

Lázeňská POHODA

MĚSÍČNÍ ZPRAVODAJ MĚSTSKÝCH SLATINNÝCH LÁZNÍ ~ TŘEBONĚ

50 LET TŘEBOŇSKÉHO LÁZEŇSKÉHO SYMFONICKÉHO ORCHESTRU

Česká filharmonie může závidět

V letošním roce slaví Třeboňský lázeňský symfonický orchestr půl století své umělecké činnosti. Jeho zakladatelem a dirigentem je dnes již bývalý ředitel třeboňské lidové školy umění pan Jaroslav Kohout, s nímž jsme si povídali nejen o založení orchestru.



Před padesáti lety jste založil třeboňský symfonický orchestr, a přitom prý nejste Třeboňák?

Skutečně nejsem. Do Třeboně jsem přišel až v roce 1954. Jak se tu říká, i kdyby sem přišel váš děda z Kolína, tak taky nebudete Třeboňák. To by tu nejprve musel být baštyřem a od 14. století, pak teprve budete Třeboňák. A já zde žiju teprve 55 let.

Odkud jste přišel a proč zrovna do Třeboně?

Klidně můžete napsat, že jsem přijel na kole. Narodil jsem se a celá léta bydlel v Ledenicích, na konzervatoři jsem vystudoval varhany a klavír, jenomže na varhany jsem hrál v kostele. Proto jsem čekal na umístěnku, jež přišla v roce 1954, a tak jsem přijel učit do zdejší hudební školy. Tady jsem byl asi dva měsíce a odešel na vojnu do

Klatov k vojenskému orchestru. Nejprve jsem musel hrát na bicí nástroje, protože klavír, varhany, harmonika a kontrabas jim neseděly. Druhým rokem jsem hrál na lesní roh. Po vojně jsem pak tady ve škole učil i na ten lesní roh. Mezi mými prvními žáky byl i Vašek Čurda, který na něj hraje dodnes v Jihočeském divadle, učil jsem i jeho syna, který hrál v pražském orchestru a nyní sám učí v Rakousku, další moje žákyně působí v Holandsku a tak.

Za jakých okolností vlastně vznikl váš symfonický orchestr?

Po mém návratu z vojny jsme v hudební škole založili žákovskou dechovku. Spíš to byl dechový soubor, protože jsme dali dohromady 45 žáků! Nejmladšímu bylo devět let a hrál na Es klarinet – na ten malý – a nejstarší už chodil za holkama, jemu bylo devatenáct a hrál na heligon. Bylo spoustu soutěží a my všude vyhrávali. Taký jsme jeli na týden do Bratislavy, a to víte, se 45 kluky, to bylo dílo, ale zase jsme vyhráli. Je to divné, ono je to strašně bavilo, jenomže mě už ne. Byly dvě, tři písničky dokola –

VIP HOSTÉ:

V měsíci červenci jste mezi lázeňskými hosty určitě potkávali herečku Městských divadel pražských JANU DRBOHLAVOVOU, ale také herce, scénáristu a především režiséra OLEGA REIFA (na snímku). Rozhovor s Janou Drbohlavovou naleznete uvnitř tohoto listu, rozhovor s Olegem Reifem přinese v příštím čísle.



mta, mta, mtadata, a tak jsme ještě s jedním kolegou, který letos umřel, dali dohromady komorní orchestr. Bylo nás jenom dvanáct, housle, klarinet a flétna. To byl prvopočátek dnešního orchestru. Od září 1959 jsme zkusili a první vystoupení jsme měli v prosinci. Hráli jsme skladbu pro smyčce, čtyři dechové nástroje a tympány od Jeana Sibelia: Valce triste. Po Vánocích jsme nacvičovali až do července, kdy jsme měli další koncert. A jak jsme tak hráli, tak nás bylo víc a víc, přibrali jsme nějaké housle, místo jedné basy hrály dvě nebo i tři.

Členy orchestru jste si vybíral sám, anebo za vámi muzikanti chodili?

Někdo přišel sám, ale řadu muzikantů jsem si vybral a sháněl po kraji. Už tenkrát

Dokončení na straně 2

LÁZEŇSKÁ TŘEBONĚ 2009

Potřebovali bychom Letnou

Lázeňská Třeboň je jakousi malou oslavou lázeňství v Třeboni. Nemá až zase tak dlouhou tradici, ale svojí formou a náplní i stabilizovaným termínem konání se zařadila mezi vyhledávané kulturní a společenské akce. Řekl bych, že již dnes neodmyslitelně patří do programu kulturního léta v Třeboni. Konání hlavního programu na náměstí a zpřístupnění obou lázeňských domů dává dostatek

příležitostí přijatelnou a nenásilnou formou seznámit nejen Třeboňáky s činností lázní, ale také se tak trochu pochlubit.

Pro lázeňské hosty je jistě zpestřením jejich pobytu v Třeboni a pro ty, kteří se k nám vrací, příležitostí připomenout si a zavzpomínat. Doprovodný kulturní program, dobrá nálada a dostatek vhodných míst k občerstvení jsou zárukou, že budou všichni spokojeni.

Mně osobně by se nejvíce líbilo pojmo-

vat Lázeňskou Třeboň jako sraz třeboňských lázeňáků. Vzhledem k tomu, že třeboňské lázně ročně odléčí zhruba pětadvacet tisíc klientů, bychom museli Lázeňskou Třeboň skutečně pořádat na Letenské pláni.

Naše náměstí není tak velké, přesto přijměte ode mne pozvání na tuto slavnost 1. srpna 2009, vy všichni lázeňští hosté, bývalí hosté, návštěvníci našeho města a v neposlední řadě Třeboňáci.

Věřím, že společně strávíme „Pohodový“ víkend.

PaedDr. Jan Váňa, starosta města



Lázeňská Třeboň
1. 8. 2009
Podrobný program na straně 10

Filharmonie může závidět...

Dokončení rozhovoru

s Jaroslavem Kohoutem ze strany 1

k nám jezdili i z Budějovic. Víte, ono některé muzikanty baví hrát i zadarmo, což je dneska zajímavé, ale většinu musíme zaplatit. To však jsou profici a bez nich já hrát nemůžu. Například fagoty nebo hoboje, to jsou zvláštní nástroje, které se těžko shánějí v takových městech, jako je Třeboň.

Vždy jste se jmenovali Třeboňský lázeňský symfonický orchestr?

Ne. K lázním jsme přešli až v roce 2002. Tehdy jsem přestal dělat ředitele hudební školy, čímž jsem ztratil nárok na prostory pro zkoušení a na noty a na nástroje. My máme pět kontrabasů. A my je neměli kam dát. Nejprve jsme se nastěhovali do divadla, do kulisárny, kde však jsou kulisy, židle, stoly a spousta věcí, které divadelníci potřebují, a navíc to bylo otevřené. My tam měli různé nástroje a čtyřicet pultů a zdálo se nám to nebezpečné. Tak jsem šel sem do lázní, protože jsme pro ně také hráli. Pro lázně vlastně hrajeme od roku 1968, kdy se

uskutečnil první promenádní koncert před Bertinými lázněmi, a když se postavila Aurora, hráli jsme i tady. Tak jsme se s vedením lázní dohodli, že budeme lázeňský orchestr, že pro ně budeme pravidelně jednou za měsíc hrát a že tu budeme moci zkoušet. Od té doby každé úterý máme zkoušku a v ten den je od 18.00 do 21.30 velký sál jen náš. Přijedou muzikanti, rozložíme nádobíčko, pulty, klavír a jedem. To nám lázně moc pomohly.

Takže v lázních máte schovány veškeré nástroje?

Kdo má svůj, tak si ho vozí, ale máme tu nějaké náhradní, kdyby se něco porouchalo. Jen ty kontrabasy jsou všechny naše. A taky zde máme zmiňované pulty a noty. My máme not! Šest púlek!

Jak se shánějí noty? Kupujete je v obchodě, na burze, od známých?

Na každý koncert musím noty obstarat. Je fakt, že my jich máme hodně, celou jednu místnost, a většinu jsme zdědili, sehnali přes různé známé. Tady byla tzv. Třeboňská filharmonie, kde hráli taková „dědková“ bez

aprobace, a ti vám měli not! Tehdy byly levné. Dneska jedna symfonie nebo sólový koncert přijde na několik set korun. Ten samý jsem kdysi koupil za 68,50. Pár not jsme dostali od filharmonie z Budějovic. Já se znal s jejich kapelníkem, který mi přenechal například Beethovu novou devátou symfonii, která se mimo jiné hraje na závěr Pražského jara. Na ni nemáme soubor, ale máme noty! Také máme celou Smetanovu Mou vlast. Měl jsem žáka, který pak studoval AMU a hrál první klarinet v České filharmonii. Jednou se za námi do Třeboně přijel podívat a v parku si s námi zahrál promenádní koncert. Já mu ukazoval noty a on říkal, že když oni (Česká filharmonie) hrají Mou vlast, tak si noty půjčují v Ústředním hudebním archivu. Tak jsem mu řekl, ať vzkáže tehdejšímu dirigentovi Neumannovi, že jim je zadarmo, kvůli němu, půjčím.

Kolik vám prošlo pod rukama lidí za těch padesát let vedení orchestru?

Přesně sto, a k tomu musíme připočítat



dalších jednapadesát členů stávajícího orchestru.

Jak jste se vlastně dostal k muzice?

Když jsem se narodil, tak táta, druhý den v kuchyni, kde jsem ležel, učil pět houslistů. Také hrál na heligon, kontrabas, na varhany, na housle a dělal kapelníka dvěma kapelám. A já se díval na tátu-dirigenta, jak hraje.

Kolik nástrojů ovládáte?

Varhany, klavír, bicí nástroje, harmoniku, lesní roh, trumpetu, pozoun, cello, kontrabas – na něj jsem se učil hrát sám, až když jsem ho uměl sundat ze skříně.

A také si i dnes zahrajete, nebo „jen“ řídíte orchestr?

Na varhany hrajou dvakrát denně. Na ostatní nástroje už moc nemůžu, protože mám zkrácené šlachy na prstech. Jeden malíček jsem si nechal operovat a je horší než ten druhý. Po dvou měsících mi sundali obvaz a byl stále ohnutý. Jestli prý s ním mohu hýbat. Mohl jsem, ale nebylo mi to nic platné, protože já s ním potřebuji obsáhnout osm tónů na oktávu, což s tímto háčkem nešlo. Tak jsem se naučil hrát jinak. Například Rybovu mši, tam je těžký varhanní part a já ho hraji se čtyřmi prsty, na druhé ruce se třemi, protože už to umím ošvindlovat (smích). Co mám dělat, když nemám malíček? ~

Připravil: Roman Růžička

Poděkování



Na snímku zleva: starosta Třeboně PaedDr. Jan Váňa, Jaroslav Kohout a ředitel lázní MUDr. Jaroslav Bican.

Málokteré město velikosti Třeboně se může pyšnit symfonickým orchestrem. Třeboň má svůj, nyní lázeňský, symfonický orchestr již padesát let. Jeho zakladatelem a hlavním tahounem je bezesporu jeho dirigent, dlouholetý ředitel Lidové školy umění v Třeboni, pan Jaroslav Kohout. Pod jeho vedením celých dlouhých padesát let rozdává nejen Třeboňákům a lázeňským hostům radost a potěšení z hudby.

Chci i touto cestou poděkovat všem členům souboru a především panu dirigento-

vi Jaroslavu Kohoutovi, který hudbě a třeboňskému symfonickému orchestru zasvětil celý svůj život. Víím, že by hra v takovém souboru nebyla možná bez jeho nadšení a lásky k hudbě, a troufnu si napsat i vzájemnému přátelství a úctě mezi členy orchestru. Přál bych si, aby každému z hudebníků jednotlivě, ale i celému orchestru jako celku toto všechno vydrželo nejméně dalších 50 let.

Jan Váňa, starosta Třeboně

Uzavření bazénového komplexu

V termínu od 24. do 27. srpna 2009 dojde z důvodu pravidelné sanitární odstávky k uzavření bazénového komplexu Lázní Aurora. Děkujeme za pochopení.

-red-

Kvalita vody v rybníku Svět

Po neobyčejně slibném začátku sezóny, kdy průhlednost vody činila koncem května 1,5 m, se postupně snižovala a nyní již klesá pod jeden metr. To je sice hodnota na jihočeský rybník mimořádně dobrá, ale normě pro koupací vodu stále ještě nevyhovuje. Ta vyžaduje průhlednost 2, minimálně 1,5 m. Začátkem června byl fytoplankton rybníku Svět tvořen hlavně zelenými kokálními druhy řas, které jsou charakteristickou součástí společenstev rybníků a úživnějších vodních ekosystémů. Silné deště přinesly do rybníka dostatek vody, ale i splachy a živiny, jež podpořily rozvoj sinic tvořících vodní květ. Před hrází vltř zkoncent-

roval zřetelný vodní květ, tj. ve směru převládajících větrů, takže pláže Ostende a neoficiální nudapláž Odměny jsou na tom s kvalitou vody lépe nežli pláž u hotelu Svět. Nápadným a novým organismem v rybníku Svět je bochnatka americká (Pectinatella magnifica). Ta tvoří až 5 kg těžké oválné slizovité útvary, přichycené zpočátku na ponořených větvičkách. Na povrchu slizu jsou drobní jedinci, zoidi, seskupení do rozet. Drobnými chapadélky si přihánějí potravu, planktonní prvoky, sinice a řasy – čistí tedy vodu. Všude, kde se bochnatka objevila poprvé, budila neobyčejnou pozornost. Někde ji dokonce považo-

vali za mimozemšťany či jakési mutanty vzniklé po Černobylu. Přes svůj odporný vzhled však je užitečná, neobsahuje žádné škodlivé látky a není záhava. Mořské druhy dokonce obsahují látky působící proti rakovině. Zatím se neví, zda ji mohou požírat ryby. Bochnatka americká byla popsána v r. 1851 z okolí Filadelfie (USA), pravděpodobně lodní dopravou se dostala do Evropy, v r. 1883 byla nalezena v Hamburku, v r. 1952 byla již na dvanácti lokalitách na Labi a Vltavě, v r. 2003 byla zde, v jižních Čechách nalezena poprvé, a to v Cepské pískovně. Loni byla v rybníku Svět hojná a její statoblasty se v planktonu objevovaly neustále. Jejich postup je zřejmě podporován vyššími teplotami, vyžaduje nejméně 20 °C.

J. Lukavský, A. Jakešová

ROZHOVOR S IVOU ŠTÍCHOVOU

Ze severu na jih aneb Z Aurory do Berty

Jednou z mála zaměstnankyň třeboňských lázní, které okusily „pracovní chlebiček“ v obou lázeňských domech, je Iva Štichová. Dnes již 11. rokem pracuje v přijímací kanceláři Bertiných lázní, předtím působila na stejném postu 15 let v Lázních Aurora.

Co vás vedlo k tomu, že pracujete zrovna v lázních?

Praktická záležitost. V polovině 70. let jsem byla v Praze a myslela, že tam zůstanu. Jenomže s manželem jsme chtěli svůj byt, a tehdy to s bydlením bylo na dlouhé lokte. Jednou jsme se dozvěděli, že v Třeboni otevírají nové lázně (Aurora), a navíc nabízeli služební byty. Tak jsme se s manželem ucházeli o místo a v roce 1977 jsme oba nastoupili a dostali byt v Třeboni.

Váš manžel také ještě pracuje v lázních?

Ne, už dlouho ne.

Nastoupila jste v Auroře, co že jste přešla do Berty?

Protože v Auroře jsem skončila. Ono se tam vyměnilo vedení, to bylo období začátkem 90. let, a asi jsme si nesedli, tak jsem odešla. Pracovala jsem šest let mimo zdravotnictví. Jednoho dne mne vyhledali lidé z Berty a nabídli mi uvolněné místo v přijímací kanceláři – zřejmě proto, že mne znali z Aurory, což mne potěšilo, a nabídku jsem přijala.

Odkud pocházíte? Z Prahy, z Třeboňska?

Pocházím ze severu, do Prahy jsem šla pracovat a potom, kvůli bytu, jsem šla do Třeboně. Ze severu na jih.

Ten byt vám zůstal?

Zůstal. Později přešel na město a od města jsme si jej mohli koupit.

Pocházíte ze severu, ale v Třeboni žijete přes třicet let. Líbí se vám tu, anebo byste změnila?

Nechtěla bych odtud, přestože dnes už jsou téměř všechna města upravená. Ale někdy to tu je takové malé, provinční. Každý ví o každém téměř vše, což mi někdy vadí, ale jinak – všude je chleba o dvou kůrkách.

A kdyby se vyskytla jiná možnost zaměstnání, třeba i vyšší plat?

Dnes už ne. Zpočátku jsem si myslela, že nevydržím, že do tří let odejdu, vrátím se zpátky do Prahy, no a už jsem tu třicet let. Za tu dobu se rovněž změnil způsob života, jak v Třeboni, tak v Praze, a už bych se nevrátila.

Pracujete v přijímací kanceláři, takže zřejmě znáte všechny své klienty. Kolik vám jich denně projde pod rukama?

Všechny klienty samozřejmě neznám, už jen proto, že v přijímací kanceláři jsme tři. Ilona Vyhnalová má na starosti samoplátce a rekondiční a relaxační pobyty a já s Heidrun Řehákovou se staráme o tzv. pojištěnce. Samoplátce je zatím méně, ale rok od roku jejich počty narůstají.

Co se týká lidí, tak někdy jich přijde deset, jindy třicet. Hlavně však pracujeme s lékařskými návrhy, které pošlou pojišťovny. My je zapisujeme, pokud je místo a pacienti souhlasí s našimi podmínkami, tak je umísťujeme anebo je posíláme do dalších lázní, které uvedla pojišťovna. A návrhů chodí tak 60–70 denně. A přitom řešíme různé telefonické dotazy hostů.

Vracejí se vaši pacienti?

Vracejí, dokonce s řadou se znám osobně. Samozřejmě přijíždějí i noví pacienti, a ti většinou chtějí příští rok přijet znovu.

Jací jsou vaši klienti? Vzhledem k tomu, že se jich hodně vrací, tak myslím, že jsou spokojeni, že se jim tu líbí.

Je pravdou, že čas od času se najde někdo, kdo není úplně spokojený. Tomu

se snažíme vyhovět a pomoci. Přitom vím, že se o ně staráme dobře a zdravotní péči mají velmi kvalitní.

Na co jsou nejčastější připomínky?

Jsou to různé, často až úsměvné věci. Například chtějí jinou směnu na snídani, nebo chtějí pokojs výtahem na hradby, který zrovna není volný. Jsou věci, které jdou zařídit, ale také přes které nejede vlak.

Nepodlehnete někdy neodbytnému klientovi a pokoj mu během pobytu vyměníte?

Pokud to jde, tak se snažíme vždy pomoci, ale často to může být problém. Máme nastaven systém, kde jsou pevné přesné termíny. Po většinu roku jsme ze 100 % naplnění. Někdy si hosté stěžují, že nemáme kapacitu, že se na ně nedostává, že dáváme přednost samoplátcům a cizincům, což není pravda. Cizinci platí stejnou cenu jako tuzemští hosté.

Problém je u tzv. komplexních pacientů, jejichž návrh platí tři měsíce. Pak jsou „příspěvkoví“, kteří si platí ubytování a stravování sami a jejich návrh platí šest měsíců, a poslední jsou samoplátci, kteří si vše hradí sami. Od doby, kdy doktor vystaví doporučení, pacient musí do tří či šesti měsíců nastoupit. Jenomže také záleží na pojišťovně, jak rychle doporučení zpracuje, jak rychle jej potvrdí revizní doktor. Navíc lázně často vybírá samotná pojišťovna, takže pacient může vznést požadavek, že chce do Třeboně,



ale pojišťovna jej pošle jinam. No a lidem pak těžko vysvětlujeme, že jim nemůžeme vyhovět podle jejich přání.

Na jak dlouho máte naplněnou kapacitu lázní?

Momentálně do října.

Kdyby sem chtěl přijet někdo v srpnu, tak má smůlu?

Ne vždy, stává se, a poměrně často, že lidé rezervaci zruší. To pak kontaktujeme jiné klienty, kteří měli zájem. Když jde o pojištěnce, musí mít návrh, abychom jej mohli co nejdříve umístit. A co se týče samoplátců, kolegyně má záznamy a když se něco uvolní, tak zavolá. Ale abyste si v pondělí zavolal, že chcete ve čtvrtek odpoledne přijet na čtrnáct dní, tak to by byla velká náhoda.

V dnešní době má hodně lidí doma psy. Nemáte také požadavky na ubytování se psem?

Také. Sice volají dopředu, ptají se, ale to nepovolujeme, to prostě nejde. Vždyť jsme zdravotnické zařízení. Vzít si psa nebo kočku do nemocnice, to také nejde, a k nám to zkoušejí. Na druhou stranu tu máme jednu stálou klientku-pejskařku, která nám posílá pohledy s přimalovanou psí tlapkou a že zdraví Kryštof. Jenomže ta je ubytována v soukromí, kde svého pejska zřejmě mít může, a k nám chodí na stravu a procedury.

Připravil: Roman Růžička



„Zpočátku jsem si myslela, že nevydržím, že do tří let odejdu, vrátím se zpátky do Prahy, no a už jsem tu třicet let.“ říká Iva Štichová.

Důležitá je souhra a rytmus

V sobotu 18. července se treboňský rybník Svět proměnil v dračí sluj. Do veslařského klubu se totiž sjelo 27 posádek dračích lodí, protože se zde konal čtvrtý závod Českého poháru spolu s vloženým závodem pro posádky firem a korporací přátel. Mezi nimi samozřejmě nemohl chybět tým Lázní Aurora.

I přes nepřízeň počasí a za vydatného deště se jak ve veslařském klubu, tak na hrázi rybníka Svět sešly stovky diváků, kteří zpod deštníků sledovali netradiční sportovní show.

Kapitánkou lázeňské lodi byla Helena Bednářová, jež zaujala místo háčku. A co bylo pro 21člennou posádku nejtěžší? „Jednoznačně souhra a správný rytmus, který udává bubeník. Ten však musí sledovat

právě oba háčky a ostatní se jim musí přizpůsobit. Celá posádka by měla v jeden okamžik sáhnout pro vodu, stejně zabrat i stejně vynořit pádlo, což se ne vždy podařilo,“ říká kapitánka Bednářová. K celkovému 19. místu mezi 27 posádkami uvedla: „Jeli jsme poprvé, a tak jsme snad nedopadli špatně, ale už se všichni těšíme na další ročník. Pan starosta totiž projevil zájem, aby se závody dračích lodí v Třeboni konaly pravidelně. To by bylo fajn už jenom z toho důvodu, že se tu sešlo spousty Treboňáků. Jak diváků, tak firemních lodí a byl to příjemný den, byť příšerně pršelo.“ K otázce, jaký vliv mělo na posádku počasí,

uvedla, že mokří by byli stejně – od pádlování, voda v rybníce byla teplá, ale nepříjemný byl především chladný vítr a také, když se opakovaně převlékali do již mokřích dresů. „Sotva jsme však usedli do lodě a ponořili pádla, na počasí jsme zapomněli a soustředili se na výkon,“ dodává Helena Bednářová.

Na dračí lodi má důležitou roli kormidelník, který však byl v případě firemních lodí zapůjčen od profesionálních posádek, ale také bubeník. Jak již bylo uvedeno, na lázeňské dračí lodi se tohoto postu ujala další žena – Marcela Dolejšová. Byť sama žádný hudební nástroj neovládá, vzala si hodiny tréninku od svého manžela, který bubeníkem je, a tak ze své stoličky směle velela celému týmu.

K závěrečnému hodnocení kapitánka



Helena Bednářová uvedla, že šlo o skvělou akci, že se podařilo vytvořit dobrý tým z lidí, kteří se v lázních pouze občas potkávají na chodbách. Rovněž si pochvalovala značný ohlas nejen u diváků, ale i u firem, jež měly zájem svoji posádku sestavit a ve zdravé rivalitě a vzájemném hecování se na sportovním kolbišti utkat s jinými Treboňáky. ~

Připravil: Roman Růžička

TÝM LÁZNÍ AURORA:

Helena Bednářová (rehabilitační pracovnice), Antonín Brada (údržbář), Martin Brchaň (číšník), Jaroslav Čapek (údržbář), Marcela Dolejšová (masérka), Miroslav Doškář (rehabilitační pracovník), Radka Hrbková (plavčík), Radka Jáchimová (masérka), Jiří Kašpar (IT pracovník), Pavel Křepela (plavčík), Jitka Kuršová (masérka), Alena Ludvíková (masérka), František Lukáš (IT pracovník), Marek Michal (údržbář), Veronika Nehodová (plavčík), Marie Reindlová (masérka), Petr Samec (technik), Jitka Vérostová (plavčík), Josef Vlček (fitness), Petr Voborský (rehabilitační pracovník), Petr Zajíc (plavčík).

Realizační tým: Eva Götzová, Antonín Loskot

Posádku Lázní Aurora nezдолalo ani deštivé počasí.



ZAJÍMAVOST:

Z historie dragonboatingu

Přes dva tisíce let stará tradice pádlování na dračích lodích pochází ze starověké Číny. Lodě odvozené od boha vod – draka, jsou 12,5 metru dlouhé a pojmu dvacet pádlujících, 10 nalevo a 10 napravo.



Na konečných dvaadvacet členů posádky je pak doplněn kormidelník stojící na zádi a bubeník sedící na vysoké stoličce vpředu, který údery do koženého bubnu udává rytmus pádlování. Přídě a záď lodí zdobí vyřezávaná dračí hlava a ocas.

Moderní historie dragonboatingu se datuje od roku 1976, kdy se uskutečnil první festival dračích lodí v Hongkon-

gu. Odtud se sport rychle rozšířil do celého světa. V současné době se této disciplíně aktivně věnuje přes 50 miliónů sportovců z více než 50 zemí světa. Mezinárodní federace dračích lodí pořádá od roku 1995 oficiální mistrovství světa i mistrovství Evropy. Vzhledem k celosvětovému rozšíření a oblibě tohoto sportovního odvětví se připravuje



zařazení této disciplíny do programu olympijských her.

Závodí se v drahách na vzdálenosti 250, 500 a 1000 m. Dlouhá trať na 2000 m se jezdí na kola s otáčkami. Kategorie se dělí dle věku a pohlaví (jezdí se i mix). Nejprestižnější je kategorie OPEN – tzn. bez omezení. ~

-red-

O FOCENÍ, OPERETĚ, DABINGU A VŠEM MOŽNÉM S JANOU DRBOHLAVOVOU

Z fotokomory na divadelní prkna

Začátkem letních prázdnin přijela do Lázní Aurora na téměř celý měsíc herečka Městských divadel pražských Jana Drbohlavová. Naplno se věnuje především svému milovanému divadlu, ale také dabingu a filmu. Televizní diváci si ji zřejmě nejvíce pamatují ze seriálu Arabela, kde ztvárnila paní Hermannovou, nebo ze seriálu Hříšní lidé města pražského, ale především z filmu Dívka na koštěti. Tam si zahrála učitelku Peškovou.

Když jsme paní Drbohlavovou požádali o rozhovor, příliš nadšená nebyla. „Víte, já jsem tady na léčení, na takové dovolené, a chci si ode všeho odpočinout. Navíc rozhovory neposkytuji, protože to nemám ráda.“ Nicméně slovo dalo slovo, a tak jsme se 14. července dopoledne, po jedné z jejích procedur, setkali v přízemním baru Slatinka a příjemně si popovídali.

Kdo vás přivedl k divadlu? Tatínek, který byl fotograf a hodně fotil i v divadle?

Ani ne. Tatínek chtěl, abych také fotila, dokonce mne přihlásil na fotografickou školu. Zpočátku jsem měla radost, když se ve vývojce začaly objevovat nafocené obrázky, ale pak mě to přestalo bavit. Ve škole jsem se často přistihla, jak koukám z okna na milovaný Petřín a vůbec jsem nedávala pozor. Nakonec jsem ze školy přešla na DAMU.

Vaše první angažmá však nebylo v klasickém divadle...

V kapse jsem měla papír, že jsem vystudovaná herečka, a spolu s dalšími kolegy jsem neměla živobytí. Jednoho dne jsme jen tak courali po Praze a v Nuslích jsme zahlédli plakát, že přijmou lidi do tamější operety. Řekli jsme si, že to zkusíme. A jak se říká, přeskočili lavičku, zazpívali písničku a dostali práci. Byl to úžasný rok. Pak jsem dostala nabídku od pana režiséra Oty Ornesta do Městských divadel pražských a od té doby hraji tam. Jsem spokojena a nerada něco měním.

Věnujete se především divadlu, ale také dabingu. Připomeňme například paní Prendergastovou ve Volném pádu, nespočet hlasů v indiánkách včetně slavné Nšo-či, což byla sestra Vinnetoua, anebo v posledních letech profesorku McGonagallovou ve filmech o Harry Potterovi. Co pro vás dabing znamená?

Dabing miluji. Jde o velmi zajímavou práci a také o mého obrovského koníčka. Nestačí jen odříkat text a trefit se takřikajíc do pusy, ale musíte se vžít do postavy, kterou dabujete, musíte do toho dlát emoce, jinak to nemá cenu. Ale přiznám se, že dabing je také část mé obživy. Z jednoho divadelního platu se člověk neuživí, a když, tak jen těžko.

Říkáte, že ve vaší branži je třeba mít více kontraktů. Je hodně těžké je získat?

To záleží jak u koho. Já mám trochu problém s pravdomluvností a s tím, že si stojím za svým. Kolikrát jsem přišla o smlouvu, a tím pádem i o peníze, protože se mi nelíbilo, co a hlavně jak chtěli, abych svoji práci dělala. Řekla jsem, že to raději dělat nebudu. Mám ráda kvalitní a profesionálně odvedenou práci, k níž je však také třeba vytvořit odpovídající podmínky. Prostě nemám ráda věci, které jsou ušity horkou jehlou.

V Lázních Aurora jste už počtvrté. Jak se vám tu líbí?

Já vám to řeknu asi takhle: Je to tu úžasně, výborná kuchyně, všude je neustále uklizeno, jsou tu velmi milí a pracovití zaměst-

nanci. Nesmírně obdivuji lidi v balneoprovozu, jak jsou milí, pracovití, šikovní. Recepční, kteří při tom velkém mumraji vše zvládají a ještě jsou příjemní. A ta úžasná příroda. Neustále koukám do nádherného parku a na vodní hladinu rybníka Svět. Ale co mi vadí, to jsou identifikační pásky na ruku. Možná by se to nechalo vyměnit za nějaké přenosné čipy nebo kartičky, které by nebyly neustále na očích jiným lidem a svoji roli by splnily stejně. A také plný bazén. Já mám problémy s krční páteří, a tak nemohu plavat prsa, ale znak. No a v plném bazénu to dost dobře nejde. Jednak si sama nezaplavu a jednak obtěžuji ostatní. Ale jinak jsem velmi spokojena.

Na svém kontě máte nespočet divadelních rolí, ale také řadu filmových a televizních. Jak vzpomínáte na spolupráci s režisérem Václavem Vorlíčkem, který vás obsadil ve známém a oblíbeném seriálu Arabela a pod jehož vedením jste ztvárnila i nezapomenutelnou učitelku Peškovou ve filmu Dívka na koštěti?

Vidíte, co takové dva přičarované zuby v jedné pohádkové veselohře dokážou? Tehdy nikoho nenapadlo, že vstoupí do povědomí diváků. Na pana Vorlíčka samozřejmě vzpomínám ráda, ale i na spoustu dalších lidí, které jsem jak během svého studia, tak během divadelního života potkala. Ještě v Národním to byl pan Štěpánek, pan Smolík, v Nuslích pak Jirka Císler a pak řada dalších špičkových herců, na něž ráda vzpomínám. Rovněž ráda



vzpomínám na loutkový seriál pro děti O vepříku a kůzleti. Tehdy, podle scénáře, jsem měla mluvit kůzle.

(Pak se ke mně nakloní a ztlumeným hlasem povídá: „Jenomže já umím výborně chrochtat, tak jsme si s kolegyní role vyměnily.“ Což okamžitě předvedla a přidala pár vět nezapomenutelným hláskem postavičky loutkového vepříka – nádhery).

Nyní jsou nejen letní, ale také divadelní prázdniny. Co vás po jejich skončení čeká?

Nejprve se musím dát dohromady, abych byla připravena na další sezonu a podávala kvalitní výkony. Na jevišti Divadla ABC bych se měla objevit 22. září ve hře Pan Kaplan má třídu rád a na stejných divadelních prknech hraji i roli paní Peterkové v muzikálové podobě úspěšného českého filmu Šakalí léta.

Připravil: Roman Růžička



ZPĚVÁK LAĐA KERNDL PRO LÁZEŇSKOU POHODU:

Zpívání v přírodě doslova miluju

Kulturní léto třeboňských lázní bylo zahájeno velkolepě. Pod širým nebem u jezírka Růžový leknín v areálu Bertiných lázní se hned 1. července v režii Karla Vágnera představil král českého swingu a jazzu – Laďa Kerndl. Po jeho koncertě jsme jej požádali o následující rozhovor.

Máte za sebou koncert pod širým nebem, přičemž není dne, aby nepršelo. Měli jste s kapelou připravenou i „mokrou“ variantu?

Mokrou variantu spíš musí mít připravenou pořadatel koncertu. Pokud se nám stane, že začne pršet do zvukové aparatury, kapela se promění v mraveniště, které do pár vteřin nástroje stěhuje do suchého prostředí.

Jak se vám líbilo zpívat u jezírka?

U vody zpívám vždy rád, mám k vodě hluboký vztah, neboť jsem téměř 25 let i s přestávkami cestoval po mořích a rád si zajdu i na ryby. Dokonce mám doma jezírko, u něhož rád sedávám, pokud mi dovolí čas.

Zpíváte často v podobném „sále“?

Já jsem zpíval na neskutečném množství míst jak v přírodě, tak na různých pódiích, v obyčejných nebo i překrásných sálech, na hradech, zámcích, v muzeích, v zahradách, v kostelech, na lodích, dokonce i v jeskyni plné krápníků, na přehradě, při otvírání úseku dálnice nebo při otvírání vodního kanálu.

Je pro vás rozdíl zpívat v sále a v přírodě?

Zpívám všude rád.

Je snazší navázat kontakt s posluchači v sále anebo v přírodě?

Nevidím v tom žádný rozdíl. Kontakt s publikem je pro mě na prvním místě a je

mi jedno, jestli zpívám na lodi, v zahradě nebo v sále. Myslím si, že nezáleží ani na složení publika. Důležité je si posluchače získat. Složení publika však přizpůsobuji svůj repertoár. Nemám žádný scénář a pořadí písní, zpívám tak, jak reaguje publikum. Do poslední chvíle ani nevím, které písně budu zpívat. Muzikantům jen říkám názvy písní.

Jaké bylo publikum v Třeboni u jezírka?

Byl jsem nadšen a jsem rád, že lidi mají hudbu, kterou zpívám, rádi.

Myslíte si, že podobnou akci v lázních zopakujete třeba příští rok? Uvažujete o tom?

Velmi rád přijedu. Občas koncertuji i se svou dcerou Terezou, pokud jí to čas dovolí, neboť je velmi vytížená, a to si pak dáme nějaký krásný duet. Nedávno vydala svoji již třetí desku CD Retro, kde si mě přizvala na nádherný duet Stay.

Byl jste někdy v lázních jako pacient?

Ano, byl. Po mé těžké nemoci, rakovině krku.

Do třeboňských lázní jezdí řada lidí relaxovat, odpočinout si. Nepřijedete někdy také jako host?

Přijedu na podzim i se svou ženou, která nedávno také bojovala s rakovinou, a už teď se nesmírně těšíme, že zde strávíme



„Občas koncertuji i se svou dcerou Terezou, pokud jí to čas dovolí. A to si pak dáme nějaký krásný duet.“ říká Laďa Kerndl.

příjemné podzimní dny. Uděláme si tady dovolenou.

Mezi dnešními posluchači vašeho koncertu byla i Jitka Zelenková, která byla v Lázních Aurora na léčení na přelomu května a června. Tehdy slíbila, že přijede. Přijela a dokonce jste spolu zpívali...

S Jitkou se znám mnoho let, a to, že přišla na můj koncert, mě velmi potěšilo. Rádi se vidíme.

Jak přírodní prostředí – vlhkost, akustika – působí na váš hlas?

Každopádně se mi v přírodě zpívá lépe než v zakouřeném prostředí.

Proč jste si ke zpěvu vybral právě swing a jazz?

Je mi nejbližší, od svého mládí jsem k této hudbě inklinoval.

Čím jste v „civilním“ životě?

Vyučil jsem se nástrojařem a vystudoval jsem strojní průmyslovku.

Jaké máte koníčky?

Rád zachraňuji, co je určeno k zániku – starý dům nebo starou židli.

Co vám dělá největší radost?

Největší radost mi dělá pohled na šťastného člověka. ~

Připravil: Roman Růžička



Koncert se konal v romantickém prostředí u jezírka Růžový leknín v areálu Bertiných lázní.

Večer
jihočeské klasiky
Třeboňští pišťci

Nezmaři

Jihočeská
komorní
filharmonie

zámecký park Třeboň
od 20.00 hodin

8.8.2009

Předprodej Ticketpro a na www.okolotrebone.cz

Městské lázně Třeboň pořádají

KOMORNÍ RECITÁL JITKY ZELENKOVÉ „POD KŮŽÍ“

V doprovodu špičkových instrumentalistů, kontrabasisty Františka Raby a pianisty Lva Rybalkina, přináší 90 minut největších hitů popu, šansonů a jazzových standardů.

28.09.09 v 19.00 hod. ve společenském sále Lázní Aurora

Vstupné 180 Kč

Předprodej v infocentru Lázní Aurora, v kulturním oddělení Bertiných lázní a v IKS Města Třeboň.

Přehled kulturních akcí v městských lázních na srpen 2009

LÁZNĚ AURORA

2. 8. ne	15.00	POSEZENÍ S HUDBOU – Swing time	H
3. 8. po	19.00	KONCERT – Česká lovecká hudba dříve a dnes, vstupné dobrovolné	S
4. 8. út	19.30	TANEČNÍ VEČER – One Men Band, vstupné 30 Kč	H
5. 8. čt	19.00	PŘEDNÁŠKA – Tajuplné Novohradské hory – Milan Koželuh	PM
9. 8. ne	15.00	POSEZENÍ S HUDBOU – Swing time	H
10. 8. po	19.00	PŘEDNÁŠKA – Ze slavné historie třeboňského rybníkářství – Ing. Miroslav Hule	PM
11. 8. út	19.30	TANEČNÍ VEČER – Zenit, vstupné 30 Kč	H
16. 8. ne	15.00	POSEZENÍ S HUDBOU – Swing time	H
18. 8. út	19.30	TANEČNÍ VEČER – Krystal, vstupné 30 Kč	H
19. 8. st	19.30	PŘEDNÁŠKA – Léčivá síla rašeliny a slatiny – doc. MUDr. Petr Petr, Ph.D.	PM
23. 8. ne	15.00	POSEZENÍ S HUDBOU – Swing time	H
24. 8. po	19.00	PŘEDNÁŠKA – Ze slavné historie třeboňského rybníkářství – Ing. Miroslav Hule	PM
25. 8. út	19.00	PŘEDNÁŠKA – Třeboňsko – ptačí ráj – Mgr. Matouš Šimek	PM
	19.30	TANEČNÍ VEČER – SONO, vstupné 30 Kč	H
26. 8. st	19.00	KONCERT – Melodie světové opery – K. Bukovská, S. Sem, vstupné 100 Kč	S
30. 8. ne	15.00	POSEZENÍ S HUDBOU – Swing time	H

S – společenský sál
PM – přednášková místnost
H – restaurace Harmonie

INFOCENTRUM LÁZNÍ AURORA

otevřeno: pondělí až pátek 8.00–16.00 hod.
tel.: 384 750 127, e-mail: iks@aurora.cz
www.aurora.cz



BERTINY LÁZNĚ

2. 8. ne	10.30	LOVECKÁ HUDBA – myslivecké troubení, vývoj loveckého rohu, aj.	TDB
	19.00	DISKOTÉKOVÝ VEČER – DJ Roman Zvánovec, vstupné 25 Kč	A
3. 8. po	19.00	TANEČNÍ VEČER – Two Best, vstupné 30 Kč	A
4. 8. út	19.00	PŘEDNÁŠKA – Jak zvládat rychlé změny dnešního světa – Šárka Jarolímková	DB
5. 8. st	19.00	TANEČNÍ VEČER – SONO, vstupné 30 Kč	A
6. 8. čt	19.00	PŘEDNÁŠKA – Vydra říční – symbol Třeboňska – paní Francová	DB
9. 8. ne	19.00	TANEČNÍ VEČER – Relax, vstupné 30 Kč	A
10. 8. po	19.00	TANEČNÍ VEČER – Zenit, vstupné 30 Kč	A
11. 8. út	19.00	PŘEDNÁŠKA – Krčín a jiné rybníkářské kuriozity – Ing. Miroslav Hule	DB
12. 8. st	19.00	TANEČNÍ VEČER – Krystal, vstupné 30 Kč	A
14. 8. pá	19.00	PŘEDNÁŠKA – Aloe vera a zdraví – přednáší paní Němečková	DB
16. 8. ne	19.00	DISKOTÉKOVÝ VEČER – DJ Roman Zvánovec, vstupné 25 Kč	A
17. 8. po	19.00	TANEČNÍ VEČER – SONO, vstupné 30 Kč	A
18. 8. út	19.00	PŘEDNÁŠKA – Co narušuje naše vztahy? – Jiří Beníšek	DB
19. 8. st	18.00	PŘEDNÁŠKA – Léčivá síla rašeliny a slatiny – doc. MUDr. Petr Petr, Ph.D.	DB
	19.00	TANEČNÍ VEČER – FACE, vstupné 30 Kč	A
20. 8. čt	19.00	PŘEDNÁŠKA – Význam tarotových karet pro moderního člověka – M. Faltusová	DB
	19.00	SWINGOVÝ VEČER – Kvintet swingového orchestru ČB, vstupné 30 Kč	A
23. 8. ne	19.00	TANEČNÍ VEČER – ZENIT, vstupné 30 Kč	A
24. 8. po	19.00	TANEČNÍ VEČER – Pohoda Česká, vstupné 30 Kč	A
25. 8. út	19.00	PŘEDNÁŠKA – Krčín a jiné rybníkářské kuriozity – Ing. Miroslav Hule	DB
26. 8. st	19.00	TANEČNÍ VEČER – ROSA, vstupné 30 Kč	A
30. 8. ne	19.00	DISKOTÉKOVÝ VEČER – DJ Roman Zvánovec, vstupné 25 Kč	A
31. 8. po	19.00	TANEČNÍ VEČER – Evergreenmusic, vstupné 30 Kč	A

A – restaurace Adéla v areálu Bertiných lázní
DB – denní bar v 1. poschodí lázní (denně 7.00–15.00 hod., tel.: 384 754 480)
TDB – terasa denního baru

PROVOZNÍ DOBA KULTURNÍHO ODDĚLENÍ

pondělí, středa, čtvrtek: 7.00–14.00, úterý, pátek: 7.00–13.30
tel.: 384 754 455, e-mail: kultura@berta.cz
www.berta.cz



SPOLEČNÉ PROHLÍDKY LÁZNÍ AURORA A BERTINÝCH LÁZNÍ

TŘEBOŇSKÝ ZÁMEK	– denně mimo pondělí 9.00–17.15 hod. (každé úterý – organizovaná prohlídka – Schwarzenberská apartmá – odjezd od Lázní Aurora ve 13.30 hod.)
TŘEBOŇSKO – KRAJINA A LIDÉ	– denně 9.00–17.00 hod. (každou středu – organizovaná prohlídka – odjezd od Lázní Aurora ve 13.30 hod.)
SCHWARZENBERSKÁ HROBKA	– denně mimo pondělí – 9.00–17.00 hod. (každý pátek – odjezd od Lázní Aurora i od Bertiných lázní ve 13.30 hod.)
TŘEBOŇSKÝ PIVOVAR	– každý pátek od 15.00 hod. – exkurze s výkladem a ochutnávkou třeboňského piva
KOSTEL SV. JILJÍ	– každý čtvrtek od 13.45 hod. – prohlídka
AKVÁRIUM KRČÍNŮV DŮM	– denně 10.00–17.00 hod.



ZÁJEZDY

1. 8. so	ČESKÝ KRUMLOV – OTÁČIVÉ HLEDIŠTĚ – představení: TŘI MUŠKETÝŘI	OH	750, 800 Kč
2. 8. ne	ROMANTIKA V PODUNAJÍ – malebná část Podunají a soutěska Wachau	CPZ	550 Kč
9. 8. ne	RAKOUSKÉ ALPY – HINTERSTODER – výjezd lanovkou na Hütterer Höss, prohlídka Hinterstoder	CPZ	1100 Kč
16. 8. ne	ŠUMAVA – Stachy, Kašperské Hory, naučná stezka Povydíř 7 km, Muzeum Šumavy	CPZ	500 Kč
23. 8. ne	VÍDEŇ – prohlídka historické části města, Hundertwasser Haus, zámek Schönbrunn	CPZ	590 Kč
30. 8. ne	SOLNOHRADSKÁ JEZERA – nejkrásnější části Rakouska – Mondsee, Wolfgangsee, Hallstatt, Hallstättersee, Traunsee, Gmunden	CPZ	650 Kč

*CPZ CELODENNÍ POZNÁVACÍ ZÁJEZDY

*OH OTÁČIVÉ HLEDIŠTĚ

odjezd od lázní Aurora – 8.00 hod.
odjezd od Bertiných lázní – Tyršův stadion – 8.10 hod.
odjezd od lázní Aurora – 18.00 hod.
odjezd od Bertiných lázní – Tyršův stadion – 18.10 hod.



Z NABÍDKY BERTINÝCH LÁZNÍ:

Restaurace **ADÉLA**



NEKUŘÁČKÁ RESTAURACE

- nabízíme možnost výběru čerstvých mořských a sladkovodních ryb
- každé pondělí, středu a v neděli se přijďte pobavit na naše taneční večery
- možnost nákupu poukázek do restaurace Adéla
- možnost rezervace salonku
- polední menu za 70 Kč
- tel.: 384 754 436, e-mail: ziegler@berta.cz

*Srdečně vás
zvuče*



PIZZA RESTAURANT BOWLING BAR



- každý den **ŠTĚSTNÁ HODINKA**
(happy hour) od 17.00 hod. do 18.00 hod.
- zveme vás do baru na měsíc srpen s DYNBYLEM:
bavorák 35 Kč, gin tonic 35 Kč
- za každou desátou pizzu s sebou:
JEDNA PIZZA ZDARMA (10 + 1)
- kuchyň otevřena do 2.00 hodin
- **MOŽNOST ON-LINE SÁZENÍ**

*Srdečně vás
zvuče*

- **BOWLING** od 14.00 do 19.00 hod. (170 Kč/hod.)
od 19.00 do 2.00 hod. (200 Kč/hod.)

- Bertiny lázně Třeboň, tel.: 384 754 400, e-mail: ziegler@berta.cz

Rozvoz pizzy, těstovin a salátů

od 14.00 hod. do 1.00 hod.

- Možnost objednávky na tel.: 384 754 400
- Jídelní lístek na www.berta.cz

CENA ROZVOZU:

- Objednávka do 150 Kč cena rozvozu 50 Kč
- Objednávka od 151 Kč do 300 Kč
cena rozvozu 25 Kč
- Objednávka od 301 Kč rozvoz zdarma



Z NABÍDKY LÁZNÍ AURORA:

Restaurace Harmonie

nedělní posezení na letní terase restaurace HARMONIE v Lázních Aurora

Swing Time



každou neděli
od 15.00 do 19.00 hodin

- živá hudba
- příjemné posezení
- vynikající speciality na lávovém grilu
- vybraná vína společnosti BOHEMIA SEKT
- zmrzlinové a ovocné poháry
- zákusky z čerstvého ovoce

Těšíme se na vaši návštěvu!

Restaurace Harmonie, Lázně Aurora Třeboň
tel.: 384 750 677, www.aurora.cz



Přijmeme cukráře/cukrářku

- dobré platové podmínky

Bertiny lázně Třeboň:
Tel.: 384 754 411, 602 115 180

Kavárna

Na letní sezonu je pro vás znovu otevřena
kavárna s krásným posezením u Zlaté stoky.

PŘIJĚTE OCHUTNAT NAŠE ZÁKUSKY!



5. ročník

Třeboňský DIVADELNÍ FESTIVAL

červen – září 2009

Pátý ročník Třeboňského divadelního festivalu se již přehupuje do své druhé poloviny,
a tak na diváky čekají už „jen“ následující představení:

- | | |
|------------------------------|---|
| 31. července
21.30 | Carl Orff: CARMINA BURANA (zámecké nádvoří)
Moderní balet, Theatrum mundi... Divadlo světa v moderním tanečním ztvárnění! |
| 6. srpna
20.00 | VÝPRODEJ LEMURY LEPÉ
Hrají a zpívají: Lenka Vychodilová, T3 |
| 27. srpna
20.00 | Eve Ensler: MONOLOGY VAGÍNY
Hrají: Dáša Bláhová, Míša Sajlerová, Anna Polívková |
| 24. září
20.00 | Joan Didion: Rok magického myšlení
Hraje: Eliška Balzerová |

Vstupenky na všechna představení je možné zakoupit v Třeboni v Informačním a kulturním středisku
města denně mezi 9. a 17. hodinou (tel.: 384 721 169, 724 064 504). Informace o programu a další
podrobnosti jsou pak k dispozici i na webových stránkách festivalu www.tdf.cz.

CVIČÍME S BERTOU

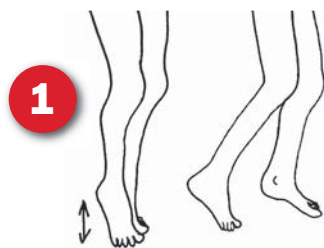
Plochá noha

Plochá noha a její následky jsou nejčastější získanou vadou v ortopedii. Normálně plní noha funkci statickou (je oporou vzpřímeného těla), dynamickou (je nezbytná pro chůzi a běh) a adaptační (tlumení nárazů, přizpůsobení nohy povrchu podložky apod.).

CHodidla jsou velmi důležitou oblastí z hlediska správného držení těla. Vytvářejí základnu, na níž spočívá váha celého těla. Nejsou-li správně klenutá, ovlivňují negativně celkové držení těla. Kromě toho má správný tvar chodidel bezprostřední vliv na kvalitu chůze, běhu a skoků.

Chodidlo tedy potřebuje k plnění svých úkolů velikou sílu i pružnost, a tu mu zaručuje právě jeho podélné a příčné vyklenutí. Při správné klenbě nožní doléhá malíková hrana chodidla na zem, vnitřní hrana tvoří oblouk. Ochabnou-li svaly a vazy chodidla, vzniká tzv. plochá noha. Klenba nohy začne klesat, váha těla se přenáší do vnitřních kotníků a špičky nohou se začnou široce rozevírat. Je samozřejmé, že takovéto postavení chodidel má za následek nejen vážné defekty v držení celého těla, ale znemožňuje i správnou chůzi a běh. Prevence a léčba se provádí nošením zdra-

votně nezávadné obuvi, snížením tělesné váhy a cvičením:



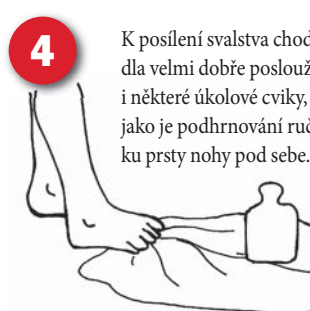
Opakované výpony nejdříve snožmo, poté střídavě na jedné a na druhé noze.



Stoj na zevním okraji nohy, palec je ohnut a dotýká se podložky.



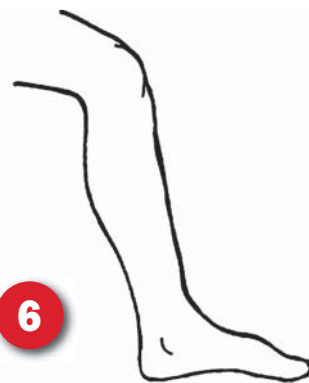
Uchopování drobných předmětů prsty nohy.



K posílení svalstva chodidla velmi dobře poslouží i některé úkolové cviky, jako je podhrnování ručníku prsty nohy pod sebe.



„Píďalky“ – posílení hlubokého svalstva chodidla ohýbáním základních kloubů prstů s nataženými prsty.



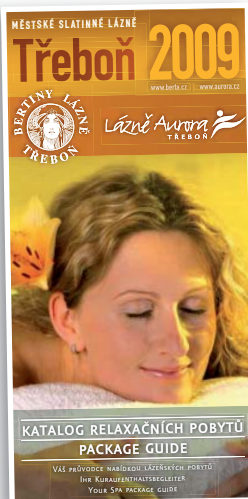
„Malá noha“ – zatínání svalů na chodidle se snahou udělat nohu co nejmenší.

Dále je možné:

- ♦ ve stoji přenášet váhu těla na vnější hrany chodidel a tím navozovat návyk přenášení váhy těla do vnějších kotníků,
- ♦ rozvírat a svírat prsty nohy (tzv. medvědí tlapa).

Výborným cvičením je i chůze bosýma nohama v mírně píchajícím terénu (travník, kamenitá zahradní cestička), při níž se aktivizuje svalstvo na plosce nohy.

Mgr. Bc. Romana Klečková,
fyzioterapeutka, Bertiny lázně Třeboň



Chcete náš katalog relaxačních pobytů na rok 2009?

Lázně Aurora i Bertiny lázně Třeboň připravily pro své klienty nový katalog svých služeb na rok 2009. Každý si o něj může nyní napsat na adresu: **Infocentrum – Lázně Aurora, Lázně Aurora, s. r. o., Lázeňská 1001, 379 13 Třeboň**

Spolu se žádostí do obálky vložte vystřižený odpovědní kupon (níže na této stránce) se svou adresou a katalog obdržíte zdarma. Zároveň se odesláním níže uvedeného kuponu stanete pravidelnými odběrateli měsíčníku Lázeňská POHODA, který vám bude také zdarma doručován na uvedenou adresu. Odpovídat můžete i zasláním svých údajů e-mailem na adresu: infocentrum@aurora.cz.

Měsíčník vám pak může chodit elektronicky přímo do vaší e-mailové schránky.

ODPOVĚDNÍ KUPON:

objednávám katalog Lázní Třeboň _____ ks

Objednávám zaslání Lázeňské POHODY zdarma

POŠTOU na níže uvedenou adresu ☐ ano ☐ ne

Objednávám zaslání Lázeňské POHODY zdarma

E-MAILEM na níže uvedenou e-mailovou adresu ☐ ano ☐ ne

titul: _____

jméno: _____

příjmení: _____

e-mail/tel. *: _____

ulice, č. p.: _____

obec: _____

PSČ: _____ podpis: _____

* nepovinný údaj

POHODA
Lázeňská

VYDÁVÁ:

Lázně Aurora, s. r. o. Lázeňská 1001 379 13 Třeboň pohoda@aurora.cz www.aurora.cz	Bertiny lázně Třeboň, s. r. o. Tylova 1 379 15 Třeboň pohoda@berta.cz www.berta.cz
--	---

REDAKČNÍ RADA:

Šéfredaktor: Ing. Sabina Kodlová
MUDr. Jaroslav Bican, Ing. Martin Blažek,
Ing. Bc. Zdeněk Chaloupka, Roman Růžička

Náklad: 6500 ks
Tisk: Tiskárna Java
MK ČR E 17981

Neprodejné.