



TŘEBOŇSKÝ SAUNOVÝ SVĚT

Saunový svět vstupuje do čtvrté sezony

STR. 6



WELLNESS MASÁŽE

Nabídka masáží v Lázeňském domě Berta

STR. 10-11

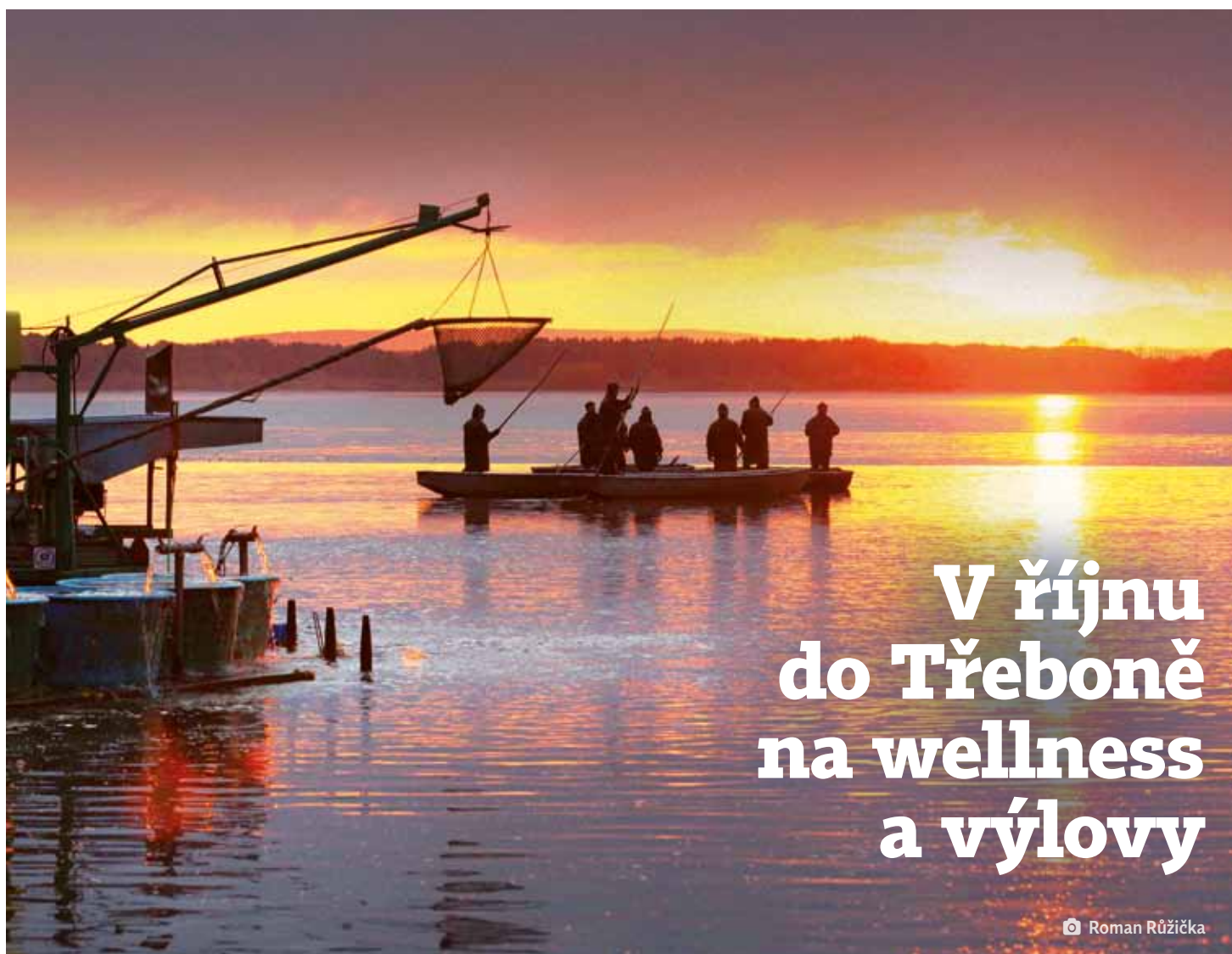


SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

LÁZEŇSKÁ POHODA

10

ŘÍJEN 2025
ROČNÍK XIX.



V říjnu
do Třeboně
na wellness
a výlovy

© Roman Růžička

LÁZNĚ

Připravujeme nový věrnostní program

STR. 4

PÉČE O KLIENTY

Představujeme lázeňské jídelny a jejich zaměstnance

STR. 8-9

GASTRONOMIE

Novinky v nabídce lázeňských provozoven

STR. 16-17

SPECIÁLNÍ POBYTY

Zažijte podzim v třeboňských lázních

STR. 20

AKTUÁLNĚ

Pravidelná odstávka bazénového komplexu



Dovolujeme si vás upozornit na pravidelnou odstávku bazénového komplexu Lázeňského domu Aurora v termínu od 14. do 18. prosince 2025.

Pravidelná odstávka bazénového komplexu v Lázeňském domě Berta je naplánována v termínu od 6. do 10. prosince 2025. <

Plavecká výuka žáků ZŠ Třeboň

Dovolujeme si vás informovat, že vnitřní bazény Třeboňského vodního světa jsou z důvodu konání plavecké výuky žáků ZŠ Třeboň od 22. září do 23. října každé pondělí až čtvrtek vždy od 8.00 do 10.00 hodin uzavřeny. Děkujeme za pochopení. <

MODERNIZACE

Co se u nás chystá?

Pravděpodobně jste zaregistrovali palety s materiálem v okolí obou lázeňských domů a pohyb techniků na střechách. Jak palety, tak technici znamenají, že naše lázně jsou ve finálové rovině s realizací instalace fotovoltaických elektráren pro Lázeňský dům Berta i Aurora. Na střechách objektu Lázeňského domu Berta je dosud instalováno 519 fotovoltaických panelů o celkovém výkonu 238,74 kWp. Aktuálně probíhá instalace rozvaděčů, střídačů a připojení FVE do rozvodné sítě.

Fotovoltaická elektrárna zde po zapojení do sítě ročně vyrobí cca 210 MWh elektrické energie, což pokryje 19% průměrné spotřeby elektrické energie v celém lázeňském domě za poslední roky. Instalace fotovoltaických panelů na budovách Lázeňského domu Aurora byla zahájena v polovině září. Areál je větší a panelů bude celkem 941 kusů o celkovém výkonu 432,86 kWp. V případě Lá-



zeňského domu Aurora fotovoltaická elektrárna vyrobí elektřinu, která pokryje 17% roční spotřeby elektrické energie. Obě fotovoltaické elektrárny jsou koncipované pro přímou spotřebu vyrobené elektrické energie. Dodavatelem celého projektu je společnost KEROSIN s.r.o. <



Kolárny v LD Aurora



Lázeňský dům Aurora má pro své klienty k dispozici tři kolárny. První dvě se nacházejí v prostorech u budovy ředitelství, poblíž parkoviště pro Wellnesscentrum, a jsou určeny klientům ubytovaným v hlavních budovách A, B a F. Kolárna č. 3 se nachází v přízemních prostorech ubytovacího pavilonu B a je určena výhradně pro klienty ubytované v nové přístavbě budovy B.

Všechny úschovny kol jsou samoobslužné prostřednictvím čipových hodinek. Čipové hodinky klient obdrží při příjezdu na hlavní recepci lázní. <

PROVOZNÍ DOBA:

denně 6.00–23.00 hodin

CENA:

1 kolo/1 noc 40 Kč



PODZIMNÍ POBYTY

Pobyt v lázních s výlovem Rožmberka



Slavnostní výlov Rožmberka v roce 2025 proběhne ve dnech 17. až 19. října. Pro velký zájem Slatinné lázně Třeboň opět připravují speciální pobyt spojený právě s výlovem rybníku Rožmberk. Nabídku speciálních zvýhodněných pobytů i další atraktivní pobyty

v obou lázeňských domech naleznete na dalších stranách tohoto čísla a také na našich webových stránkách lázní **www.laznetrebon.cz**.

Termíny výlovů vybraných rybníků, které jsou plánovány během letošního podzimu, najdete na straně 15. <

Třeboňská lázeňská matiné




JIHOČEŠTÍ TRUBAČI

19. 10. 2025
11.00 hod.
Společenský sál
Lázeňského domu Aurora

SLATINNÉ LÁZNĚ TŘEBOŇ

Vstup zdarma

Stavební akce města Třeboň v okolí LD Aurora

Montáž fotovoltaiky na střechy se komfortu pohybu klientů a návštěvníků zásadně nedotkne. S omezením je však potřeba počítat v souvislosti s plánovanými uzavírkami ulic U Světa (úsek kolem parkoviště) plus úsek mezi ulicemi Sportovní a Lá-

zeňská. Omezený bude i přístup do lázeňského parku. Stavební práce jsou rozdělené do několika etap s plánovaným dokončením celého projektu v polovině prosince 2025.

Bližší a aktualizované informace naleznete na webu lázní **www.laznetrebon.cz** <

UPOZORNĚNÍ

Pobyt Za kulturou do lázní je přesunut na únor

Připravovaný speciální wellness pobyt **ZA KULTUROU DO LÁZNÍ**, původně plánovaný na listopad 2025, přesouváme z kapacitních důvodů na únor 2026.

Na co se můžete při pobytu těšit, to vám představíme s předstihem na stránkách Lázeňské pohody a také na našich webových stránkách **www.laznetrebon.cz** <

Připravujeme nový věrnostní program

Chystáme změnu systému odměňování za vaši věrnost od 1. ledna 2027.

- Přijďte do třeboňských lázní a za odbydlé noci v letech 2025–2026 získáte další bonusové body.
- Tři úrovně a výše připsání bonusových bodů/korun zůstávají.
- Bonusové body budou po ukončení pobytu připsány do vaší lázeňské peněženky.
- Po dobu 24 měsíců s nimi můžete nakládat dle svého – uplatníte je při nákupu následujícího pobytu, uhradíte s nimi další procedury či s nimi uhradíte restaurační účet a další doprovodné služby.
- Kontrolu nad účtem budete mít neustále, přístup z webu laznetrebon.cz je samozřejmostí.

Velmi si vážíme vaší věrnosti a přejeme si, abyste u nás byli spokojeni a trávili u nás příjemné chvíle pohody. Kompletní pravidla a výjimky stávajícího věrnostního programu naleznete na www.laznetrebon.cz.



Sphere



Den otevřených dveří

Zapište si do diáře a přijměte pozvání na pátek 7. listopadu.

50 LET LÁZEŇSKÉHO DOMU AURORA aneb Tak jde čas...



1975–2025

50 LET LÁZEŇSKÉHO
DOMU AURORA

Den otevřených dveří – Aurora dnes 10.00–15.00 hodin

Co vás čeká?

Prohlídka prostor Lázeňského domu Aurora s odborným výkladem, dobové fotografie, krátký film o lázeňství v 70. letech ve Společenském sále, panely s lázeňskou tematikou a představení historických materiálů v prostorách vnitřní kolonády



TŘEBOŇSKÝ VODNÍ SVĚT

Čtvrtá sezona ve venkovním vodním světě byla úspěšná

I když se v průběhu letošního léta sluníčko spíše schovávalo za mraky, a to nejen nad Třeboní, návštěvníků do wellness částí lázní zavítalo dost. Uplynulá koupací sezona ve venkovním světě byla pomyslnou prověrkou pro wellnesscentrum lázní.

HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Podle recenzí návštěvníků jsme obstáli na výbornou, i když počet slunečných a teplých dní od soboty 31. května, kdy jsme brány vodního světa po čtvrté otevřeli až do 21. září 2025, kdy byly venkovní bazény přístupné naposledy, nedosáhl průměrného počtu, na který jsme zvyklí z posledních let. Lze říci, že do wellness lázní zavítalo od května do září minimálně stejně návštěvníků jako v roce 2024. Když byl venkovní vodní svět z důvodu nepříznivého počasí zavřený, lidé zamířili do vnitřních bazénů nebo do saunového světa, kde byla návštěvnost naopak rekordní.

Kromě osvěžení a koupání v bazénech návštěvníci ocenili také nabídku bistra. V sezo-



ně 2025 byl jeho sortiment ke spokojenosti návštěvníků rozšířený o nové produkty v podobě kuřecích stripsů a masových kuliček. Stálíci v nabídce bistra jsou hranolky s ta-

Čtvrtá sezona TVS v datech a číslech:

Zahájení sezony: 31. května 2025

Počet dní plného provozu: 88 dní

Počet návštěvníků: 42 575

Tematické akce v průběhu sezony:

2 saunové noci

Plav pod hvězdami (prodloužení otevírací doby TVS)

Ukončení sezony: 22. září 2025

tarskou omáčkou, langoš s česnekem a sýrem, párek v rohlíku a pizza. Jednoznačně TOP produkty bistra ve vodním světě jsou točená zmrzlina a točené pivo. <

BEZPEČNOST PROVOZU

Doporučení pro klienty lázní a návštěvníky wellness

Naše lázně jsou zdravotnickým zařízením a bezpečnost a zdraví klientů i návštěvníků z řad veřejnosti patří mezi naše priority. S bezpečím souvisí například i čistota bazénových vod, ať už se jedná o ty vnitřní, které máme otevřené celoročně, nebo o sezonní záležitost v podobě venkovního Třeboňského vodního světa. K zachování kvality bazénové vody používáme mimo jiné chlór. Ten vodu zbaví nebezpečných bakterií a spolehlivě z ní odstraní také nežádoucí organické látky, což zajistí bezpečné prostředí pro koupající se a plavce.

Chemie je do bazénů dávkovaná podle míry aktuálního znečištění a zároveň v souladu s povolenými limity. Kontroly kvality vody probíhají na denní bázi ze strany lázní i státních orgánů, v tomto případě se jedná o kontroly pracovištěm Krajské hygienické stanice v Jindřichově Hradci.

Ošetření bazénových vod chlórem s sebou nese zátěž pro plavky a šperky. Při výběru plavek se tedy doporučuje orientovat na ty, které jsou vyrobené z chlórúodolného materiálu. Konkrétně se jedná o mikrovláknový polyester. Bazénová chemie může poškodit

také povrch vašich šperků, proto je doporučujeme před vstupem do bazénů odložit. Trezory pro odložení cenností najdete v Třeboňském vodním světě i ve wellnesscentru. Chlórúodolné plavky nabízí většina výrobců sportovního vybavení v různých cenových kategoriích. Množství chemie v bazénových vodách je spojeno s ukázněností návštěvníků a jejich ochotou dodržovat pokyny k návštěvě, jako je mytí celého těla mýdlem bez plavek před vstupem do prostor bazénů, použití ochranných pomůcek v podobě nepropustných plen u dětí nebo při zdravotních potížích u dospělých. <

TŘEBOŇSKÝ SAUNOVÝ SVĚT

Saunový svět vstupuje do čtvrté sezony

Za krátkou dobu si Třeboňský saunový svět získal přízeň stovek návštěvníků. Někteří z nich smysl a krásu saunování objevili právě zde. Skalní příznivci obdivují nádherné prostory a užívají si různých zpestření, které pro ně připravují saunéři. Jedná se například o peeling.

ŠÁRKA ZOUBKOVÁ, SAUNÉRKA

Mnozí návštěvníci se s peelingem ve spojení se saunováním potkávají poprvé a často se na něj ptají. Odpovědi na základní otázky vám tedy nyní, naši vážení čtenáři, přinášíme také na stránkách Lázeňské pohody.

Co je peeling?

Peeling je proces odstraňování odumřelých kožních buněk (šupinky staré kůže) z povrchu celého těla a pleti za pomoci peelingové soli apod.

Pleť je po procesu jemná, projasněná a má sjednocený tón. Peeling přispívá k léčení akné, pigmentových skvrn, uvolňuje ucpané póry a redukuje jemné vrásky. Během peelingu dochází ke stimulaci tvorby nových kožních buněk, a tedy k regeneraci pleti. Vyčištěná pleť lépe vstřebává následně použité krémy a masky. Celkově lze tedy říci, že peeling omlazuje pleť.

Výroba peelingů – know-how saunérů v lázních

Saunér každý den vyrábí čerstvý peeling. Na jeho výrobu používá kosmetickou mořskou sůl smíchanou s kosmetickým olejem. Další složkou mohou být doplňky, jako je med, relaxační soli různého složení (např. rozmarýna, levandule, arnika, dračí dráp, eukalyptus, borovice limba, máta a dále esenciální oleje). Někdy je sůl nahrazena kosmetickým cukrem.

Samotné použití peelingů při procesu saunování

Peeling se do sauny aplikuje na prohřátou, vlhkou pokožku. Proto je vhodné jej provádět v parní komoře. Návštěvník vstupuje do páry bez prostěradla a svršků. Páru pak nechá nějakou dobu působit na pokožku a pleť (3–10 min.) a poté nanáší peeling krouživými pohyby na pokožku od kotníků vzhůru a od zápěstí ke středu těla vč. oblasti břicha, hrudníku, hýždí a zad. Jedná se o regenerační proces, a tak postupujeme pomalu s jemným tlakem na pokožku a pleť. Pozor je nutné dávat na to, aby se sůl nedostala do očí, a také na intimní partii.

Peeling zvyšuje svoji účinnost, když ho necháme chvíli působit. Po aplikaci následuje důkladné odstranění peelingů z těla při sprchování, a to také v samotné parní komoře, kde jsou umístěny 4 sprchy. Výsledek je viditelný hned. Pleť je hebká a přirozeně zregenerovaná. Peeling stačí aplikovat 1x za 14 dní. Peelingovou kúru nepoužíváme při akutních kožních onemocněních nebo při podrážděné pokožce. Peeling je vhodný i pro masáž vlasové pokožky. Důležité je peeling vždy z těla pečlivě odstranit.

TIP SAUNÉRA

ŠÁRKA ZOUBKOVÁ:
Peeling si ideálně dopřejte po několika cyklech pobytu v saunových kabinách. <



Třeboňský saunový svět

Otevírací doba

Denně: 12.00–22.00 hodin

JEDNORÁZOVÉ VSTUPNÉ V KČ:

minuty	60	120	180
Dospělí	250	390	580
Senior nad 65 let	250	340	510
Student (15–26 let)	250	340	510
Dítě (10–15 let)	250	240	360
ZTP, ZTP/P	250	320	480

ŠEST SAUN V SAUNOVÉM SVĚTĚ

- > Finská sauna Finestra
- > Caldarium
- > Bylinná sauna Erba
- > Finská sauna Cerimoniale
- > Parní kabina Vapore
- > Solná finská sauna



SLATINNÉ
LÁZNĚ TŘEBOŇ

Dárkové e-vouchery na:

- pobyty
- návštěvu restaurací a barů
- vstup do Třeboňského vodního světa
- všechny služby fyziocentra
- vstup do Třeboňského saunového světa

 laznetrebon.cz/cz/e-shop/evouchery

DARUJTE
LÁZNĚ JAKO
DÁREK



Kompletní nabídka pobytů
a více informací na
www.laznetrebon.cz

3DENNÍ WELLNESS POBYT

SUPER LAST MOMENT



Sleva pro držitele

Sphere

- 2×** ubytování s polopenzí
- 1×** slatinná koupel
- 1×** masáž vonnými oleji Aurora
- 1×** mechanická masáž Hydrojet
- +** vstup do vnitřních a venkovních bazénů (v rámci provozní doby) Třeboňského vodního světa a do fitness
- 1×** vstup do Třeboňského saunového světa (1× 120 minut)
- !** místní poplatek z pobytu není součástí ceny pobytu

UPOZORNĚNÍ: Tento pobyt lze rezervovat nejdříve tři týdny před plánovaným termínem nástupu.

Cena pobyt/osoba (v Kč)

typ pokoje	mimo- sezona*	hlavní sezona*
Jednolůžkový Superior	5 730	6 630
Jednolůžkový Superior + balkon	6 126	7 224
Jednolůžkový DeLuxe	6 090	7 134
Jednolůžkový DeLuxe + terasa	6 432	7 530
Jednolůžkový DeLuxe + balkon	6 504	7 620
Dvoulůžkový Superior	4 866	5 604
Dvoulůžkový Superior + balkon	5 100	5 856
Dvoulůžkový DeLuxe	5 172	6 126
Dvoulůžkový DeLuxe + terasa	5 352	6 396
Dvoulůžkový DeLuxe + balkon	5 388	6 468
Apartmá Klasik + balkon	5 424	6 594
Apartmá President + balkon	5 568	6 810
Apartmá DeLuxe	5 820	6 972
Apartmá DeLuxe + balkon	6 036	7 206
Apartmá Exklusiv + terasa	6 486	7 746
Apartmá Exklusiv + balkon	6 612	7 890
Přistýlka	4 218	4 416

* Mimossezona: 2. 1.–31. 3. 2025 | 1. 11.–22. 12. 2025
Hlavní sezona: 1. 4.–31. 10. 2025

NAŠE SLUŽBY

Lázeňské jídelny

Sto lidí, sto lehce odlišných chuťových preferencí a představ o kultuře stravování. Těch zmiňovaných sto pak vynásobte 320 a získáte přibližný počet klientů, kteří u nás v rámci roku stráví jednotky až desítky dní na různých typech pobytů. Personál režimových kuchyní i všech jídelen čelí tedy každodenní výzvě klienty co nejlépe nasytit a příjemně obsloužit.

HELENA NEKOLOVÁ,
PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Úspěšnost dokládají zpětné vazby ke stravování, které evidujeme prostřednictvím dotazníku spokojenosti. Negativní hodnocení se objevují v jednotkách nebo nižších desítkách případů. Převládá kladné hodnocení i vděk klientů především na komplexní a příspěvkové lázeňské péči, kteří oceňují, že strava je u nás servírovaná a ochotný personál ji s úsměvem na rtech přinese klientovi až k jeho místu u stolu. V obou našich lázeňských domech najdete celkem sedm jídelen. Z toho v Lázeňském domě Aurora je jich pět a v Lázeňském domě Berta, který má menší ubytovací kapacitu, jsou jídelny dvě. Obsluhovat v lázeňských jídelnách je převážně ženská záležitost. Tým Lázeňského domu Aurora tvoří 24 žen a 1 muž. V Lázeňském domě Berta se v jídelně potkáte vždy s polovinou z celkem

10členného týmu. Personál jídelen pro celé lázně zastřešuje Lucie Andrlová, jež má bohaté zkušenosti z hotelnictví a gastronomie. Její cit pro detail a kvalitu, který promítá do svých týmů v obou lázeňských domech, mohou ocenit klienti při každodenním stravování i návštěvníci speciálních akcí lázní nebo našich partnerů, kde se Lucie Andrlová podílí na dekorování rautů.

Paní Andrlová, v čem spočívá pracovní náplň personálu jídelen?

Týmy v obou lázeňských domech pracují na směny. Pracovní den jim začíná v 5.30 ráno přípravou snídaní a prostoru všech jídelen před příchodem klientů na snídani. Personál jídelen pracuje ve 12hodinových směnných cyklech, kdy je dva dny v práci a stejný počet dní doma. Personál na jednotlivých jídelnách se až na výjimky nemění, což podle mě podporuje proklientský přístup našich lázní. V jídelnách, které jsou určené pro pobyty komplexní lázeňské péče, se klienti stravují

ve dvou etapách – směnách. Na úklid prostor jídelny a její přípravu pro další směnu máme pouze 30 minut. Velmi nám pomáhá, když klienti dodržují časy výdeje hlavních jídel a umožní nám tak zajistit příjemné prostředí i pro ty ostatní, kteří přicházejí na jídlo v rámci druhé směny.

Slatinné lázně Třeboň jsou zdravotnické zařízení, ale zároveň disponují i hotelovým ubytováním čtyřhvězdičkové kategorie. Jak se tato skutečnost propisuje do úrovně stravování?

Před vstupem do všech jídelen i v deskách s informacemi na pokojích se mohou klienti seznámit s našimi pravidly, která máme zpracovaná do Etického kodexu lázeňských jídelen, restaurací a kaváren. Vážíme si každého, kdo se pravidly řídí, protože tak projevuje respekt a úctu ke všem ostatním strážníkům i k nám jako k personálu. Všichni, míněno já i kolegové, klienty obsluhujeme v jídelnách nebo jsme jim nápomocní, když je potřeba,



Personál jídelen LD Aurora – společné foto jedné pracovní směny: zleva Lucie Andrlová – vedoucí obsluhy LD Aurora a LD Berta, vedoucí směny Kateřina Nováková, Ladislava Heisenbergerová, Radka Březinová, Marcela Kotrčová, Ester Leyerová, Markéta Vyšatová, Marie Myšíková, Aneta Pytlíková, Jaroslava Dědičová, Lenka Hercová, Jana Kunešová. Nefoceně kolegyně z druhé směny: vedoucí směny Eva Papáčková, Simona Schiesslová, Iva Nováková, Marie Hamerníková, Jaroslava Šípová, Matala Turchina, Olena Novytska, Zdeňka Katrenčíková, Robert Novák, Anna Vitoušková, Ivana Zíková, Kateryna Novytska, Petra Janovská, Hana Klabečková



Jídelna pro klienty komplexní lázeňské péče



Personál jídelny LD Berta – jídelna pro samoplátce: zleva: Simona Jiráčková, vedoucí směn Štěpánka Lišková, Jana Puchingerová a Petra Čudková (další nefoceně kolegyně: Romana Mlýnková, Kristýna Töröková, Jitka Kalmová, Gabriela Krbcová, Svitlana Smolenská a Jana Uhlíková)

velmi rádi. Když je pak jídelna plná upravených a vhodně oblečených lidí, je to skutečná radost a pomyslná satisfakce za naši práci.

Jak si klienti vybírají servírovanou stravu a co doporučujete těm nově příchozím?

Určitě se zúčastnit informační schůzky pro klienty, kteří u nás absolvují komplexní nebo příspěvkovou lázeňskou péči. V Lázeňském domě Aurora setkání probíhají ve všední dny vždy od 13.00 v jídelně, jejíž číslo najdou klienti na kartičce, kterou dostali při příjezdu na recepci. V Lázeňském domě Berta probíhá informační setkání od pondělí do pátku

od 12.45. Objednávání stravy je u nás prozatím nastaveno na písemné objednání formou předtištěné karty, kterou má každý klient k dispozici na svém místě v jídelně. Výběr je ze čtyř druhů jídel a čtyř typů diet. Výběr doporučuji dobře promyslet, protože je závazný.

Čeho si u klientů považujete?

Když dodržují nastavená pravidla, jako je kodex odívání, neodnášejí nám z jídelny příbory ani nádobí a řídí se časy výdeje jídel pro svou směnu. Míst pro příjemné posezení a diskuzi s přáteli mimo prostory jídelny máme v obou lázeňských domech dost. Mimo časy výdeje stravy v jídelnách se o všechny naše klienty velmi rád postará personál našich barů a restaurací.

Shrnutí důležitých věcí, které souvisí se stravováním a provozem jídelny:

Směna v jídelně je daná typem ubytování a v průběhu pobytu je neměnná. Výběr varianty stravy je závazný.

Díky servírované stravě v jídelnách 3 a 4 v Lázeňském domě Aurora a ve větší jídelně v Lázeňském domě Berta není potřeba vstávat od stolu a chodit si stravu vybrat. Naše lázně se specializují na léčbu nemocí pohybového aparátu a vycházíme tak vstříc klientům s horší mobilitou.

Informační schůzky ke stravování probíhají každý všední den od 13.00 v Lázeňském domě Aurora a od 12.45 v Lázeňském domě Berta. Číslo jídelny najdete na své klientské kartičce. Bufetová strava je v obou lázeňských domech zajištěna pro samoplátce klientelu. V jídelnách pro samoplátce není potřeba dodržovat zasedací pořádek. Bufetovou stravu lze zajistit za příplatek. <

Otevírací doba jídelny:

LÁZEŇSKÝ DŮM AURORA

Jídelna 3, 4 (klienti komplexní a příspěvková lázeňská péče)

snídaně	7.00–7.45 (první směna) 8.15–8.45 (druhá směna)
oběd	11.00–11.45 (první směna) 12.15–12.45 (druhá směna)
večeře	17.00–17.45 (první směna) 18.15–19.00 (druhá směna)

Jídelna 1, 2, 5 (klienti-samoplátci)

snídaně	7.15–9.30
oběd	11.30–13.45
večeře	17.15–19.15

Informační schůzka pro nové klienty (pouze komplexní a příspěvková lázeňská péče):

po–pá ve 13.00 (číslo jídelny najdete na kartičce).

LÁZEŇSKÝ DŮM BERTA

Jídelna 1 (klienti komplexní a příspěvková lázeňská péče)

snídaně	7.00–7.45 (první směna) 8.15–8.45 (druhá směna)
oběd	11.00–11.45 (první směna) 12.15–12.45 (druhá směna)
večeře	17.00–17.45 (první směna) 18.15–19.00 (druhá směna)

Jídelna 2 (klienti-samoplátci)

snídaně	7.00–9.00
oběd	11.30–13.00
večeře	17.00–19.00

Informační schůzka pro nové klienty (pouze komplexní a příspěvková lázeňská péče):

po–pá ve 12.45 (větší jídelna).



Z Etického kodexu lázeňských jídelen, restaurací a kaváren

U pánů nevyžadujeme sako, ale prosíme vzít si dlouhé kalhoty a tričko, košili či svetr. Bohužel nemůžeme akceptovat tílko, kraťasy, cyklistický dres, župan, pyžamo či plavky. Pro dámy je situace daleko jednodušší. Stačí, když se vyvarují cyklistického dresu, županu, pyžama či plavky. Zároveň vás prosíme, abyste si veškeré jídlo vychutnali v prostorách jídelen, restaurací a kaváren a nevynášeli jej mimo tyto prostory.

LÁZEŇSKÝ DŮM BERTA

Wellness masáže v Lázeňském domě Berta

„Podzimní počasí je ideální pro relaxaci a masáže jsou skvělým způsobem, jak si dopřát odpočinek a uvolnění. Zde je několik tipů na masáže, které si můžete užít během sychravých podzimních dnů v Lázeňském domě Berta,“ zve do příjemných wellnessových maséren vedoucí balneoprovozu Mgr. Irena Šimková.

Lázeňský dům Berta má ve své nabídce i další wellnessové masáže, některé z nich lze absolvovat i ve fyziocentru našich lázní v areálu Lázeňského domu Aurora (označeno poznámkou).

RITUÁL VĚČNÉHO MLÁDÍ

Skutečný rituál zdraví a krásy je zaměřený na relaxaci a komplexní omlazení těla. Ušlechtilé přírodní složky jako extrakty vzácných dřevin, exkluzivní výtažky květů a drahocenné oleje navrací pokožce těla i obličej zdraví, jemnost a pružnost a dodávají jí mladistvý vzhled.

Délka procedury 90 minut
Cena 1500 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora

MASÁŽ VONNOU SVÍČKOU

Celotělovou masáž, lehce parfémovaná, hluboce relaxační. Samotná péče spočívá v ošetření těla vonnou svíčkou, která se díky zahřátí vosku přemění na masážní olej, má zjemňující a vyživující účinky na pokožku. Masáž uvolní tělo, navodí pocit pohody. Olej zanechá pokožku jemnou a provoněnou. Masážní svíčka má čisté přírodní složení, obsahuje pravý včelí vosk a éterické oleje té nejvyšší kvality.

Délka procedury 50 minut
Cena 950 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora



RELAXAČNÍ AROMA MASÁŽ CELOTĚLOVÁ

Aromamasáž je založena na uvolnění svalů celého těla při běžných potížích a také k relaxaci a při dlouhodobém stresu.

Délka procedury 50 minut
Cena 950 Kč

KLASICKÁ MASÁŽ CELOTĚLOVÁ

Klasická středně silná masáž celého těla, zaměřená na důkladné uvolnění svalů a zmírnění bolesti. Provádí se na svalech zad, šíje, svalstvu horních a dolních končetin.

Délka procedury 50 minut
Cena 950 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora



MASÁŽ VONNÝMI OLEJI BERTA

Relaxační masáž vonnými oleji (šíje, záda, hýždě).

Délka procedury 25 minut
Cena 550 Kč

INDICKÁ ANTISTRESOVÁ MASÁŽ

Indická masáž hlavy (antistresová) je ošetření hlavy, obličeje, šíje, ramen a horních částí paží. Ulevuje od napětí a každodenního stresu, které se často projevují v podobě zatuhlých míst na hlavě, šíji a ramenou, kde jsou důležitá energetická centra těla. Napjaté krční svaly jsou častou příčinou bolestí hlavy. Postupně

dochází k bolesti zad, tlačení v očích, neostřému vidění, migréně. Na hlavě je mnoho nervových zakončení, proto je masáž hlavy vnímána jako báječný a slastný zážitek, lék na bolesti hlavy, očí a napětí ve svalech krku a ramen. Zlepšuje též kvalitu vlasů. Navodí maximální relaxaci a uvolnění.

Délka procedury 50 minut
Cena 800 Kč

MASÁŽ LÁVOVÝMI KAMENY

Masáž lávovými kameny představuje poměrně netradiční způsob masáže, přesto však patří mezi jedny z nejstarších relaxačních technik a rovněž příznivě ovlivňuje lidské zdraví. Díky spojení masáže, horkých kamenů a principů čínské medicíny nachází uplatnění při celé řadě potíží.

Délka procedury 50 minut
Cena 1000 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora



REFLEXNÍ MASÁŽ PLOSKY NOHY

Působení tlaku a masážních hmatů na reflexní zóny na ploskách chodidel. Masáží těchto zón dochází k relaxaci a odstranění harmonizačních bloků celého organismu.

Délka procedury 50 minut
Cena 950 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora



MANUÁLNÍ LYMFATICKÁ MASÁŽ

Jemná hmatová technika, zaměřená na lymfatický systém kůže a podkoží horních nebo dolních končetin. Masáž se provádí malým tlakem, pomalým tempem, bez použití masážních olejů.

Délka procedury 80 minut

Cena 1700 Kč

Dostupné také ve fyziocentru LD Aurora

Celotělová péče s luxusními přípravky Alqvimia

KLEOPATŘINA MASÁŽ

Speciálně pro ženy je určena exkluzivní omlazující a relaxační aromaterapeutická masáž inspirovaná zvyklostmi královen starobylého Egypta. Receptura vonného oleje Queen of Egypt, využívaného k masáži, pochází ze starého Egypta, kde byla používána urozenými dámami pro zachování mládí, krásy a přitažlivosti.

Délka procedury 50 minut

Cena 800 Kč

Celotělová péče s luxusními přípravky Alqvimia

CAESAROVA MASÁŽ

Pro muže, ale i pro ženy toužící zbavit se známek únavy či stresu a obnovit svou životní sílu je určena uvolňující Caesarova masáž. Tato relaxační aromaterapeutická masáž je prováděna vzácnými oleji, vyráběnými dle královské starověké receptury určené k léčbě únavy a svalových obtíží. Tyto oleje obsahují výtažky z hořkých citrusů, levandule, geránia, oregana a dalších středomořských bylin, napomáhajících hlubokému uvolnění svalstva a odstranění bolestí vzniklých stresem a přetížením. Jemná svěží vůně dodává energii a přispívá ke znovunalezení vašeho pocitu pohody, klidu a vyrovnanosti.

Délka procedury 50 minut

Cena 800 Kč

RELAXACE PRO UNAVENÁ ZÁDA A NOHY

Masáž zad bylinným olejem a následuje příjemná, uvolňující masáž chodidel a nohou speciálním krémem.

Délka procedury 50 minut

Cena 950 Kč

KONOPNÁ MASÁŽ

Částečná masáž šíje, zad a hýždí kvalitním 100% přírodním konopným olejem.

Délka procedury 25 minut

Cena 550 Kč

HLOUBKOVÁ KONOPNÁ MASÁŽ DLANÍ A CHODIDEL

Masáž je zaměřená na velmi důkladné uvolnění drobných kloubů, svalů a šlach na chodidlech, nártách, kotnicích, zápěstích, dlaních a prstech. Technika masáže je zaměřena na propracování hlubších vrstev tkáňové struktury svalů a fascií. Je prováděna speciální mastí, obsahující účinné látky z konopných semen, hřebíkovce, levandule a rozmarýnu. Procedura začíná krátkou (5 minut) koupelí nohou.

Délka procedury 50 minut

Cena 950 Kč

KONOPNÝ RITUÁL

Relaxační rituál kombinující částečnou konopnou masáž s hloubkovou masáží dlaní a chodidel. Rituál začíná krátkou sprchou, následuje částečná masáž šíje, zad a hýždí konopným olejem. Klient se otočí na záda, je zabalen do ovínu a pokračuje velmi příjemná hloubková masáž rukou a chodidel.

Délka procedury 75 minut

Cena 1400 Kč



Mgr. Irena Šimková doporučuje:

Ideální volbou pro nadcházející podzim je **MASÁŽ ČTVERO ROČNÍCH OBDOBÍ.**

Jedná se o aromatickou celotělovou masáž přírodními oleji, co v průběhu aplikace vyživí všechny vaše smysly. Celá procedura je balzámem pro tělo i duši. Pěstící tělové a masážní oleje jsou nejen základním prostředkem aromaterapie, ale zároveň i tím nejpřirozenějším způsobem péče o pokožku celého těla. Jejich základ tvoří panenské rostlinné oleje, které mají samy o sobě výrazné regenerační účinky na pokožku.

Délka procedury 50 minut

Cena 950 Kč

MASÁŽ RADOSTI

Tělové ošetření, které díky dokonalému synergickému působení esenciálních olejů z ovoce a květů obnovuje pocity naděje, optimismu a radosti ze života. Revitalizující síla přírody dodává pokožce hydrataci, regeneraci a hloubkovou výživu, povzbuzuje sebedůvěru, dodává nadhled a psychický klid.

Délka procedury 50 minut

Cena 900 Kč <

Důležité informace

Wellness masáže v Lázeňském domě Berta probíhají každý den od 8.00 do 16.00 hodin pouze po předchozí rezervaci a platbě. Fyziocentrum v LD Aurora je v provozu denně od 9.00 do 20.00 hodin.

REZERVACE

> **e-voucher:** internetová objednávka na www.laznetrebon.cz

> **e-mailem** na adrese procedury@berta.cz procedury@aurora.cz

> **osobně:** oddělení Časování procedur Lázeňský dům Berta PO–SO: 7.00–15.30 hodin

> www.laznetrebon.cz

HOST LD AURORA: PHDR. FRANTIŠEK KREJČÍ

Znám vůni Třeboně, když se ještě topilo čistě dřevem

S blížícím se výročí našich lázní, kdy jeden z domů oslaví padesátiny, vám přinášíme rozhovor s jedním z našich milých klientů, kteří se opakovaně vrací rádi do lázní i do Třeboně. **PhDr. František Krejčí** přijel do Třeboně poprvé jako čtrnáctiletý kluk v červenci roku 1975 v doprovodu své maminky rychlíkem Vindobona strávit v jižních Čechách pár prázdninových dní. Tehdy je pravděpodobně vůbec nenapadlo, že se sem budou opakovaně vracet v různých ročních obdobích po celá následující desetiletí. Jejich první dojmy z Třeboně navíc tehdy nebyly úplně nejpříjemnější, od úmorné cesty se zavazadly z vlakového nádraží k penzionu u rybníka Svět až po ne úplně vstřícné přijetí ze strany ubytovatelů.

HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Pane Krejčí, jak vypadal nynější Lázeňský dům Aurora v létě roku 1975?

Tehdy to bylo staveniště obehnané drátěným plotem. Areál byl podstatně menší, i když na tehdejší dobu to byla monstrózní stavba a mám za to, že žádnému jinému lázeňskému zařízení v šedesátých nebo sedmdesátých letech minulého století tak významné rozšíření nebylo dopřáno. Jednalo se o ojedinělý projekt s vysokou náročností ve všech směrech. Měl jsem později příležitost vidět i ostatní návrhy na řešení léčebného sanatoria a všechny přinesly velmi zajímavá řešení. Vítězný návrh je inspirovaný švýcarským architektem Le Corbusierem (pozn.: významná osobnost v oblasti urbanismu a architektury. Le Corbusier se narodil na konci 19. století a zemřel v roce 1965 a je považován za průkopníka moderní architektury. Podílel se na návrzích staveb v různých koutech světa. Hodně typické je pro něj spojení budov se zahradní architekturou. V případě Lázeňského domu Aurora jsou jeho práce inspirované vnitřní atria). Ještě se vrátím k popisu staveniště, protože bylo obklopeno loukami. Park chyběl a začal vznikat až později.

Nyní jsme v roce 2025 a popravdě si nedokážu představit, jak trávit před padesáti lety o prázdninách v Třeboni čas.

Areál Lázeňského léčebného sanatoria Aurora tehdy nedisponoval ani vnitřním bazénem. Co jste v rámci dní strávených v Třeboni podnikali?

Pokud se nepletu, tak bazén se dostavěl někdy v roce 1983. Jezdili jsme do Třeboně několikrát za rok a o lázních se mezi lidmi mluvilo. Původní plány byly na bazén o délce 50 m. Údajně na to byla připravená i veškerá

technologie, ale nakonec je tady až dodneška plavecký bazén o délce 25 m. Řekl bych, že jsme byli obecně více spokojeni s málem. Třeba i na tom ubytování, kam jsme jezdili, byly sprchy a WC na patře. Klíček od sprchy jste dostala na vyžádání a za poplatek. Sprchy a toalety byly oboje oddělené muži/ženy. Každý den jsme pravidelně chodili na procházku ke Schwarzenberské hrobce. Vždy jsme tady



PhDr. František Krejčí



nachodili dost kilometrů. Třeba i 12 nebo 14 km denně. Město nebylo tak upravené jako dneska a kousek od lázní vedla hlavní silnice ve směru na České Budějovice. Koupat jsme se chodili do rybníka Svět. Bylo to fajn. V průběhu let jsme v Třeboni poznali desítky lidí a mám pocit, že jsem s místním prostředím až rostlý.

Zmínil jste, že v Třeboni jste byli jako rodina pravidelně i několikrát ročně. Jezdili jste sem pouze o letních prázdninách?

Ne. Maminka mi několikrát dokonce napsala omluvku a vyrazili jsme do Třeboně na prodloužený víkend. Byl jsem dokonce i členem místní městské knihovny, která tehdy sídlila na nynějším Masarykově náměstí. Půjčoval jsem si tady knihy a dělal přípravu do školy. Třeboň znám v různých ročních obdobích a mimo jiné i v zimě, kdy se ještě topilo dřevem a nebyly žádné PET lahve jako dneska.

Zašli jste při svých pobytech v Třeboni někdy i do lázní, například do restaurace?

Už tehdy tady byla restaurace. Párkrát jsme tady byli. Vypadalo to zde úplně jinak (pozn.: rozhovor se uskutečnil v restauraci Harmonie), v prostoru byly rozvěšené rybářské sítě.

A co váš první lázeňský pobyt?

V devadesátých letech k vám jako samoplátce začal jezdit můj táta. Vždycky jsme

ho s mamkou přijeli na pár dní navštívit. Máma o pobyt v lázních nestála, i když by to nebyl problém a táta by ji s sebou rád vzal. Je zajímavé, že později ani moje životní partnerka po lázeňském pobytu netoužila. Tak jsme k vám několik let jezdili pravidelně s tátou sami. Ani mamka ani přítelkyně s námi prostě nechtěly. My jsme sem jako dva povaleči naopak jezdili rádi (smích).

Vzpomene si, kdy jste k nám jako klient přijel poprvé?

Mám za to, že to bylo v únoru 2001.

Teď je září, v jakém období roku k nám jezdíte nejraději?

Většinou přijíždím na pár dní před otevřením nové lázeňské sezony a pak ještě v červnu před prázdninami. Další pobyt plánuji většinou na konec srpna a začátek září, kdy jdou děti do školy a v lázních je klidnější. S ohledem na povinnosti spojené s chodem domácnosti si nemohu dovolit být u vás déle než dva týdny.

Vyhovují vám v průběhu let jiné procedury?

Před lety jsem ještě neměl takové potíže s koleny, která mě zlobí, chodil jsem rád na jógu, která mi dělala dobře tělesně i psychicky. Teď už jsem na józe u paní Moravcové, dříve Krejčové, kvůli kolenům ně-

kolik let nebyl, ale zažil jsem ještě zvýšení zájmu o tento typ cvičení. Nejdříve nás chodily řádově jednotky, třeba čtyři pět lidí, a poslední dobou je jich kolem čtyřiceti. Jednoznačně mi vyhovuje slatina a také elektroléčba.

Od roku 2001 se v Lázeňském domě Aurora mnohé proměnilo, jak vnímáte změny?

Díky rozšíření ubytovací kapacity je tady o mnoho více klientů. Potěšila mě třeba nová jídelna. Jako dlouholetý klient si přeji, aby další rozvoj a úpravy proběhly citlivě k původnímu rázu celého areálu. Jsem přesvědčený, že každý, kdo má smysl pro přírodu a umění, musí být z Třeboně nadšený. Je to skutečně krajina dvou nebi. Kolik jsem tady zažil různě seskupených mraků a podobně. Jedno z mála negativ spatřuji v chybějící dopravě mezi lázeňskými domy a vlakovým nádražím. Do Aurory je to se zavazadly z nádraží docela dálka.

Před několika měsíci proběhl monitoring zájmu o zajištění dopravy z autobusového i vlakového nádraží do lázeňských domů. Výsledky šetření přineslo výsledkem, že o zajištění dopravy není zájem. Pokud máte na uvedenou problematiku jiný názor, kontaktujte nás, prosím, na e-mailu info@laznetrebon.cz a do předmětu uveďte heslo: „ZAJIŠTĚNÍ DOPRAVY“. <

POHYBOVÉ PROCEDURY

Nordic walking v třeboňských lázních

Nordic walking, neboli severská chůze, je kondiční chůze se speciálními holemi. Tato zdraví prospěšná pohybová aktivita klade nemalé nároky především na správné naučení základní techniky, ale řadí se mezi nejzdravější sporty vůbec.



Nádherné okolí třeboňských lázní je jako dělané pro nordic walking, zejména pro začátečníky, a doslova vyzývá k procházkám třeboňskou krajinou

PAVLÍNA REZKOVÁ,
FYZIOTERAPEUTKA LD AURORA

Při severské chůzi se aktivně zapojují téměř všechny partie lidského těla (90% svalů) a jedná se o pohyb energicky náročný, tedy vhodný nejenom pro mobilizaci ochablých svalů, ale i pro snižování nebo udržení redukované tělesné hmotnosti. Jedná se o pohyb napodobující techniku běhu na lyžích.

Nordic walking odlehčí tlak na nosné klouby a upravuje držení těla. Zvyšuje zapojení horní části zádočných svalů, zadních svalů ramenního pletence, velkého prsního svalu, ohebnost bederní a krční páteře a svalů předloktí. Přitom snižuje svalové napětí v oblasti krční páteře a ramen.

Z uvedených důvodů je možné zvážit využití severské chůze při rehabilitaci u řady onemocnění pohybového systému nebo poúrazových stavů.

U pacientů, u kterých je intenzita cvičení limitována ortopedickými problémy, může nordic walking zvýšit terapeutický efekt. Na druhé straně je zřejmé, že při špatném technickém

provedení může mít i negativní vliv na pohybový systém (přetížení ramen, ramenního pletence, krční páteře, kolenních kloubů, hrudní a bederní páteře). Proto je velmi důležité naučit se správnou techniku nordic walkingu pod vedením vyškoleného instruktora.

Chodecké hole jsou vyrobeny z odolného, lehkého materiálu a jsou opatřeny rukojetí a rukavičkou (na rozdíl od trekkingových holí). Tubus hole, hrot a pryžová náhrada (botička – na rozdíl od trekkingových holí zešikmená). Obuv pro nordic walking se v podstatě nemění od bot určených k rekreační chůzi. Měla by být kvalitní, lehká, pohodlná. Neměla by být přes kotník. Oblečení je vhodné přizpůsobit podmínkám, ve kterých severskou chůzi vykonáváme.

Výhody severské chůze:

- je finančně dostupná
- lze ji vykonávat ve všech ročních obdobích
- vhodná téměř pro všechny věkové skupiny od zdatných sportovců až po rekonvalescenty
- provádí se na čerstvém vzduchu
- zvyšuje fyzickou kondici
- zlepšuje držení těla

- úleva od bolení zad, působí na kardiovaskulární systém
- příznivě ovlivňuje psychiku

Nordic walking mají v nabídce oba lázeňské domy, tedy jak Aurora, tak Berta. Provádí se 2x týdně na LD Aurora a 1x týdně na LD Berta pod vedením vyškolených a zkušených instruktorů. Nordic walking je součástí lázeňských procedur, ale dá se dokoupit i jako samostatná procedura. Rezervace je možná osobně nebo e-mailem na obou lázeňských domech na Časování procedur. <



Nordic walking

LÁZEŇSKÝ DŮM AURORA

Časování procedur 7.30–16.00
e-mail: procedury@aurora.cz

LÁZEŇSKÝ DŮM BERTA

Časování procedur 7.00–15.30
e-mail: procedury@berta.cz

Jedna lekce s lektorem: 45 minut
Cena: 170 Kč

Hole na nordic walking si lze v případě zájmu zapůjčit na recepcích obou lázeňských domů.

Ceník půjčovního:

Lázeňský dům Aurora	60 Kč / 1 den
Lázeňský dům Berta	70 Kč / 1 den
vratná kauce	1000 Kč

POZVÁNKA

Podzimní výlovy rybníků



Termíny podzimních výlovů vybraných rybníků 2025

Datum	název rybníka	výměra v ha	katastr. území
17.–19. října	Rožmberek	644	Stará Hlína
29.–31. října	Horusický velký	439	Horusice
3.–5. listopadu	Svět	213	Třeboň
3.–6. listopadu	Dvořiště	387	Dolní Slověnice
17.–20. listopadu	Bošilecký	200	Bošilec

Podzimní výlovy rybníků na Třeboňsku jsou tradičním vyvrcholením rybářské práce. Jsou zároveň i velkou příležitostí pro návštěvníky Třeboňska vidět rybářské řemeslo při výlovu v praxi.

Rybářství Třeboň každoročně v září zveřejňuje termíny výlovů, které jsou vhodné pro širokou veřejnost, a k návštěvě těchto výlovů i srdečně zve. Třeboňští rybáři upozorňují návštěvníky, že z technických důvodů může

dojít ke změně plánovaného výlovu nebo zkrácení doby výlovu rybníka. Výlovy rybníků začínají v 7 hodin ráno. Případné informace o změnách výlovů získáte na tel.: 384 701 510. <

Rožmberský rybí salát

Tip pro váš stůl od šéfkuchaře režimových kuchyní celých lázní Ludka Cibulky

Charakteristika

Salát z drobných kousků pečené ryby a zeleniny, spojený majonézou. Okurky a mrkev jsou ve tvaru kostek, cibule na tenká kolečka. Salát je lehce promíchaný, kypří, složky přiměřeně měkké. Chuť je příjemná po pečené rybě. Při servírování tvarujeme kopečky kulatou naběračkou a ozdobené servírujeme. Na přípravu rožmberského salátu můžeme využít i zbylé části kapra z filetování, je možné do salátu dát i pečené kapří vnitřnosti, tj. mlíčí a jikry. Na tento salát se nejlépe hodí kapr nebo amur.

Rožmberský salát je jemný a delikátní. Jde o starý tradiční recept. V čase podzimních výlovů chutná ještě lépe než kdy jindy. Tento salát připravujeme v našich lázních i při slavnostních rautech, kde je velmi oblíben. Není náročný na přípravu. Salát je možné podávat jako předkrm nebo k večeři s pečivem nebo servírovat na večeře jako chlebíček.

Technologický postup

Půlky kapra s kostmi (možno připravit i z filetovaného kapra) potřené olejem položíme kůží na dno pekáče. Rybu svrchu

osolíme a opepříme. Pečeme do zlatova při cca 160 °C. Po vychladnutí zbavíme kapra kostí. Maso jemně nakrájíme a vložíme do misky spolu s výpekem. Doporučuji do salátu nedávat kůži, jelikož kdo nemá rád pachutí silné rybiny, příliš by si nepochutnal. Přidáme nadrobno nakrájenou a vařenou mrkev, okurky, zelený hrášek, cibuli krájenou na slabá kolečka a majonézu. Vše zamícháme a podle potřeby ochutíme octem, cukrem a solí. Zdobíme petrželkou a červenou kapií spolu s plátkem citronu.



Rožmberský rybí salát můžete ochutnat i v restauraci Harmonie od 17. do 19. října, tedy stylově v době výlovu rybníku Rožmberek

Suroviny na cca 2 kg salátu

Kapří půlky	1,0 kg
Olej	0,05 l
Mrkev	0,2 kg
Okurka sterilovaná	0,2 kg
Hrášek zelený	0,2 kg
Cibule červená	0,2 kg
Majonéza	0,2 kg
Petrželová nať	0,02 kg
Kapie červená	0,05 kg
Citron	0,1 kg
Ocet	0,05 l
Cukr krystal	0,02 kg
Sůl	0,02 kg
Pepř mletý	0,001 kg

LD AURORA

Restaurace Harmonie

Restaurace Harmonie se nachází v přízemí areálu lázní, nabízí pokrmy české i mezinárodní kuchyně, rybí speciality, polední menu. Zveme vás do restaurace s celkovou kapacitou 100 míst.

Otevírací doba:

denně11.00–22.00

Od 17. do 19. října nabízíme rybí speciality:

POLÉVKA

- rybí polévka třeboňských rybářů

PŘEDKRM

- rožmberský rybí salát, bagetka

HLAVNÍ CHOD

- smažený kapr s bramborovým salátem
- grilované filátko z pstruha, hráškové pyré
- sumčí ragú, pečivo

Salonky Harmonie:

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení. Rezervace na tel.: 384 750 677



HUDEBNÍ VEČERY

Každé úterý a čtvrtek v 19.00–22.00

+420 384 750 677

www.aurora.cz



LD AURORA

Bowling Bar

Přijďte se bavit

Možnost pořádání oslav s občerstvením

OTEVÍRACÍ DOBA

pondělí–čtvrtek	16.00–23.00
pátek	16.00–24.00
sobota	14.00–24.00
neděle	14.00–23.00

2 BOWLINGOVÉ DRÁHY:

Cena: 260 Kč/hod./dráha



MOŽNOST MALÉHO OBČERSTVENÍ:

- domácí nakládáný hermelín, pečivo
- pikantní utopenci vlastní výroby, pečivo

ČEPUJEME:

- Třeboňské pivo 11°
- Pivo Petra Voka 13°

Tel.: 384 750 331

Rezervace viz QR kód →



Doporučení: QR kód naskenujte přímo přes aplikaci Fotoaparát ve vašem telefonu. Pokud musíte použít externí aplikaci (čtečka QR kódů), pozor na poplatky a odkazy na cizí stránky.

LD AURORA

Denní bar Zimní zahrada

PROVOZNÍ DOBA:

pondělí–neděle 10.00–20.00 hodin

Možnost celodenního sledování sportovních přenosů v samoobslužné části baru.

ČEPUJEME:

- Třeboňský ležák 12°
- Plzeňský ležák 12°





OTEVÍRACÍ DOBA

Po-Čt.....	11.00–22.00
Pá-So.....	11.00–23.00
Neděle.....	11.00–22.00

Od 1. října připravujeme nový stálý jídelní lístek.

Denně od 16.00 hod. v nabídce pokrmy k pivu a vínu:

- klobása, hořčice, kmínový chléb
- utopenec, kmínový chléb
- nakládaný hermelín s feferonkou, kmínový chléb
- topinka s pikantní masovou směsí
- buřty na pivo, kmínový chléb
- míchaný hovězí tatarák z květové špičky, česnek, topinky fritované nebo grilované

K této nabídce doporučujeme:

Řemeslné pivo Krumlov Prémium světlý ležák 12° nefiltrované, spodně kvašené 0,5l.....	54 Kč
Plzeňský ležák 12° 0,5l.....	54 Kč
Petra Voka 13° 0,5l.....	50 Kč
Třeboňské pivo 11° 0,5l.....	44 Kč

Přijďte ochutnat širokou nabídku letních míchaných nápojů a kávových specialit:

- Aperol Spritz
- Hugo Spritz
- Kozičky



Tel.: 384 721 222 / www.besedatrebon.cz

LD BERTA

Sport bar Top-Spin

Provozní doba

pondělí–pátek.....	16.00–24.00
sobota–neděle.....	14.00–24.00

2 bowlingové dráhy

Cena 260 Kč/hodina/dráha

restaurace-top-spin/rezervace-bowlingu-2

Na čepu

- Radegast Ryze hořká 12°
- Plzeňský ležák 12°

Oneplay – sportovní programy

Možnost pořádání oslav, narozeniny, možnost rautového občerstvení, dětské oslavy, připravíme dorty od naší cukrářky.



+420 384 754 400

www.laznetrebon.cz/cz/restaurace/

LD BERTA

Restaurace Adéla



Restaurace se nachází u Zlaté stoky v areálu Lázeňského domu Berta. V nabídce kromě stálého jídelního lístku připravuje kolektiv kuchařů různé zaměřené speciality.

Otevírací doba:

denně.....11.00–22.00

HUDEBNÍ VEČERY

Každé pondělí a středu 19.00–22.00

Od 1. do 31. října vám nabídneme speciální říjnové menu:

- rybí salát, bagetka s bylinkovým pestem
- smažený kapří fileť s domácím bramborovým salátem
- medailonky z vepřové panenky, fazolové lusky se slaninou, brambory grenaille
- buchtičky s vanilkovým šodó



Na čepu:

- Plzeňský ležák 12°
- pivo Petra Voka 13°
- Třeboňské pivo 11°
- nealkoholická piva

Pro děti je otevřen dětský koutek.

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení.

+420 384 754 436 www.adelatrebon.cz

KINO SVĚTOZOR

Říjen v kině Světozor

KAREL FICAL,
VEDOUCÍ KINA SVĚTOZOR

Filmoví distributoři nás zaskočili a nahrnuli nám do října téměř třicet nových filmů. A protože jsme kino multižánrové a snažíme se uspokojit převážnou většinu našich diváků, tak jsme vynechali jen pár titulů, které nemůžeme z kapacitních důvodů odehrát, ale ostatní promítáme. Z velkého množství vybíráme:

Hudební dokument

DEPECHE MODE: M

Očekávaný koncertní snímek Depeche Mode: M je filmová cesta do srdce mexické kultury a jejího vztahu ke smrti, rámovaná ikonickými vystoupeními skupiny Depeche Mode během jejich posledního turné Memento Mori. Film, jehož autorem a režisérem je oceněný mexický filmař Fernando Fírias, zachycuje tři vyprodané koncerty kapely v Mexico City, kterých se zúčastnilo přes 200 000 fanoušků a kombinuje záběry z koncertů s archivním materiálem.

Dobrodružný film

CUKRKANDL

Anička Jesenská zdědí po svém tajemném strýci dům se skleníkem a zubařskou ordinací ve městě Medov. Jako vystudovaná lékařka chce pomáhat hlavně dě-

tem, ale nikdo k ní nechodí. Vila má totiž ve městě pověst „strašidelného“ domu. Když díky dědovi Plantovi a exotické peruánské bylině ze skleníku zjistí, že zubařské zákroky nemusejí bolet, má rázem v ordinaci plno. Jenže ve městě je i druhý zubař – doktor Druml, kterému se to samozřejmě nelíbí. Začíná nerovný boj, v němž Anička brzy začne pomáhat i parta místních dětí...

Komedie

NĚCO ZA NĚCO

Zjistit, že budete potřebovat novou ledvinu, není žádná legrace. Když se přitom ale rozhodnete otestovat, jestli bude váš partner skutečně vaší drahou polovičkou, je o zábavu postaráno. Černá komedie s Annou Polívkovou o jedné nečekané vztahové prověrce, která s sebou přináší spoustu vtipných situací a taky starou známou partu.

Divadelní hra

DÁMSKÝ KREJČÍ

„Malá lež je mrzká. Velká lež – to je umění!“

Co všechno se může stát, když se po flámu snažíte zamaskovat nevěru a lžete jako když tiskne? Legendární fraška Dámský krejčí z Činoherního klubu vás vezme



na zběsilou jízdu plnou převleků, náhod a dokonale načasovaných nedorozumění. Ondřej Sokol jako zoufale vynalézavý doktor Moulineaux se zaplétá do laviny lží, která mu nekompromisně přerůstá přes hlavu. Po jeho boku excelují Mahulena Bočanová, Jaromír Dulava, Radek Holub a další, aby vám ukázali, co se stane, když se prav-

da stane tou největší hrozbou. Fraška, která vaši bránici nedá ani na chvíli vydechnout!

Obnovená premiéra

AVATAR: THE WAY OF WATER

Film Avatar: The Way of Water nabízí filmový zážitek na zcela nové úrovni. James Cameron vrátí diváky zpět do nádherného světa Pandory ve velkolepém a strhujícím dobrodružství plném akce. Film uvedeme ve 3D.

Životopisný

JÁ, CLAUDE MONET

Příběh Clauda Moneta, jednoho z nejslavnějších malířů všech dob, vyprávěný jeho vlastními slovy. Prostřednictvím dopisů a dalších osobních písemností přináší film pohled na muže, který svým obrazem Imprese, východ slunce stál



u zrodu impresionismu a stal se patrně nejvlivnějším umělcem 19. a počátku 20. století.

➤ www.kinotrebon.cz

Kinosál v Auroře



Každé pondělí, středu a neděli vás zveme na promítání filmů ve Společenském sále Lázeňského domu Aurora. **Promítání začíná vždy v 19.30 hodin.**

Upozornění: V pondělí 20. a ve středu 22. října v kinosále LD Aurora nepromítáme, protože se zde koná kongres.

5. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Moře na dvoře – komedie, ČR

6. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Sbormistr – drama, ČR/SR

12. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Dámský krejčí – divadelní hra, ČR

13. ŘÍJNA, vstupné 140 Kč
Pod parou – komedie, ČR/SR

15. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Srnky – komedie, ČR

19. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Něco za něco – komedie, ČR

26. ŘÍJNA, vstupné 140 Kč
Jak se nám to mohlo stát – komedie, ČR

27. ŘÍJNA, vstupné 150 Kč
Cukrkandl – dobrodružný, ČR/SR

29. ŘÍJNA, vstupné 140 Kč
Pod parou – komedie, ČR/SR





Kulturní tipy na říjen

LENKA KORANDOVÁ, VEDOUČÍ RECEPCE LDB, KULTURNÍ REFERENT SLT

V neděli 19. října 2025 v 11.00 hodin se po letní přestávce z altánu Lázeňského domu Berta vrátíme s Třeboňskými lázeňskými matiné zpět do společenského sálu LD Aurora, a to s **Jihočeskými trubači** pod vedením MgA. Roberta Tauera, člena Jihočeské komorní filharmonie, hráče na lovecké nástroje a učitele hudby. Trubačská škola Josefa Selementa při Okresním mysliveckém spolku v Českých Budějovicích byla založena v říjnu 2008 s cílem zvládnutí signálů Trubačského desatera profesora Antonína Dyka. Cílem Jihočeských trubačů je mimo jiné i propagace a popularizace mysliveckých tradic a zvyků jako součásti českého národního kulturního dědictví. Třetí listopadovou neděli, 16. listopadu 2025, se od 11.00 hodin již podruhé můžeme těšit

na vystoupení „**Epoque Quartet nejen Stardance!**“. Multižánrový Epoque Quartet působí na hudební scéně 25 let a hraje hudbu, která má jediný limit – musí přinést zábavu a radost jejím interpretům, pak se totiž zákonitě baví i posluchači. Nenechte si ujít tyto jedinečné hudební zážitky. Členové Epoque Quartet se již velmi těší na své lázeňsko-třeboňské publikum ve společenském sále Lázeňského domu Aurora. Vstupné je zdarma.

V měsíci říjnu bych vás velice ráda pozvala na dvě kulturní akce do společenského sálu LD Aurora. První z nich je unikátní společný koncert dvou populárních písničkářů – zpívajícího právníka a „Prodavače limonád“ ze slavného semaforického dua Paleček-Janík, „**Dvojkoncert Miroslav Paleček & Ivo Jahelka**“ v pátek 10. října 2025 od 19.30 hodin. V pohodovém a odpočinkovém koncertu plném hu-

moru vás čekají nejen originálním a vtipným způsobem zhudebněné historky, příběhy a zážitky JUDr. Jahelky ze soudních síní, ale také písničky dvojice, která k legendárnímu pražskému Semaforu patřila neodmyslitelně desítky let. Vstupné je 230 Kč.

Druhou kulturní akcí je pak koncert české folkové zpěvačky, textařky a skladatelky **Pavliny Jišové**. Rodačka z Českých Budějovic vystudovala učitelství na Pedagogické fakultě, byla členkou skupin Sem Tam, Žalman & spol. a Nezmaři a od roku 2002 vystupuje jako sólová zpěvačka. Šestkrát po sobě získala ocenění Zpěvačka roku od hudebního časopisu Folk & Country. Českými hudebními médii je často označována jako „první dáma českého folku“. Vstupné je 200 Kč, předprodej na oba koncerty v obou lázeňských domech a v Třeboňském informačním centru na Masarykově náměstí. <

Kulturní akce ve Společenském sále LD Aurora

10. ŘÍJNA, pátek, 19.30 hodin
DvojKONCERT Ivo Jahelka & Miroslav Paleček – vstupné 230 Kč

14. ŘÍJNA, úterý, 19.30 hodin
Koncert – **Třeboňský lázeňský symfonický orchestr** – vstupné 180 Kč

17. ŘÍJNA, pátek, 19.30 hodin
„**Z Čech k opernímu nebi**“ – pěvecký večer z nesmrtelných melodií, klavírní doprovod a mluvené slovo, prof. PhDr. Miloš Schnierer – vstupné 180 Kč

19. ŘÍJNA, neděle, 11.00 hodin
Třeboňská lázeňská matiné – **Jihočeští trubači** – vstupné zdarma

23. ŘÍJNA, čtvrtek, 19.30 hodin
Divadelní spolek Kajetán uvádí komedii „**Titanic v zrcadle**“ – vstupné 100 Kč

31. ŘÍJNA, pátek, 19.00 hodin
Koncert folkové zpěvačky Pavliny Jišové – vstupné 200 Kč

Módní přehlídka

23. ŘÍJNA, čtvrtek, 16.00 hodin
Módní přehlídka OA, SOŠ A SOU Třeboň
bar Zimní zahrada, bez vstupného



Vážení čtenáři, milí hosté, již nyní pro vás připravujeme

Společenský večer lázní 2026

KDY: **13. března 2026** (pátek)
KDE: **Společenský sál LD Aurora**

Těšit se můžete na skvělý raut v ceně vstupného. K poslechu a tanci zahraje oblíbený METROKLUB BIG BAND České Budějovice.

Prodej vstupenek spustíme na začátku listopadu. Sledujte informace na www.laznetrebon.cz.

 **tiráž**



LÁZEŇSKÁ POHODA

10/2025

VYDAVATEL:

Slatinné lázně Třeboň s. r. o., Lázeňská 1001, 379 01 Třeboň II, IČ: 251 79 896
pohoda@laznetrebon.cz
Město Třeboň, Palackého nám. 46/II, 379 01 Třeboň

REDAKČNÍ RADA:

Šéfredaktorka: Mgr. Helena Nekolová
Členové: prof. JUDr. Vilém Kahoun, Ph.D., Ing. Soňa Nováková, Mgr. Bc. Zdeněk Kadlec, Daniel Hamr, Ing. Mgr. Alena Tománková, Roman Růžička, Jan Plch
Náklad: 6500 ks
Design a DTP: MEUM, s.r.o.
Tisk: Tiskárna Protisk, Rudolfovska 617, 370 01 České Budějovice
Vychází měsíčně jako informační materiál. Toto číslo vyšlo 3. 10. 2025.
MK ČR E 17981 Neprodejné.
Pokud máte zájem o zaslání e-mailem, pište na adresu: pr@laznetrebon.cz.

ZAŽIJTE PODZIM V TŘEBOŇSKÝCH LÁZNÍCH

Vítání podzimu

od 1. do 31. října 2025

3 ☺ | 4 ☀

- slatinná koupel
- masáže
- saunový svět
- volný vstup do vnitřních bazénů

Nabídku speciálních zvýhodněných pobytů sledujte na našich webových stránkách.

www.laznetrebon.cz

Pobyt spojený s výlovem rybníku Rožmberk

16.-19. října 2025

3 ☺ | 4 ☀

- výlov Rožmberku s průvodcem
- poukázka na kapra nebo výrobky z ryb
- ukázka přípravy kapra s ochutnávkou
- procedury
- vstup do saunového světa
- volný vstup do vnitřních bazénů



SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

Sphere