeno již čtyřikrát více závodníků než loni. 1/2Marathon se poběží 2. dubna, Pražský mezinárodní maraton 22. května a Grand Prix 11. září. Zájemce čeká spousta novinek.

Jde především o prvních 1000 registrací zdarma poskytnutých běžcům, kteří letos absolvují svůj první půlmaraton nebo maraton. Více informací je na [www.pim.cz](http://www.pim.cz), [www.praguemarathon.com](http://www.praguemarathon.com) nebo na tel. +420 224 919 209.

## V Chuchli začíná dostihová sezona

Dostihová sezona 2005 bude na závodišti v Praze-Velké Chuchli zahájena v neděli 3. dubna. Program premiérových osmi dostihů tohoto roku odstartuje ve 13 hodin. Další dostihové dny se pak konají pravidelně o nedělích až do konce června.



## Na sportovní granty dá Praha 86 milionů

Z částky 115 milionů, které jsou v letošním rozpočtu určeny na sport, Praha v únoru rozdělila mezi 336 projektů 86,3 milionu. Zbývající finance půjdou na akce ve druhém pololetí a na havárie. Letošní granty byly opět vyhlášeny pro dvě skupiny žadatelů. Jednak pro městské části, školy a školská zařízení, jednak také pro subjekty působící v oblasti sportu.

„V programech určených pro městské části, školy a školská zařízení jsme posoudili celkem 90 žádostí s požadavky o téměř 182 milionů korun a rozhodli jsme se podpořit 36 z nich. Vybrané projekty získaly 24,78 milionu,“ uvedl náměstek primátora Petr Hulínský, který v hlavním městě spravuje finance a sport. Subjekty působící v oblasti sportu a tělovýchovy hlavního města Prahy (HMP) představily celkem 404 projektů s celkovými požadavky ve výši 258,7 milionu korun. „Komise pro udílení grantů v oblasti sportu a tělovýchovy doporučila ke schválení 300 projektů s navrhovanou částkou 61,54 milionu korun a jejich návrh jsme schválili,“ informoval náměstek Hulínský.

Celkově nejvyšší požadavek i nejvyšší přidělená částka, zhruba 40 milionů korun, se tradičně týkaly programů na rekonstrukce povrchů sportovišť tělovýchovných jednot, sportovních klubů, ale i městských částí a škol. Termín uzávěrky druhého kola grantového řízení je 19. května 2005 a je určen pro subjekty působící v oblasti sportu a tělovýchovy na odstranění havárií vzniklých v tělovýchovných zařízeních a na podporu sportovních akcí konaných v hl. m. Praze od 1. 7. do 31. 12. 2005. (kol)

## CVIČÍME & RELAXUJEME



### Díl 2 CARDIO ZÓNA: TRENAŽÉRY

Je-li naším cílem spalování podkožního tuku či zlepšení kondice, je ideální využít ve fitness centru „CARDIO ZÓNU“. Jedná se soubor přístrojů: běhací pásy, rotopedy, eliptické (crossové) trenažéry, steppery a veslovací trenažéry.

- **Běhací pás** – přístroj, na kterém je možné běhat a chodit bez ohledu na špatné počasí. Lze si nastavit rychlost a sklon pásu podle svých možností. Je možné simulovat velké množství profilů běhu.
- **Rotoped** – patří mezi standardní vybavení každého fitness. Simulace jízdy na kole za každého počasí.
- **Eliptický (crossový) trenažér** – přístroj, na kterém se zapojuje práce celého těla, bez většího zatížení kloubů (vhodný pro ty, kteří mají problémy s klouby).
- **Stepper** – simulace výstupu po schodech. Přístroj je velmi oblíben, hlavně mezi ženami, z důvodu tvarování spodní části těla.
- **Veslovací trenažéry** – jak název vypovídá, jedná se o simulaci veslování (vhodné zejména pro zpevnění zadového svalstva).

Začátečnickům doporučujeme poradit se s kvalifikovaným trenérem, který vám poradí nejvhodnější trenažér a v jakém rozmezí tepové frekvence se pohybovat. Tak efektivně odbouráte podkožní tuk či zlepšíte kondici. Připravil: Jiří Rosenfelder, Factory Pro

INZERCE

## Komplexně vybavená sportovní a relaxační centra FACTORY PRO



- Posilovna a cardio zóna
- Bazén a relaxace
- Spinning
- Aerobik a bojové sporty
- Joga a tanec
- Speciální program pro seniory
- Kurzy pro děti
- Squash
- Společenské hry
- Dětský koutek
- Sportovní bar
- Solárium

www.factories.cz





**SOUTĚŽ – DĚTSKÝ KOUTEK – KŘÍŽOVKA – ANKETA – LISTÁRNA**

# SOUTĚŽ

## o 30 krásných filmových cen

**Přidejte ke jménům hlavních hrdinů ty schopnosti, kterými vynikaly ve filmu LEMONY SNICKET: RADA NEŠTÁSTNÝCH PŘÍHOD**

- 1) dívka Violeta
- 2) chlapec Klaus
- 3) malá Sunny

- a) vše rozkouše
- b) vynalézá
- c) stále čte knihy

**LEMONY SNICKET: RADA NEŠTÁSTNÝCH PŘÍHOD**

v kinech od 24. února 2005

Své odpovědi zasílejte do 20. března 2005 na adresu redakce: TARDUS s.r.o., Francouzská 4, 120 00 Praha 2.

Výherci budou písemně vyzváni a výhru si budou moci vyzvednout v redakci.

**SPRÁVNÉ ODPOVĚDI** soutěže o DVD Sluha dvou pánů z únorového čísla Listů HMP: 1c, 2b, 3b, 4c, 5a. Výherci budou vyzváni písemně

**NAPSALI JSTE NÁM**

Chtěla bych poděkovat panu radnímu Radovanu Šteinerovi z Magistrátu hl. m. Prahy, panu starostovi Prahy 8 Josefu Noskovi a všem dalším, kteří nám s pochopením vyhověli a nechali zřídit nový, bezbariérový a bezpečně osvětlený přechod pro chodce přes Čimickou ulici u domova důchodců v Bohnicích. V domově důchodců máme veškeré pohodlí i skvělé vedení a nový, bezpečnější přístup k němu se stal plnohodnotnou součástí našeho života. Nový přechod se stal také důkazem, že staří lidé nejsou všem lhostejní a že na ně úřady a hodní lidé myslí. Proto velmi děkujeme za všechny špatné chodící i za všechny staré, co zde žijeme. Prosíme o uveřejnění našeho poděkování v Listech hl. m. Prahy.

*Za obyvatele Domova důchodců v Praze 8 Josefa Fialová*

Vaše Listy se mi velice líbí, hlavně Vlastivědné výlety v Praze a okolí, které často využívám spolu s vnučkou (i nabídku ZOO). Protože jsem ze Středočeského kraje a do Prahy dojíždím do zaměstnání, kolega mi Listy nosí. Uvítala bych nacházet „Listy“ i ve své schránce na dopisy. Přejí Vám všem hodně úspěchů jak pracovních, tak v osobním životě.

*Helena Šustková, Praskolesy*

V Listech HMP mi nejvíce schází tipy na vycházky, jako byla například „Obora v Satalicích“. Mám rád fotografie staré Prahy a články o ní. Víím, že teď vychází dost knih o staré Praze, ale pro mě jako důchodce jsou bohužel cenově nedostupné. Už se moc těším na další číslo vašich novin.

*Karel Wolf, Praha 5*

**50 výherců získá klasickou pohádku na VHS**

Tajenku křížovky zasílejte nejpozději do 20. března 2005 na adresu redakce: Listy HMP – Tardus, s.r.o., Francouzská 4, 120 00 Praha 2. Výherci budou písemně vyzváni a výhru si budou moci vyzvednout v redakci.

POŠTICKÁ ČÍSLO	POŠT. OCHRANA	UPRAVNĚNÍ	1. DÍL	TEMATA	V MĚLÉM ROCE	OVYATĚ	VJEJENSKÁ	NÁZEV	ZOLIV	Přeneste se do světa dobře...
HOTEL V KARLOVĚ VŘECH			1. DÍL	ITAL. HER. SOPHIA TITI						TRIS TRÁVY S HLAVOU
SLUŽSKÁ REKA				ZN. BYV. LIMONADY FÁMSKÝCH ŠS						TVRDI BOBON. CEL. KOD ANGOJY
NOVOODRĚ HNUTÍ		OLEPIT JAKÝM SVĚTLEM SPIS								
LÓDKA NA PASTVI										PLŮT NA SIET
PROTI LAŤNSKY										STAVOŘEK
NÁREČNĚ ZKR.										ČÁST STŘECHY
KLEKNUTÍ										
ŠNAGR ZASTAR.		AKADEM. TITUL. ITALSKÝ OSTRV								
SUCHÁ TRAVA										
POBOŘENÍ										
ZÁČATEK NEBEZPEČÍ										
FELDKVĚT ZE ŠVĚKA										
VENKOVNÍ PROCEJAN PROSTOR		FOUKAT STROMOVÝ POROST								
TROUŠNÁ VĚTI										
PŘENOSNÁ ELEKTR. TROJKA										
HOSPODÁŘ. SPRAVA ZKR.										

**VYHRAJTE 50 BÁJEČNÝCH POHÁDEK NA VHS OD**

Správná tajenka únorové křížovky zní: **ZAPÍVEJTE SI NEJHEZČÍ PÍSNÍČKY DVOJICE ŠLITR A SUCHÝ.** 50 výhercům zašleme poštou písemně vyznamenání o výhře, kterou si lze vyzvednout na adrese redakce.

### VÝSLEDKY ČTENÁŘSKÉ ANKETY

Vážení čtenáři, děkujeme za všechny anketní listky. Přišlo jich celkem 486. Rada vašich námětů je pro nás inspirací v další práci. Jak naše společná anketa dopadla, se můžete přesvědčit sami...

OTÁZKA 1	OTÁZKA 2	OTÁZKA 3	OTÁZKA 4	OTÁZKA 5	OTÁZKA 6	OTÁZKA 7	OTÁZKA 8
Destička LISTY pravidelně do schránky?	LISTY hl. města pravidelně?	Na LISTECH se mi líbí:	Na LISTECH se mi nelíbí:	V LISTECH mi schází:	Inzerce v LISTECH mě:	Můj věk:	Mé vzdělání:

Nejvíce psaná témata:

- články od lékařů
- poptávka zaměstnání
- okrajové části Prahy
- rady pro spotřebitele
- povídky
- recepty
- kosmetická poradna
- horoskopy
- památky
- akce pro důchodce
- TV program

50 z vás, kteří jste odpověděli na naši anketu, vyznamenejme poštou a odměníme pěknými dárky. Výhru si lze vyzvednout na adrese redakce: TARDUS s.r.o. – LISTY HMP, 2. patro, Francouzská 4, Praha 2 – Vinohrady, každý všední den 9–11 a 13–16 hodin.

**sluneční brána**

Snadná cesta k novému domovu

[www.slunecni-brana.cz](http://www.slunecni-brana.cz)

**Černý most**

nákupy a zábava pro každého!

Centrum Černý Most si Vám dovoluje představit jarní nabídku plnou skvělé zábavy a pohodlných nákupů. Příjemné prostředí s pestrou paletou obchodů, služeb, zábavy a sportu Vás jistě zaujme.

**cem**



# AKCE! sleva až 5000 Kč

# AAA AUTO

3000 vozů

NOVÉ A LEPŠÍ PODMÍNKY FINANCOVÁNÍ:  
 • Měsíční splátka již od 1000 Kč • Úvěr s 0% DPH • Akontace od 0%  
 • Bezúročná půjčka do 100 000 Kč na 12 měsíců

Ke každému vozu získáte páku na volant  
 + DIGITÁLNÍ AUTORÁDIO ZDARMA!

PROFESIONÁLNÍ SLUŽBY • NEJVĚTŠÍ VÝBĚR • NEJLEPŠÍ CENY • 100% GARANCE

PRAHA 8, Dopraváků 723 PO-NE 8-22

teletext TV NOVA str. 520 [www.aaaauto.cz](http://www.aaaauto.cz) **800 110 800**

TISKÁRNA  
 PRÁTELSTVÍ 986, PRAHA 10 - UHRŤEVES

## VLP

VLTAVALABEPRESS

PRŮJME:  
**OFSETOVÉHO TISKAŘE**  
 (na pozici 1. tiskař na novinové rotačce)

**Požadujeme:**

- vyučení v oboru
- minimálně 5 let úraze na pozici 1. tiskař
- flexibilní pracovní doba

**Nabízíme:**

- dobré platové podmínky
- možnost profesního růstu

**Kontakt:**  
 p. Špaček - ☎ 272 015 142  
 p. Choc - ☎ 272 015 118

NĀSTUP MOŽNÝ IHNEĀ

## AGENCY RS a.s.

Pro prestižní projekt nabízí uplatnění ve svém sebraném týmu a nabízí uplatnění na pozici ostraha v uniformě nebo obleku, vařitel objektu. Pro ty, kdo nás přesvědčí o svých kvalitách i na pozici inspektora.

**Vhodné i pro ženy.**  
 Místo práce: Praha a okolí  
**Možnost ubytování.**

Požadavky: odolnost proti stresu, dobré vystupování, chuť pracovat a něco dokázat

Nabízíme: zajímavé platové ohodnocení od 45-60 Kč/hod, dobrý a sebraný tým, profesní růst, seriózní jednání, zaškolení, písemné smlouby dané při nástupu

**Nástup možný ihned**

Kontaktujte:  
 Po - Pá 08.00 - 16.00  
 234 054 135; 721 647 827; 602 127 784

POLAS Vaše studio

uložte si svoji videotéku na formát budoucnosti

## DVD

PŘEPISY VŠECH videoformátů i filmů na DVD za skvělé ceny

**AKCE - kopie na DVD za 50%!**

natačení, střih, kopie, výroba pořadů a spotů, přepisy PAL-SECAM-NTSC, převody videa do PC, převody videa na CD, pronájem techniky, mediální a jiná školení, internetové přenosy, prezentační akce, speciální projekty, konzultace, projekční místnost

komplexní služby pro firmy i jednotlivce

## CHARVÁT®

### CHS

průmyslová hydraulika

Největší dodavatel hydraulických komponentů na českém trhu se sídlem ve Zbraslavicích nabízí

prodej a servis hydraulických a průmyslových hadic, široký sortiment hydraulických šroubení, rychlospojek a manometrů.

Pro zákazníky z Prahy a okolí je tu provozovna Formanská 139, I 49 00 Praha 4 - Újezd  
 Tel./Fax: 272 690 085 • mobil: 603 473 864

## Půjčky bez ručitele!

Operativní řešení Vašich finančních záležitostí

- peníze do 48 hodin
- bez ručení do 50.000 Kč
- s ručením do 2 miliónů
- splatnost 3 měsíce

Tel.: 222 584 110

CREDIT HOUSE

## ZASKLENÁ LODŽIE OD FIRMY OPTIMI®

### VÁM ŠETŘÍ TEPLU A PENÍZE

Držitel ISO 9001:2001 a výhradní licenciar výroby v ČR dle světového patentu WO 89/05109

Dubečská 4/74, 100 00 Praha 10  
 tel.: 274 818 721, mob.: 602 477 874  
 e-mail: info@optimioriginal.cz  
 internet: www.optimioriginal.cz

**ZDARMA VOLEJTE 800 101 005**

Největší výrobce v ČR - za 10 let zaskleno více než 40.000 balkonů  
**Do konce března sleva 4%**

## PALUBKY

OBKLADOVÉ A/B 139,- m<sup>2</sup>  
 tloušťka 12, 15, 19 mm dřevina Sm,Bo,Ol

PODLAHOVÉ A/B 215,- m<sup>2</sup>  
 tloušťka 19, 24, 28, 32, 42 mm

za ceny výrobce

**LIŠTY • HRANOLY  
 MADLA • PRAHY**

DŘEVOPRODEJ, Nádražní 9b, Praha 5  
 naproti Staropramenu, 600 m<sup>2</sup> parking  
 Tel.: 257 317 993, 603 902 159, 603 380 876  
[drevoprodejpraha@seznam.cz](http://drevoprodejpraha@seznam.cz) ceny bez DPH 13%

603 204 727

## MALOVÁNÍ

KRABIS s.r.o.

- kompletní práce  
 úklidové, malířské a lakýrnické

800 129 939  
[www.krabis.cz](http://www.krabis.cz)

Staropramenná 25  
 Praha 5 tel./fax:  
 257 310 747

ÚKLID 603 444 788

## 150 DRUHŮ PODLAH!

## ŠŤÁSTKA parket

parketové a prodej plovoucí pokládky  
 podlahy renovace

exotické dřeviny  
 laky, tmely, lišty

Pod Vlachovkou 14, Praha 8  
 Po-Pá 12-17

parador, wiparquet, magnum, Kährs, Balterio, Berthold, Berg&Berg

## eko WC Provapo®

www.provapo.cz

- Funkční bez připojky vody, odpadu, el. proudu.
- I na dobírku.

prospekt bezplatně zašleme vaší adrese  
**800 100 414**

VYRÁBÍ A PRODÁVÁ  
 BAPA, Praha 3, Koflířská 18  
 HZZ a.s., Brno-Zlíněcko, Gajdošova 82

## POSTELE Z MASIVU

smrk • buk • dub

**Sleva na kompletní postele**

atypické rozměry  
 barevná škála • úložné prostory  
 komody • noční stolky • matrace

prodejny: P1 Světozor, P2 Slezská, P4 Braník [www.degr.cz](http://www.degr.cz)  
**tel.: 224 152 300, GSM: 724 153 987**

**návrhy • výroba • komplety**

originál má jméno Woodface

www.woodface.cz

## skříně na míru

nové - akce - nové - akce - nové

MÁTE POCIT, ŽE DVEŘE VAŠÍ SKŘÍNĚ UŽ NEJSOU TO, CO BÝVALY? PRODEJTE NĀM JE I A MY PODLE VAŠICH PŘEDSTAV DODÁME NOVĚ.

Záruka 2 roky nejlevnější, nejlepší

## ŽALUZIE, ROLETY

SÍŤE PROTI HMYZU  
 !! vykupujeme staré žaluzie na protiúčet !!

261 260 416  
 261 263 847  
 777 038 001

www.gato.cz JIHLAVSKÁ 611, PHA 4

od 249 Kč/m<sup>2</sup> s montáží, DPH

**SLEVA 50%** z ceny montáže hliníkových žaluzií  
 pátá žaluzie na plastové okna ZDARMA!

SOLAR TECHNIK VYRÁBÍME-MONTUJEME

**SLEVA 10%+10%**

V ZIMĚ UŠETŘÍTE 2X

- ZA VÝROBEK
- ZA EL. OVLÁDÁNÍ
- ZA VRATA a MARKYZY

Vyrábíme:  
 • ŽALUZIE  
 • ROLETY  
 • VRATA  
 • MARKYZY  
 • SÍŤE PROTI HMYZU  
 • LAMELOVÉ DVEŘE  
 • LÁTKOVÉ ROLETY

ÚVALY [solar@tol.cz](mailto:solar@tol.cz) 281 982 450  
 Prodejna: PRAHA [paha.solar@atlas.cz](mailto:paha.solar@atlas.cz) 251 552 305

PRÁVĚ TEĀ SI MOŽNĀ ZLOĀJ PROHLÍŽÍ VAŠE DVEŘE

## ZABEZPEČTE SE!

# NEXT

BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE

TRADICE A JISTOTA (1990)  
 NEJLEPŠÍ CENY  
 VYHODNĚNĀ SLEVY  
 NADSTANDARDNĀ ZÁRUKY  
 MÍSTNĀ POSOUZENĀ ZDARMA  
 CERTIFIKÁTY  
 DOPORUČENO POJIŠŤOVNAMI

BEZPEČNĚ SPOKOJENĀ KAŽDÝ MĚSÍC S AKČNĀM MODELEM BEZPEČNOSTNĀCH DVEŘÍ NEXT SE SLEVOU. DĚLÁME VĀŠ ŽIVOT BEZPEČNĚJŠĀ.

DALŠĀ ZABEZPEČENĀ: ROLOVACĀ, NŮŽKOVĀ A PEVNĀ MŘÍŽE, PŘEDOKENNĀ ROLETY, GARÁŽOVĀ A PRŮMYŠLOVĀ VRATA, BEZPEČNOSTNĀ A SOLÁRNĀ FOLIE NA SKLO, ELEKTRONICKĀ ZABEZPEČOVACĀ A POŽÁRNĀ SYSTÉMY, VIDEOSYSTÉMY A KONTROLA VSTUPU

ochrana vĀšizky  
 bezpečnostní paka  
 zřevjovně-masivní čepy  
 zvukovĀ a tepelnĀ izolace

www.next.cz, www.next.cz  
 Pobřežní 8, Praha 8, tel. 224 816 458, NONSTOP: 777 335 878

**EVROPSKÉ CENTRUM STOMATOLOGIE**  
**ECS**  
 vedle mnoha dalších služeb nabízí:

- **Bělení zubů** - Efektivní a pro chrup mimofádně šetrná metoda pro získání požadované zářivé bílé barvy zubů. Také metodou Brite Smile (zářivé bílé zuby za 60 min.).
- **Porcelánové fazety** - Tenké porcelánové plátky nalepované na zuby. Velmi efektivní kosmetická korekce nedokonalosti chrupu.
- **Implantologie** - Fixní náhrada ztracených zubů - odpadá používání snímací protézy. Špičkové švýcarské a švédské implantáty.
- **Parodontologie** - Nejmodernější metody dokáží zachránit i zdánlivě ztracený chrup.
- **Protetické práce z čisté keramiky** - Materiál pro protetiku s nejvyššími estetickými kvalitami.
- **Kovokeramika na titanu** - Můstky a korunky z titanu jsou čtyřikrát lehčí než z běžných dentálních slitin.
- **Keramické výplně** - Výplně zubů bílými keramickými materiály nejnovější řady.
- **Ortodoncie** - Individuálně stanovené postupy vyrovnávání chrupu pomocí rovnátek nejnovější generace. Pro děti i dospělé.
- **Dentální hygiena** - Komplexní program dentální hygieny. Air-flow, vector.
- **Ošetření v analgosedaci i celkové anestezii** - Pro bážlivé pacienty nabízíme ošetření v analgosedaci nebo celkové anestezii.

**EVROPSKÉ CENTRUM STOMATOLOGIE**  
 Vladislavova 17, 110 00 Praha 1, tel.: 224 074 000, fax: 224 074 354  
 e-mail: ecs@centrum.cz, www.euromedic.cz

**eiffel optic**  
 www.eiffeloptic.cz  
 11x v Praze

**+ 1 zaplatíte + 1 zdarma**  
 veškerá brýlová skla

**hypnotické slevy**

...a navíc:  
 20% sleva - dioptrické obruby  
 30% sleva - sluneční brýle

**KOVOSERVIS SIMAN**  
 Tel./fax: 257 941 167  
 Mobil: 602 368 108

**BEZPEČNOSTNÍ MŘÍŽE**  
 od 1.200,- Kč/m<sup>2</sup> vč. montáže

**MŘÍŽE DO 24 hod.**  
 expresní výroba a montáž

- velký výběr ozdobných mříží
- mřížkové a certifikované mříže
- dveře, vrata, ploty, zábradlí
- schodistá rovně i točité
- ocelové konstrukce, portály

**ZDARMA** návštěva technika  
 doprava po Praze **ZDARMA**

[www.kovoservis.cz](http://www.kovoservis.cz)  
[info@kovoservis.cz](mailto:info@kovoservis.cz)

**KERA**

VŠE PRO VAŠE KOUPELNY  
 velikobád / autobusbad

**REKONSTRUKCE**  
 interiéru na klíč  
 Návrh - projekt - stavební povolení  
 Jankovcova 13, Praha 7  
 Tel: 281 870 274, 603 574 112

Na rekonstrukce DPH 5%!  
 Vzorky -30% prodej přímo ze skladu

**KUCHYNĚ**  
 Návrh - výroba - montáž  
 Spornéhoce - Bopřítky  
 Dělnická 69, Praha 7  
 Tel: 220 870 799, 603 538 342

[www.kera-praha.cz](http://www.kera-praha.cz) • [info@kera-praha.cz](mailto:info@kera-praha.cz)

**ADLO**  
 BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE

Bezpečnostní a protipožární dveře **ADLO**  
 Elegantní design, vysoká bezpečnost

**ADLO** - záruka nejvyšší kvality  
 Záruka 7 let na uzavírací mechanismus  
**ADLO** MUL-T-LOCK  
 - výrobce Vašich bezpečnostních dveří

Praha 1, Vojtěšská 1 (roh Masarykovy ul.) tel.: 224 930 934  
 e-mail: info@adlo.cz [www.adlo.cz](http://www.adlo.cz)

**PEMAR** Praha  
 PLASTOVÝ OBALOVÝ MATERIÁL

OBCHODNÍ ODDĚLENÍ, SKLAD A PRODEJNA  
 Libušská 49/183, 142 00 Praha 4  
 tel./fax: 272 763 236, 272 760 132  
 e-mail: pemar@pemar.cz  
[www.pemar.cz](http://www.pemar.cz)

Stedujte mimořádnou nabídku ve své korespondenci

folie  
 sáčky  
 pytle  
 tašky  
 plachty

**AKCE** Čeká Vás malý dárek

**W-PLAST.cz**  
 Plastová okna

Plastová okna a dveře  
 Vnitřní parapety  
 Venkovní parapety  
 Venkovní rolety  
 Zimní zahrady, žaluzie

**Zimní sleva 10-15%!**

[www.okna-wplast.cz](http://www.okna-wplast.cz)  
[info@okna-wplast.cz](mailto:info@okna-wplast.cz)

W-Plast.cz, s.r.o.  
 U Parkánu 13/15  
 182 00 Praha 8  
 Tel.: +420 283 910 145  
 Fax: +420 283 910 146

Brněnská advokátní kancelář  
 si dovoluje oznámit změnu adresy své pražské pobočky

**AK BARÁK, BEDROŠ & spol.**

JUDr. Milan Bedroš - advokát  
 Soukenická 23, Praha 1  
 tel./fax: +420 224 815 651  
 mobil. office: +420 731 616 430  
 e-mail: praha@bedros.cz  
<http://www.bedros.cz>

Poskytujeme služby ze všech oblastí práva.  
 Těšíme se na Vaši návštěvu.

**WARES**  
**STOP**  
 BEZPEČNOSTNÍ DVEŘE

5x bezpečnostní bod  
**6.900 Kč**  
 Úprava stávajících dveří.

8x bezpečnostní bod  
**10.500 Kč**  
 Nové bezpečnostní dveře BoBeš.

Dvoukřídlé dveře  
**11.900 Kč**  
 Zabezpečení dle požadavků pojišťoven

Starostrašnická 135/40, Praha 10  
 Prodejna: 10.00 - 18.00  
 tel.: 274 822 177  
 Kancelář: 8.00 - 14.00  
 tel.: 274 816 600, 602 330 712  
[www.mkares.cz](http://www.mkares.cz)  
 Vzerkovna v OD Kotva, 4. patro  
 Po - Ne, tel.: 224 217 216

**EURO garáže**  
 s.r.o.

Chrástčany 43  
 252 19 Ruzná u Prahy  
 tel./fax: 312 665 149  
 mobil: 602 645 881  
[www.eurogaraze.cz](http://www.eurogaraze.cz)  
[eurogaraze@seznam.cz](mailto:eurogaraze@seznam.cz)

**GARÁŽE NA KLÍČ**

DOVEZENÉ V KONČNÉ ÚPRAVĚ - OKAMŽITĚ K POUŽITÍ

železobetonové garáže  
 - kompletně vybavené - vysoké kvality  
 dvojgaráže, řadové garáže  
 garáže zapuštěné do svahu, podzemní garáže

ne použít jako prodejní stánek, dluh, sklad, sklípko, stavbu pro technická zařízení apod.

**UŠETŘÍ ČAS A ZBAVÍ VÁS STAROSTI**  
 S VÝSTAVBOU KLASICKÝM ZPŮSOBEM

**ŠATNÍ SKŘÍNĚ SPILKA**  
[www.spilka-interiery.cz](http://www.spilka-interiery.cz)

- výroba a montáž šatních skříní, kuchyňských linek a obývacích stěn
- 78 druhů imitace dřeva
- 3 druhy dříví
- zrcadlové dveře v pěti barvách
- ratanové dveře, žaluziové dveře

**Předváděcí střediska:**

Praha 8 Sokolovská 377/141 (Palmovka), tel.: 731 106 521, tel./fax: 266 310 739  
 Praha 10 Nad Vršovskou horou 4 (OKAY), tel.: 267 107 307, fax: 281 914 758  
 Praha 9 Breitcetlova 771 (Černý Most), tel.: 603 242 133, tel./fax: 281 916 864  
 e-mail: Lspilka@volny.cz

**v březnu sleva 30%**

**PALUBKY**  
 nejlevněji v České republice  
 SM, B0 kvalita A/B

TLOUŠTKA (mm)	12,5	15	18	27
CENA (Kč/m <sup>2</sup> )	125	150	165	235

**DUB podlaha, tl. 20, 3.140 masiv**  
 cena: 900 Kč/m<sup>2</sup>

**TRuhlářské řezivo, PLOTovky sušené**

Praha 10 - Hostivař, U Továren 1  
 tel./fax: 267 211 225 - mob: 602 359 838  
 Po - Pá: 7 - 16, So: 8 - 12 hod.

[www.susenezivo.cz](http://www.susenezivo.cz)

**MSM**  
 MSM, spol. s r.o., P.O.Box 120, 201 81 Příbram, tel.: 318 637 431  
 Fax: 318 635 213, e-mail: msm@msm.cz, <http://www.msm.cz>

**Attends**  
 BEZPLATNÁ PORADNA PRO INKONTINENTNÍ

MÁTE PROBLÉMY S ÚNIKEM MOČE?  
**ZDARMA PŘIJEDEME K VÁM DOMŮ**  
 A POMŮŽEME ZVOLIT VHDODNOU INKONTINENČNÍ POMŮCKU PŘESNĚ DLE VAŠICH POTŘEB.

VŠE MAXIMÁLNĚ DISKRÉTNĚ A ZDARMA!  
 KONTAKTUJTE NAŠI PORADKYNÍ PRO INKONTINENTNÍ  
 Ing. DVOŘÁKOVÁ VERONIKA - 606 693 501

**SKODA AUTO**

**Přerost a Švorc AUTO**

[www.prerost-svorc.cz](http://www.prerost-svorc.cz) 800 10 12 12

**Výhodný prodej předváděcích vozů.**

# Hervis

SPORTS



**ADIDAS  
HAWK**

Běžecská obuv  
pánská/dámská |  
univerzální použití



**BĚŽECKÁ  
BOTA  
ROKU**

MÍSTO 1899.-

**1499.-**

