

# ŽILINEC

DVOJTÝŽDENNÍK ZDARMA

21. OKTÓBER 2012 • ČÍSLO 1 • ROČNÍK I.

[www.facebook.com/novinyzilinec](http://www.facebook.com/novinyzilinec)

**Dream Reality**  
REALITNÉ CENTRUM

0914 100 800

Uhelná 4, Žilina  
[www.dreamreality.sk](http://www.dreamreality.sk)

PI - 5

## KAM ZMIZOL LENIN?



Na mieste dnešného Auparku sa voľakedy rozprestieralo námestie, ktorému takmer dvadsať rokov dominovala busta V. I. Lenina. Po nežnej revolúcii najväčšia hlava revolucionárskeho bossa v rámci bývalej gubernie RVHP zmizla a nikto nevie kam...

strana  
5

### EDITORIÁL

Milí čitatelia, v rukách práve držíte prvé číslo nového prírastku v rodine žilinských periodík – dvojtýždenník Žilinec, ktorý má ambíciu stať sa vašim trvalým spoločníkom pri získavaní informácií o dianí v našom krásnom meste a jeho blízkom okolí. Zároveň chce byť ideálnym prostriedkom na prezentáciu aktivít podnikateľských subjektov, či pomôcť drobným inzerentom, pre ktorých ponúkame riadkovú inzerciu úplne zadarmo. Dalším ústretovým krokom pre našich čitateľov je, že ho budeme bezplatne distribuovať priamo do vašich domácností. Každé dva týždne by



Róbert Kašša, editor

sa tak malo v schránkach po celej krajskej metropole a jej bezprostrednom okolí objaviť až 30 000 výtlačkov Žilincea.

V mene celého redakčného kolektívu dúfam, že sa nám na mediálnom trhu pod Dubňom podarí zaujať miesto obľúbeného a Žilincanmi akceptovaného periodika. Chceme, aby bol Žilinec stopercentne žilinský a nie len vo svojom názve.

**Toto je naše mesto, toto sú naše noviny!**

REPORTÁŽ:

## DO ŽILINY SA CHYSTÁ KIKA...

Svoju budovu chcú umiestniť medzi Baumax a Citröen. Čaká Žilincanov dopravný kolaps ???



> strana 3

GALÉRIA OSOBNOSTÍ:

## SAGAN V POSTELI CHRÁPAL...



Exkluzívny rozhovor s trénermi fenomenálneho cyklistu Petra Sagana

> strany 12-13

**Robstan**  
okná a dvere

PI - 10

**GEŠENC**  
— MEDIA & SPORT —

PI - 12

**GEE**  
**SVIETIDLÁ**

Living Centrum - pri Metre

tel.: 0911 333 759

[www.globo-lighting.sk](http://www.globo-lighting.sk)

PI - 24

# VEKAM

## KAMENÁRSTVO - KRBY

REALIZÁCIE TEPLOVZDUŠNÝCH KOZUBOV  
KAMENÁRSKA VÝROBA  
VELKÝ VÝBER PRÍRODNÉHO MATERIÁLU



Žilina - Trnové, mobil: 0905 267 951, fax: 041 / 500 76 03, e-mail: [vekam@vekam.sk](mailto:vekam@vekam.sk)

PI - 4

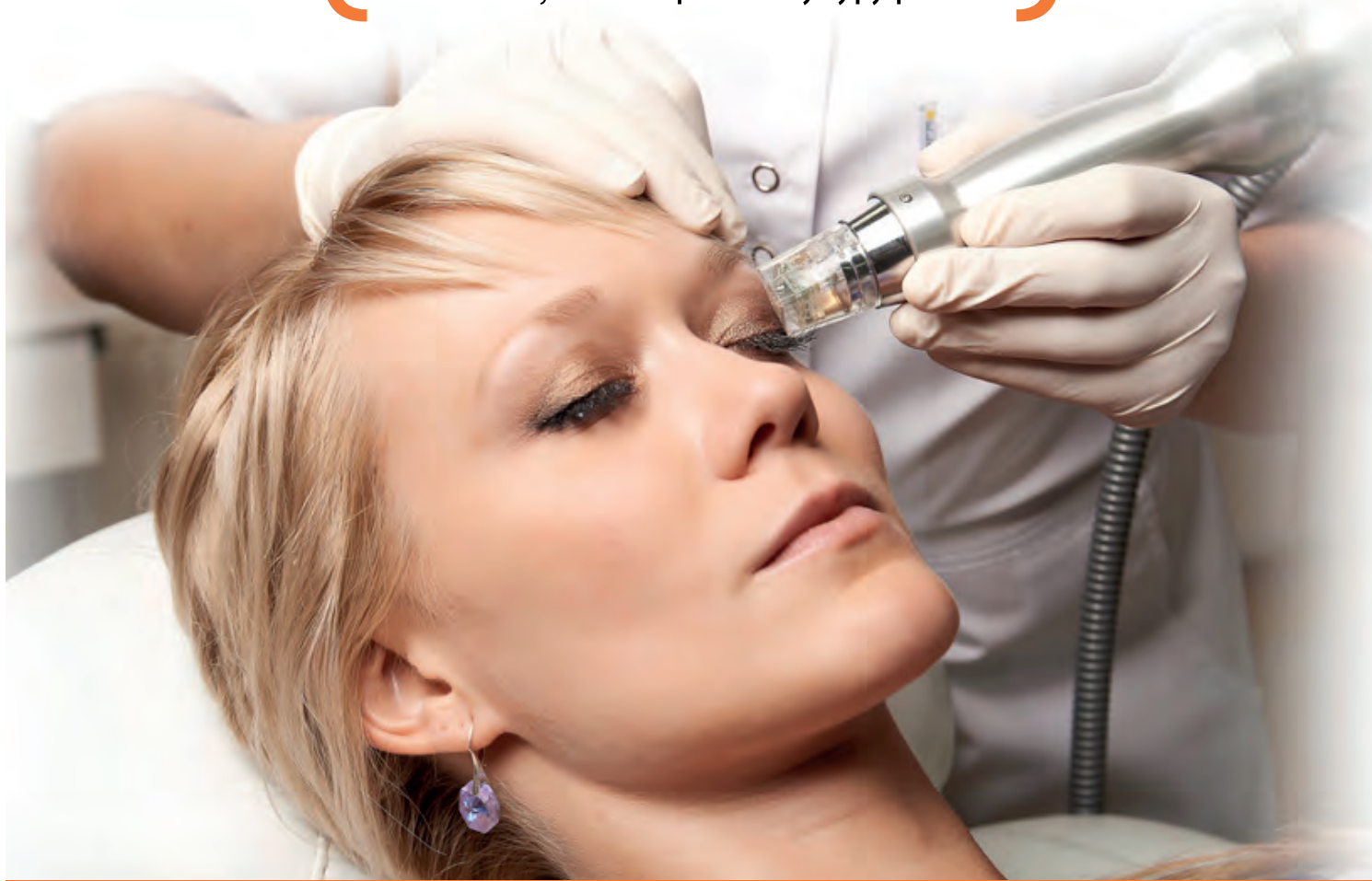
www.dermapoint.sk



# ScarLet

## ABSOLÚTNA NOVINKA NA SLOVENSKU

**Viditeľné výsledky** už po prvom ošetrení.  
 Ambulantné ošetrenie **bez anestézie a jaziev**.  
 Ošetrenie je možné **robiť aj v letných mesiacoch**.  
**Bez nežiaducich** vedľajších účinkov.  
 Ošetrenie je vhodné **pre všetky typy pleti**.



Noviny Žilince  
regionálny dvojtyždenník  
ročník I., október 2012, číslo 1  
počet strán 24, cena 0,00 €

Registrácia:  
MK SR, EV 4684/12

Vydavateľ:  
belvica, s. r. o.  
Pivovarská 1  
010 01 Žilina

Adresa redakcie:  
Noviny Žilince  
Pivovarská 1  
010 01 Žilina  
HOTLINE: +421 949 888 129  
E-mail: zilinec@novinyzilinc.sk  
Web: www.novinyzilinc.sk

Redakcia:  
General editor:  
Mgr. Róbert Kašša  
+421 905 649 442  
editor@novinyzilinc.sk

Sekretariát redakcie:  
Mgr. Elena Polkorábová  
+421 911 546 564  
redakcia@novinyzilinc.sk

Inzercia / marketing:  
Ing. Miroslav Remšík  
marketingový manažér  
+421 907 177 495  
marketing@novinyzilinc.sk

Spolupracovníci:  
Daniela Martinčeková, Juraj  
Kušnír, Ján Polák, Rudo Vitos  
a všetci Žilincania.

Grafická úprava:  
Rastislav Tupý

Tlač:  
B&K - SK, Považská Bystrica

Distribúcia:  
Distribúcia letákov, Zdenka  
Chreňovská, Žilina

Nevyžiadané rukopisy a fotografie nevraciam.

Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ. Akékoľvek rozmnožovanie častí alebo celku textov, fotografií, grafov akýmkoľvek spôsobom, v slovenskom alebo aj inom jazyku bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa je zakázané. Autori článkov zverejnených v tomto vydaní si v zastúpení vydavateľom vyhradzujú právo udeľovať súhlas na rozmnožovanie a na verejný prenos článkov, ako aj na verejnú rozširovanie rozmnoženiny týchto článkov v zmysle § 33 odst. 1 písm. a) a d) autorského zákona. Za obsah a jazykovú úpravu dodaných reklamných predloh zodpovedajú výhradne inzerenti.

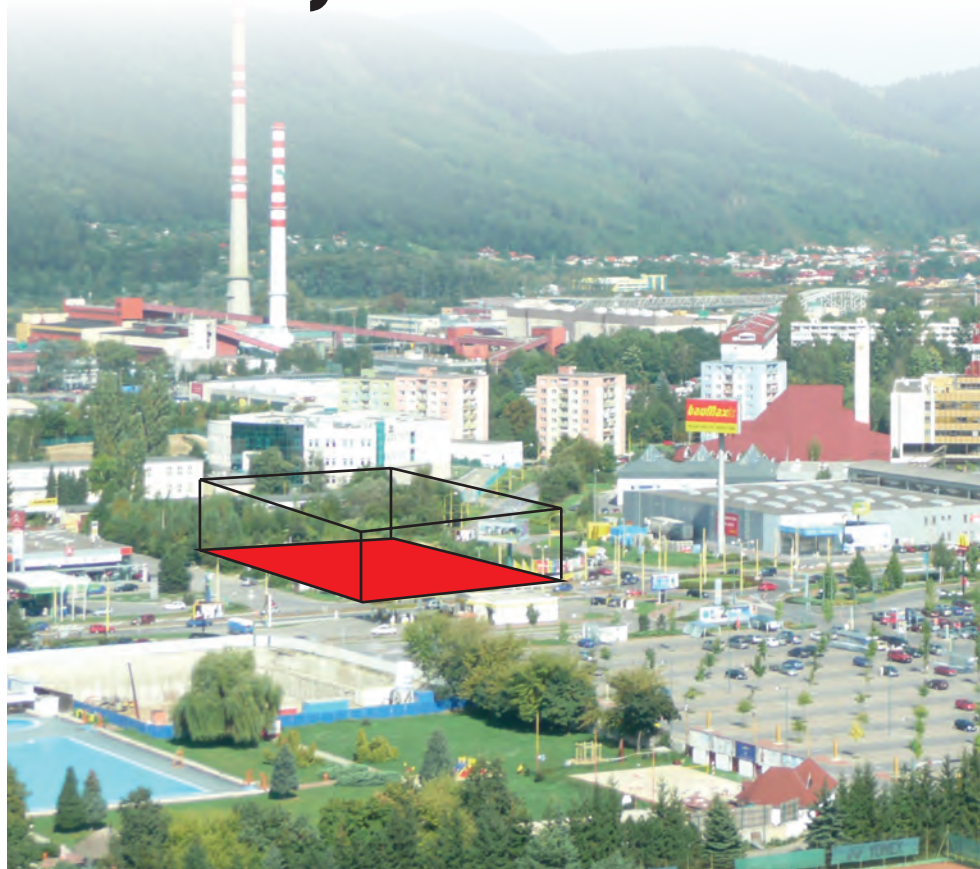
Toto číslo vyšlo:  
21. 10. 2012

Nasledujúce číslo vyjde:  
2. 11. 2012

Uzavierka inzercie najbližšieho  
čísla: v pondelok 29. 10. 2012

Inzerčné miesto je v sídle  
redakcie.

# DO ŽILINY MIERI KIKA, ALE...



V tejto „prehustenej“ lokalite by mal vyrásť nový „obchodák“.

Mnohých Žilincanov potešilo rozhodnutie nábytkárskeho reťazca KIKA postaviť svoju tretiu predajňu práve v Žiline. Problém je v tom, že nový obchodný dom chce investor vybudovať na ulici Vysokoškolákov v susedstve Baumaxu a areálu Citroenu. Táto lokalita je totiž už roky miestom dennodenných menších či väčších dopravných kolapsov a obyvatelia Vlčiniec sa obávajú, že sa situácia ešte viac zhorší.

„Cestovať v rannej či popoludňajšej špičke z Vlčiniec alebo na „Vlky“ je doslova za trest. Nevieť si predstaviť, čo sa tam bude diať, keď sa v tomto prehustenom priestore postaví ešte ďalší „obchodák.“ Mne by najviac vyhovovalo, keby sa takéto niečo postavilo v okrajovej časti Žiliny, kde sa dá v pohode dostať autom a bezproblémovo zaparkovať,“ nahlas uvažuje 41-ročný Jozef z Vlčiniec III.

Zaujímalo nás, v akom štádiu je momentálne spomínaný projekt. Začiatok výstavby bol totiž predbežne stanovený na marec tohto roku, s tým, že prevádzka nového obchodného domu mala byť spustená už v decembri 2012. Stavebné mechanizmy sa však v tejto lokalite ešte neobjavili. „Na obchodný dom KIKA bolo vydané územné rozhodnutie, ktoré je právoplatné. Následne bola po-

daná žiadosť o stavebné povolenie. Z dôvodu nedoloženia potrebných podkladov v lehote určenej stavebným úradom, bolo konanie zastavené. Obchodný dom KIKA bude musieť znovu požiadať o stavebné povolenie a dodržať všetky náležitosti, ktoré vyplývajú zo zákona,“ informoval nás o aktuálnej situácii ohľadom výstavby predajne hovorca mesta Žilina Pavol Čorba.

Podľa našich informácií bude mať stavba tri nadzemné podlažia a jedno podzemné podlažie, ktoré sa využije ako garáž. V nej bude k dispozícii 122 parkovacích miest a ďalších 63 je naplánovaných pred budovou.

**Róbert Kašša**  
Snímka autor



## BLESKOVKY SPOD DUBŇA

Mesto les zrejme  
nepredá!

Mestský 11-hektárový lesný pozemok na okraji Zástrania sa zatiaľ predávať nebude. Plány radnice narazili na odpor miestnych obyvateľov. Obyvatelia Zástrania vo svojej výzve primátorovi zdôraznili ochotu odkúpiť „ich les“ do vlastníctva miestneho urbárskeho združenia, prípadne dohodnúť sa s Mestom na dlhodobom prenájme lesa. Primátor mesta by chcel vyjsť občanom v ústrety.

Úrad zmenia na kino

Od 24. do 27. októbra 2012 bude Veľká zasadačka Mestského úradu v Žiline dejiskom jedinečného festivalu outdoorových filmov. Navštevnícividia 20 filmov z piatich kategórií. V dopoludňajších hodinách budú premietané filmy špeciálne vybrané pre školákov s tematikou prírody. Medzi premietanými filmami v Žiline budú: Mount St. Elias, Red Bull Supernatural, 20 sekúnd rozkoše, Expedícia Grand Canyon, Jak jel Janek do sveta – Sardínie, Tri týždne v kaňone, Mercuň, Albánsko – Kráska so zlou povestou, Neznáma Antarktída, Red Bull Skydiving Team, Pygmejovia – Deti džungle, Tak toto je Aljaška, Vysoké Tatry - Divočina zamrznutá v čase, Južná Amerika, Sanctum. Vstup je voľný na všetky filmy. Viac informácií nájdete na [www.outdoorfilms.cz](http://www.outdoorfilms.cz).

Námestie Štúrovo  
námestia Bernoláková  
ulica

Námestie Ludovíta Štúra (dnes Obchodné centrum Aupark) premenujú na Bernolákovu ulicu. Postavením centra zaniklo námestie a poslanci schválili úpravu. Bernoláková ulica sa tak natiahne až po ulicu Romualda Zaymusa. Obyvatelia, bývalí na bývalom námestí sú oslobodení od poplatkov pri vybavení nových dokladov, keďže sa im mení adresa.

-pč-

## Žilincania, aký je váš názor?

Neváhajte a píšete na adresu [editor@novinyzilinc.sk](mailto:editor@novinyzilinc.sk)

**Fines**<sup>®</sup> *tento nábytok ste si dlžní*

## SEDAČKY, KTORÉ MÔŽETE ZOSTAVIŤ PRESNE NA MIERU.

Každá sedačka sa dá vyskladať z ponuky min. 10 elementov



**EGO**  
excelentná sedacia súprava s variabilitou zostáv, vysokoelastické sendvičové molitany na vlnitých pružinách v sedení, opierky s odnímateľným poťahom.



**GENEZA**  
moderná sedacia súprava s rozsiahlou variabilitou zostáv, sedáky a opierky s odnímateľným poťahom, vysokoelastické sendvičové molitany v sedáčkoch uložených na gumotextilných popruhoch.

**ZĽAVA 20%**

na štyri systémové sedacie súpravy

**BONUS**

jeden z dvoch konferenčných stolíkov :  
(pri zakúpení súpravy)



ROBIN



KORZAR



**FANTAZY**  
moderná sedacia súprava s rozsiahlou variabilitou zostáv, sedáky a opierky s odnímateľným poťahom, vysokoelastické sendvičové molitany v sedáčkoch uložených na gumotextilných popruhoch. Všetky elementy ľavé alebo pravé.



**FAMÓZA LUX**  
sedacia súprava s atraktívnym dizajnom a so zmyslom pre pohodlie. Možno zostaviť viacero súprav. Opierkové vankúše so snímateľným poťahom. Bar a police v boku BH sú z lamina v odtieňoch: orech, tmavý orech, buk, čerešňa.

### Z ďalšej ponuky vyberáme:



**599,-€**

**PAX** sedačka bez taburetky

**92,-€**  
taburetky



**259,-€**

**TOSCANA**

Posteľ s úložným priestorom a roštami, bez matracov a prehozu.

**VZORKOVÁ PREDAJŇA NÁBYTKU FINES a.s.**  
Antona Bernoláka 72, ŽILINA (oproti Krajskej knižnici na bulvári)  
www.fines.sk e-mail: predajna@fines.sk

Otvacie hodiny:  
PO-PIA: 9,00 - 18,00 hod  
SO: 9,00 - 12,00 hod

# KAM ZMIZOL LENIN?!



Momentka zo slávnostného odhalenia busty V. I. Lenina.

Bustu z dielne sochára Jána Kulicha inštalovali na námestí v roku 1971 a na slávnostnom odhalení nechýbali delegácie Komunistických strán z Indie pod vedením N. K. Krišnana či Brazílie na čele s generálnym tajomníkom L. C. Prestesom. Odvtedy sa stala pútnickým miestom všetkých zahraničných i domácich návštev.

Pionieri v jej tieni skladali slávnostné sľuby, pracujúci i študenti z celého okresu ju využívali ako pridanú hodnotu kolektívnych fotografií a tí odvážnejší si ju vybrali za cieľ svojich recesistických žartíkov. Istá partia študentov napríklad tento 3,75 metra vysoký a dve tony vážiaci kolos obdarila veľkou čiapkou, čo bola v tej dobe poriadna drzosť. Po novembri 1989 sa však hlava z centra mesta vyparila a odvtedy sa o jej ďalšom osude šíri hneď niekoľko „zaručených“ historiek.

Podľa jednej z nich bola predaná do USA, kde v tých časoch panoval módný boom skulptúr komunistických pohlavárov z krajín bývalého východného bloku. Podľa inej bola pokútne predaná do zberných surovín, na čom sa niekto poriadne nabalil. Pri dnešných cenách bronzu by v zberni túto bustu vykúpili približne za 6000 eur. Tesne po revolúcii to mohlo byť okolo 200 000 korún, čo v tej dobe boli doslova kráľovské peniaze. Keď si uvedomíme, že v roku 1990 bola priemerná mesačná mzda 3278 Kčs, potom nám vychádza, že človek by na túto sumu musel pracovať viac ako päť rokov.

Jeden fakt je istý: bustu odstránili z podstavca 23. 4. 1990. Dobové záznamy uvádzajú, že ju „zvešili“ pracovníci Doprastavu a odviezli do depozitu

*Žilinská hlava Lenina  
bola najväčšou  
na svete!*



Považského múzea. Mestská kronika dopĺňa, že sa tak stalo „jeden deň pod stodvadsiatom výročím narodenia V. I. Lenina.“ Prítomnosť pracovníkov Doprastavu potvrdzujú dobové fotografie, na ktorých jasne vidno doprastavácku Pragu V3S. Riaditeľ



## PO BUSTE LENINA PÁTRAME ĎALEJ

Redakcia uvíta akékoľvek informácie, ktoré by nám pomohli objasniť záhadu zmiznutej busty.

Kto nás privedie na stopu získa od redakcie  
**100 EUR**

Štátneho archívu Žilina Peter Štanský tvrdí, že busta z podstavca rozhodne neputovala do muzeálnych zbierok v Budatíne. Podľa uznesenia rady mestského národného výboru v Žiline malo byť vytvorené depozitárium špeciálne pre podobné sochy, no toto rozhodnutie sa nikdy nezrealizovalo. „Osud busty V. I. Lenina je do dnešných dní nejasný a ani v archíve o jej konci nemáme žiadne písomné dokumenty,“ doplnil Peter Štanský.

Podľa niektorých pamätníkov bola inkriminovaná hlava z námestia V. I. Lenina prevezená do areálu Technických služieb mesta Žilina oproti plavárni. Iný tvrdia, že skončila v Kovošrote. Jedno je isté, Mesto Žilina ju podľa vyjadrenia majetkového oddelenia vo svojom Zozname sôch a pamätníkov v majetku mesta Žilina neeviduje. Nechajme sa prekvapiť, možno sa po tejto našej aktivite nájde niekto, kto do tohto prípadu prinesie viac svetla.

**Róbert Kašša**  
Snímka Slavo Chmela

**MESTSKÉ DIVADLO ŽILINA POZYVA**

**Jánošík 007**

Utorok 23. 10. 2012  
o 10.00 h, Veľká sála  
Päť mladých hercov na šikmej ploche politického kabaretu a jedna veľká mystifikácia. Dĺžka 90 min., vhodné nad 15 rokov.

**Lakomec**

Streda 24. 10. 2012  
o 19.00 h, Veľká sála  
Jedna z najslávnejších Molierových komédií o spaľujúcej vášni vlastník. Dĺžka 80 min., vhodné nad 12 rokov.

**Sexuálna perverzita v Chicagu**

Štvrtok 25. 10. 2012  
o 19.00 h, Veľká sála  
Kontroverzná, provokatívna a štipľavo-vtipná čierna komédia o (ne)hľadaní lásky, medziludských vzťahoch a prázdnote, ktorá je v nás a okolo nás. Dĺžka 70 min., vhodné nad 18 rokov.

**Malované na skle**

Piatok 26. 10. 2012  
o 19.00 h, Veľká sála  
Žilinská inscenácia ponúka bigbitovú úpravu klasického muzikálu v hudobnej úprave Pavla Cabadaja, kde Jánošíka hrá frontman skupiny Arzen Jaroslav Gažo. Dĺžka 100 min., vhodné nad 12 rokov.

**Zamilovat se**

Sobota 27. 10. 2012  
o 19.00 h  
Hostuje Divadlo Kalich z Prahy. Hra nie je svojou témou prvoplánovou komédia, ale je v nej obrovské množstvo humoru plynúceho z jednoduchej ľudskej snahy o výsadu šialene sa zamilovať aj v „serióznom“ veku. Dĺžka 150 min. vrátane presťavky.

**Mobil**

Utorok 30. 10. 2012  
o 19.00 h  
Premiéra hry jedného z najvýznamnejších súčasných katalánskych dramatikov Sergiôho Belbela Mobil, v ktorej teroristický útok na letisku a mobilné telefóny bizarne prepoja a radikálne zmenia osudy a správanie štyroch obyčajných ľudí. Dĺžka 60 min., vhodné nad 18 rokov.

**BEAT**

(každý má svoj rytmus)  
Streda 31. 10. 2012  
o 19.00 h  
Dôležitou témou inscenácie je emigrácia, no na nezameniteľnom pozadí vzťahov „obyčajnej“ rodiny v typickom malomestskom slovenskom prostredí. Dĺžka 75 min., vhodné nad 15 rokov.

-ep-

ZNÁMY MODERÁTOR PREDSTAVÍ  
V MARTINUSE SVOJU KNIHU

# AKO CHUTÍ PYCOVE JEDLO?



Prvým literárnym dieťaťom Martina Pyca Rauscha (na snímke) je kuchárka. Jedlá, ktoré v nej ponúka, sám navaril, sám odfotografoval a aj knihu sám vydal. Pycov medzi čitateľov (variáciach aj nevariáciach) zavíta už onedlho. Presne 6. novembra o 17.00 h sa s ním môžete stretnúť na autogramiáde v žilinskom Martinuse.

Martin Pycov Rausch o kuchyni tvrdí, že je to posvätná alchymická miestnosť. Pred viac ako 15 rokmi sa vzdal mäsa, i preto sú všetky recepty v jeho knihe ladené v zdravom, vegetariánskom štýle. Nechýbajú polievky, predjedlá, hlavné jedlá, šaláty i dezerty. Už len pri listovaní kuchárkou zrejme vyhladnete, keďže nafotené „maškrty“ vyzerajú mimoriadne lákavo. Autor vsadil na osobné a osvojené tradičné recepty z medzinárodnej kuchyne, medzi ktoré patrí napríklad Hummus. Hoci názov nie je zrovna „najchutnejší“, toto jedlo je Pycovým absolútnym favoritom.

Ako v úvode kuchárky prezradil, pôvodne to mal byť vianočný darček pre priateľov. Nakoniec je z receptov vydaná publikácia, ktorá sa na pulty knižkupectiev dostala v septembri. Takmer 80 receptov je obohatených o Pycove sprievodné slovo, rady a tipy. Knižka sa veľmi

dobře číta a ak sa pre ňu rozhodnete, môžete ju mať aj s moderátorovým vlastnoručným venovaním. Stačí prísť na autogramiádu 6. novembra do Martinusu.

Prípravovaným podujatím v knižkupectve pokračujú v besedách a stretnutiach s autormi a spisovateľmi. Po letnej prestávke si s čitateľmi v septembri „podebatovali“ Gustáv Murín spoločne so Zuzanou Kuglerovou a Milošom Jesenským, v októbri prišiel Tomáš Ulej. Začiatok novembra vám chuťové poháriky poštekli známy moderátor. Jeden nikdy nevie - možno prinesie aj nejaké tie maškrty... Manažérka predajne Ivana Paulini srdečne všetkým pozýva: „Verím, že v knižke nájdete nové inšpirácie a aj tí, ktorí vareniu veľmi nefandia po jej prečítaní „zablúdia“ do kuchyne. Tešíme sa na vás.“

Simona Mapajová



**Pavel „Hirax“ Baričák  
Šlabikár šťastia  
(Návrat k sebe)**

Fanúšikovia spisovateľa Pavla „Hiraxa“ Baričáka sa dočkali. Jeho najnovšia kniha Šlabikár šťastia je na svete. V dnešnej, viac-menej pesimisticky naladenej dobe, autor prináša posolstvo radosti a spokojnosti. Hoci knižiek o tom, ako máme žiť a čo máme robiť, aby nám bolo lepšie už vyšlo „na tony“, Baričákov literárny počin nie je pokračovaním (ako to sám nazval) „ťažkej“ ezoteriky. I preto sa kniha volá šlabikár. Čo najjednoduchšou cestou (ako prváčikom v škole)



chce autor vysvetliť princíp sebaaprijatia, odpustenia, pozitívneho myslenia, naučiť nás, ako hľadať smiech cez slzy... Sympatické je, že sa pritom nehrá na mudranta. Knižka je napísaná naozaj zrozumiteľne, s príkladmi zo života. Hoci sa v nej občas vyskytnú vulgárnejšie slová, autor ich odôvodnil tým, že: „Reálne citácie našej doby som nemienil opravovať. Neúprimnosť je to posledné, čo odo mňa môžete očakávať.“ Publikáciu odporúčame všetkým, ktorí chcú vziať život do vlastných rúk a pochopiť, že najdôležitejšia je láska. A na záver prezradíme ešte jednu novinku. Šlabikár šťastia ešte nestihol „vychladnúť“ a Baričák už čoskoro prídeme s novou knižkou. V novembri vychádza jeho román 666 anjelov.

-sm-

**KABÁTY ŽILINA**

**WWW.MS-STYLE.SK**

**SLOVENSKÝ VÝROBCA SVETOVÝCH KABÁTOV**

0907 807 881  
0907 807 882  
0910 782 319

**SÚŤAŽ O KNIHU**

Ak sa chcete stať majiteľom Šlabikára šťastia, zapojte sa do našej súťaže o túto knižnú novinku. Súťažná otázka znie: „Kde momentálne žije a tvorí Pavel „Hirax“ Baričák?“ Svoje odpovede označené heslom „Martinus“ zasielajte na našu e-mailovú adresu [redakcia@novinyzilinec.sk](mailto:redakcia@novinyzilinec.sk) do 28. októbra 2012. Meno výhercu sa dozviete v ďalšom vydaní.

-r-

**KINOTIP**

**STER CENTURY CINEMAS**

Sobota 20. októbra  
**Asterix a Obelix: V službách Jej Veličenstva 3D**  
 13.45 h., 15.15 h., 17.40 h., 125 min., MP 12  
**Baby na ťahu**  
 18.00 h., 87 min., MP 12

Nedela 21. októbra  
**Paranormal Activity 4**  
 18.35 h., 20.00 h., 88 min., MP 15  
**Hotel Transylvánia 3D**  
 13.25 h., 15.00 h., 91 min., MP

Pondelok 22. októbra  
**96 hodín: Odplata**  
 16.10 h., 20.20 h., 97 min., MP 12

Utorok 23. októbra  
**Looper**  
 19.50 h., 115 min., MP 12

Viac informácií nájdete na [www.stercentury.sk](http://www.stercentury.sk)

**CINEMAX**

Sobota 20. októbra  
**Hotel Transylvánia 3D**  
 14.00 h., 15.31 h., 16.00 h., 17.31 h., 18.00 h., 19.31 h., 91 min., MP  
**Looper**  
 20.00 h., 21.58 h., 118 min., MP 15

Nedela 21. októbra  
**Saxana a Lexikon kúziel**  
 13.30 h., 15.10 h., 100 min., MP 12  
**Doba ladová 4: Zem v pohybe 3D**  
 15.40 h., 17.14 h., 94 min., MP  
**Cesta do lesa**  
 17.40 h., 19.30 h., 110 min., MP 12  
**Baby na ťahu**  
 19.50 h., 21.17 h., 87 min., MP 12  
**96 hodín: Odplata**  
 19.00 h., 20.38 h., 21.00 h., 22.38 h., 98 min., MP 12

Pondelok 22. októbra  
**96 hodín: Odplata**  
 19.00 h., 20.38 h., 21.00 h., 22.38 h., 98 min., MP 12  
**ARTMAX - Polski film**  
 22.53 h., 113 min., MP 15

Utorok 23. októbra  
**Paranormal Activity 4**  
 20.50 h., 22.18 h., 88 min., MP 15  
**The Words**  
 18.50 h., 20.32 h., 102 min., MP 12

Streda 24. októbra  
**Hotel Transylvánia 3D**  
 14.00 h., 15.31 h., 16.00 h., 17.31 h., 19.31 h., 91 min., MP  
**Baby na ťahu**  
 19.50 h., 21.17 h., 87 min., MP 12

Viac informácií nájdete na [www.cine-max.sk/](http://www.cine-max.sk/) mesto/zilina

# VŠETKO ČO POTREBUJETE VEDIET O OKNÁCH

Rozhovor so **Štefanom Domanickým**, obchodným riaditeľom spoločnosti **EKOPROFIL**.

**Na čo si dávať pozor pri výmene okna?**

Skôr či neskôr takmer všetci musíme meniť staré okná na nové. Nie je ľahké sa zorientovať v spleti niekoľkýchstoviek predajcov na slovenskom trhu. Akým typom nových okien dať prednosť, a ktorú vlastnosť, ovplyvňujúcu ich kvalitu, musíme mať pri výbere na zreteli? Popáliť sa dá už na začiatku – pri nesprávnom výbere okien a príslušenstva. Doplatiť môžeme aj na nekvalitného výrobcu okien, ale aj na predajcov a realizátorov prác, po ktorých sa zlahne zem pri prvých problémoch.

**Ako si vybrať správneho dodávateľa nových okien?**

„Rozhodne by si mal záujemca o okná, či dvere vybrať overenú väčšiu firmu, pokiaľ možno s celoslovenskou pôsobnosťou, za ktorou je istota silnej spoločnosti s technickým zázemím, finančnou stabilitou a s garanciou výhodnej ceny aj záruky. Kúpa nových okien je veľká investícia. Aby okná slúžili k spokojnosti desiatky rokov, boli estetické a technologicky vyspelé, splňali ekologické normy a normy kvality, musíte sa rozhodovať s rozumom a teda s dostatkom informácií.“

**Aké teda vybrať okná?**

„Výhodou plastových okien je najnižšia tepelná priepustnosť zo všetkých používaných materiálov. Výhodou hliníkových okien je dlhodobá funkčnosť pri namáhaní. Drevo je veľmi teplý a prírodne pôsobiaci materiál. Najrozšírenejšie z dôvodu dlhlej životnosti, výborných tepelnoizolačných parametrov a pomeru ceny ku kvalite sú plastové okná. Pri súčasných kvalitách drevoimitačných renolitových fólií sú plastové a hliníkové okná od drevených prakticky nerozlišiteľné a cenovo sú stále veľmi atraktívne.“

Existujú štyri kategórie záujemcov o okná. Ľudia preferujúci strednú kvalitu 5 až 6 komorových okien s využitím teplého rámika a mikroventilácie, ktoré v našich klimatických podmienkach plne postačujú na panelové byty, alebo rekonštrukcie domov. Tu sa s obľubou využívajú imitácie dreva. Náročnejší sú majitelia pasívnych alebo nízko-energetických domov, ktorí presadzujú masívne, viac komorové okná s tromi tesneniami, s trojsklami, alebo špeciálne zateplené profily a ďalšie náročné prvky. Tretou oblasťou sú priemyselné zákazky s hliníkovými konštrukciami a odlišnými montážnymi technológiami. No a tou poslednou kategóriou sú ľudia, ktorí za každú cenu nakupujú iba najlacnejšie produkty a služby. Spravidla sa stretávajú s množstvom následných problémov, napríklad s neplnením servisu od predajcu, doúčtovaním najrozličnejších položiek, ktoré pôvodne mali byť v cene a „zrazu nejakou záhadou“ je potrebné ich doplatiť. Nezriedka dochádza časom aj k trvalým poškodeniam týchto lacných okien, vedúcim k potrebe ich opätovnej výmeny a teda zopakovaniu veľkej investície.“

**Ako sa treba pripraviť na výmenu okien?**

Montážni pracovníci postupujú vždy opatrne a

**PREČO OKNÁ OD EKOPROFILU?**

- Ekoprofil má v ponuke až 19 druhov plastových profilových systémov, 17 hliníkových profilových variant a 10 druhov drevených okien od základných až po najluxusnejšie, v bielej farbe, alebo špeciálne prevedenia v najrozličnejších farebných variantách, čím sa stal spoločnosťou s najväčším výberom okien na Slovensku.
- Výmenu okien je možné zrealizovať od cenovej kalkulácie až po finálnu montáž spravidla do 48 hodín (pre typizované okná).
- Pre klientov je veľmi zaujímavý „Program celoživotnej starostlivosti o okná“ s „Prémiovou 12-ročnou zárukou“ na okná, dvere aj montážne práce.
- Garancia spokojnosti a možnosť vrátenia peňazí je podrobne popísaná na internetových stránkach.

ohľaduplne, no spravidla pri demontáži starých okien dochádza k zvýšeniu hlučnosti a prašnosti. Z tohto dôvodu je vhodné zakryť predovšetkým čalunený nábytok, prípadne aj podlahu napríklad maliarskym igelitom. Montážnym pracovníkom postačí voľný prístup ku oknám a cca 1 meter priestoru na prácu.

**Ceny plastových okien**

Podľa Štefana Domanického môže byť ako príklad základné klasické jednokrídlové okno stredných parametrov a vysokej kvality, za ktoré zaplatíte od 60 do 100 eur. Ak k tomu prirátate prácu, parapetné dosky a žalúzie, hrubý výsledok je od 150 do 200 eur. Dvojkridlové okno rovnakých parametrov (nie z najlacnejších materiálov) spolu s kompletnou prácou, parapetnými doskami, siečkou proti hmyzu a so žalúziami, stojí komplet okolo 280 až 360 eur.

**Ako pristupovať k novým oknám?**

K oknu je po určitom čase potrebné zavolať servisného technika, aby nadstavil kovanie, nakoľko svojou váhou okenné krídlo mierne upadne. V spoločnosti EKOPROFIL je v rámci „Programu celoživotnej starostlivosti o okná“ pre klientov k dispozícii servisný zásah do 24 hodín. Údržba plastových okien začína až po roku, kedy je vhodné premazať kovania a natrieť tesnenia prípravkom predlžujúcim ich funkčnosť. Túto údržbu si môže klient vykonať sám, alebo profesionálnym technikom spoločnosti.

So **Štefanom Domanickým**, obchodným riaditeľom spoločnosti **EKOPROFIL** sa zhovára **M.Remšík**



**ČO NA TO MAROŠ?**

Podľa našich informácií by mala mať nová dlažba na „Masaryčka“ tvar kosoštvorca. Čo ty na to?

V prvom rade, to nie je žiadna „Masaryčka“, ale Národná ulica. Ale ani tento názov sa mi nepáči. Podľa mňa by sa mohla premenovať na Ulicu Maroša Sokolíka, pretože tam dlhé roky predávam noviny a myslím, že som dostatočne známa celebrita. Čo sa týka tej dlažby a nejakých kosoštvorcov, tak si myslím, že je to somarčina. Ja by som tam dal asfalt.



Maroš Sokolík

**KULTÚRNA POZVÁNKA**

**Carl Orff CARMINA BURANA**  
 Piatok 26. 10. 2012 o 19.00 h,  
 DOM ODBOROV, Veľká scéna

Koncert v rámci projektu ONE Orchestra Network for Europe, v ktorom účinkujú Štátny komorný orchester Žilina, Filharmónia Bohuslava Martinů Zlín (ČR), Zbor Sliezskej filharmónie Katowice (Poľsko), Chlapčenský zbor Jeaner Philharmonie (Nemecko), dirigent: Stanislav Vavřínek (ČR), sólisti: Iwona Hossa, soprán, (Poľsko), Johannes Klüser, tenor, (Nemecko) a Ivan Kusnjér, bas, (ČR).

**EKO-PROFIL** vyplne stavebných otvorov

**OVERENÁ KVALITA SO ZĽAVOU AŽ 59%**

ŽILINA: J. Reka 13 - bývalé pohostinstvo Kominár  
 tel.: 041 / 542 49 86, mobil: 0907 284 483, 0948 365 005  
 za@ekoprofil.sk [www.ekoprofil.sk](http://www.ekoprofil.sk)

22x v SR  
 PRÉMIOVÁ ZÁRUKA až 12 rokov  
 PANELÁKOVÉ OKNÁ do 48 hod.

salón **SECRET** **ABSOLÚTNA**  
**NOVINKA V ŽILINE** a v širokom okolí

by *Great Lengths*  
**MULTISONIC**

**S**alón SECRET v Žiline ako jeden z mála salónov na Slovensku poskytuje svojim zákazníčkam rýchlejšiu a šetrnejšiu metódu predlžovania a zahusťovania vlasov, ktorá spôsobila REVOLÚCIU v kaderníckom priemysle s predlžovanými vlasmi.

**MULTISONIC** a *Hollywood technic* - kombinácia dokonalosti predĺžených a zahustených vlasov.

Najnovšia a technologicky najvyspelejšia metóda v predlžovaní vlasov, ktorá na základe ohromujúcej technológie ultrazvuku umožňuje mimoriadne presnú aplikáciu a nasadenie piatich prameňov naraz s takmer neviditeľným spojením.

**DOKONALOSŤ**  
**PRIRODZENOSŤ**  
**PRESNOSŤ**  
**NEVIDITEĽNOSŤ**

**SECRET**  
*hair style*

**WWW.SECRETHAIR.SK**  
 ul. M.R.Štefánika 11, 010 01 Žilina

0905 515 055  
 0905 379 464



# VEČER TISÍCOV ŽELANÍ

15. NOVEMBER

**Pomôžme deťom  
a vytvorme nový rekord**

## Program:

14:00 Zábavný program

v OC Mirage

16:00 Skupina Arzén na  
námestí

17:00 Pokus o nový  
rekord

**M**IRAGE  
SHOPPING CENTER



# Dream Reality

REALITNÉ CENTRUM

NEŠLUBUJEME VÁM DOVOLENKY ANI TELEVÍZORY,

U NÁS VÁM NA TO OSTANE.

**„Najnižšia provízia za najlepšie služby.“**

**0914 100 800**

Uholná 4, Žilina  
www.dreamreality.sk

pobočky: ŽILINA, MARTIN

PI - 5

Lacno predám masívne dvere, tmavo hnedé, viac kusov. T. 0905 286 274.

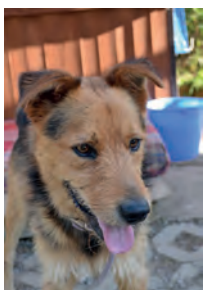
Kúpim Renault Vel Satis, alebo Renault Avantime - iba motor 3.5V6, alebo 2.0dci / 2.0turbo. T. 0903 433 345.

Ponúkam školenie na predlžovanie 3D rias - školenie, sada na 50 aplikácií, certifikat - 189 €. T. 0908 676 653.

Autodoprava do 1,5 tony. T. 0905 442 397.

Predám Škoda Fabia Combi, 1,4 mpi, r. v. 2002, 120 000 km - garantované, strieborná metalíza. Prvý majiteľ, servisná knižka komplet, celý čas garážované, nebúrané. Rádio originál Symphony, doplnené park. senzory vzadu. V cene pneumatiky 185/65/R14 Michelin letné + Al disky. Zimné pneu na plech. diskoch. Cena 2650 €. T. 0905 195 850.

Predám detský kočík - Takko Jumper - zeleno-čiernej farby, trojkombinácia aj s nadstavcom pre vajíčko na podvozok kočára - 95 eur, detskú postielku bielu s kokosovým madracom - 25 eur. T. 0911 261 427.



Hľadáme dobrý domov pre psíka. Tedy je mladý mix teriera, má cca 2-3 roky. Je veľmi priateľský, aktívny, rád chodí na prechádzky a hrá sa s hračkami. Nie je však prehnane hyperaktívny, na vybehánie mu stačí i záhrada. Cudzích ľudí pri plote ohlásí štekotom, ale neublíži. So psíkmi sa znáša

## INZERUJTE U NÁS ZADARMO DO KONCA ROKA.

RIADKOVÚ INZERCIU  
POSIELAJTE NA ADRESU  
INZERCIA@NOVINYZILINEC.SK  
ALEBO OSOBNĚ PRINESTE  
DO SÍDLA REDAKCIE

individuálne, skôr by sme ho odporučili ako jediného psíka do rodiny, keď ale stretne iného psíka na prechádzke nijako negatívne naň nereaguje. Tedy nemá problém ani s deťmi, u nás je s nimi pravidelne v kontakte. Tedy je odčervnený, očkovaný a už i kastrovaný. T. 0905 716 517.

Predám vnútorné parapety biele, plastové, šírka 30 cm, dĺžka 60 cm 2 kusy, dĺžka 90 cm 2 kusy a parapety zlatý dub šírka 30 cm, dĺžka 60 cm a 150 cm 2 kusy. Každý sa dá skrátiť a tak isto zúžiť. Cena za kus 2 eurá. T. 0907 177 495.

Predám detskú ohrádku značky BABY DESIGN - Play 2011, modro-zelenej farby. Veľmi málo používaná, 100%. Pohodlná, veľká, jednoduchý systém skladania, rozkladania, bočný vchod uzamykateľný zipsom, pohodlný, mäkký matrac, praktické držiaky, uľahčujúce vstávanie menším deťom, pestré farby, súčasťou je praktická taška na prenášanie. Rozmery rozloženej postielky: 105cm/105cm/78cm. Pôvodná cena 60 €, teraz 40 €. T. 0908 439 539.

Predám stavebné pozemky v obci Bitarová. T. 0905 180 337.

Darujem do starostlivých rúk morské prasiatko, ryšavo-biele, trochu väčšieho veku. T. 0911 546 564.

Riadková inzercia zdarma sa vzťahuje iba na nekomerčné subjekty

**HOROSKOPY**  
od 21.10. do 2.11.2012

**Baran**  
21. 3. - 20. 4.  
Skúste viac rešpektovať želania iných, aj keď sú vaše názory na hony vzdialené.

**Býk**  
21. 4. - 21. 5.  
Posledné októbrové dni budú náročné na psychiku, preto sa vyhýbajte stresovým situáciám.

**Blíženci**  
22. 5. - 21. 6.  
Záver októbra je ideálny čas na popustenie uzdy fantázií, vyskúšajte nové dobrodružstvá.

**Rak**  
22. 6. - 22. 7.  
Je ideálny čas na investovanie väčšej sumy do rodinných záležitostí, napr. bývania.

**Lev**  
23. 7. - 22. 8.  
Očakávajte prílev energie. Ak však máte v pláne ohurovať nových partnerov, tak na to radšej zabudnite.

**Panna**  
23. 8. - 22. 9.  
Záver októbra vám prinesie priaznivé obdobie v oblasti lásky.

**Váhy**  
23. 9. - 23. 10.  
Bez väčších problémov zvládnete aj tie najnáročnejšie pracovné úlohy.

**Škorpión**  
24. 10. - 22. 11.  
Je tu čas prehliť váš asketizmus, sebadisciplínu a vernosť.

**Strelec**  
23. 11. - 21. 12.  
Dajte pozor, aby ste sa nad druhými nepovyšovali. Zvlášť si varte tých, ktorí za vami vždy stoja aj v horších časoch, ako sú tieto.

**Kozorožec**  
22. 12. - 20. 1.  
Pozor na manipulovanie s okolím, nemusí sa vám vyplatíť. V láske sa vám však bude nadmieru dariť, preto pozor na prehnané koketovanie.

**Vodnár**  
21. 1. - 20. 2.  
Uvedomte si, že úprimnosť sa niekedy nevypláca a to platí aj pre rodinu.

**Ryby**  
21. 2. - 20. 3.  
Prechádzate náročným obdobím, no našťastie ide len o dočasný stav. Aspoň na chvíľu prestaňte obetovať osobné záujmy pre dobro iných, no rozhodne nezabúdajte na úprimnosť.

# SUDOKU SÚŤAŽ

1	3						6
							5
	8	6		4			
						6	2
	9	4	2		3	1	5
5	7						
			1		7		3
7							
8						5	9

2							7
3			7			1	2
	7	9				3	
	9	4				7	
			2		6		
		3			9		8
	7					9	1
	1	5		4			2
6							3

7							
	5		3				8 9
	8	2					4
			3	9			1
2		4		7			5
	9			6	8		
9						1	6
5	1		7				2
							8

Riešenie, ktoré sa nachádza v žltó označených políčkach SUDOKU posielajte e-mailom na našu adresu [redakcia@novinyzilinc.sk](mailto:redakcia@novinyzilinc.sk). Správne riešenie spolu s menom výhercu 10-eurovej darčekovej poukážky do knižkupectva **Martinus** uverejníme v budúcom čísle.

## VIETE, ŽE...

... Žilina sa ako jediné mesto na Slovensku vykúpilo z dedičného richtárstva vlastnými prostriedkami?

.. v 17. storočí existoval v Žiline pivovar, ktorého pivo bolo tak vychýrené, že sám uhorský palatín si nechal priviezť do Prešporka až 300 vedier tohto penivého moku?

... Letisko Žilina vzniklo v 70-tich rokoch minulého storočia a prvý let sa uskutočnil v roku 1972 na linke Praha – Žilina?

... v tridsiatych rokoch minulého storočia bolo na mieste najväčšieho žilinského sídliska Vlčince vojenské a neskôr civilné letisko, z ktorého v rokoch 1946 až 1948 lietala pravidelná linka do Bratislavy?

... od 12. 12. 1918 do 2. 2. 1919 bola Žilina hlavným mestom Slovenska, keďže sa stala sídlom Ministerstva s plnou správou pre Slovensko na čele s MUDr. Vávrom Šrobárom?

## DIEVČA VYDANIA



# MAŤA

Dvadsaťjedenročná Maťa zo Žiliny vďačí za svoju super postavu športu. Od mala sa venovala volejbalu, ktorý v súčasnosti vymenila za thajský box a plážový volejbal. „Beach je šport, pri ktorom človek získava kondičku, dobre sa zabaví a ešte sa aj opáli,“ hovorí sympatická blondínka, ktorá miluje slnečné lúče. „Toto leto počasie vyšlo, ale slnka nie je nikdy dosť, a tak ešte ideme s priateľom na dovolenku do Karibiku.“ Nechajte sa prekvapiť, možno sa s nami Maťa podeliť aj o svoje fotografie z exotických destinácií.

-jrg-

**Chcete sa stať dievčaťom vydania?**  
Stačí, ak nás budete kontaktovať na t. č. 0949 888 129 alebo na [redakcia@novinyzilinc.sk](mailto:redakcia@novinyzilinc.sk).

## KAMEŇÁK

Rozprávajú sa dvaja policajti:  
- Včera som si dal urobiť ten IQ test.  
- Naozaj? A aký máš výsledok?  
- Chvála bohu negatívny.



## PAPARAZZI Z PIVOVARU



## PAT A MAT POD DUBŇOM!

Pamätáte si československý animovaný seriál A je to!, v ktorom dvojica domácich majstrov novátorov Pat a Mat svojím spôsobom rieši nejaký problém? Či už natierajú okná, opravujú strechu alebo prášia koberec, bežná situácia sa pri ich „odborných“ zásahoch vymkne spod kontroly a zmení doslova na katastrofickú udalosť. Cesta k úspechu je strastiplná, prostriedky a „taktika“ na jeho dosiahnutie prinajmenšom čudné, no napokon všetko zvládnu. Nám sa podarilo zistiť, že tento kultový animovaný seriál sa v blízkej dobe dočká aj hranej podoby a podľa nomenovaného zdroja je miestom nakrúcania „živých“ epizód práve Žilina. Blížšie informácie sa nám zatiaľ zistiť nepodarilo, no prítomnosť hercov pod Dubňom jasne potvrdzuje momentka z ulice A. Kmeťa, kde na ostro absolvovali prvé „klapky“.

Ak máte vo svojej zbierke podobné unikáty zo žilinských ulíc, neváhajte a pošlite nám ich! Ak k tomu pridáte vtipný text, o to lepšie. Autorov najlepších príspevkov odmeníme pártysúdkom piva Černá hora. Fotky alebo texty označené heslom „Paparazzi“ posielajte na [editor@novinyzilinc.sk](mailto:editor@novinyzilinc.sk).

EXKLUZÍVNE S TRÉNERMI  
FENOMENÁLNEHO PETRA SAGANA

# NA MANŽELSKÝCH POSTELIACH HROZNE CHRÁPAL...



Zľava: Peter Zánický, Peter Sagan a Milan Novosad.

Momentálne je vo svete asi najznámejším Žilinčanom fenomenálny cyklista Peter Sagan. Podiel na jeho úspechoch má však nesporne aj trénerské duo Milan Novosad - Peter Zánický, ktorí ako prví objavili jeho športový talent. Preto trochu mediálnej slávy doprajeme aj im...

**Pamätáte si na prvý kontakt s Petrom Saganom?**

**P. Z.:** Spomínam si na jeho prvé ozajstné preteky, ktoré absolvoval na Makove. Bola to časovka na horských bicykloch a on ju vyhral. Na druhý deň sa objavil na stupňoch víťazov opäť, takže som spozornel. Napadlo mi, že to nie je náhoda a z toho chalana raz niečo bude. Perličkou bolo, že na tomto podujatí štartoval v kategórii Hobby aj jeho otec Lubo. Na trať išiel s tým, že je to jednoduché, no už po prvom kole sa asi päťminútovým kašľom rozlúčil so svojou krátkou cyklistickou kariérou.

**M. N.:** Úplne prvýkrát som Petra videl na pretekoch, ktoré organizovali Saleziáni. Vtedy sa však bol iba pozrieť na svojho brata. Pamätám si, že na druhom ročníku tohto podujatia už vyhral svoju kategóriu a bolo to presne na prvého mája.

**V tom čase sa začal Peter naháňať aj za futbalovou loptou. Ako ste ho prehovorili, aby sa venoval iba cyklistike?**

**P. Z.:** Nemuseli sme ho prehovárať, pretože v klube jazdil jeho starší brat Jurdo a to bol hlavný magnet, ktorý pritiahol Petra od lopty ku kolesám.

**M. N.:** Ako hovorí Peter, prehovárať ho nikto nemusel. Hlavnú úlohu zohral brat Juraj a ich krstná mama. Ja som len rád, že si vybral cyklistiku.

**V profesionálnej cyklistike sa pohybuje aj starší brat Juraj. Aký je podľa vás „cyklistický“ rozdiel medzi súrodencami?**

**P. Z.:** Jurdo je veľmi ctížiadostivý pedant a poctivec. Má veľký podiel na Peťových úspechoch a myslím si, že aj v tíme Liquigas je jeho veľkou psychickou oporou. Peťo je taký cyklistický bohém, ktorý si veľmi neláme hlavu nad cyklistickú filozofiu. Nerieši, nešpekuluje, sadne na bicykel a vyhráva. Má v sebe jedinečný kompas, ktorý mu ukazuje, kedy má byť v správnom čase na správnom mieste. Verím však, že aj Jurdova práca pre tím a drina prinesie svoje ovocie v podobe víťazstva v profipelotóne.

**M. N.:** Povedal by som, že markantný rozdiel medzi nimi vyskočil až teraz. V mládežníckych kategóriách dosahovali obaja výborné výsledky a aj Juro bol slušný špurtér. Bol by som rád, keby sa v tíme viac chytil aj Juro. Ak by dosiahol profivíťazstvo, určite by mu to psychicky pomohlo a v tíme by stúpol na rebríčku dôležitosti.

**S Petrom ste precestovali kus sveta. Prezradíte nám nejakú veselú príhodu?**

**P. Z.:** Tých máme viac. Napríklad na majstrovstvách sveta v Škótsku sme si objednali „dvojku“ izbu, no na mieste sme zistili, že máme manželskú posteľ. Dodnes si pamätám, ako Peter silno chrápal a keďže som ho pred pretekmi nechcel zobudiť, tak som ticho trpel až do rána. Naviac sa rozvalil cez celú posteľ, tak som si radšej ustlal na zemi. Premiéra napokon bola celkom úspešná, keď obsadil 10. priečku v kategórii juniorov.

**M. N.:** Možno nie až tak úsmevná, ale po športovej

stránke zaujímavá príhoda sa nám stala na Pretekoch mieru mládeže v Čechách, kde Peter vyhral najťažšiu etapu systémom štart – cieľ. Po dojazde bol taký odrátaný, že ani nevedel, že stojí na stupňoch víťazov. Na druhý deň zmobilizoval všetky sily a druhým miestom v časovke potvrdil celkové víťazstvo. Tam asi prvýkrát v kariére všetkým naplno ukázal svoju neuveriteľnú ctížiadostivosť.

**Šup sem ešte nejakú historku....**

**P. Z.:** Keď sme boli na vysokohorskom sústreďení v Himalájach, tak som sa Petrovi v prvom „bývaku“ smial, že trpí výškovou chorobou. Boli sme na nejakých tritisíc metroch a jemu nechutilo jesť, bol malátny. Od šiesteho dňa sa karta obrátila a čím sme išli vyššie a bolo menej kyslíku, tým bol čulejší. Zato ja som mal pocit, že každú chvíľu zomriem. Tak sa pre zmenu smial on mne.

## Saganove cieľové gesto vzniklo v krčme na Hájiku



**Dodržia Peter pred pretekmi nejaký špeciálny rituál?**

**P. Z.:** V rámci nabudenia sme sa volakedy pred pretekmi zo zábavy ťuchali, naznačovali boxerské údery. Peter totiž mnohokrát pred pretekmi pôsobil flegmaticky, takže tento rituál mal za úlohu rozprúdiť mu krv v tele.

**M. N.:** Mojim dlhoročným rituálom je pobúchať pre šťastie zverencov po prilbe a tomu sa pred pretekmi nevyhol ani Peter. Inak, žiadne špeciálne rituály neuznávam, podstatné je, aby bol cyklista pred štartom stopercentne v pohode.

**Šport je o emóciách... Ako prežívate Petrove úspechy? Sú to chvíle, keď aj chlapi vypustia slzu?**

**P. Z.:** Veľmi emotívne. Keď vyhral prvú etapu na Tour de France, tak som prežíval také krásne pocity, ako keby som vyhral ja. Krátko na to sme spolu volali a on bol v telefóne úplne flegmatický ako keby to bola bežná vec. Priznám sa, že ja som sa viackrát nedokázal ubrániť slzám dojatia. Dodnes si pamätám ako som na Peťových víťazných juniorských majstrovstvách sveta v Taliansku pri slovenskej hymne ronil slzy ako ženská pri telenovele.

**M. N.:** Najemotívnejšie pre mňa bolo, keď vyhral titul majstra sveta v spomínanom Val di Sole, pretože to bol jeho prvý veľký úspech. Mňa však veľmi dojalo aj štvrté miesto v prologu Paríž – Nice, ktorým sa premiérovu zviditeľnil medzi profesionálmi.

**Petrove povestné gesto po premiérovom etapovom víťazstve na Tour de France vraj vzniklo v Žiline...**

**P. Z.:** Presnejšie na Hájiku, kde sme po vyhratých majstrovstvách Slovenska zabúdili na pivo. Peter sa ma pýtal, že keď vyhrá etapu na Tour de France, že čo má urobiť. Tak som mu ukázal prvé čo ma napadlo a on tie „krídla“ naozaj dal.

**M. N.:** K tomuto posedeniu sa viaže ešte jedna historka. Profesionálni cyklisti musia 365 dní v roku hlásiť, kde sú. Existuje taký program, do ktorého musia presne udať miesto, kde sa nachádzajú a kompetentní ich môžu hocikedy skontrolovať. No a dopingoví komisári prišli Petra preveriť do Žiliny práve vtedy, keď sme sedeli na pive na Hájiku. Rýchlo sme objednali taxík a napokon všetko dobre dopadlo.

**Dúfam, že sa neurazíte, ale poznám vás dlhé roky a myslím si, že ste obaja cyklistickí maniaci. Mučíte na bicykloch alebo inými športovými aktivitami aj svojich blízkych?**

**P. Z.:** Moja jedenástočná dcéra Saška si vybrala basketbal. Syn Kubko má štyri roky a radšej kope do lopty... ale však tak začínal aj Peter. Paradoxne som sa za neho musel minule trochu hanbiť. Organizoval som totiž jedno cyklistické podujatie pre deti a hoci som trénoval majstra sveta, vlastného syna som musel pridržovať a tlačiť. Musím to zmeniť. Ale teší ma fakt, že aj Peter sa naučil bicyklovať pomerne neskoro... asi v piatich rokoch. Netlačím na pílu, nenútim ho, aby bol cyklista, ale rozhodne chcem, aby športoval. No a manželku som si otestoval hneď na začiatku vzťahu. Prvé rande absolvovala asi päťkilometrový okruh na bežkách v Turí a paradoxne vôbec nefrflala. Hneď ako sa oteplilo, tak som ju vytiahol na bicykel a pripravil som si na ňu Straník z ťažkej strany. To už mi povedala svoje a odvtedy ju svojimi cyklistickými aktivitami nemučím.

**M. N.:** Ja už mučím iba svojich zverencov. A aj tých hneď na začiatku upozorním, že cyklistika je v prvom rade o trápení seba samého. Ak však prežité útrapy v konečnom dôsledku prinesú dobrý pocit z odmakanej driny, potom je všetko v poriadku. Bez práce nie sú koláče a tie cyklistické chutia mnohonásobne viac, pretože je to tvrdá záležitosť jednotlivca.

**Róbert Kašša**  
Snímky archív



Petrovia na Tour de France.

**DÔLEŽITÉ ČÍSLA**

Jednotné európske číslo tiesňového volania: **112**  
**Požiarňa záchranná služba: 150, 112**  
**Polícia: 158, 112**  
**Záchranná zdravotná služba: 155, 112**  
**Mestská polícia Žilina:**  
 tiesňová linka: 159  
 stála služba: +421 41 5621166

**Lekárska služba prvej pomoci**  
 Po – Pi: 15.30 – 7.00 h  
 So, Ne, sviatky: 7.00 – 7.00 h  
 Tel. + hlásenie lekárskej návštevných služieb: 041/723 33 83, 041/511 03 48

**Detská pohotovostná služba**  
 041/511 05 22

**Zubná pohotovosť**  
 v Europalace, budova SSIM na Vlčincoch, Ul. Vysokoškolákov 33 B  
 Po – Pi: 15.30 – 19.00 h  
 So, Ne, sviatky: 8.00 – 14.00 h  
 Tel.: 041/530 00 94

**Horská záchranná služba:** 18 300

**Dopravný servis (Stella centrum):**  
 bezplatné volanie \*75  
 www.stellacentrum.sk

**Mestský úrad Žilina:**  
 041/70 63 111  
 www.zilina.sk

**Daňový úrad I, Ul. Janka Kráľa 2, 010 01 Žilina:**  
 041/ 5047 331, 041/50 67 211  
 www.drsr.sk  
**Daňový úrad II, Dolné Rudiny 1, 012 14 Žilina:**  
 041/70 77 201  
 www.drsr.sk

**Úrad práce sociálnych vecí a rodiny Žilina**  
 041/2440999  
 www.upsvarza.sk

**Info odchody autobusov:**  
 INFO ASISTENT 12 111  
 SAD Žilina - otvorené Po - Pi 7.00 - 15.00 h  
 tel. 041/562 09 50  
**Info odchody vlakov:**  
 INFO ASISTENT 12 111  
 Železničná stanica Žilina  
 041/5615 154

**Dopravný podnik mesta Žilina:**  
 041/566 01 11, 041/564 37 34, www.dpmz.sk

**Žilinský útulok:**  
 Odchyt psíkov v Žiline zabezpečuje mestská polícia na tel. č. 159 alebo na služobnom čísle 0918 801 294.  
 www.utulokzilina.sk

**Poruchy verejného osvetlenia**  
 041/505 56 99 (nonstop)  
 041/723 42 90

**VLČINČIAROM PRIBUDNE NOVÝ „OBCHOĎÁK“ SPOLU S PARKOM**



Vizuál plánovanej predajne. **Hore a vpravo dole:** Interiér „bunkrov“, ktorý nepotrebuje komentár.



**PROBLEMATICKÝM „BUNKROM“ ODZVONILO**

Už niekoľko rokov je jedným z najproblematickejších miest na najväčšom žilinskom sídlisku okolie krytov CO na Vlčincoch II. Spolu s nelegálnou skládkou odpadu ešte z čias výstavby sídliska je rajom pre bezdomovcov, ktorí sa výrazne podpisujú na, už tak dost zjazvenej, tvári tejto časti krajského mesta. Dobrou správou je, že oedlho sa všetko zmení k lepšiemu.

V susedstve hromadných garáží na Obežnej ulici majú totiž vyrásť jednopodlažné potraviny istého obchodného reťazca. Investor stavby sa okrem iného zaväzuje odstrániť z danej lokality nelegálne skládky odpadu a vybudovať tu oddychovú zónu pre obyvateľov.

Zástupca investora, Michal Krkoška tvrdí: „Spoločne s náhradnou a dopĺňajúcou výsadbou pristúpime k likvidácii vstupov do všetkých podzemných krytov CO na uvedených parcelách a otvorenej podzemnej studne pôvodne slúžiacej na zásobovanie CO krytov v zelenom páse medzi jednosmernými cestami na ul. Cyrila a Metoda. Na základe týchto úprav budú z lokality vylúčené asociálne skupiny,



ktoré sú predmetom dlhodobého obťažovania obyvateľov.“ Investor argumentuje aj minimálnym zásahom do života obyvateľov pri zásobovaní. Veľkou výhodou predajne je jej poloha na absolútnom okraji sídliska, čím zásobovacie vozidlá nebudú vchádzať do vnútroblokov. Objekt sa bude zásobovať výlučne vo vyhradených ranných hodinách a prostredníctvom menších nákladných áut. Spoločnosť VS Investment, s. r. o. zároveň ponúka Mestu Žilina vyriešenie situácie okolo čiernej stavby komunikácie na parc. 7633/20 formou darovania predmetnej parcely mestu.

**Róbert Kaša**  
 Snímky archív



**CESTA V ČASE**

Milí Žilinčania, v tejto rubrike vám budeme pravidelne prinášať zaujímavé dobové fotografie nášho krásneho mesta z čias minulých. V prvom čísle sme sa rozhodli pre pohľad na dnešné Hlinkové námestie od Mestského divadla zhruba pred tridsiatimi rokmi. Za pozornosť stojí pôvodná fontána, ale aj budovy hotela Astória a pobočky VÚB Banky.

Ak máte nejakú zaujímavú snímku z histórie Žiliny, neváhajte nám ju poslať na adresu editor@novinyzilinc.sk alebo osobne priniesť do redakcie na adresu Pivovarská 1, 010 01 Žilina. Určite ju radi uverejníme.

**Snímka Slavo Chmela**

**POHOTOVOSŤ LEKÁRNI**

Pohotovostnú lekárenskú službu zabezpečujú lekárne podľa rozpisu od 17.00 do 22.00 h

**Piatok 19. 10. 2012**  
 CLAUDIUS GALENUS,  
 V. Spanyola 43P

**Sobota 20. 10. 2012**  
 JUSTA, Na priekope  
 174/13

**Nedeľa 21. 10. 2012**  
 SV. JOACHIMA A SV.  
 ANNY, Bernolákova  
 2135

**Pondelok 22. 10. 2012**  
 POD ARKÁDOU,  
 Hodžova č. 4

**Utorok 23. 10. 2012**  
 PARACELUS,  
 Bratislavská č. 1

**Streda 24. 10. 2012**  
 MANDRAGORA,  
 Hlinská č. 16

**Štvrtok 25. 10. 2012**  
 MEDCENTRUM  
 MEDIKA, J. Milca č. 33

**Piatok 26. 10. 2012**  
 RAFAEL, A. Rudnaya 106

**Sobota 27. 10. 2012**  
 AVENA, Štefánika č. 7

**Nedeľa 28. 10. 2012**  
 SUN PHARMA  
 Vysokoškolákov 52,  
 OC DUBEŇ

**Pondelok 29. 10. 2012**  
 MEDEA, V. Spanyola 43

**Utorok 30. 10. 2012**  
 SAMARITÁN, J. Milca 10

**Streda 31. 10. 2012**  
 AUPARK, Veľká Okružná  
 59 A, OC AUPARK

**Štvrtok 1. 11. 2012**  
 NA BRÁNE, Crystal  
 Palace, ul. Na bráne -  
 sviatok

**Piatok 2. 11. 2012**  
 PRI NEMOCNICI,  
 V. Spanyola č. 39

**Sobota 3. 11. 2012**  
 Dr. MAX,  
 Vysokoškolákov 37,  
 OC Kaufland

**Nedeľa 4. 11. 2012**  
 FARMÁCIA,  
 V. Spanyola č. 43

**Pondelok 5. 11. 2012**  
 Dr. MAX, Národná č. 11

**Utorok 6. 11. 2012**  
 NA BULVÁRI,  
 A. Bernoláka č. 54

**Streda 7. 11. 2012**  
 MEDISALUS,  
 V. Spanyola 8187, areál NsP

**Štvrtok 8. 11. 2012**  
 PRI NÁMESTÍ,  
 Štúrova 2

**Piatok 9. 11. 2012**  
 MELISA, J. Milca 741/27

## AUTO NEWS



**Mercedes na baterky**  
Nemecká automobilka predstavila SLS-ko na elektriku. Jeho štyri elektromotory vystrelia z 0 na 100 km/h za 3,9 s. Maximálnu rýchlosť má elektronicky obmedzenú na 250 km/h. Pri vývoji a výrobe SLS AMG kupé Electric Drive boli využité špičkové technológie a know-how z formuly 1. Dôležitú úlohu pre dosahované parametre má tiež zníženie hmotnosti vozidla uplatnením kompozitných materiálov z uhlíkových vlákien.



**Prvé kombi hybrid**  
Toyota Auris Touring Sports rozšíri komplexné možnosti výberu pohonných systémov tohto modelového radu o obľúbený typ kombi. Verzie kombi v súčasnosti predstavujú 25 % predaja všetkých vozidiel v najpočetnejšej kategórii C. Nový Auris Touring Sports bude v tejto kategórii prvým dostupným kombi s plne hybridným pohonom.



**V40 ako cross country**  
Tento päťdverový špičkový „all-roader“ s konfiguráciou piatich sedadiel ponúka množstvo kultivovaných prvkov inšpirovaných terénnou jazdou, ako je napríklad eloxovaný rám s vysokolesklým čiernym povrchom okolo presklených častí kabíny, vonkajšie spätné zrkadlá s čiernym povrchom a elegantné střešné lišty tiahnuce sa pozdĺž strechy.



**Malý ale energický**  
Motor Eco boost od automobilky Ford boduje. Najnovšie jednomiestne pretekárske vozidlo s 1,0-litrovým motorom EcoBoost Formula Ford v unikátnej verzii schválenej na prevádzku po bežných komunikáciách dokončilo kolo na legendárnom Nürburgringu za 7 minút a 22 sekúnd. Zapisalo sa tým na 11. priečku najrýchlejších časov dosiahnutých na tomto okruhu.



# PREDSTAVUJEME FORD FOCUS S PREVRATNÝM MOTOROM

Nový Ford Focus s motorom EcoBoost predstavuje dokonalú kombináciu inovácie, štýlu a všestrannosti. Vyspelé technológie, presvedčivá dynamika a predovšetkým oveľa väčšia ohľaduplnosť k životnému prostrediu spoločne prinášajú ešte viac radosti z jazdy. Doslova na dosah ruky máte všetky moderné technické systémy.

## Pod kapotou tľie nové srdce

Nový 1,0-litrový motor EcoBoost spoločnosti Ford Motor Company, ktorý bol tento rok s veľkým ohlasom uvedený na trh v modeli Focus v Európe sa môže pochváliť titulom „Medzinárodný motor roka 2012“. Malý, technologicky náročný 3-valcový motor získal aj ďalšie dve ocenenia – „Najlepší nový motor“ a „Najlepší motor s objemom do 1,0 litra“ – udeľované časopisom Engine Technology International na základe hlasovania 76 novinárov z 35 krajín sveta. Spoločnosť Ford získala ocenenie „Medzinárodný motor roka“ prvý raz v 13-ročnej histórii jeho udeľovania a je na to patrične hrdá, pričom 1,0-litrový motor EcoBoost navyše zozbieral najvyššie skóre v histórii tohto ocenenia. Motor, ktorý je taký malý, že sa zmestí na papier formátu A4, bol navrhnutý v technických centrách v britskom Duntone a v nemeckom Merkenichu. „Keď sme sa rozhodli skonštruovať tento motor, latku sme nastavili neuveriteľne vysoko,“ povedal viceprezident pre konštrukciu globálnych pohonných sústav spoločnosti Ford Joe Bakaj a dodal: „Chceli sme poskytnúť prevyšujúcu spotrebu paliva, výkon, tichosť a kultivovanosť, a to všetko vo veľmi malom, 3-valcovom motore. Tím reagoval na túto zdanlivo nemožnú výzvu niekoľkými, naozaj vzrušujúcimi, inováciami a výsledkom je úplne nový koncept pre zážihové motory na celom svete.“



## Focus dostal dynamický šat

Nový Focus s kinetickým designom nazvaným

Ford Kinetic Design zaujme hneď na prvý pohľad. Vďaka svojmu nízkemu profilu pôsobí dravším, dynamickejším dojmom. Z celého auta od novej karosérie až po charakteristické zadné svetlá vyžaruje skutočne silná osobnosť. Z najnovších technológií, ktoré sú k dispozícii k zvýšeniu komfortu, či bezpečnosti spomeňme šesťstupňovú dvojspojkovú automatickú prevodovku PowerShift a systém Stop-Start, ktorý automaticky zhasne motor po zastavení vozidla, napríklad pri čakaní na semaforoch alebo pri státi v kolóne. Táto dômyselná technológia však dbá aj na vaše pohodlie, pretože aj po zhasnutí motora ponechá v behu napríklad klimatizáciu. Ak začnete nechtiac vychádzať zo svojho pruhu, systém varovania pred neúmyselným opustením jazdného pruhu vás na to upozorní vibráciami volantu a tiež grafickým znázornením na informačnom displeji. A zabudnúť by sme nemali ani na systém sledovania bdlosti vodiča, ktorý nepretržite monitoruje váš spôsob jazdy a pátra po akýchkoľvek odchýlkach spôsobených únavou. V takom prípade sa na palubnej doske zobrazí ikona, ktorá vám odporučí prestávku v jazde.

Focus je vo všeobecnosti vyhlásený svojimi jazdnými vlastnosťami a nový model k tomu pridáva najmodernejšie technológie, takže sa cítite ešte viac spojení s cestou. V zákrutách, aj pri brzdení ponúka mimoriadne precíznu ovládateľnosť a úplnú kontrolu nad situáciou. Jeden z dôvodov, prečo sa Focus môže pýšiť tak vyhlásenými jazdnými vlastnosťami, spočíva v jeho zadnej náprave Control Blade. Toto

nezávislé viacprvkové zavesenie bolo novo vyladené a teraz zaisťuje ešte lepší jazdný komfort, pohotovejšie reakcie vozidla a maximálne precíznu spätnú väzbu od vozovky.

Nový Ford Focus s úplne novým 1,0-litrovým motorom EcoBoost si naživo môžete prísť pozrieť, vyskúšať, zažiť, ale aj povozit sa v ňom aj v Žiline. Autorizovaný predajca vozidiel značky Ford – spoločnosť VIP Auto nájdete na výjazde zo Žiliny smerom do Martina, na ulici Pri Celulóžke 3631, kde sa budú tešiť na vašu návštevu.

## VIZITKA

### Ford Focus 1,0 EcoBoost SCTi

**Motor:** benzín  
**Pohon:** predná náprava  
**Počet valcov:** 3  
**Výkon pri ot./min.:** 92 kW /125 koní  
**Točivý moment pri ot./min.:** 300 Nm  
**Maximálna rýchlosť:** 193 km/h  
**Zrýchlenie z 0 na 100 km/h:** 11,3 s  
**Prevodovka:** manuálna  
**Počet stupňov:** 6  
**Kombinovaná spotreba:** 5,0l/100 km

Cena nového modelu Ford Focus s motorom EcoBoost 1.0 (74 kW/100 k) s výbavou Trend X začína od 12.990 €.

Strana pripravená v spolupráci s moto-ring.sk

**Najnovšie CD skupiny Kortina**  
 e-shop na:  
**www.kortina.sk**

**SVADBY • ZÁBAVY  
 PLESY • KONCERTY**

Kontakt:  
 ☎ 0907 617 511  
 ☎ 0903 116 414  
 kortina@kortina.sk



PI - 11

**NAČÍTAJ  
 A DOZVIEŠ SA  
 VIAC**




**AKCIA!**

**SLOVENSKÉ PLASTOVÉ DVERE ZA 250,- €**

**BUDETE ICH CHCIEŤ  
 AJ NA LATRÍNU!**

**DONER**

**TRENČÍN**

Doner s.r.o  
 Železničná 16A/7281  
 911 01 Trenčín  
 tel.: 032 / 652 97 67  
 e-mail: doner@doner.sk

**POVAŽSKÁ BYSTRICA**

Doner s.r.o  
 Hviezdoslavova 122  
 017 01 Považská Bystrica  
 tel.: 042 / 432 63 30  
 e-mail: povbystrica@doner.sk



**www.doner.sk**

PI - 15



# ELBYT nábytok

Solinky-OC Living(pri Metre)  
Kragujevská 1, ŽILINA  
info linka:041 5620589 www.elbyt.sk



**SWING LUX** 275x225 cm, v. 90 cm,  
spanie 225x125cm,  
Materiál eko koža/ hrubá žinilka  
Taburetka 102x83cm v cene 167,-

**NOVINKA 699,-**



**MONACO**



MOŽNOSŤ DOOBJEDNANIA  
KRESLA V CENE 175,-

273x215cm, v 91cm,  
hl. 81cm, spanie  
202x130 cm.  
Nohy chróm, poťah  
podľa vzorkovníka,

**575,-**



**MERLIN**

260x170 cm, v 74-89 cm.  
Nastaviteľné opierky hlavy, hĺbka  
90cm,poťah podľa vzorkovníka

**NOVINKA 637,-**



**DIEGO**

262x180 cm,  
v 92cm, h 81cm ,  
spanie 187x125cm,  
poťah podľa vzorkovníka, pravé  
aj ľavé prevedenie

~~590,-~~ **525,-**

**NOVÝ SORTIMENT SEDACÍCH SÚPRAV ZA NAJLEPŠIE CENY !**

PI - 9

**Robstan**  
okná a dvere

**EFORTE**  
systém okenných profilov

$U_w = 0,73 \text{ W/m}^2\text{K}$   
súčiniteľ priestupu tepla okna

Žilina - Štrkova 10/D (Kamenná ulica), Tel.: 041/763 1632  
E-mail: [robstan@robstan.sk](mailto:robstan@robstan.sk) | [www.robstan.sk](http://www.robstan.sk)

PI - 10

**AspeN Eco s.r.o.**

Veľkoobchod s klimatizačnou technikou  
zn. GREE na Slovensku.

**GREE**  
Change for Life

**KLIMATIZÁCIE  
TEPELNÁ ČERPADLÁ**

[www.aspen-klima.sk](http://www.aspen-klima.sk)  
[aspen@aspen-klima.sk](mailto:aspen@aspen-klima.sk)

PI - 8

**AUTOSKLO ŽILINA**

pri výmene čelného skla získate  
TESCO poukážku **20€**

Prielohy 693/3, Solinky

- » **bezplatné výmeny značkových autoskiel** cez poisťovne
- » **lepenie certifikovaných autofólií** za najnižšie ceny
- » **opravy autoskiel**
- » **lepenie bezpečnostných a zrkadlových fólií**  
na okná bytov a výkladov

Tel.: 0918 192 900, 0915 834 340  
[www.autoskloza.sk](http://www.autoskloza.sk)

PI - 7

**KRINNER®**  
Zemné skrutky

**MODERNÝ SPÔSOB  
ZAKLADANIA OBJEKTOV**

- ✓ jednoduché
- ✓ rýchle
- ✓ stabilné
- ✓ lacné

[www.zemneskrutky.sk](http://www.zemneskrutky.sk)

PI - 3

**herma**  
Výrobca detskej a tehotenskej módy

**kupón  
5%**

Kysucká 5, Žilina, 3. poschodie  
Otv. hodiny: Po-Pia: 6:30 - 15:00

Pri predložení tohto kupónu v predajni dostanete zľavu 5%.  
Kupón je platný do 31.1.2013.

PI - 2

**GELOVÉ NECHTY ŽILINA**

**Miriam Lahutová**  
0910 215 218  
[miruska2310@azet.sk](mailto:miruska2310@azet.sk)  
fb: gelové nechty kozmetika

PI - 1

NA  
TOMTO  
MIESTE  
MÔŽE  
BYŤ **VAŠA  
REKLAMA  
LEN ZA  
25 EUR**

JEDNORÁZOVÝ

# ZADARMO VOLNÝ VSTUP

do MOZOLANI TRAININGS FITNESS CLUBU v hodnote 5€

TENTO JEDNORÁZOVÝ VOLNÝ VSTUP PLATÍ PRE NEREGISTROVANÝCH ČLENOV

Mozolani trainings fitness club poskytuje každému svojmu klientovi v prípade záujmu nadštandardnú starostlivosť. Po úvodnej diagnostike a na základe spoločne formulovaných cieľov má každý klient možnosť zostavenia individuálneho tréningového plánu. Špeciálne poskytujeme najviac žiadané programy podľa cieľových skupín a podľa toho, o čo konkrétne má klient záujem. Súčasťou našej ponuky sú špeciálne vytvorené redukčné programy Easy Body pre ženy a Best Body pre mužov, ale aj ďalšie programy: TVAROVANIE PROBLÉMOVÝCH PARTIÍ, CVIČENIE PRE SENIOROV, ABY CHRBTICA NEBOLELA a ďalšie.

**MOZOLANI TRAININGS fitness club - Solinky - DAPA. Otvorené: Pondelok - Piatok: od 6.00 do 22.00 hod. Sobota, Nedeľa: od 7.00 do 20.00 hod. PORADENSTVO - KONZULTÁCIE - ODBORNÉ VEDENIE PRI FORMOVANÍ POSTAVY BEZ OHLADU NA VEK A ŠPORTOVÉ AMBÍCIE. Info: 0911 511 880, office@mozolani.com**

Meno a priezvisko: \_\_\_\_\_  
 adresa: \_\_\_\_\_  
 telefón: \_\_\_\_\_  
 e-mail: \_\_\_\_\_

**MOZOLANI TRAININGS FITNESS CLUB**

# SME TU UŽ ŠTYRI ROKY!

Rodinné fitness pre všetky generácie



MOZOLANI TRAININGS FITNESS CLUB Solinky je prvý fitness club v Žiline, ktorý ponúka trénerské a poradenské služby podľa západoeurópskych štandardov a princípov. Náš fitness club nie je určený len pre výkonnostných športovcov, ale práve naopak. Sme tu pre ženy v domácnosti, večne zamestnaných manažérov, rekreačných športovcov, ako aj ľudí trpiacich nadváhou a obezitou. Víťanmi sú aj záujemcovia nad 60 rokov, jednoducho sme tu pre všetkých, ktorí majú chuť urobiť niečo pre svoje zdravie a postavu. Naučíme vás, že ak chcete niečo zmeniť na svojej postave, zvýšiť svoju sebadôveru, alebo sa len jednoducho cítiť lepšie, musíte sa pustiť do práce. Ak nevíete ako, my vám tréningový plán ušijeme na mieru, zohľadníme nielen vaše ciele, ale aj zdravotný stav.

Počas uplynulých štyroch rokov ste mohli byť svedkami reálnych zmien veľkého množstva ľudí, ktorých výsledky pravidelne publikujeme na našej webovej stránke [www.mozolani.com](http://www.mozolani.com). Máme sa sebou už šesť ročníkov úspešných súťaží v chudnutí: Do formy 2007, Do formy - Do plaviek 2008, Chudne celá Žilina 2009, Teraz do formy 2010 a tohtoročnú poslednú súťaž Veľká premena 2011 a poslednou je Do formy 2012. Okrem toho sme zrealizovali dva ročníky úspešného projektu Zmeň svoje telo - Zmeníš svoj život, či Medzinárodnú pohárovú súťaž v kulturistike mužov a bodyfitness Mozolani Classic 2010. Snažíme sa svojimi aktivitami zvýšiť povedomie o športe a aktívnom pohybe u všetkých Žilinčanov bez rozdielu veku a pohlavia. V spolupráci s odborným tímom lekárov vám chceme ukázať cestu, ako predchádzať chorobám vyplývajúcim z nadváhy a obezity, a to všetko prostredníctvom športových aktivít nielen vo fitnesscentrách. Mohli by sme menovať stovky ba tisíce žien či mužov, ktorí sa stali našimi zákazníkmi a sú nimi dodnes... Boli to napríklad ženy a muži, ktorých číslo na váhe na začiatku ukazovalo viac ako 100 kg, dnes ich v posilovni stretávame s úsmevom

na tvári o 30 až 40 kilogramov ľahších. Za všetkými výsledkami ľudí je množstvo driny a potu, ale vďaka odbornému vedeniu dokázali predísť chybám a dosiahnuť ciele oveľa rýchlejšie a efektívnejšie. Sme radi, že môžeme stať pri plnení vašich cieľov.

### Najväčšia kardiozóna v Žiline!

Abyste sme zvýšili komfort pre našich zákazníkov, v tomto roku sme renovovali sprchy a aktuálnou novinkou je vynovenie kardiozóny. Ako jediné fitnesscentrum tak máme k dispozícii najväčšie množstvo kardiostrojov v Žiline. Návštevníci u nás môžu využívať dva trenažéry schodov, štyri strepy, deväť kusov eliptických trenažérov, česť kusov bicyklov, osem kusov bežiacich pásov, dva korčuľarske trénažéry a tri vibračné plošiny. Od 17. septembra sme odštartovali skupinové cvičenia: Body Interval Training, Fit Ball, Zumbou a všeobecnou športovou prípravou pre deti od 3 rokov.

Ako jediné fitnesscentrum máme bezplatný trénerský dozor, ktorý je pre všetkých začínajúcich športovcov a klientský poradenský servis, kde vám nastavíme tie najvýhodnejšie členstvá na akékoľvek obdobie. Preto neváhajte a staňte sa aj vy členom MOZOLANI TRAININGS FITNESS CLUBU. My zmeníme vaše telo, naučíme vás množstvo tréningových techník, prezradíme vám ako sa správne stravovať a hlavne - naučíme vás milovať šport, dostaneme ho do vašej mysle, do vášho tela a najmä do vášho srdca.

Oslávte s nami štvrté výročie a využite náš narodeninový darček - jednorazový voľný vstup do posilovne a prídte aj vy do nášho rodinného fitnesscentra pre všetky generácie.

Viac info o nás na [www.mozolani.com](http://www.mozolani.com)



# ŠPORT



## ŤAŽKÝ ZÁVER JESENE

MŠK proti všetkým súperom z čela tabuľky

### PROGRAM "ŠOŠONOV" DO KONCA JESENE

13. kolo Corgoň ligy  
sobota 20. 10. o 17.30 h: Trnava – Žilina

Štvrtfinále Slovnaft cupu  
utorok 23. 10. o 16.30 h: Senica – Žilina

14. kolo CL  
nedela 28. 10. o 17.30 h: Žilina – Slovan

15. kolo CL  
sobota 3. 11. o 17.30 h: Senica – Žilina

Odveta štvrtfinále SC  
utorok 6. 11. o 17.30 h: Žilina – Senica

16. kolo CL  
nedela 11. 11. o 19.00 h: Žilina – Trenčín

17. kolo CL  
sobota 17. 11. o 14.30 h: Ružomberok – Žilina

18. kolo CL  
sobota 24. 11. o 17.30 h: Žilina – Z. Moravce

19. kolo CL  
piatok 30. 11. o 17.30 h: Nitra – Žilina

Bolo by dobré, keby sa strelecky prebudil legiónár Ceesay, ktorému to v tejto sezóne zatiaľ príliš „nepadá“.

Futbalistov majstrovej Žiliny veru nečaká ľahký záver jesennej časti, keď sa o ligové body pobijú so zvyšnými súpermi z prvej pätky. Aby toho nebolo málo, odohrajú aj štvrtfinálový zápas Slovnaft cupu proti minuloročnému finálovému súperovi zo Senice. „Šošoni“ tak budú mať pred zimovaním o „zábavu“ postarané.

Pozitívom je, že pred záverečnými bojmi v lige a v pohári bola reprezentačná prestávka, takže mužstvo malo dostatok času na regeneráciu a maródi na doliečenie zranení. Dnes to však už začne a to pekne zostra. Žilinčania cestujú na horúcu pôdu trnavského Spartaka. Hoci sú Trnavčania v tabuľke poslední, v minulosti sa už viackrát ukázalo, že na súboje Žiliny a Trnavy nemá tabuľkové postavenie veľký vplyv. Výsledok zápasu však bude mať vplyv na ďalšie fungovanie oboch tímov na slovenských trávnikoch. Pre MŠK by mohla byť výhra nad Trnavou tou pravou vzpruhou do ďalších zápasov po posledných dvoch remízových zápasoch. Tím okolo skúseného kapitána Karhana však svoju kožu ľahco nepredá. Veď po nedávnych udalostiach, keď boli hráči a realizačný tím napadnutí fanúšikmi, ktorí sa im vyhrážali ešte horšími útokmi v prípade nezdaru proti Žiline, určite budú chcieť zabodovať naplno. Zápleтка zápasu je tak poriadne zaujímavá. Žilinčania s Trnavou v úvodnom vzájomnom zápase remizovali 1:1, takýto výsledok by však teraz prakticky nič neriešil.

#### „Trojzápas“ proti Senici

„Šošoni“ si nestihnú ani poriadne vydýchnuť a už v utorok ich čaká úvodný zápas štvrtfinále pohára proti Senici. Práve Senica bola súperom MŠK v poslednom finále druhej najcennejšej slovenskej trofeje. Vtedy sa po predĺžení tešili z víťazstva Žilinčania, no štvrtfinále sa hrá na odvety, takže po prvom zápase by malo byť všetko otvorené. Miernou výhodou Žiliny môže byť fakt, že úvodný zápas sa hrá v Senici. Tito dvaja súper sa v posledných sezónach stretávali veľmi často a ich súboje sa spravidla končili remízou. Zrodí sa aj teraz nerozhodný výsledok?

Prestávku medzi pohárovými zápasmi budú mať hráči MŠK vyplnenú skutočne zaujímavou. Do Žiliny pricestuje vedúci tím tabuľky a azda hlavný konkurent v boji o majstrovský titul – bratislavský Slovan. Tohto súpera netreba nijako zvlášť predstavovať. V úvodnom meraní sil sa oba tímy rozišli zmierlivo po výsledku 1:1. Teraz už pôjde o veľa, veď „belasi“ budú chcieť Žiline odskočiť na čele, zatiaľ čo MŠK sa potrebuje na Slovan dotiahnuť. Bude zaujímavé sledovať, ako výsledok tohto zápasu ovplyvní ďalšie dianie v lige. Z tohto pohľadu pôjde zrejme o kľúčový zápas jesene.

Kým sa Žilina stretne so Senicou v pohárovej odvete, zmeria si s týmto súperom sily aj na ligovom poli. „Šošoni“ sa tak so Záhorákmi stretnú v súťažnom zápase

trikrát v priebehu dvoch týždňov. Žilina by sa v prípade pohárového postupu a ligového víťazstva mohla zbaviť silného konkurenta v boji o titul. V športe rozhoduje vo veľkom aj psychika a tá senická by určite po neúspechu nebola príliš dobrá.

#### Záver v duchu „povinných“ víťazstiev

Po tomto náročnom období čakajú Žilinčanov ešte štyri zápasy, proti Trenčínu, Ružomberku, Zlatým Moravciam a Nitre. Pri všetkej úcte k súperom, Žilina by mala vo všetkých štyroch zápasoch zaknihovať víťazstvo, veď práve bodové zisky so súpermi zo stredy a druhej polovice ligovej tabuľky v posledných sezónach rozhodovali o zisku majstrovského titulu.

Futbalistov MŠK tak čaká poriadne nabitý a náročný záver jesene. Liga ešte nie je ani v polovici, no už sa pomaly kryštalizujú tímy, ktoré by mali tvrdiť muziku. Ak futbalisti MŠK zvládnu túto neľahkú úlohu, môže im to veľmi pomôcť v konečnom účtovaní, keď sa na jar tabuľka bude tímov pýtať, kde majú body z jesennej časti. Práve v takýchto momentoch sa prejavuje psychická sila tímu a hĺbka a kvalita kádra. Veríme, že žilinský MŠK ukáže súperom, že je na Slovensku stále futbalovým kráľom.

Ján Polák  
Snímka Jaroslav Zbyňovec

MÁME MODERNÉ, KLASICKÉ, DREVENÉ, RUČNE VYRÁBANÉ, NEPOTOPITEĽNÉ, NAFUKOVACIE...

LODE, ČLNY, JACHTY, KATAMARÁNY

URČENÉ NA REKREAČNÉ PLAVBY, RYBOLOV, HOBBY...

PREDAJ A PORADENSTVO NA [WWW.JOCHYMMARINE.SK](http://WWW.JOCHYMMARINE.SK)

**JOCHYM  
MARINE**

ALEBO 0905 542 690

ALEBO NÁŠ NORTON 310 AJ S VESLAMI UŽ OD 850,- EUR

CHCETE TÚTO LOĎ?  
- AJ S VESLAMI  
UŽ OD 650,- EUR



# EXTRALIGOVÝ VOLEJBAL JE SPÄŤ

Financie rozhýbali počas leta kolotoč rušenia volejbalových klubov, odhlasovania sa z vrcholných súťaží a prihlasovania sa do líg nižšieho rangu. Už dávnejšie bolo avizované, že víťaz prelínacej súťaže o postup do extraligy MVK Lokomotíva Zvolen sa zlúči s druhým zvolenským družstvom VPH a bude hrať iba 1. ligu. Druhému postupujúcemu družstvu z baráže, volejbalistom AC Uniza Žilina, sa pred sezónou podarilo zohnať prostriedky, a tak sa extraliga mohla vrátiť pod Dubeň.



Po akej-takej stabilizácii družstiev dostala extraliga ešte jednu ranu. Tesne pred jej začiatkom sa zo súťaže odhlásili volejbalisti VKP Bratislava. Dôvod bol jednoduchý – financie! Klub niekoľkonásobného majstra Československa a Slovenska, v ktorého vitríne sa jagal Európsky pohár majstrov (1979), ako aj Pohár víťazov pohárov (1981), sa rozpadol. Niektorých z jeho volejbalistov prichýlili na myjavských kopaniciach a teraz hrajú pod spoločným názvom Spartak VKP Myjava.

Situácia v Žiline je však radostnejšia. Trénerom družstva sa stal Karol Lukáč. Tento prešovský rodák, ktorý v minulosti pôsobil ako asistent trénera pri mládežníckych reprezentačných výberoch a dva roky viedol tím COP Nitra v extralige žien, má na aktuálnej súpiske týchto 21 mien: Miroslav Fabrici, Branislav Fašianok, František Gréc, Michal Gréc, Juraj Hovorka, Peter Hovorka, Branislav Chudík, Tomáš Korman, Tomáš Kujan, Lubomír Kysela, Vladimír Kysela, Róbert Majzel, Martin Masný, Peter Minárik, Miroslav Rolček, Matúš Sibyla, Ján Stuchlý, Jaroslav Šaling, Martin Šoder, Peter Valocký a Michal Veščičík. Prakticky všetci hráči, ktorí v minulej sezóne vybojovali pre Žilinu extraligu, sú na súpiske aj pre túto sezónu. Jedinou posilou je mladý, ešte len 16-ročný žilinský odchovanec, František Gréc.

Žilincania hrajú extraligu v skromných podmienkach, ale do každého zápasu dávajú o to väčšie odhodlanie a bojovnosť. Ciele sú podľa Karola Lukáča jasné: „V prvom rade chceme v Žiline udržať extraligu aj pre budúcu sezónu. Tým, že sa odstúpením VKP zo súťaže zmenili podmienky a priamo nevyhadáva nikto, vznikol pre žilinský volejbal priestor na hľadanie nových talentovaných hráčov a vytvorenie pokojnej atmosféry v družstve. Našou úlohou bude dostať pod seba minimálne

dva tímy, čím sa s určitou vyhneme baráži a postúpime do bojov play-off.“

Žilincania vstúpili do extraligy domácim zápasom s Ekonómom SPU Nitra. Prehrali síce 1:3, ale za svoj výkon sa rozhodne nemuseli hanbiť. Škoda, že sa pred zápasom zranil najskúsenejší zo Žilincanov, kapitán Vladimír Kysela. Tomu pri jednom z posledných smečov nevydržalo rameno a vyzerá to, že si dlhšie nezahrá. V búrlivej atmosfére odovzdali ostatní na palubovke všetko, čo bolo v ich silách a bolo vidieť, že hrajú nielen s chuťou, ale aj so srdcom. Tréner nitrianskych volejbalistov, Daniel Oravec im po zápase zložil úprimnú poklonu: „Som rád, že sa Žilina vrátila do extraligy a chcel by som poďakovať domácim divákovi za to, že počas zápasu vytvorili perfektnú volejbalovú kulisu. Vidieť, že tu ľudia volejbalu rozumejú. Žilina bude, najmä v domácom prostredí, veľmi nepríjemným súperom pre všetky družstvá.“

Základná časť extraligy sa odohrá do konca tohto roka. Každé z družstiev v nej bude hrať doma a vonku zápasy s každým súperom.

Druhá časť extraligy sa bude hrať v dvoch skupinách. K prvým dvom družstvám po základnej časti sa pripoja dve družstvá z MEL (Humenné, Volley Team Bratislava) a budú hrať v skupine o 1. až 4. miesto. Skupinu o 5. až 9. miesto vytvoria zostávajúce družstvá. Tie odohrajú zápasy každý s každým systémom doma a vonku. V tejto skupine sa všetky výsledky z prvej časti súťaže započítavajú. Družstvo, ktoré skončí na 9. mieste bude hrať prelínaciu súťaž, zvyšné štyri celky postúpia do play-off.

Rudo Vitos  
Snímka archív

## PROGRAM VOLEJBALISTOV AC UNIZA ŽILINA NA ZOSTÁVAJÚCE KOLÁ

sobota 27. 10. 2012	Žilina - COP Trenčín
sobota 3. 11. 2012	Stará Lubovňa - Žilina
sobota 10. 11. 2012	voľno (Žilincania mali hrať s VKP)
sobota 17. 11. 2012	Nitra - Žilina
sobota 24. 11. 2012	Žilina - Svidník
sobota 1. 12. 2012	Myjava - Žilina
sobota 8. 12. 2012	Žilina - Prešov
sobota 15. 12. 2012	COP Trenčín - Žilina
sobota 22. 12. 2012	Žilina - Stará Lubovňa

Žilincania hrajú svoje zápasy v hale Športového gymnázia na Rosinkách. Presné termíny sa dozviete na oficiálnej facebookovej fanstránke VO AC Uniza Žilina.

# PIVO NIE JE LEN SLOVO!

Široký sortiment špeciálov

Tradičný proces výroby

Voda z artézskych studní

Prírodná penivosť

Nové ovocné radbery



Dokvasovanie v ležiackych tankoch

Vlastný slad

Zreje až tri mesiace

Hlavné kvasenie v spilke

www.pivoch.sk



# NAJDÔLEŽITEJŠIE SÚ HLAVA A SRDCE, OSTATNÉ SA DÁ NATRÉNOVAŤ

Americký futbal je jedným zo športov, ktoré na Slovensku pevne zapúšťajú svoje korene. Najmä v posledných rokoch sa objavujú nové kluby ako huby po daždi. Medzi ne patrí aj žilinský tím Warriors, ktorý začal písať svoju históriu pred dvomi rokmi.

V americkom futbale je často potrebný dobrý výskok a isté ruky.

„V začiatkoch môjho záujmu o tento šport som sledoval najmä zámorskú profesionálnu súťaž NFL, no mal som aký-taký prehľad aj o diania na Slovensku. V roku 2010, keď som už obstojne poznal pravidlá a o americký futbal som sa zaujímal čoraz viac, tak som si povedal, že prečo neskúsiť založiť tím aj v Žiline, ktorú považujem za športové mesto. Prostredníctvom sociálnej siete Facebook som oslovil prvých záujemcov a ešte v ten týždeň sme sa stretli na prvom tréningu. Postupne sa začali nabalovať ľudia a keď som videl, že je o tréningy čoraz väčší záujem, rozhodol som sa, že to skúsime rozbehnúť naplno. Od ostatných slovenských klubov sme zohnali prvé výstroje

Veľa ľudí si mylí americký futbal a rugby. Boli sme zvedaví, v čom sú hlavné rozdiely. „Zásadný rozdiel je v tom, že americký futbal sa hrá vo výstroji a rugby nie. Americký futbal sa hrá s o niečo menšou loptou a na rozdiel od rugby sa môže hádzať aj dopredu. Samozrejme, rozdielov je veľa, hoci oba športy sú založené na podobnom princípe. Spolahlym rozoznávacím znakom je však prítomnosť ochrannej výstroje pri americkom futbale,“ objasnil Ján Polák.



Žilina Warriors po víťaznom zápase s Topoľčanmi.

## Americký futbal je najtvrdší kolektívny šport na svete!



a začali sme už trénovať tak ako treba. Presne o rok sme už boli súčasťou Slovenskej asociácie amerického futbalu a odohrali sme svoju premiérovú sezónu. V nej sme skončili podľa očakávania na poslednom 7. mieste. Tento rok už bol o niečo lepší, hoci sme opäť „obhájili“ siedmu priečku, pripísali sme si prvé víťazstvá a nechali sme za sebou jedného súpera. V americkom futbale veľmi veľa záleží od skúsenosti, preto si nedávame nerálne ciele, ale chceme sa postupne zlepšovať,“ vysvetlil na úvod hrajúci tréner a zakladateľ Žilina Warriors Ján Polák.

A propo, výstroj, z čoho sa vlastne skladá? „Základom je chránič ramien a prilba. K tomu patria takisto špeciálne nohavice s chráničmi kolien, stehien, bedier a kostrče. Medzi povinnú výstroj ešte patrí aj chránič zubov. Povinnú výstroj nie je radno podceňovať, aby sa predišlo zraneniam. Americký futbal je najtvrdší kolektívny šport na svete, takže netreba zbytočne riskovať zranenie tým, že hráči nemajú predpísanú výstroj,“ dodal žilinský tréner.

V úvode sme spomínali, že americký futbal je šport, ktorý sa na Slovensku veľmi dynamicky rozvíja, keď za posledné dva roky vzniklo až päť tímov. „Verím, že v blízkej budúcnosti sa bude americký futbal na Slovensku ďalej rozvíjať takýmto tempom, lebo vidím aj medzi ľuďmi, že popularita rastie. Na septembrovom medžištátnom zápase proti Slovincu bolo takmer štyritisíc fanúšikov, čo je počet, ktorý iba zriedka vidieť na corgoňligových štadiónoch, či medžištátnych zápasoch iných reprezentácií v kolektívnych športoch,“ hovorí Polák.

Momentálne sa na Slovensku hrajú dve ligové súťaže, SFL 7, ktorá sa hrá vo verzii sedem proti siedmim hráčom

a SFL, ktorá sa hrá v klasickej verzii 11 proti 11. Žilinskí Warriors hrajú zatiaľ SFL 7, keďže práve tá je určená tímom s menším počtom hráčov a menej skúsenosťami. „Stále máme málo hráčov, takže ak by ktokoľvek chcel na vlastnej koži vyskúšať najtvrdší kolektívny šport na svete, je u nás vítaný. Americký futbal je šport, v ktorom sa dokáže uplatniť prakticky každý – nízky, vysoký, chudý, tučný... Stačí mať len chuť a výdrž. Najdôležitejšie sú hlava a srdce, ostatné sa dá vždy natréňovať,“ pozval na záver do radov Warriors tréner Ján Polák.

Zájemcovia nájdu všetky potrebné informácie na facebookovej stránke tímu, prípadné otázky zodpovedia „Bojovníci“ na e-mailovej adrese [zilina.warriors@gmail.com](mailto:zilina.warriors@gmail.com), prípadne na t. č. 0904 984 419. Tréningy majú Žilincania každý utorok a piatok v telocvični ZŠ Hliny VII na Jarnej 20 v Žiline.

-ep-  
Snímky Jaroslav Zbyňovec

**RASTÚCE  
DETSKÉ LYŽE**  
Exkluzívne v INTERSPORTe

## Nikdy predtým sa neoplatilo rásť tak ako teraz!

vždy najnovší model. Vždy správna dĺžka. Vždy bezpečná jazda. Celkom jednoduché s lyžami, ktoré rastú s dieťaťom.  
A super výhodne!

Kúpíte detské lyže (do 140 cm) a zaplatíte malý poplatok, iba 10,00€. Do dvoch rokov si potom prídete pre nový model (do 150cm) iba za neuveriteľných 25,00€.

**INTERSPORT**  
SPORT TO THE PEOPLE

# RACIO BIO CELIA DIA RAW



**zdravia**

Zdravé Potraviny

## NOVÁ PREDAJŇA

M.R.Štefánika 129, Žilina

vedľa reštaurácie IRISH

Galéria Zdravia  
v príjemnom prostredí



## RAKYTNÍK

Rakytník rešetliakový je jedinečné ovocie ktorého plody poznali už naši prastarí predkovia. Tieto malé oranžové bobule majú sladko trpkú príchuť. Jediná bobuľa tohto kru obsahuje množstvo vitamínu C, ktoré by sme mali denne dopriať nášmu telu. Plody majú vysoký obsah vitamínov B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, vitamín C, E, K<sub>1</sub> a provitámín A. Zložky v plodoch sú flavonidy (kvercetin, kempferol, izokvercetin, rutin), leukoantokyaniidy, katechiny a trísloviny, karotenoidy, aminokyseliny a pektín. Netreba zabudnúť tiež na vysoký obsah stopových prvkov. Vďaka svojim detoxikačným, povzbudzujúcim a rekonvalescenčným účinkom je obľúbeným doplnkom stravy športovcov a vyčerpaných manažérov. Podporuje tvorbu tráviacich enzýmov, žľezí a stimuluje činnosť pečene a pľúc, reguluje krvný obeh. Zlepšuje tiež stav kĺbov pri reumatizme. Odporúča sa ako obranná látka proti následkom civilizačného stresu, ale pomáha aj zvýšiť pružnosť a priechodnosť ciev. Jeho dlhodobé užívanie naše telo nijako nezatáhuje, práve naopak. Rakytník sa tiež využíva aj ako analgetikum - tlmi bolesť, pomáha pri ateroskleróze alebo pri žalúdočných vredoch. Obnovuje žalúdočnú sliznicu a ničí baktériu, ktorá je pôvodcom vredov. Pociť slabosti, únavy a vyčerpania užívaním rakytníku zaženiete a stane sa Vaším domácim lekárom.



## GOJI

Goji je tradičnou čínskou medicínou považované za liečivú potravinu podporujúcu dlhovekosť, silu, krásu a sexuálnu potenciu. Z nutričného hľadiska sú tým najhodnotnejším ovocím na planéte, ktoré je navyše aj chuťné. Obsahuje 18 druhov aminokyselín, 21 stopových prvkov (železo, meď, vápnik, selén, fosfor,...), Betakarotén, Vitamíny C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub> a E. Pomáha pri problémoch s prostatou, má protizápalové účinky, udržuje a podporuje rast buniek, obnovuje a opravuje DNA, má povzbudzujúce účinky, znižuje krvný tlak, chráni pred rakovinou, udržuje správnu hladinu cholesterolu, zvyšuje libido a sexuálnu činnosť, podporuje chudnutie, zlepšuje spánok, posilňuje srdce a imunitu, zabraňuje tumorom, zvyšuje počet bielych krviniek, zvyšuje plodnosť, podporuje funkciu obličiek, zlepšuje pamäť, zmierňuje úzkosť a stres a zlepšuje zrak. Sušené Goji je možné okamžite konzumovať a jeho množstvo nie je obmedzené. Je chuťnou a vysoko nutričnou prísadou do omáčok, šalátov a tiež pri pečení. Varenie a aj Váš jedálny lístok sa s Goji stanú pestrejšie a zdravšie.

[www.zdravia.sk](http://www.zdravia.sk)



## NAPOKON BEZ JURČINU

„Lockout“, alebo po slovensky povedané výtluka. Táto nepríjemná situácia opäť po rokoch zasiahla kanadsko-americkú profesionálnu súťaž NHL. To dalo viacerým hviezdnyh hráčom príležitosť nájsť si dočasný hokejový azyl v Európe. Účastník extraligy MsHK DOXXbet Žilina bola veľmi blízko tomu, aby sa aj v jej drese predstavila posila z NHL. Odchovanec Liptovského Mikuláša a naposledy hráč New York Islanders Milan Jurčina totiž odtrénoval pod Dubňom viac ako mesiac a koke-toval aj s myšlienkou štartu v drese „vlkov“.

„Všetko vyzeralo tak, že Milan Jurčina by mohol obliecť žilinský dres, ale najväčším problémom bola vysoká mesačná poistka, ktorú by za neho klub musel platiť,“ nechal sa počuť športový manažér MsHK Dušan Kapusta. Napokon sa Jurčinovi ozval nováčik najvyššej českej súťaže Piráti Chomutov.

## NAJBLIŽŠÍ PROGRAM „VLKOV“

13. kolo - nedeľa 21. 10. o 17.00 h: Poprad - Žilina

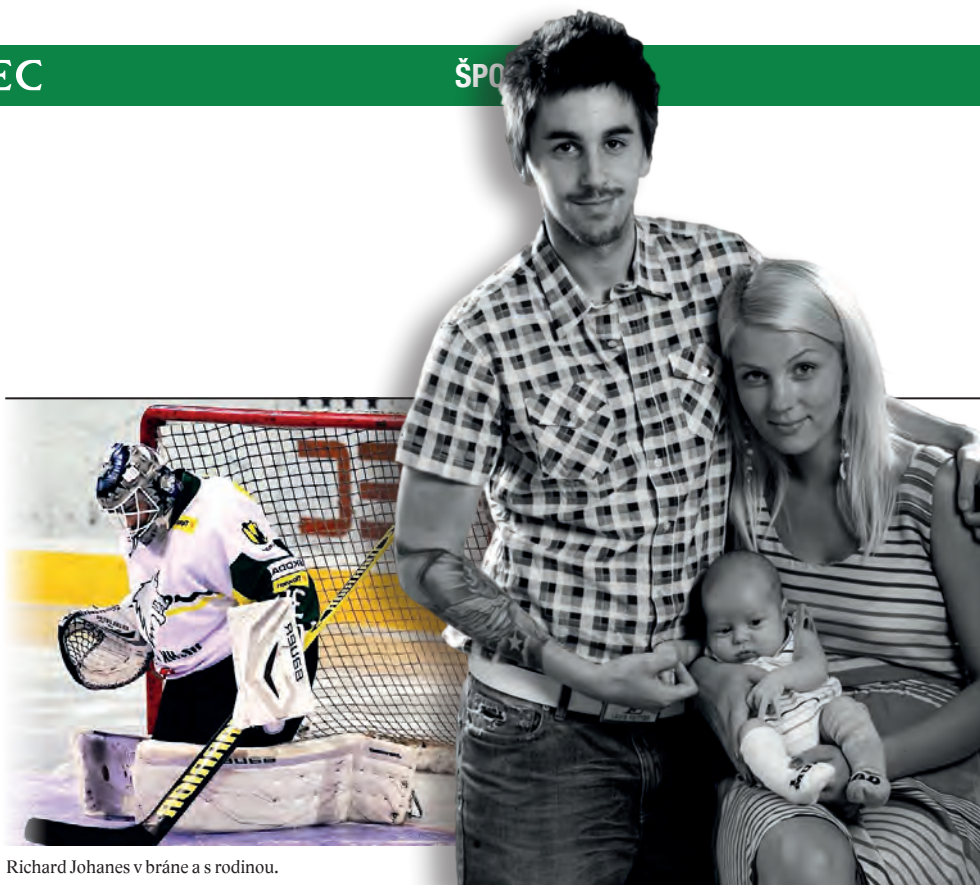
14. kolo - piatok 26. 10. o 17.00 h: Žilina - Martin

15. kolo - nedeľa 28. 10. o 18.00 h: Piešťany - Žilina

16. kolo - utorok 30. 10. o 17.00 h: Žilina - Skalica

17. kolo - piatok 2. 11. o 17.30 h: Trenčín - Žilina

18. kolo - nedeľa 4. 11. o 16.30 h: Žilina - Košice



Richard Johaness v bráne a s rodinou.

# JOHANES NAŠIEL V SÚPEROVI ŠVAGRA

Extraligové súboje žilinských „vlkov“ a banskobystrických „baranov“ majú v tomto ročníku najvyššej hokejovej súťaže špecifickú príchúť. Okrem toho, že sa na ľade minimálne šesťkrát stretnú súpermi zo zvieracej ríše, takmer „rodinnú“ príchúť týmto duelom namiešajú gólmani oboch tímov.

V žilinskej bráne si svoje miesto perfektnými výkonomi postupne vybojováva mladý a nádejný brankár Richard Johaness. Pod Urpínom sa o ochranu banskobystrickej svätyně stará odchovanec martinského hokeja Michal Dzubina. Na tom by nebolo nič mimoriadne, ibaže, oboch extraligových hokejistov spája to najkrajšie, čo človek v živote môže nájsť, a to je láska k žene.

„Je pravda, že nás s Mišom Dzubinom spája takmer rodinné puto. Moja priateľka a jeho priateľka sú totiž sestry. Ak to takto pôjde aj ďalej, jedného dňa by sa z nás mohli stať švagrovia,“ usmieva sa žilinský gólman Richard Johaness, ktorý svoj vzťah posunul do vyššieho levelu, keďže sa spolu s priateľkou Veronikou tešia z potomka. „Pred sezónou sme sa spolu s Mišom zúčastnili brankárskeho kempu, kde vysvitlo, že moja priateľka má sestru. Hneď sa s ňou skontaktoval a pomaličky, ale isto to prerástlo až do vzťahu.“

Na ľade si to títo dvaja takmer „švagrovia“ ale vôbec ne-darujú a snažia sa čo najlepšie hájiť farby svojho tímu. „Na ľade sa, samozrejme, trochu podpichneme, ale s prvým buly na všetko zabudneme a snažíme sa sústrediť len a len na svoj výkon.“

Okrem klasických podpichovačiek sa o hokeji mohli títo dvaja súpermi a tiež kamarátmi porozprávať na spoločnej oslave, keď otec ich priateľiek slávil okrúhle životné jubileum. „Mali sme sa stretnúť na rodinnej oslave, keďže otec našich priateľiek nás oboch pozval, no Mišovi to napokon kvôli hokejovým povinnostiam nevyšlo. Škoda, oslávenec je veľký športový fanúšik, chodí sa pozeráť na naše zápasy, takže by sa určite mal s nami o čom rozprávať. Aj tak bol medzi chlapmi na oslave témou číslo jeden hokej,“ dodal gólman Žiliny Richard Johaness.

-alme-

Snímky Adrián Danaj a archív



## NOVÝ ŠAT

V domácich zápasoch hrávajú „vlci“ v tmavých dresoch, no hlavná farebná zmena nastala na dresoch, ktoré používajú súperových ihriskách. „Pred sezónou sme komunikovali s výrobcem dresov, ktorý nám ich šije už tri sezóny. Dostali sme na stôl viacero farebných variantov a kombinácií. Tie sme odkonzultovali s hráčmi, trénermi a funkcionármi a svetlá sada na stretnutia vonku dostala novú, bielu farbu. Samozrejme, že dresy sú doladené aj rovnakou farebnou kombináciou štulní,“ hovorí predseda predstavenstva MsHK Rastislav Johaness a pokračuje: „Zástupca dodávateľskej spoločnosti, ktorá pripravuje dresy aj pre iné tímy, vyhlásil neoficiálnu súťaž grafikov o najkrajšiu sadu. Na naše potešenie sa stala víťazkou tejto ankety žilinská kombinácia čiernych a bielych dresov.“ Veríme, že sa nová farebná kombinácia žilinských dresov páči aj vám a „vlci“ v nej budú hrdo kráčať za ziskom toľko potrebných extraligových bodov.



## VŮJTEK V ŽILINE

Stretnutie medzi MsHK Žilina a lídrom tabuľky zo Zvolena mal všetko, čo by si náročný fanúšik mohol priať. Vyrovnaný priebeh, dramatická zápleтка a hlavne nasadenie oboch tímov potešilo oko a dušu každého prítomného diváka. Jediné, čo dueli v konečnom účtovaní chýbalo, bol zisk bodov pre domácich hokejistov. Návštevu tohto stretnutia vopred avizoval aj reprezentačný tréner Slovenska Vladimír Vůjtek. „Videli sme veľmi vyrovnaný duel, v ktorom domáci dokázali držať s lídrom krok počas celého zápasu. Škoda nevyužitých presilových hier, medzi ktorými bola aj presilovka o dvoch hráčov. To im v konečnom účtovaní chýbalo, aby dosiahli lepší výsledok. Na time vlkov ma zaujala bojovnosť a nasadenie, s ktorými hráči dokázali vzdorovať súperovi“, povedal slovenský kormidelník.



16:00 Jumping  
19:00 Piloxing  
19:30 Port de Bras

**GOLEM**

**FITNESS DAY**

Sobota 10. novembra od 16:00  
Aupark Žilina, na prízemí

jumping / piloxing / port de bras