

Coolery  
jsou cool!  
Více se dozvíte na straně 2...

Dozrál čas na  
broskvový cheesecake  
Více se dozvíte na straně 2...

Zastavte se na čerstvou  
Costu Express  
Více se dozvíte na straně 12...

# COSTA COFFEE TIMES

COOL

COSTA COFFEE TIMES 04 | 2015 | ČERVENEC-SRPEN

WWW.COSTA-COFFEE.CZ

## Kolik druhů kávy jsi vyzkoušel, tolikrát jsi člověkem

„Rozmanitost je kořením života,“ řekl v 18. století anglický básník William Cowper. A způsob přípravy a pití kávy je jedním ze způsobů, kterým se rozmanitost tohoto světa projevuje. Každý z nás má svůj oblíbený „šálek kávy“. A svoje kávové tradice a rituály si drží i jednotlivé regiony a státy.

**P**odle statistik nevedou překvapivě žebříček konzumace kávy Italové nebo Francouzi, ale severské národy. Finové, Norové a Dánové spotřebují kolem deseti kilogramů kávy na osobu za rok, což je téměř dvakrát tolik než v Itálii. Jedním z možných vysvětlení je prohibice, která vede k tomu, že namísto sklenky alkoholu podávají severané návštěvám šálek kávy a koláč. Dávají zde přednost filtrované kávě, mají v oblíbě velmi světlé pražení, pro které je charakteristické květinové a ovocné aroma, a na kvalitu kávy jsou velmi nároční. Naopak Italové jsou zvyklí na tmavé pražení, jehož výsledkem jsou těžké, zemité tóny typické pro espresso.

### Švédsko

Specifickým švédským kávovým nápojem je „grug“, který se připravuje v otevřené měděné nádobě. Do vody se v ní přidá hrubě mletá káva a vaří se tak dlouho, dokud nápoj nezhoustne.

### Itálie

Na jihu Itálie se setkáte s „kratšími“ a silnějšími espressy než na severu země. Káva s mlékem se pije v Itálii jen po ránu, po jídle přichází vždy černá káva. Najdeme zde nejhustší síť kaváren, kávu zde ale Italové pijí jinak, než jsme zvyklí my, a to ve stoje. Káva se podává ke konzumaci vlažná, nikoliv horká. Zvláštností je pro nás například „Espresso Romano“, espresso s plátkem citrónu.

### USA

Američané vypijí v průměru 3,5 šálku kávy denně. Často „dolívají“ es-



### VĚDĚLI JSTE?

V daleké minulosti se z usušených slupek sebraných kávových třešní připravoval čaj nazývaný ve Střední Americe „cascara“, na Blízkém východě pak „qishr“.

presso překapávanou kávou. S takovým nápojem se můžete setkat pod názvem „Red Eye“.

### Francie

Oblíbené je „Café au Lait“, jeden díl espressa a jeden díl mléka.

### Portugalsko

Portugalci promíchávají kávu v shakeru s vodou, ledem a citrónovou šťávou a říkájí jí „Mazagran“.

### Španělsko

Kdo má rád sladkou kávu, může si objednat „Café con miel“, tedy med na dně šálku, shot espressa, napěněné mléko a skořici navrch.

### Irsko

„Irish Coffee“, tedy černá káva doplněná třemi lžičkami irské whisky, lžičkou hnědého cukru a šlehačkou, byla údajně „vyvinuta“ v roce 1942 letištním šéfkuchařem Joem Sheridanem v irském Foynes za účelem zahřátí amerických pasažérů hydroplánu společnosti Pan Am, kteří čekali na přelet Atlantiku.

### Na pár slov



Foto: Petr Kozlík/SinglTon

## Debby: Myslím, že už jsem dospěla

Debby je umělecké jméno česko-německé zpěvačky Deborah Kahl, která se u nás dostala do povědomí svým účinkováním v soutěži SuperStar a následně velmi úspěšným hitem Touch the Sun, který Akademie populární hudby ocenila soškou Anděl za nejlepší píseň roku 2011. Další hit na sebe nenechal dlouho čekat – s rappeřem Lipem zpěvačka zabodovala skladbou Ležím v tvé blízkosti. Sympatická zrzka v rozhovoru nastínila, na co se v jejím podání můžeme v brzké době těšit.

### ☉ Potkáváme se na začátku léta – je to vaše oblíbené roční období? A jaké máte letní plány?

Léto miluju! Poslední tři roky jsou u mě ve znamení živého hraní, s kapelou křižujeme republiku. Je to skvělé, pocit svobody, všechno navíc spojené s muzikou.

### ☉ Léto je spjaté s festivaly a open-air koncerty. Na kterých budete vystupovat a na které se chystáte jako divák?

Jako divák jezdím pravidelně na Rock For People. V Čechách je hudebních festivalů opravdu hodně – letos vystupujeme například v Mladé Boleslavi, na Maloluskalském létě, ve Svijanském Ujezdě a na řadě dalších. Dokonce je v jednání, že budeme v červenci koncertovat v Brně před Robertem Plantem, ale to by bylo snad i na mě trochu moc, kdyby to vyšlo! (směje se)

Pokračování na straně 5

### A JAK JE TO V COSTA COFFEE?

Mezi nejoblíbenější zde patří mléčné kávové nápoje, Caffè Latte a Cappuccino, následované Cortem. Hvězdou letní sezóny je jednoznačně osvěžující ledová Caffè Latte. Z příchutí volí zákazníci nejčastěji vanilku a karamel.

# Titul Barista roku 2015 získala skutečná milovnice kávy



## Zvítězilo nadšení, píle a preciznost

Absolutní jedničkou, která si v podvečer odnášela za potlesku četného obecnstva vítěznou trofej, se stala Martina Pechová působící již pátým rokem v Costa Coffee OC Olympia Teplice. Nadšená baristka zaujala obratností, výřечností, čistotou práce, rychlostí, ale i speciálním nápojem „Irish Cream Ristretto“, který je dokladem rčení, že v jednoduchosti je krása. Silná káva doplněná kapkou kondenzovaného mléka a irského krému s vanilkovým aroma stanula před porotci ještě před uplynutím časového limitu, což se žádnému jinému ze soutěžících nepodařilo.



Martina Pechová

1. místo: Martina Pechová, Costa Coffee OC Olympia, Teplice
2. místo: Bára Petráčková, Costa Coffee Provoznička, Praha
3. místo: Pavel Senčák, Costa Coffee OC DBK, Praha

**VÍTĚZNÝ NEJORIGINALNĚJŠÍ NÁPOJ: „CAFÉ DE PROVENCE“, BÁRA PETRÁČKOVÁ, COSTA COFFEE PROVAZNICKÁ**

Předposlední květnový čtvrtek ozlilo Čtvercové náměstí Centrum Chodov podruhé v historii mezinárodní soutěží Costa barista roku 2015. Šestý ročník tradičního baristického klání již zná svého vítěze a teď nezbyvá než mu držet palce do dalšího, tentokrát evropského kola soutěže, ve kterém poměří síly nejlepší baristé řetězce Costa Coffee z celé Evropy.

Ve chvíli, kdy všech pět kandidátů na národní titul Barista roku 2015 stálo v záři reflektorů, měli již na svém kontě body, které získali během prvního kola. To bylo nevěřejné a kladl se v něm důraz především na technické dovednosti a teoretické znalosti. Nyní k nim měly přibýt další body, a to od dvou porot. Senzorická porota, tvořená loňským vítězem baristou Matyášem Svatoněm, tréninkovou manažerkou Costa Coffee Evou Jeřábkovou a jednou z nejznámějších českých blogerek Pavlínou Jágrovou, hodnotila kvalitu kávy, chuťové aspekty i celkové vystupování a styl soutěžících.

Na přípravu mlýnku, technické provedení, čistotu na pracovišti a organizaci práce dohlížela technická porota sestávající se z Michala Křížky, špičkového baristy a lektora Pražského kulinařského institutu, a Jiřího Nováka, člena České baristické asociace.

## Vůně levandule na pražském Chodově

Nelehkým úkolem čtyř mladých baristek a jednoho baristy bylo předložit sensorické porotě v časovém limitu patnácti minut tři šálky baristického prubířského kamene, nápoje Flat White a tři nápoje podle vlastní fantazie. Ten měl v zadání pouze to omezení, že musí být nealkoholický a musí obsahovat kávovou směs Mocha Italia. Ačkoliv byly všechny nápoje na úrovni hodně ostřílených profesionálů, vítězem se mohl stát jenom jeden. Za nejchutnější volný kávový nápoj bylo zvoleno „Café de Provence“ s levandulí Bary Petráčkové z pražské Costa Coffee v Provozničce ulici.

## Dozrál čas na broskvový cheesecake

Tenká vrstvička těsta, vydatná porce nízkotučného tvarohu a zakysané smetany se sladkými broskvemi na povrchu. Broskvový cheesecake je ideální letní moučník, který je plný ovoce, příjemně sladký a přitom lehký a svěží.



## „PERSKÁ JABLÍČKA“ PRO POTĚCHU SRDCE

Hedvábné na dotyk, šťavnaté a sladké na chuť, zdraví prospěšné. Domovinou sametových broskví je Čína, kde se broskvové pěstovaly již před šesti tisíci lety. Odtud se pak přes Persii a Malou Asii dostaly do Evropy, kde je Římané označili za „perská jablka“ a rozšířili je dále do Evropy a do Afriky. Na našem území byly nalezeny záznamy o pěstování broskvoní z počátku 16. století.

Nízkokalorické plody broskví obsahují množství beta-karotenu, vitamínů skupiny B, vitamínu C a E, draslíku, hořčičku a vlákniny. Konzumaci broskví prospěje svému srdci. Vitamíny A, C a E jsou nejlepší přírodní antioxidanty, které chrání stěny tepen, vitaminy skupiny B jsou potřebné pro činnost srdečního svalu.



## Coolery jsou cool!

Slůvko „cool“ má mnoho významů. A mnoho je také momentů, kdy sáhnete po Cooleru. Ledové nápoje, ať už s kávou nebo bez, vás ochladí, uklidní, hodí do pohody, ale i roztančí a rozdovádí. Jsou střídavě, jako Coffee Coolery z espressa rozmixovaného s ledem a čerstvým mlékem, jsou rafinované, jako Fruit Coolery z prvotřídního ovocného džusu a ledové tříště, jsou mazlivě sametové, jako Creamy Coolery s vanilkou nebo malinami a bílou čokoládou.

## Ledový karamel

Stávající nabídka Coolerů se toto léto rozrůstá o nový Caramel Latte Cooler. Espresso, čerstvé mléko, karamelový sirup, karamelová omáčka a lehká příchutí vanilky, to vše rozmixováno s ledem. Káva povzbudí, ledová tříšť osvěží.

## Cookie se vrací

Přival čokolády, to je nový kávový Mocha Cookie Cooler. Espresso, mléko, led, čokoládová omáčka, čokoládová šlehačka, hoblínky čokolády a hlavně úločky čokoládových sušenek. To vše tvoří dokonale čokoládový dezert pro horké letní dny.

## Vůně lesních plodů

Ostružiny a maliny jsou skvěle se doplňující dvojka. Osvěžující trpkost ostružin vyvažuje příjemně nasládlá chuť šťavnatých malin. Vychutnejte si je v novém Fruit Cooleru Ostružiny a maliny a uprostřed léta se ocitnete v chladivém stínu lesa.

## Vzpomínka na mléčný bar

Jahodové koktejly bývaly hvězdou mléčných barů. Čerstvé vychlazené mléko, jahody, jahodové pyré a navrch bohatá porce šlehačky. Vraťte se o půl století zpátky a usrkávejte pomalu brčkem náš Jahodový Milkshake.



# Netradiční léto: ochlad'te se na mrazivém severu

V letních měsících pravidelně dochází ke stěhování národů. Nejen Češi, ale i další Evropané vyražejí na jih za prázdninovými zážitky u moře. Zkuste letos jít proti proudu, zamiřte na sever a objevte opravdové exotické destinace, z nichž vám půjde i v českém parném létě mráz po zádech.

**P**ozor, řeč není o Baltu. Máme na mysli ještě vzdálenější sever. Třeba takové Grónsko nebo Špicberky. Jasně, nevykoupete se v moři a na opalování to také nebude, ale zato si užijete opravdu unikátní dovolenou. Jen si spočítejte, kolik vašich známých se v posledních letech vypravilo do Thajska, Vietnamu, Indie, Emiráťů či na Srí Lanku. A teď zavzpomínejte, kdy vám někdo z vašeho okolí vyprávěl o setkání s polárními medvědy na Špicberkách.

## Grónsko

Do Grónska létají aerolinky z Dánska či Islandu. Air Greenland zajišťuje pravidelné lety z Kodaně na největší grónské letiště Kangerlussuaq, v sezóně létají letadla také mezi islandským Keflavíkem a grónským hlavním městem Nuuk. Air Iceland létá celý rok z Reykjavíku do Kulusuku na východě Grónska i do Nuuku na západě ostrova. V sezóně pak islandské aerolinky zajišťují spojení do Narsarsuaq v jižním Grónsku, Ilulissatu v zátocě Disko či do Ittoqqortoormiitu na severovýchodě.

Doprava v Grónsku není úplně jednoduchá, mezi jednotlivými městy nevedou žádné silnice, takže se musí létat nebo plavit lodí. Navzdory potížím, které z toho čouhají jako sláma

z bot, stojí za to se sem vypravit. Létá v Grónsku je sice krátké, ale nádherné. Slunce při něm svítí 24 hodin denně, a jako by se odráželo od obzoru, za který ne a ne zapadnout. Noční slunce zbarvuje okolní ledovou krajinu do pestrých hávů, které vám učarují.

Pokud si představujete jen sněh a mráz, jste vedle. Grónsko je největším ostrovem na světě, kde se pší vzdálenosti mezi jednotlivými místy v tisících kilometrech, takže zatímco někde můžete zažít teploty hodně pod nulou, jinde může být naopak příjemně, a dokonce mů-

žete vyrazit třeba i na sběr borůvek. Letní příroda je v Grónsku hektická, jako by chtěla rychle dohnat ztracený čas, a tak země, která není pokryta věčným ledem, se rozzáří trsy pestrobarevných květů.

Léto je ideálním ročním obdobím pro pěší túry do divočiny či výlety

## Author Maraton Tour 2015

13. ročník Author Maraton Tour  
pohodové sportovní vyžití pro celou rodinu  
servis kol před závodem a během něj  
losovaná tombola



- 18.4. AUTHOR 50 ČESKÝ RÁJ
- 2.5. AUTHOR ŠELA MARATHON
- 17.5. AUTHOR 50 BEZDĚŽ
- 20.6. MALEVIL CUP BY AUTHOR
- 20.6. AUTHOR KRÁL ŠUMAVY
- 27.6. AUTHOR ZNOVÍN CUP
- 29.8. LAHOFER AUTHOR CUP
- 12.9. AUTHOR VALTICKÉ CYKLOBRANÍ
- 19.9. AUTHOR PRAŽSKÁ 50
- 10.10. ČT AUTHOR CUP

**AUTHOR** BIKELEB

**wüstenrot**

invelt VISA Česká televize ADVENTURA cestovní kancelář NUTREND BIRELL

VEVI CYKLISTICKÝ CASOPIS CYKLOSERVIS mbs NaKole.cz BIKE Peloton

VÍCE INFORMACÍ NALEZNETE NA WEBU [AUTHOR.EU](http://AUTHOR.EU)



Ilulissat, severní Grónsko - třetí největší město ostrova, v němž žije kolem 5 tisíc lidí. Původní esbymaciá vesnice je častým cílem turistů, místní ledovecový fjord patří na seznam UNESCO.



Nuuk, hlavní město Grónska - právě v této grónské "metropoli" s téměř 17 tisíci obyvateli najdete vánoční poštovní úřad, kam chodí dopisy Santa Clausovi z celého světa.

podél pobřeží, při nichž můžete pozorovat třeba i majestátní velryby. Kromě toho také můžete ochutnat tuleně nebo navštívit některou z eskymáckých osad. A nejspíš v ní přijdete o iluze, život eskymáků není žádnou výpravou do minulého století – místní žijí v domcích s moderním vybavením, v němž nechybí ani televize se satelitem či laptopy. Navíc z kohoutku teče i teplá voda.

### Špicberky

Podobně krásné jsou i Špicberky. Rozeklané, hornaté souostroví ležící vysoko nad polárním kruhem je základnou pro všechny výpravy mířící na severní pól. Špicberky sice spravují Norové, ale území využívali také Sověti a později Rusové, kteří postavili na ostrovech hned několik osad. Bývaly i doby, kdy bylo Rusů na Špicberkách více než Norů.

To už je dnes minulost. Žijí zde necelé tři tisícovky obyvatel a nejspíš zhruba stejný počet ledních medvědů. Během svého pobytu je nemusíte spatřit, ale historek o setkání s nimi si vyslechnete spoustu.

Když si počkáte na správnou chvíli, nemusí vás letenka na Špicberky stát polovinu hypotéky, čas od času se vynoří akční nabídka společnosti Norwegian Air, která létá z Osla do Longyearbyenu. Letenky jsou pak v akci jen za pár tisícikorun, přičemž do norského Osla už není takový problém dostat se za rozumný peněz.

S ubytováním už to tak veselé nebývá, na souostroví je opravdu hod-



ně draho. Výrazně více než v Norsku, kde přitom peněženka krvácí na každém kroku. Hotelů na Špicberkách totiž není mnoho a ceny tak občas

šplhají do závratných výšin. I nejlevnější penzion vyjde pomalu stejně jako solidní tříhvězdičkový hotel v některé z evropských metropolí.

Po přiletu na Špicberky vás možná překvapí, že je zvykem se vždy před vstupem do budovy vyzouvat. Opravdu všude. Boty tak musí dolů třeba i při návštěvě místního muzea i před večeří v restauraci. Snad jedinou výjimkou jsou zdejší obchody.

Až důkladně poznáte Longyearbyen včetně místní české výzkumné stanice, kde vám jistě dají pár dobrých tipů, vyrazte lodí do ruské hornické osady Barentsburgu, kde jako by se zastavil čas v dobách dávno minulých, nebo do jiné ruské vesnice Pyramiden, která je nyní už jen městem duchů. Z paluby lodi můžete pozorovat zdejší ledovce a po cestě zahlédnout i velryby, tuleně nebo lední medvědy.

A když vyrazíte do přírody, která je na Špicberkách opravdu nádherná, mějte na paměti, že jedině se zbraní. Cedulky „Pozor na lední medvědy“ tu nejsou jen tak pro nic za nic. Jako turisté si můžete zbraň půjčit na úřadu guvernéra – potřebujete k tomu výpis z rejstříku trestů nebo rovnou zbrojní pas. Jinak se musíte spolehnout na služby ozbrojeného průvodce.



### CO TAKÉ MŮŽETE ZAŽÍT V LÉTĚ NA SEVERU

#### Grónsko

**Termální prameny** – na neobydleném ostrově mezi Qaqortoqem a Nanortalikem v jižním Grónsku leží jediné venkovní lázně v zemi, kde se můžete koupat v teplé vodě s výhledem na ledovce a špičaté vrcholky hor.

**Pěší túry** – Grónsko je jedním z mála míst na světě, kde stále vládne příroda a kde je do divočiny pořád jen malý kousek. Při svých výpravách tu nemusíte potkat ani živáčka.

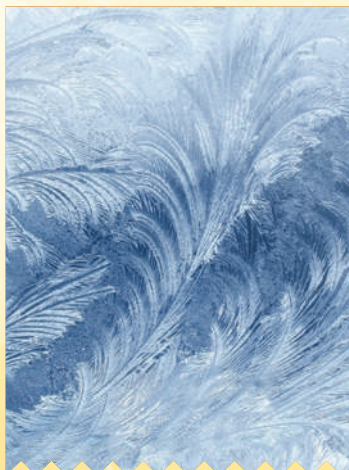
#### Špicberky

**Psí spřežení** – i v létě si můžete užít zábavu při jízdě na psím spřežení, jen místo po sněhu se jede po suché zemi.

**Výprava na kajaku** – plavba na kajaku může být úžasný zážitek, jak poznat arktickou krásu přírody na Špicberkách. Objevte zdejší fjordy, nebyvalé ticho a kouzlo divočiny.



Na Špicberkách potkáte nejen lední medvědy, ale i soby, kteří se tu pasou i ve městě mezi domy.



### POLÁRIUM

Jestliže se v létě chcete zchladit a přitom se netrmáčet na sever zeměkoule přes půl světa, můžete využít polárium. V tzv. kryokomore vás vystaví chladu od 110 až po 160 stupňů Celsia pod nulou. Nemusíte mít strach, silný mráz vám nijak neublíží, protože vzduch v kryokomore je zbaaven vši vlhkosti. V na první pohled nenesitelném mrazu tak bez větších problémů vydržíte dvě až tři minuty, maximum jsou čtyři minuty.

Na rozdíl od sauny, kde se doporučuje v klidu odpočívat, při kryoterapii je důležitý intenzivní pohyb. Před vstupem do ledové komory přitom dostanete ponožky, šortky, čelenku, rukavice, roušku na obličej a dřeváky na nohy. Musíte dýchat nosem, po uplynutí stanovené doby pak zamíříte do tělocvičny na rotoped, který vám pomůže rozproudřit ztuhlou krev v žilách.

Tato sauna naruby má pozitivní zdravotní účinky – prokrvuje tělo, vyplavuje škodlivé produkty metabolismu, tiší bolest, snižuje svalové napětí, zvyšuje imunitu a obranyschopnost organismu. I proto kryokomoru využívají sportovci jako součást regenerace po výkonu. Treba tenistka Lucie Safářová při svém tažení na letošním French Open do finále ženské dvouhry i čtyřhry pravidelně odpočívala v ledové vaně.

# Debbi: Myslím, že už jsem dospěla

*Pokračování ze strany 1*

☉ **Čím se teď zabýváte mimo koncertování? Prý natáčíte nové album coververzí...**

Trochu jsem studovala, nedávno jsem dělala zkoušky na práva, tak uvidíme, jak to dopadne. Jinak máme přípravě už i v demo verzích nějaké coververze mých oblíbených písní, třeba od Beatles nebo Britney Spears, tedy od mých nejoblíbenějších interpretů z dětství, ale teď se objevila řada nových autorských skladeb napsaných přímo pro mě, takže jsem trochu na rozpacích, co z toho upřednostním. Nejspíš původní tvorbu, protože ty coververze neutečou.

☉ **A v jakém jazyce? Pořád u vás vítězí angličtina?**

Ano, stále ještě zůstávám u angličtiny, ale rozhodně to do budoucna není definitivní.

☉ **Chystáte zase nějakou zajímavou spolupráci jako s Lipem?**

S Lipem zatím žádnou další konkrétní věc neplánuji, i když společně se na pódiu stále setkáváme. Ale s Adamem Mišíkem jsem nedávno natočila duet k novému českému filmu Andílek na nervy, který měl v červnu premiéru v kinech. Muziku k tomu napsal Petr Malásek.

☉ **Jak pečujete o svůj hlas, abyste nepřišla o ten nezaměnitelný „chraplák“?**

Jednoduše řečeno praxí. Během natáčení alba vždy chodím na hodiny a konzultace ke své učitelce zpěvu paní Ivaně Vostárkové, ale během roku je nejlepší školou a tréninkem živé zpívání. Zároveň ale moc dobře vím, že to není úplně dostatečná péče.

☉ **Prozradte, jaká jste ve svém soukromém životě? Považujete se ještě za „mladou, bláznivou holku“, nebo už vás dostihla dospělost?**

Myslím, že jsem už trochu dospěla. Jsem rozhodně klidnější, i když pořád mi je jen dvaadvacet! O opravdové dospělosti bych proto zatím radši moc nemluvila. (směje se) Moje maminka by vám to nejspíš potvrdila.

☉ **Váš hlas si mnozí lidé díky vašemu nejznámějšímu hitu spojují s reklamou na jeden alkoholický nápoj. Co ale taková káva, pijete ji ráda?**

Kávu mám moc ráda! Spíš jako nápoj, který pro mě představuje relax. Nejraději si dávám po ránu cappuccino, přes den pak espresso. Káva je pro mě rituál spojený se setkáváním s mými blízkými.



Foto: Petr Kozlík/SinglTon

## GolfProfi®



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

**GOLFPROFI**  
NEJVĚTŠÍ  
ŘETĚZEC  
GOLFOVÝCH  
OBCHODŮ

**21 obchodů**  
po celé České republice  
**3 hlavní obchody**  
Praha, Brno a Ostrava  
**4 fitting centra**

**2 500 m<sup>2</sup>**  
golfových novinek  
a profesionální péče



### GOLFPROFI STORE PRAHA

Michelská 1552/58

141 00 Praha 4 - Michle

Kontakt: 606 130 130, [paha@golfprofi.cz](mailto:paha@golfprofi.cz)

Otevřeno: PO-NE 9-20 hod.

### GOLFPROFI STORE BRNO

Nový Tuzex - 2. patro

Bauerova 491/10, 603 00 Brno

Kontakt: 724 293 293, [brno@golfprofi.cz](mailto:brno@golfprofi.cz)

Otevřeno: PO-NE 9-19 hod.

### GOLFPROFI STORE OSTRAVA

U Soudu 6199/25

708 00 Ostrava-Poruba

Kontakt: 724 149 999, [ostrava@golfprofi.cz](mailto:ostrava@golfprofi.cz)

Otevřeno: PO-NE 9-19 hod.

# Golf už dávno není pro snoby



V Česku má golf stále nálepku drahého sportu. Přitom v tuzemsku už mají hráči spoustu možností, díky nimž se dá hrát prakticky za „babku“. Kromě špičkových hřišť, kde se za hru platí v tisících, totiž existují i menší devítky, na nichž přijde hra jen na pár stovek.

Třeba devítijamkové hřiště na okraji Hradce Králové si zájemci mohou obejít za 350 korun, na jiném hřišti v Grabštejně pak můžete za 450 korun strávit klidně celý den. Takové ceny nejsou v menších golfových

areálech ojedinělé. „Golf může být drahý i levný, záleží jen na vás, kolik chcete utratit. Je to jako s autem – můžete jezdit ve Ferrari, když na něj máte, nebo zvolit dostupnější vůz,“ říká anglický golfový profesionál David Carter, který v Česku žije a koučuje už šest let.

On sám považuje golf za krásnou, férovou hru na čerstvém vzduchu, která nabízí zábavu, napětí, soustředění, zvraty i překvapení. „V mnohém se podobá životu – na první pohled povedená rána může skončit smolně, špatná zase může dopadnout

výborně. S tím se musíte popasovat,“ vypráví.

Golf je možné začít hrát kdykoli – bez ohledu na věk a kondici. Spolu se přitom mohou na hřišti potkat hráči různých výkonnostních úrovní, přesto si hru užijí. Něco takového je třeba v tenisu nemožné. Jakmile na druhé straně tenisového kurtu stojí nezkušený nováček, jen těžko si dobře zahrajete.

Golfisté naproti tomu hrají proti hřišti nebo sami proti sobě. Ovšem když chtějí, mohou se utkat i mezi sebou navzájem při různých soutěžních formátech. A vždy je to zábava.

**V letech 1900 a 1904 byl golf součástí olympijského programu. A znovu se v něm objeví již příští rok v brazilském Rio. Právem. Konec konců patří mezi desítku nejpopulárnějších sportů na planetě – hraje ho více než 60 milionů lidí na více než 30 tisících hřištích a sleduje ho dokonce okolo 400 milionů fanoušků.**

A že golf není sport? „Cyklistika také pro někoho znamená, že dojede do místního konzumu pro rohlíky, a pro jiného Tour de France. Golf není žádná procházka přírodou. Kdy jste naposledy byli na vycházce, která zahrnuje až 15 kilometrů svižné chůze s 10kg zátěží na zádech a v průměru stovku švihnutí?“ usmívá se David Carter.



## V zahraničí se na golf dívají jinak

Angličan David Carter vyrůstal v Jižní Africe, kde se také na volném prostoru okolo domu svých rodičů naučil hrát golf. Tak dobře, že pak strávil 15 let jako profesionál na nejlepším evropském okruhu turnajů European Tour. Hrál s těmi nejlepšími, např. i s fenomenálním Tigerem Woodsem. A také vyhrával – třeba Irish Open nebo Světový pohár.

**Žil jste v Jižní Africe, Anglii či Švédsku, nyní v Česku. Jak se liší přístup ke golfu v cizině a u nás?**

V zemích, kde jsem žil dříve, je golf běžnou zábavou, golfisté jsou vnímáni stejně jako tenisté, fotbalisté či třeba běžci. Ve Švédsku hraje golf při srovnatelné populaci 500 tisíc hráčů, zatímco v Česku jen 50 tisíc. Animozita vůči hře, s níž jsem se tady setkal, mě překvapila. Věřím, že image golfu se změní, až ho začnou hrát vaše kolegyně v práci, soused nebo nejlepší kamarád.

**Jak by měli zájemci o golf začít?**

Ať se zajdou podívat na některý z turnajů profesionálů, které se u nás konají. Třeba na srpnové Czech Masters, kdy bude jen kousek od Prahy hrát evropská golfová špička. Je fajn vidět na vlastní oči švih hráčů a doma si ho před zrcadlem vyzkoušet. Pak už stačí jen vyrazit na cvičnou louku a zopakovat to s golfovou holí a míčkem. Tak jsem se naučil golf já. Dobré je také mít kamaráda pro společný trénink, golfový kouč zase urychlí učení.

**Golf bude příští rok na olympiádě. Mají Češi naději, že jednou budou mít hráče ve světové elitě?**

Česko potřebuje širší základnu, která by produkovala špičkové golfisty. Také je potřeba více hráčů ze střední a nižší vrstvy, hráčů, kterým nikdo nic nedaruje a kteří budou připravováni věnovat své kariéře vše. Zamlouvá se mi tenisový trend, kdy hráči spolupracují s mentorem, bývalým úspěšným hráčem, který může svým svěřencům dobře poradit a vést je na cestě za sportovním snem. Mnozí hráči totiž mají představu, že golf je hlavně věc správného švihů, což je omyl. Stejně bláznivý, jako myslet si, že řízení auta je jen o správném otočení volantem.

### VĚDĚLI JSTE?

Golf už se hrál i na Měsíci. V únoru 1971 odpálil míč na měsíčním povrchu člen posádky Apollo 14 Alan Shepard. Hrál přitom jen jednou rukou, neboť jinak to ve skafandru nešlo.



V řadě zemí světa je golf lidovou zábavou. I v Česku už se dá sehnat vybavení za rozumnou cenu okolo pěti tisíc korun.



## Úryvek z knihy



### DEBORAH RODRIGUEZOVÁ KAVÁRNIČKA V KÁBULU

Pět žen, pět různých příběhů – a středobodem jejich osudů je malá kavárna v centru Kábulu. Provozuje ji přátelská a veselá Američanka Sunny, která v Afghánistánu nalezne nový domov. Stále si však není ochotna připustit, že země, která je její duši tak blízká, se dokáže tak nevybíravým způsobem chovat k ženám. Deborah Rodríguezová přináší ve svém debutu jiný obraz Kábulu a jeho obyvatel, než jaký známe z televizních zpráv.

Kniha vyšla v květnu 2015  
v nakladatelství Argo; 320 stran,  
doporučená cena 298 Kč.

Bylo jasné afghánské ráno s modrým nebem, to ráno, které přimělo Jasmínu zastavit se a nastavit tvář slunci. Vracela se se svou mladší sestrou Lajlou od studny, jejich mozolnatá chodidla si už dávno zvykla na chůzi po vyšlapané cestě, která se tu táhla od nepaměti. Malinké ulity, jež zdobily Jasmíniny dlouhé černé šaty, při

každém kroku chřestily. Zadívala se ke sněhem pokrytým horským vrcholům na severu a pomodlila se, aby tahle zima – inšá'alláh, dá-li Bůh – nebyla tak krutá jako ta předchozí. Tehdy zavládl nemilosrdný mráz, povraždil kozy, rozpraskal zemi a pohřbil jakoukoliv naději na dobrou úrodu pšenice. Ještě jedna taková zima, a hrozil by jim hladomor.

Její tajemství, to, jež nosila v břiše, to, které mohla skrývat už jen měsíc nebo dva, způsobilo, že se jí udělalo špatně od žaludku. Klopýtla o kámen, její tělo nemělo jistotu a sílu, kterou vládlo, když pracovalo jen za jednoho. Málem vyhlila vodu z kuzy, hliněného hrnce, jež nesla na rameni.

„Jasmíno, dávej pozor! Jdeš jako trojnohý osel.“ houkla na ni Lajla, která zápasila s vlastní kuzou, jež byla skoro větší než ona sama. Lajla měla celé ráno dobrou náladu. Nedorostla ještě do věku, kdy by musela nosit burku jako Jasmína, a její černé vlasy se leskly na slunci.

Když došly na strýčtův pozemek, opatrně položily kuzy v kuchyni a zamířily do hlavního domu. Před ním parkovalo neznámé černé SUV s tónovanými skly a Lajla se k němu s radostným výkřikem rozběhla.

„Hele, Jasmíno! Koukej na ten landawar!“ hulákala Lajla. „Je větší než náš dům!“

Jasmína však věděla, že nikdo v Núristáně si nemůže takové auto dovolit, muselo přijet z města – a z města nikdy nic dobrého nevzešlo. Taková auta vlastnili obchodníci se zbraněmi nebo s drogami. Pokaždé když se tu podobná auta objevila, pohřešovalo se následující den pár dívek.

Jasmína se snažila smát s Lajlou, ale svíralo se jí srdce. Na čele jí vyrašily velké krupěje potu a znovu se jí zvedl žaludek, i když tentokrát za to mohl spíš strach než miminko, jež v ní rostlo. Zůstala stát u dveří do místnosti, v níž její strýc mluvil se starším mužem ve světle hnědém šalwar kamízu. Strýc vypadal vydešený. Vyndal

z kapsy malou látkovou peněženku a muži ji nabídl.

„Tohle je bakšiš, peníze vhodné pro žebráky,“ ohradil se jízlivě muž a uhodil strýce do ruky, až mu peněženka spadla na podlahu.

Neslyšela, co říkal dál, vnímala jen tlukot svého srdce a představovala si strýce prosícího o milost. Ztěžka se opřela o zeď a zhluboka vydechla. To, co udělal, mu nemohla mít za zlé. Po poslední kruté zimě je stěží všechny uživil. Když totiž Jasmínina manželka, muže, kterého znala od dětství a za něhož se v patnácti letech provdala, zabili, neměla s Lajlou kam jít. Tradice strýce přiměla vzít je k sobě, a tak si půjčil peníze od zlodějí. Věděla, co přijde. Nebude ji moct chránit, protože není v jeho silách splatit dluhy.

„Vezměte si mé kozy!“ vyhrkl strýc. „Vezměte si můj dům,“ žadonil a padl na kolena. „Ale neberte mi Jasmínu. Je to, jako bych ji prodával. Prodal byste své oči? Své srdce?“ Na okamžik se zarazil, aby se nadechl a srovnal si myšlenky. „Mimoto,“ pokračoval a zvedl pohled k ledovým očím muže tyčícího se nad ním, „mé kozy mají na trhu větší cenu než ona. Byla už vdaná.“

„Ano, už to není dívka,“ opáčil muž. „Měl bych si odvézt tu malou.“ Otočil se k Lajle, která teď stála vedle Jasmíny. Černýma očima do ní vypaloval díru.

„Ne, hádždí,“ žadonil strýc slovením používaným pro takovéhohle muže. „Prosím vás. Je příliš mladá. Je to ještě dítě.“

Jasmína ucítila, jak jí sestra vzala za ruku a pevně ji tiskla.

„Jestli mi peníze, které mi dlužíš, nevydělá tahle, vrátím se pro tu malou, až roztají sněhy. Jdeme,“ přikázal Jasmíně.

Strýc vstal, podíval se na Jasmínu a usilovně k sobě tiskl rty, aby se z něj nevydraly nadávky a kletby. Oprášil si kolena a doprovodil ji k autu. Řekl jí, aby se nebála, ale na jeho tváři jasně viděla to, co její srdce už dávno vědělo. Odvezou ji z jejího domova

v Núristáně po rozbitých, kamenitých cestách na jihozápad do Kábulu a prodají ji tomu, kdo nabídne nejvíc. Stane se jeho třetí, možná čtvrtou ženou nebo hůř, otrokyní, případně ještě hůř – přinutí ji k prostituci.

U zadních dveří auta stál na Afghánci neobvykle vysoký muž s černým plnovousem a hluboko posazenými očima. Další seděl za volantem. Jasmína se chtěla prát, kopat, křičet, utíkat, ale věděla, že když se bude bránit, odvedou Lajlu. „Můžu si vzít své věci?“ zeptala se místo toho. „Šaty na převlečení?“

„Do auta!“ zařval na ni muž a hrubě ji strčil do ramene. Vydala se k černu, pak se zarazila, otočila se a objala strýce. Zašeptal jí do ucha báseň, kterou jí matka recitovala, když byla malá. (...) Poslední verš vyslovila s námahou spolu s ním, v krku jí vyrostl knedlík. Pak třikrát políbila Lajlu, každý polibek slanější než ten předchozí – od slz, jež se jí koulely po tvářích. „Budeš mít úžasný život, malíčká. A teď mi věnuj jeden z těch svých úsměvů, bude to pro mě dárek na rozloučenou,“ vyzvala ji. Dívka se však sama rozplakala, bála se, že Jasmínu už nikdy neuvidí, a uvědomovala si, že je další na řadě. Vytáhla z kapsy růženc, vložila ho Jasmíně do dlaně, pevně ji objala svými malými rukama a nechtila ji pustit.

„To by stačilo,“ procedil muž přes zahnědlé zuby. „Do auta.“ Jasmína si rychle strčila růženc do kapsy, podkasala si dlouhé šaty a nasedla do auta. Lajla se rozběhla do kuchyně. „Počkejte ještě!“ zavolala. Jasmína věděla, že chce chrstnout vodu na auto.

Podle tradice se tím zajistilo, že se dotyčný člověk jednoho dne bezpečně vrátí. Jasmína však tušila, že ona se nikdy nevrátí, narovnála se v ramennou a přinutila se dívat přímo před sebe. Seděla vzprímeně, když starý muž nastoupil na přední sedadlo vedle řidiče, mladík se usadil vedle ní a zabouchl dveře. SUV se v oblaku prachu rozjel pryč.

# On baví

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





## Letní vychytávka: plážové oblečení s UV filtrem

**Z**ná to snad každá maminka – celodenní pobíhání dětí a hraní her na sluníčku s sebou kromě zábavy přináší riziko v podobě spálení kůže a večerních bolestí uplakaných obličejů. Opakované mazání opalovacími krémy a nahánění do stínu dětí (i jejich maminky) většinou „obtěžuje“, přibalte si proto k vodě speciální plážové oblečení s UV filtrem, které vaše dítě může nosit nejen na hra-

ní, ale i na koupání. Do ochranného trička, plavek či čepice s UV filtrem se vyplatí investovat. Zatímco obyčejné bílé bavlněné tričko představuje ochranný faktor zhruba 7, tudíž se dítě může spálit i přes něj, tričko s UV filtrem má SPF mezi 30–50. Pro nejmenší děti se prodávají i celotělové kombinézky s UV filtrem 50+. Ovšem opalovací krém s vysokým ochranným faktorem (SPF 50) doma také nezapomínejte!



KŮŽE KOLEM OČÍ JE VELMI JEMNÁ A CITLIVÁ. NEZAPOMEŇTE SI OPALOVACÍM KRÉMEM NAMAZAT I OČNÍ VÍČKA, NEJLÉPE PĚDESÁTKOU!

## U slunečních brýlí hraje roli i design

**M**yslela jste na to, že pro ochranu očí před slunečním zářením není rozhodující pouze UV filtr, ale také design slunečních brýlí? Oftalmologové radí, že čím větší brýle nosíte, tím více vaše oči ochrání. Jinak řečeno – mějte na paměti i periferní ochranu, takové malé „lennonky“ nezamezí průchodu paprskům ze stran. Navíc například písek nebo voda sluneční svit značně odráže-

jí! Poříďte si proto ke slunění brýle s větší plochou skel s UV filtrem, například dnes velmi moderní ombré brýle – s postupným přechodem barev skel, tedy v horní části s tmavším zabarvením, ve spodní části se světlejším. Brýle z očí nesundávejte, ani když zrovna sluníčko zakryje mrak – přes mraky proniká až 90 procent záření!

### Etiketa v praxi

## Umíme spolu mluvit?

„Včera jsem byla na kafi s Věrou, skvěle jsme si popovídaly,“ říkáte. „A jak se má, co je u ní nového?“ ptá se druhá osoba a vy se v tu chvíli zastydíte. Přemýšlíte, vzpomínáte, ale nenapadá vás jediná věc, o které včera Věra mluvila. Proboha, vždyť jsme spolu seděly dvě hodiny, copak jsem celou dobu mluvila jen já? – napadne vás. Nejspíš ano – jste dobrý vypravěč, ale špatný posluchač. Z umění konverzace dostáváte pětku!

Spousta lidí má tendenci vyprávět jen o sobě a nedávat druhému v konverzaci prostor, neumí klást otázky, soustředí se pouze na to, co sami chtějí sdělit, a mnohdy ani nevnímají, zda to druhou osobu zajímá. Konverzace by měla být dialogem, nikoli monologem jedné osoby. Naučte se proto naslouchat! Dívejte se druhému do očí, nehrajte si s žádnými předměty na stole, občas přikývněte, vyslovte souhlasně „hmm, to máš pravdu, nepovídá!“ apod. Dejte hovořícímu pocit, že vás jeho vyprávění zajímá,

nepřerušujte ho, ale v pravou chvíli si zase vezměte slovo vy – sdělte svoji zkušenost nebo svůj příběh. Vybírejte taková témata, která jsou společensky vhodná – patří mezi ně běžné rodinné události, počasí, kultura, sport, cestování apod. Naopak existují choulostivá témata, o kterých se běžně nemluví (náboženství, politická i sexuální orientace, peníze apod.). Přehnaně se nesvěřujte se svými tráblí, ne každý chce vědět, kolik ordinací lékařů jste za poslední měsíc navštívila. Pokud se při konverzaci necítíte dobře, použijte tzv. „white lies“, tedy nevinné lži, abyste z tématu ladně vybruslila. Nesnažte se mít v konverzaci navrch (já vím něco, co ty nevíš; já mám více zábavných historek než ty...), vašim cílem není být vítězem, ale rovnocenným partnerem a milým společníkem. A jedna rada na závěr: Pozorné naslouchání se zájmem je nejvyšší formou lichotky!

**Tak ať se vám hezky povídá, přeje Petra.**



## Jak si zkoušet oblečení, aby vám sedělo i druhý den

Už jste to určitě zažila také – šaty na ramínku v obchodě vás dokonale okouzly a nejraději byste si je hned odnesla domů. V kabince je na sebe hodíte, zkoumnete se zepředu, z boku a spokojeně jdete platit. Jenže druhý den si je vezmete na sebe a při každém pohledu do zrcadla či výlohy na ulici úpíte: Proč jen jsem si je kupovala, vždyť mi vůbec nesedí! Spousta žen dělá při zkoušení oblečení v obchodech chyby. Velké oděvní řetězce mívají kabinky malé, stísněné, zrcadla jsou nedostatečně velká a málo (či špatně) osvětlená. Některá také často zkreslují a zužují postavu – jaký to trik obchodníků! Abyste při koupi oblečení nesáhla vedle, držte se těchto kroků:

- 1 Neprohližte se v zrcadle pouze zepředu, ale ze všech stran. Pokud máte v kabelce malé kosmetické zrcátko, nezdráhejte se ho vytáhnout a podívejte se, jak vám oblečení sedí zezadu.
- 2 Odstupte si od zrcadla o několik kroků dál (pohled zblízka zkresluje), klidně vyjděte z kabinky a podívejte se na sebe alespoň z pěti metrů.
- 3 Pokud je v obchodě další zrcadlo mimo kabinku, zajděte se podívat i do něj – v kabince je jiné světlo než denní, mimo ni může výsledek vypadat zcela jinak.
- 4 Zkuste si v oblečení sednout, ohnout se i další pohyby. Znáte ty dámy, které si šaty zkouší pouze na špičkách a se zataženým břichem? Druhý den si pak stoupnou na paty, povolí břicho a ejhle – šev praskne!
- 5 Buďte soudná. Nekupujte si o číslo menší oblečení s tím, že do něj určitě zhubnete. Ale také naopak – nekupujte si o číslo větší s tím, že aspoň bude pohodlné. U kožených a džínových materiálů předvídejte, že trochu povolí.

Možná už během pár let bude tento problém vyřešen, pokud

V dnešním uspěchaném světě a při hektickém životním stylu musíme dbát na péči o naše zdraví

Voda je nezbytná ke správnému fungování lidského organismu.

Je klíčovým prvkem při zabezpečení některých zásadních fyziologických procesů:

- Regulace tělesné teploty
- Zásobování tkáně minerály, vitamíny a živinami
- Filtrace a vyloučení odpadu skrze ledviny

**Pokud tedy dbáte o vodu, kterou pijete, dbáte o své tělo.**

evian® přírodní minerální voda je čistá a přírodní.

Obsahuje vyváženou kombinaci minerálů, které jsou nezbytné pro náš každodenní aktivní život.



- Lidské tělo se skládá ze **60% z vody**, která rovněž tvoří až 75% našeho mozku
- Aktivní člověk potřebuje přijmout alespoň **8 sklenic vody** (1,5 l) denně
- Voda musí být neustále doplňována, a to i v případě když necítíme žízeň

Voda evian® je pečlivě umístěna v chráněné rezervaci o rozloze 35 km<sup>2</sup>, prochází 300 kontrolami kvality denně, a díky tomu je zárukou absolutní čistoty.

Během své 15-leté cesty napříč starobylým ledovcovým filtrem hluboko v srdci francouzských Alp je plněna přímo ze zdroje, kde zůstává kompletně nedotčená člověkem. Můžete si tak vychutnat její čistou a osvěžující chuť kdekoli a kdykoliv.

evian® přírodní minerální voda vám zajišťuje denní hydrataci a pomáhá zachovat zdravý životní styl.

**evian**  
NATURAL MINERAL WATER



*Tahle si ani zkoušet nemusím, už se mám v olu... Znáte tuto lež, které palu doma lítujete?*



i k nám proniknou právě testované technologicky vyspělé zkušební kabinky s chytrými zrcadly, která fungují jako kamery. Ve zkušebním oblečení vás nahrají ze všech stran a pak vám video pustí, abyste se prohlédla i se všemi detaily, jako jsou například záhyby na sukni při jejím pohybu. Zrcadla MemoryMirror už používají obchody Neiman Marcus a jiné obchody jdou ještě o krok dál – testují zrcadla s aplikací a dotykovým displejem, díky nimž už si zákazníci oblečení ani nemusejí zkoušet. Zrcadlo si je samo přeměří, rozpozná velikost a nabídne jim veškeré kousky oblečení, které má obchod k dispozici.

# Když Češi vyrážejí na moře. Obliba jachtingu roste

**N**avzdory tomu, že jako suchozemci nemáme k dispozici moře, má u nás jachting silné kořeny. U každé větší vodní plochy najdete nějaký jachetní klub, kde lze absolvovat úplné začátky. Komu ale tuzemské rybníky či jezera nestačí, ten se vydává rovnou na moře. I díky těmto výpravám je jachting v Česku rok od roku populárnější.

Lodě se dají koupit či pronajmout v různých světových destinacích. Z českého pohledu je tou nejbližší Chorvatsko, ale řada domácích milovníků jachtingu vyráží i do Řecka, Turecka či třeba Francie.

„Možností, kam vyrazit, je spousta, nejdřív je ale potřeba načerpat informace,“ říká zkušený jachtař David Křížek. Dodává, že posád-

ka by měla mít před odjezdem na moře alespoň základní znalosti: „Zkušený kapitán svou posádku proškolí. Důležité je také naplánovat oblečení, zásoby, dohodnout předpokládanou trasu plavby. Záleží na lokalitě, zkušenostech a hlavně cíli plavby. Někdo chce sbírat naplutež míle, jiný dává přednost koupání v zátokách.“

Jachting přitom není jen záležitostí pro dospělé, může se proměnit v rodinnou dovolenou. Přestože mnozí tvrdí, že „děti na plachetnici nepatří“. To se zvolna mění a na moře vyrážejí stále častěji rodiče i se svými ratolestmi, které pak mohou v jachtingu najít lásku na celý život.

„Jachting je pro všechny věkové kategorie,“ myslí si ostatně i David Křížek. „Dítě může odmalicka jezdit s rodiči a pak samo závodit na malé plachetnici. Když člověk dospěje, vyhledává rychlost a adrenalin, a když mu docházejí síly, zúročí své zkušenosti v posádkách námořních lodí,“ usmívá se.



## CO S SEBOU?

Na jachtu si s sebou zabalte pokrývku hlavy (u kšiltovky počítejte s tím, že vám může uletět), sluneční brýle, tričko (s krátkým i dlouhým rukávem), mikinu či svetr (večer či v noci může být na palubě zima), rychleschnoucí kalhoty a kratasy, plavky a boty se světlou podrážkou.

## Jezdil jsem už na všem, co trochu plave a pohání to vítr

David Křížek patří k nejzkušenějším českým jachtařům. Za dobu, co se věnuje jachtingu, vyzkoušel už ledacos. A nyní chystá další dobrodružství – plavbu na katamaránu, který umí po vodní hladině sviššet pěkně zoztra. A pak se dokonce ještě vznesl...

### ☉ Můžete mi popsat, jak takový létající katamarán funguje?

Je to modifikovaný katamarán upravený pro vysoké rychlosti. Ze dna vycházejí speciálně profilované ploutve a kormidla, které umožňují, aby se po dosažení určité rychlosti celé plavidlo vzneslo nad vodní hladinu a s minimálním odporem pak dosahovalo velkých rychlostí.

### ☉ Na čem se v současnosti ještě plavíte?

Už několik let se snažím proniknout mezi jachtařskou elitu na katamaránu Tornado. Zatím máme čtvrté místo z mistrovství světa a teď již podruhé čtvrté místo z evropského šampionátu. Snad se nám podaří poskočit na stupně vítězů.

### ☉ A jaké lodě jste vyzkoušel dřív?

Opravdu spoustu plachetnic. Začínal jsem na dětských, pak pokračoval na nejsportovnějších lodích až k rychlým skifům a katamaránům. Jezdil jsem i na velkých námořních plachetnicích. Zkoušel jsem přeloukat Atlantik na malém nafukovacím katamaránu, ale také sólo na 6,5 metru dlouhé plachetnici. V zimě se zase věnuji lednímu jachtingu. Dá se říci, že jsem jezdil a jezdím na všem,



co alespoň trochu plave a je poháněno větrem (úsměv).

### ☉ Jak je na tom jachting u nás – v zemi, která nemá moře?

Jachting má v Česku stále více příznivců. Více než sto tisíc lidí ročně vyráží na dovolenou na plachetnici, řada z nich pak začíná i závodit a vede k tomuto sportu i své děti. Začátky s jachtingem nejsou úplně jednoduché, ale kdo to překoná, toho pak čeká vašeň na celý život.

### ☉ Co vás na jachtingu dostává nejvíc?

Je to skvělý sport v přírodě, ve kterém nikdy nemůžete dosáhnout dokonalosti. Stále se můžete učit nové a nové věci, na vodě přicházejí stále nové situace. Baví mě absolutní svoboda na nekonečném oceánu, při závodech pak těsné souboje o bój či na startech. A parádní jsou samozřejmě také lety na jednom plováku na katamaránech...

## DOVOLENÁ NA LODI? ZNAČKA IDEÁL

„Když žijete s člověkem, pro kterého je jachting vším, nejdě mu také nepropadnout,“ říká modelka a moderátorka Lucie Křížková o svém vztahu k jachtingu. Přiznává, že sport ve vlnách jí byl před seznámením s jachtařem Davidem Křížkem velmi vzdálený. Teď si ho dokáže užít. „Ale jen za dobrého počasí,“ usmívá se.

### A co když vás na moři zastihne bouřka?

To je noční můra, stejně jako jachting v drsných podmínkách. Jsem jen rekreační jachtař, kterému se líbí klid a příjemně houpačková atmosféra všude kolem. Dovolená na lodi je pro mě značka ideál. Máme rádi Chorvatsko a Řecko.

### Vyzkoušela jste si i nějaký jachtařský závod?

Jednou jsem s manželem a dalšími partáky absolvovala závod v Chorvatsku. Vyšlo nám počasí a díky skvělé posádce jsme závod vyhráli. Snažila jsem se spíš na lodi moc nepřekážet.

### Už jste vzali na jachtu svého tříletého syna?

Ještě ne. Síce by to šlo, ale stresovala bych se a neuzila si tu vyhledávanou pohodu. Možná příští rok... Zatím z něj jachtař neroste (úsměv). S vodou se moc nekamarádí a raději než na loď vyráží na kolo nebo dětské hřiště. Ale je ještě malý, to se může změnit.



## Hydratace? Téma pro každý den!

Stává se Vám, že si dlouhé hodiny na pití ani nevzpomenete a po sklenici s vodou Vás donutí sáhnout teprve šílená žízeň nebo dokonce až bolest hlavy? Tak pozor na to! Pocit žízně je totiž poplašný mechanismus, který už upozorňuje na závažnější nedostatek vody v těle. Pokud natentosignálnebudetereagovat, můžete si poškodit organismus nebo narušit některé jeho funkce. Pravidelný příjem tekutin v různých podobách je nezbytný k udržení schopnosti pracovat, učit se, bavit se, ale i jenom v klidu odpočívat. Neměli byste tedy čekat, až se nedostatek vody v těle přihlásí pocitem žízně, ale dbát na pravidelný přísun tekutin.

### Voda jako základ pitného režimu.

Voda je pozoruhodná a přitom nedocenená látka – bez jídla vydrží člověk měsíce, bez vody sotva několik dní. Ve vodě jsou rozpuštěny minerální látky, vitaminy a stopové prvky, které jsou nezbytné pro fungování organismu, a probíhá v ní většina energetických reakcí. Voda a tekutiny vůbec jsou skvělým chladičem našeho organismu a udržují stálost jeho vnitřního prostředí.

## Bonaqua® Za čistější život.

Voda je považovaná za základ pitného režimu. Stejně tak jsou jeho plnohodnotnou součástí i nápoje obsahující zejména vodu (např. 100 % džus výrazně ředěný vodou apod.). Neplatí, že není vhodná voda sycená oxidem uhličitým – navzdory předsudkům „neokyseluje“ krev.

### Už jste našli tu svoji?

Ideální voda pro každodenní pití by měla být slabě mineralizovaná, aby nezatěžovala organismus.

Přesně takovou je pramenitá voda Bonaqua. Má nízkým obsah sodíku a ideální množství minerálů, vyznačuje se charakteristicky čistou, jemnou chutí. Její jedinečné složení dokonale vyhovuje potřebám lidského těla.

Vychutnat si ji můžete čistou, s bublinkami i bez, nebo si můžete vybrat některou ze zajímavých příchutí.

Nově se pramenitá voda Bonaqua představuje (od poloviny dubna 2015) v lahvích vyrobených unikátní technologií PlantBottle®, které jsou až z 30 % vyrobeny z rostlinného materiálu. Použití obnovitelného materiálu snižuje spotřebu neobnovitelného zdroje – ropy.

PlantBottle je recyklovatelná v rámci existujícího řetězce. Stejně jako ostatní PETové obaly patří do žlutého kontejneru.

Bonaqua PlantBottle® zkrátka vypadá, funguje a recykluje se jako tradiční PET láhev.

A Vy můžete díky ní mít lepší pocit, protože zase o něco víc šetříte životní prostředí, aniž by Vás to stálo další námahu.



plantbottle®

Až 30% lahve vyrobeno  
z rostlinného materiálu.  
Je 100% recyklovatelná.

# Chouquettes: Jedna nikdy nestačí

Cukrové kromky z odpalovaného těsta „chouquettes“ (vyslovujete „šuket“), které s oblibou snídají Francouzi, si nyní můžete dát i u nás. Kde se vzal název malých nadýchaných bochánků na jedno sousto? Odpalované těsto se francouzsky nazývá „pâte à choux“ (pâte = těsto, choux = kapusta, zelí), což lze přeložit jako „kapustičkové těsto“. Když popustíte uzdu fantazii, připomínají chouquettes po upečení skutečně malou kapustičku. Po zelenině ovšem rozhodně nechutnají, nýbrž se spolu s cukrovou posypkou sladce rozplynou na jazyku. V doprovodu oblíbené kávy u jedné rozhodně nezůstane.

## SLADKÝ POLIBEK KE SNÍDANI

Nadýchané kromky z odpalovaného těsta sypané granulovaným cukrem, zvané po francouzsku „chouquettes“, si můžete objednat v rámci snídaně nabídky po pěti kusech za speciální cenu k jakékoliv kávě až do 11.00 hodin.



Foto: Ondřej Hošík

## Ježkův Frajer v novém pokřtěn za vůně kávy v Costa Coffee

Ve středu 29. dubna se stala kavárna Costa Coffee v pražské Italské ulici místem křtu knihy Frajer nejúspěšnějšího paralympijského cyklisty světa Jiřího Ježka. Pokud máte pocit, že jste stejnojmennou knihu už drželi v ruce, nebo ji máte dokonce v knihovně, nemyliťe se. Kniha pod stejným názvem vyšla před sedmi lety. Od té doby se ale událo v životě autora tolik nového, že si Frajer řekl o aktualizaci.

Název knihy považuje Jiří Ježek za nadsázku. „Na druhou stranu je fakt, že když jsem v jedenácti letech přišel o nohu, chtěl jsem dělat všechno, co před úrazem. Snažil jsem se, aby to, že nemám nohu, byla spis frajeřina,“ říká autor. Nové vydání knihy je doplněné o čerstvé zážitky a úspěchy, z nichž k těm nejsilnějším patří možnost absolvovat časovku na Tour de France jako oficiální předjezdec.

Kniha se věnuje i loňskému vážnému zranění na MS v americkém Greenville, ze kterého vyšel Jiří Ježek lehčí o dvě žebra a kousek plic. Příprava na další výzvy je tak o kousek těžší, to mu však nebrání v intenzivním tréninku a účasti v závodech na domácí i zahraniční půdě, které již nyní směřují k paralympijským hrám v Rio de Janeiro v roce 2016, které by byly jeho pátými. Ty považuje Jiří Ježek za svůj nejvyšší cíl. „Do té doby jdu od závodu k závodu a z každého případného dalšího vítězství se nyní dokážu radovat víc než kdy jindy,“ dodává „frajer“ Jiří Ježek.

## Zastavte se na čerstvou Costu Express

Cestování a káva patří k sobě. Porce kofeinu vzpruží tělo, povzbudí do dalších kilometrů a zlepší náladu. A protože na cestách nebývá času nazbyt, je káva z automatu často tím neefektivnějším řešením. Abyste se ani ve spěchu nemuseli odbývat, nainstalujeme pro vás do konce roku 2015 na čerpacích stanicích SHELL třicet nových automatů COSTA EXPRESS, které rozšíří řady stávajících samoobslužných kávovarů po celé

České republice. Milovníci kávy ocení, že je vždy čerstvě mletá a vysoce kvalitní, neboť používáme stejné ingredience jako v kavárnách Costa Coffee, tedy kávovou směs Mocha Italia a čerstvě mléko, nikoli pasterizované. Vysoce technologicky pokrokové a snadno ovladatelné přístroje nabízejí oblíbené druhy káv a dalších nápojů jako je cappuccino, espresso, caffè latte, americano, horká čokoláda a další.

### KDE COSTA EXPRESS KÁVOVARY JIŽ NAJDETE...

ČS Shell - Praha 4, Vídeňská  
 ČS Shell - Praha 6, Evropská  
 ČS Shell - Mělník, Mladoboleslavská  
 ČS Shell - Tábor, Chýnovská  
 ČS Shell - Velké Meziříčí, dálnice D1 (směr Praha)  
 ČS Shell - Rokycany, dálnice D5 (směr Rozvadov)

### A KDE BUDOU...

Další Costa Express kávovary budou instalovány na ČS Shell v Praze, na dálnici D1, D2, D5, D11 a na silnici R4, R6 a R10.

Bližší informace najdete na stránkách [www.costa-coffee.cz/costa/costa-express](http://www.costa-coffee.cz/costa/costa-express) nebo na našem Facebooku, kde vás průběžně informujeme o všech novinkách, událostech i zajímavostech.



### ZAJÍMAVOST

Kniha Frajer Jiřího Ježka je k dostání i ve vybraných kavárnách Costa Coffee v Praze, a to v Italské, na Karlově náměstí, Tylově náměstí a v Centru Chodov II.

## Bavili jste se, fotili a nejlepší snímek vyhrál víkend v Paříži

Před časem jsme vyhlásili fotografickou soutěž o víkend v Paříži a těšili jsme se na obrázky toho, co máte v Costě nejraději, ať už to byl nápoj, pokrm nebo barista. Fotili jste jak o život, takže nebylo snadné vybrat nejoriginálnější snímek. Technická kvalita nebyla rozhodující, hlavní byl nápad a nadšení pro věc.

Nakonec jsme dali hlavy dohromady a tady je výsledek: Vítězem soutěže se stal Lukáš Novák, kterého čekají tři noci ve čtyřhvězdičkovém hotelu Renaissance La Defense ležícím ve stejnojmenné moderní čtvrti v západní části města. Hlavní cenu v hodnotě 27 000 Kč poskytla cestovní kancelář Neckermann (www.cckneckermann.cz). Zuzana Koubová na druhém místě byla odměněna nabitou kartou pro čerpání v kavárnách Costa Coffee na území České republiky v hodnotě 3 000 Kč a Costa dárkovým balíčkem obsahujícím termohrněk Costa značky Contigo a balenou kávu v plechovce o hmotnosti 250 gramů, třetí Fabrice Contrel obdržel nabitou kartu v hodnotě 1 500 Kč a Costa dárkový balíček obsahující termohrněk Costa značky Contigo a balenou kávu v plechovce o hmotnosti 250 gramů.

Všem účastníkům soutěže děkujeme za inspirativní snímky a slibujeme, že vás budeme i nadále motivovat ke kreativním projevům skvělou kávou a lahodnými zákusky.



Foto: Matus Toth

### Pomohli jste. Děkujeme!

Pokud jste si v průběhu jara objednali v kavárně Costa Coffee malinovo-borůvkový muffin, jablkový koláč s karamellem, ostružinové Caffè Latte s bílou čokoládou nebo ledový zelený čaj s malinou, pak jste si nejen pochutnali, ale také jste přispěli nadaci Taťany Kuchařové Krása pomoci, která již od roku 2008 podporuje naše nejstarší spoluobčany v plnohodnotném životě v důstojných podmínkách jejich přirozeného prostředí. Šek na vybranou částku předají slavnostně v jedné z našich kaváren zástupci Costa Coffee přímo Taťaně Kuchařové. Akce proběhne v září a budeme vás o ní samozřejmě informovat na našich facebookových stránkách. Děkujeme, že vám nejsou senioři lhostejní.

#### NADACE KRÁSA

Nadace Krása pomoci podporuje prověřené projekty v oblasti osobní asistence a pečovatelských služeb, aktivizační programy, dobrovolnictví v sociálních zařízeních a přispívá také na vybavení a kompenzační pomůcky pro seniory.

1. místo  
Lukáš Novák3. místo  
Fabrice Contrel2. místo  
Zuzana Koubová

### Přidejte se k Běhu naděje pro onkologii Motol



**Pokud si budete chtít na závěr prázdnin protáhnout tělo a navíc tím podpořit dobrou věc, přidejte se k Běhu naděje pořádanému na podporu výzkumu rakoviny, konkrétně financování přístrojů ve Fakultní nemocnici v Motole pro zjišťování genetické predispozice k nádorovým onemocněním v dětském věku.**

Sportovně společenská humanitární akce Běh naděje se inspirovala známostí akcí Běh Terryho Foxe, která v ČR probíhala v letech 1993–2007. Letošní běh, jehož partnerem je kromě jiných i Costa Coffee, se bude odehrávat na cyklostezce Rokytky o délce asi 3,2 km. Účastníci ji nemusí zdotat pouze během, ale i procházkou s kočárkem, na invalidním vozíku, na kole, in-line bruslích apod. Podmínkou účasti není ani zvládnutí celé délky stezky.

Kdo se nebude chtít zapojit aktivně, může využít spolu s ostatními zázemí hloubětínské restaurace U dvou smrků, kde se o příjemnou atmosféru postará hudební doprovod, losování darů od sponzorů, dětský koutek, masáže zdarma, ochutnávky italských dobrot, kosmetické poradenství a spousta dalšího, včetně možnosti zakoupení občerstvení. Mediálním partnerem Běhu naděje na cyklostezce Rokytky je Radio Beat.

**Datum:** 29. 8. 2015

**Začátek akce:** 13.00

**Start:** 14.00

**Trasa:** Cyklostezka Rokytky

**Délka trasy:** 3,2 km

**Místo startu, zázemí a cíl:** Restaurace U dvou smrků, Nademlejská 1, Praha 9, Hloubětín

**Startovné:** Dobrovolné

## Potěší vaši knihovnu

**NEO LUXOR**  
KNIHKUPECTVÍ

Knihy  
doporučuje  
knihkupectví  
Neoluxor

**Andrew Matthews**  
**Stop šikaně**  
(Baroque Partners)



Andrew Matthews, autor světových bestsellerů jako Následujte své srdce, Buďte šťastní i v těžkých dobách nebo Buďte šťastní pro mladé, vydává

novou knihu nazvanou Stop šikaně, jež je psaná velmi srozumitelnou a čtivou formou a humorně ji doplňují autorovy ilustrace. Je tedy vhodná nejen pro rodiče, ale i pro jejich děti. Tímto záběrem vyniká mezi ostatními knihami o šikaně – stále aktuálním tématu –, které jsou na trhu dostupné.

**Emma Straubová**  
**Dovolenkáři**  
(Cosmopolis)



Neodolatelný a vzrušující román o tajemství a žárlivosti, které vyplavou na povrch během idylické dovolené. Manželé Postsovi se s celou početnou rodinou a přáteli vypraví na Mallorku. Důvodem je pětaticáté výročí jejich svatby a oslava promoce dcery Sylvie. Slunný ostrov, příroda, pláž a výborné jídlo slibují perfektní únik z hektického Manhattanu. Ale všechno vždy nejde podle plánu: v průběhu dovolené, která měla být tím

nejkrásnějším životním zážitkem, vycházejí na světlo stará tajemství, ponížení a krivdy z minulosti...

**Jo Nesbo**  
**Krev na sněhu**  
(Kniha Zlín)



Nedokáže jezdit autem pomalu, je měkký jako máslo, příliš snadno se zamilovává, jestliže se rozčílí, ztrácí hlavu a je mizerný v matematice.

Něco málo přečetl, ale moc toho neví a rozhodně nemá takové znalosti, které by byly k něčemu užitečné. A píše pomaleji, než stole stalaktit. K čemu se tedy hodí? Je skvělý zabiják. Nemusí přitom jezdit autem, zabijí většinou lidi, kteří si to zaslouhují, a nejsou to žádné složité počty. Alespoň prozatím nebyly. Dokud od šéfa nedostal nový úkol – vyřídí jeho manželku.

## Letní zastavení s hercem Janem Vlasákem



Foto: Ondřej Pýcha, Městská divadla pražská

Herce Jana Vlasáka můžete vidat na jevištích divadel ABC a Rokoko, nejnověji v inscenaci Romulus Veliký, komedie antických rozměrů, ale také v oblíbených komediích Oddací list a Dobře rozehraná partie nebo v inscenacích Král Lear a Veterán. Od srpna začne zkoušet novou roli v Divadle ABC ve strhujícím dramatu Na miskách vah inspirovaném skutečnou událostí.

**Uvidíme vás v létě někde hrát, nebo si budete užívat divadelní prázdniny?**

Už léta si slibuju, že o prázdninách nebudu nic dělat a jenom nechám čas volně plynout, nanevšest se budu toulat po Železných horách, koukat po stromech a poslouchat ptáky. Ale je tam zahrada a vždycky se někdo

ozve s prací hereckou, tak nevím, jak to dopadne letos.

**Jaké je vaše nejoblíbenější místo v Čechách?**

## PROGRAM

Program divadel ABC a Rokoko na září včetně možnosti zakoupení vstupenek a tipů na zajímavé akce už nyní na [www.mestskadivadlaprazska.cz](http://www.mestskadivadlaprazska.cz)

Nejoblíbenější místo nemám, ale moc rád jezdím na chalupu do Vrdů, a právě ty Železné hory jsou nádherné.

**Jaká kulturní událost vás v poslední době zaujala?**

Rozhodně to byla vernisáž, a to rozsáhlého díla malíře Jiřího Petrboka v Mostě v překrásné galerii v děkan-ském chrámu Nanebevzetí Panny Marie. Vřele doporučuji – výstava trvá do 31. července 2015.

**Co vás čeká v nové divadelní sezóně?**

Od srpna začneme zkoušet moc dobrou hru Angličana Ronald Harwooda Na miskách vah, kde mám hrát postavu napsanou na motivy životních osudů slavného německého dirigenta Wilhelma Furtwänglera.

## Viděli jsme v kině

## Dáma ve zlatém



Film vypráví pozoruhodný skutečný příběh ženy, která se rozhodla dosáhnout spravedlnosti. Šedesát let poté, co byla za druhé světové války nucena utéct z milované

Vídne, se Maria (Helen Mirren) rozhodne získat zpět rodinný majetek, který jí byl zabaven nacisty. Patří k němu i umělecká díla nevyčísitelné hodnoty. Za svého právního zástupce si vybere ne příliš zkušeného, ale o to odvážnějšího Randyho Schönberga (Ryan Reynolds), s nímž se pustí do zdoluhavého a náročného soudního sporu s rakouskou vládou a Nejvyšším soudem USA, který se nakonec stane jedním z nejznámějších restitučních sporů v historii.

Hodnotíme: ●●●●○

## Domácí péče



Obětavá zdravotní sestra Vlasta (Alena Mihulová) při své práci na jihomoravském venkově ošetřuje spoustu rázovitých místních pacientů. Když se však dozví, že sama potřebuje pomoc, musí ji začít hledat mimo prostředí, které zná. Díky dceři jednoho z pacientů (Tatiana Vilhelmová) a její esoterické mentorce (Zuzana Krónerová) začíná objevovat svět alternativního léčení, k velké nelibosti svého manžela Ladi (Bolek Polívka), který na tyhle „hňupoviny“ nevěří. Vlasta tak musí bojovat nejen se svojí nemocí, ale i s Lačovým zdravým moravským „rozumem“.

Hodnotíme: ●●●○○

## Mimoni



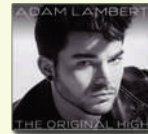
Zamysleli jste se někdy nad tím, proč vlastně ti žluťoucí a roztomilí Mimoni dobrovolně slouží Gruovi, padouchovi s velkým P? Odpověď přináší animovaná komedie Mimoni, která z nich konečně a především zcela zaslouženě dělá hlavní postavy jejich vlastního příběhu. Hrdý Kevin, hladový Stuart a lehce vystresovaný Bob vyraží do světa, aby všem svým mimošským kamarádům vrátili smysl života. Štěstěna je zavede až do Ameriky, na floridský festival zločinců všeho typu, jehož se má zúčastnit i absolutní královna světového zločinu, Scarlett Odkráglová. Zlodcera s trefným příjmením se rozhodne vyzkoušet jejich schopnosti – co takhle složit britské korunovační klenoty?

Hodnotíme: ●●●○○

# Kulturní tipy na červenec a srpen

Nová hudba

## Adam Lambert The Original High



Americký zpěvák, jenž za oceánem v současnosti patří k těm nejpobornějším, se zapsal do povědomí fanoušků po celém světě společným turné s kapelou Queen. Dle jejich členů i kritiků je jedinou osobou, která dokáže zazpívat jako Freddie Mercury. Nyní vydává své třetí sólové album, které nese prvky jeho oblíbeného glam rocku, ale také mnohem více popu, funkky a r'n'b, a především zde vyzní jeho výjimečný hlas.

## Nate Ruess Grand Romantic



Z kapely Fun je nejvíce známý zpěvák Nate Ruess, jenž se proslavil mimo jiné hitem s Pink (Just Give Me a Reason). Nyní vydává své debutové sólové album, které se žánrově pohybuje na pomezí popu, rocku a indie. Dá se předpokládat, že velmi očekávaná deska se vzhledem k jeho popularitě setká s úspěchem.



Foto: Pavel Mára, agentura SCHOK

## Letní shakespearovské slavnosti lákají na Romea a Julii

Na konci června byly zahájeny tradiční Letní shakespearovské slavnosti, a to premiérou slavné Shakespearovy tragédie Romeo a Julie v inscenaci režijního tandemu SKUTR. Text hry byl v podání režisérské dvojice Trpišovský – Kukučka výrazně krácen, aby vynikla jeho krása a na diváky se nevalily tuny veršů. V hlavních rolích září Tereza Voříšková a Jan Sklenář. Na programu slavností je dalších sedm her slavného dramatika: Mnoho povyku pro nic, Sen noci svatojánské, Zkrocení zlé ženy, Veselé paničky windsorské, Jak se vám líbí, Večer tříkrálový a Othello. Až

do 5. září můžete zhlédnout jedno z více než 140 představení v Praze na Pražském hradě nebo na Letní scéně AMU v Lichtenštejnském paláci, slavnosti se dále konají v Brně, Ostravě a Bratislavě.

## Festival Okoř slaví 15. narozeniny

V sobotu 22. srpna bude hrad Okoř opět svědkem jedinečné hudební události, festival sem zavítá již po patnácté! Organizátoři připravují

velkolepou narozeninovou a hudební oslavu, přijedou všichni, kteří jsou s festivalem už od doby jeho vzniku neodmyslitelně spjati. Vystoupí tu Chinaski, Tomáš Klus, MIG 21, Miro Žbirka, Michal Hruza, Aneta Langerová, Vyšná Fixa, Lenka Filipová & Lenny a úplně poprvé formace Space Junkie. Zájemcům se doporučuje, aby si vstupenky opatřili včas – bude jistě vyprodáno!



Foto: Lukáš Běhounek, agentura Turner

# Na United Islands spojovala i káva Costa Coffee

Předposlední červnový víkend patřilo centrum metropole už dvanáctému ročníku oblíbeného hudebního festivalu United Islands, který si klade za cíl především spojit – nejen pražské ostrovy, ale také své návštěvníky a nejrůznější hudební žánry a umělce. Na Kampě spojovala příchozí i chuť na dobrou kávu – vyrostla tu totiž provizorní kavárna Costa Coffee a hosty se to v ní jen hemžilo!

Festival se i letos setkal s velkou návštěvností, dohromady ve třech dnech dorazilo více než 60 tisíc diváků, k čemuž jistě přispěl i bezplatný vstup. A bylo na co se dívat



Foto: Ondřej Hošík



Z českých jmen se představili populární Monkey Business, Lenka Dusilová a její Baromantika či kapela Midi Lidi.

Návštěvníci si kromě koncertů užili bohatý doprovodný program, k němuž patřila i lahodná káva a další nápoje z outdoorové kavárny Costa Coffee a z pěti kávovarů Costa Express stojících na různých místech festivalu. Před útulnou zastřešenou kavárnou na Kampě, kde se o hosty starali vyškolení baristé, nechyběla ani zahrádka, která pro návštěvníky festivalu představovala prostor pro příjemný odpočinek mezi jednotlivými vystoupeními, ale i posezení během koncertů, jelikož byla umístěna přímo vedle hlavní stage, a tak si mohli vychutnat hudbu i kávu současně. Costa Coffee také divákům rozdávala originální Costa dárky v podobě slunečních brýlí, vějířů, pláštěnek a triček.



Costa připravila divákům dárky do každého počasí.

– zahrálo tu na 150 kapel mnoha žánrů ze dvou desítek zemí. Koncerty probíhaly na sedmi hlavních scénách a dále v téměř dvou desítkách klubů. Zajímavým koncertním místem byla i téměř sedmdesát metrů dlouhá bývalá nákladní

loď Niké, kotvící na Vltavě, která se proměnila v multikulturní centrum nazvané Cargo Gallery. Hlavní hvězdou festivalu byl zpěvák William Doyle se svým projektem East India Youth, který vystoupil na pódiu v Kinského zahradě.



## Kavárny Costa Coffee

### PRAHA

**COSTA COFFEE – ITALSKÁ**  
Italská 1, Praha 2  
po-pá: 7.00–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–20.00 hod.

**EVO COSTA COFFEE – MORÁŇ**  
Karlovo náměstí 8, Praha 2  
po-pá: 6.30–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–19.00 hod.

#### COSTA COFFEE MY NÁRODNÍ

Národní 63/26, Praha 1  
po-pá: 6.30–21.00 hod.  
so: 7.00–21.00 hod.  
ne: 8.00–21.00 hod.

**EVO COSTA COFFEE  
TYLOVO NÁMĚSTÍ**  
Bělehradská 102, Praha 2  
po-pá: 7.00–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–20.00 hod.

**COSTA COFFEE  
PROVAZNICKÁ**  
Provažnická 1, Praha 1 – Staré Město  
po-pá: 8.00–22.00 hod.  
so-ne: 9.00–22.00 hod.

**COSTA COFFEE – MŮSTEK**  
stanice metra A Můstek,  
Václavské nám., Praha 1  
po-pá: 7.00–19.00 hod.  
so-ne: 8.00–19.00 hod.

**COSTA COFFEE – HRADČANSKÁ**  
stanice metra A Hradčanská,  
Praha 6  
po-pá: 7.00–19.00 hod.  
so: 9.00–17.00 hod.  
ne: zavřeno

#### **NEW** COSTA COFFEE HRADČANSKÁ II

Milady Horákové 119/201, Praha 6  
po-pá: 7.00–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–20.00 hod.

#### **NEW** M COSTA COFFEE LETIŠTĚ VÁCLAVA HAVLA PRAHA – TERMINÁL 1

Letiště Václava Havla, Aviatická,  
Terminál 1, Praha 6  
po-ne: 5.30–22.00 hod.

#### COSTA COFFEE – PALLADIUM

náměstí Republiky 1, Praha 1  
po-st: 8.00–21.00 hod.  
čt-pá: 8.00–22.00 hod.  
so: 9.00–22.00 hod.  
ne: 9.00–21.00 hod.

#### **COSTA COFFEE PASÁŽ ROKOKO**

Václavské náměstí 794/38,  
Praha 1 – Nové Město  
po-pá: 7.30–20.30 hod.  
so-ne: 9.00–19.30 hod.

#### COSTA COFFEE – ATRIUM FLORA

Vinohradská 151, Praha 3  
po-pá: 7.30–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–21.00 hod.

#### **EVO** COSTA COFFEE – DBK

Budějovická 1667/64, Praha 4 – Krč  
po-pá: 6.30–20.00 hod.  
so-ne: 9.00–19.00 hod.

#### **COSTA COFFEE – ROZTYLY**

Tomíčkova 2144/1, Praha 4 – Roztyly  
po-pá: 7.30–18.00 hod.  
so-ne: zavřeno

#### **COSTA COFFEE CENTRUM CHODOV 2. PODLAŽÍ**

Roztylská 2321/19, Praha 4 – Chodov  
po-pá: 8.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.30–21.00 hod.

#### COSTA COFFEE CENTRUM CHODOV 0. PODLAŽÍ

Roztylská 2321/19, Praha 4 – Chodov  
po-pá: 7.30–21.00 hod.  
so-ne: 9.00–21.00 hod.

#### **COSTA COFFEE BB CENTRUM**

Vyskočilova 4, Praha 4 – Pankrác  
po-pá: 7.30–18.00 hod.  
so-ne: zavřeno

#### COSTA COFFEE OC NOVÝ SMÍCHOV

Plzeňská 8, Praha 5  
po-pá: 7.30–21.00 hod.  
so: 8.30–21.00 hod.  
ne: 9.00–21.00 hod.

#### COSTA COFFEE LETIŠTĚ VÁCLAVA HAVLA PRAHA – TERMINÁL 2

Letiště Václava Havla, Aviatická,  
Terminál 2, Praha 6  
po-pá: 7.30–22.00 hod.  
so-ne: 8.00–21.00 hod.

#### COSTA COFFEE – PASÁŽ OASIS

Sokolovská 394/17, Praha 8 – Karlín  
po-pá: 7.00–20.00 hod.  
so: 9.30–17.00 hod.  
ne: zavřeno

#### COSTA COFFEE – OC LETŇANY

Veselská 663, Praha 9 – Letňany  
po-pá: 9.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.30–21.00 hod.

#### **COSTA COFFEE OC SPEKTRUM**

Obchodní ulice 113,  
Čestlice – Praha-východ  
po-pá: 8.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.00–21.00 hod.

#### **EVO** COSTA COFFEE – VODIČKOVA

Vodičkova 33/709, Praha 1  
po-pá: 7.00–22.00 hod.  
so-ne: 8.30–21.00 hod.

### OSTRAVA

**COSTA COFFEE – OSTRAVA**  
Costa Coffee – Ostrava  
OC Forum Nová Karolina  
po-pá: 7.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.00–21.00 hod.

### PLZEŇ

#### COSTA COFFEE – OC PLAZA

Radčická 2, Plzeň  
po-pá: 9.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.00–21.00 hod.

### PARDUBICE

#### COSTA COFFEE PALÁC PARDUBICE

Masarykovo nám. 2799,  
Pardubice  
po-so: 9.00–21.00 hod.  
ne: 10.00–21.00 hod.

#### COSTA COFFEE HLAVNÍ NÁDRAŽÍ PARDUBICE

po-pá: 5.30–20.00 hod.  
so-ne: 7.00–20.00 hod.

### LIBEREC

#### COSTA COFFEE – OC NISA

České mládeže 456, Liberec  
po-pá: 9.00–21.00 hod.  
so-ne: 9.00–21.00 hod.

#### COSTA COFFEE – OC FORUM

Soukenné náměstí 669/2a,  
Liberec IV – Perštýn  
po-ne: 9.00–20.00 hod.

### TEPLICE

#### COSTA COFFEE – OC OLYMPIA

Srbická 464, Teplice  
po-pá: 8.00–21.00 hod.  
so-ne: 8.00–21.00 hod.



Více informací naleznete na [www.costa-coffee.cz](http://www.costa-coffee.cz)  
a [www.facebook.com/CostaCoffeeCZ](https://www.facebook.com/CostaCoffeeCZ).



KAVÁRNA  
S LETNÍ  
ZAHŘÁDKOU



KAVÁRNA  
POSTAVENÉ  
V EVO DESIGNU



KAVÁRNA POSTAVENA  
V NOVÉM STYLU  
METROPOLITAN