

AQUALUNG CLUB – Klub sportovního potápění

První říjnový den pořádal Oblastní spolek Českého červeného kříže Český Krumlov (Ččk ČK), ve spolupráci s ostatními složkami IZS, armádou ČR a Správou CHKO Blanský les, branný závod pětičlenných družstev školní mládeže „Den plný prevence“.



Jelikož Aqualung club Frymburk navázal v letošním roce úzkou spolupráci s Ččk ČK, zúčastnili jsme se i my v kategorii starší žáci s družstvem složeným z našich mladých plavců a potápěčů. Reprezentaci klubu vzali na svá bedra Veronika Baštýřová, Renata Kortišová, Karolína Litvajová, Petr Papaj (všichni ze ZŠ V. Brod) a Michal Kulík ml. (ZŠ Frymburk).

Závod se odehrával v okolí policejní střelnice v Č. Krumlově. Na asi 5-ti kilometrovém okruhu bylo 13 stanovišť, kde soutěžící plnili praktické úkoly z první pomoci, ošetřovali a transportovali zraněného, jezdili na raftu, na stanovišti AČR házeli na cíl a absolvovali malou opičí dráhu. Teoretické znalosti prověřili testy z dopravní výchovy, prevence požární ochrany a ze znalostí naší přírody. Nechyběla ani střelba ze vzduchovky a mimo soutěž ze samopalu.

Přestože jsou děti v našem oddíle v první pomoci pravidelně školeny, účast na takovéto soutěži byla naše premiéra. Našim cílem bylo hlavně sbírat zkušenosti a v silné konkurenci devíti družstev se neztratit.

O to větší překvapení bylo, když jsme po ukončení závodu měli nejvyšší bodový zisk spolu s vítězi loňského ročníku ze školy v Horní Plané. Pohár byl však jen jeden. Rozhodla doplňková disciplína – ošetření zraněného s poraněním břicha, kde soupeř dokázal zúročit zkušenosti nasbírané z minulých ročníků a lepší kolektivní akci. Druhé místo je však pro nás úžasný úspěch.

Při plavání a potápění je příprava k řešení krizových situací velice důležitá. Znát své možnosti, uvědomit si rizika a v případě potřeby umět efektivně pomoci. Spolehnout se na kamaráda, ale vědět, že on se může spolehnout na mě. Kdo je připraven, nebývá překvapen. V našem klubu učíme děti převážně první pomoci. Při vodních sportech ale prokázali, že si poradí i v té všeobecné. Umístění v tomto závodě mi napovídá, že jdeme správnou cestou.

Děkuji našim soutěžícím a přeji jim mnoho klidných chvil u vody i pod vodou.

Za Aqualung club Frymburk Kulík Michal, instruktor potápění

Změna územního plánu č. 6 – aneb frymburské lyžování.

Dne 7. 10. 2015 schválilo zastupitelstvo městyse Frymburk všemi přítomnými hlasy zastupitelů změnu územního plánu č. 6. Tato změna měla hlavní úkol vyřešit lyžování a volnočasové sportovní využití naší Marty a výrazně regulovat zábor porostů na svazích na východ od Marty. Oba tyto úkoly byly splněny. Proces tohoto nelehkého úkolu trval téměř na den 3 roky. Jednání vydání změny se zúčastnilo cca 30 občanů, což dokládá skutečný zájem o budoucnost Frymburka v této oblasti. Přestože proces projednávání a vydání změny byl velmi nelehký a značně komplikovaný, jsem velmi rád, že jsme jej s občany dokázali vzájemně vydiskutovat. Usnesení o vydání změny č. 6 bylo ještě doplněno dalším dílčím usnesením, kde je starostovi a pověřenému pořizovateli uloženo dále dopracovat oblast lyžování tak, aby byl zachován její budoucí případný rozvoj, ale zároveň ochráněny vodní zdroje a stávající lesní porosty. Dále bylo uloženo dopracovat řešení území Marty tak, aby co nejvíce odpovídalo koncepci investora pan Martina Dlouhého, a to hlavně v bodech, kde mu nebylo možné vyjít vstříc právě ve vydané změně č. 6. Celkový takto přijatý kompromis byl dle ohlasů vcelku veřejností přijat kladně.

Nové auto pro naše dobrovolné hasiče

Na přelomu září a října jsme dopravili do Frymburku krásný nový dopravní automobil značky Ford pro naše dobrovolné hasiče. Pořízení toho auta bylo financováno na základě získání grantu od Jihočeského kraje a spolufinancování městyse. Náš finanční příspěvek činil 500 900,-Kč. Není to zrovna málo, ale takový dopravní prostředek byl nezbytně nutný pro možnost zásahů našich dobrovolných hasičů. O celý proces grantu a pořízení vozidla se úspěšně postaral velitel dobrovolných hasičů a zastupitel pan Antonín Labaj a za to je mu třeba veřejně poděkovat, což tímto činím.

Slavnosti městyse 2016

23. 9. 2015 se sešel organizační výbor slavností roku 2016. Nejdříve se vyhodnotil průběh slavností letošních a stanovil se rámec slavností pro následující rok. V roce 2016 budou slavnosti zkráceny na pátek a sobotu, kdy neděle bude už normálním volným dnem. Též byl městysem stanoven finanční nepřekročitelný limit. Ve věci slavností se snažím jednat s případným generální sponzorem, tak uvidíme, jak se to podaří. Výsledkem by byla značná úspora finančních prostředků městyse.

Výstavba rodinných domů

Pro následující období zahájil městys kroky k vytvoření možností výstavby rodinných domů pro místní a obyvatele, jež by chtěli ve Frymburku trvale žít. Bude se jednat hlavně o stabilizaci mladých rodin. Zatím nejsou stanovena pravidla, ale začalo se jednat o vytvoření území s vlastníkem (Státní pozemkový fond) částí parcel. Zadali jsme požadavek na vytvoření jednoduché územní studie, kterou musí projednat a případně schválit zastupitelstvo městyse. Zároveň se hledá způsob, jak financovat základní technickou infrastrukturu. Jedná se o území za fotbalovým hřištěm a další lokalitou by mohla být část území z bývalé mateřské školky. Chtěli bychom vše připravit v následujícím roce 2016, aby případná výstavba mohla započít v roce 2017. Případným zájemcům rád podám bližší informace.

Slavnostní odhalení památníku - Tábor míru

Po mnohaletém úsilí a práci se nám podařilo nejen vrátit název našemu Táboru míru, ale i jako krok dvě restaurovat památník americké armádě, jež osvobodila Frymburk. Na toto slavnostní odhalení památníku, které se bude konat 17. 11. 2015 v 11.00 hodin, si Vás všechny dovoluji pozvat. Setkání účastníků odhalení bude od 10.30 ve vstupní hale Wellness Hotelu Frymburk, odkud se poté přesuneme k místu památníku.

V průběhu slavnosti si zájemci budou moci v prostorách Tábora míru prohlédnout dobovou vojenskou techniku a armádní uniformy.

Umíme si pomoci a nejsme k sobě lhostejní

Tak bych nazval a ocenil jednání našich spoluobčanů Pavla Maie a Milana Janáčka, kteří společně pomohli řešit nedobrou situaci pana Rudolfa Boboka. Tento náš spoluobčan ztratil tzv. střechu nad hlavou (není podstatné proč, jak, či kdo mu to způsobil, to je ve chvíli, kdy spí přikrytý novinami ve starém karavanu na kraji lesa, vážně nepodstatné), proto je důležité něco dělat. Rozhodně ne, že to nevidíme. Někdo namítne, od toho je tady úřad městyse, k tomu chci říct, že ano, situaci pana Boboka jsme vnímali a různě řešili. Pan Mai poskytl svůj pronajatý prostor v skladu elektromateriálu, který společně s panem Janáčkem a naší technickou skupinou upravili tak, aby v něm pan Bobok našel důstojnější prostředí pro svůj život. Městys poskytne panu Bobokovi přístup k teplé vodě a sociálnímu zařízení. Pánům Pavlu Maiovi a Milanu Janáčkovi patří dík a uznání, že nebyli neteční k tomuto problému svého spoluobčana. Obecně mohu prohlásit, že jako Frymburští si umíme pomáhat, dalším z dobrých skutků byla velká pomoc paní Jaroslavě Mertlové. Jistě, že každá

pomoc má mít svá pravidla a je i nutné rozlišovat potřebnost a zneužívání dobroty druhých.

Měření dopravního zatížení

Na hlavní komunikaci číslo II/163 procházející Frymburkem, si nechal zpracovat úřad městyse měření dopravní obslužnosti. Měření probíhalo denně v týdnu 10. až 16. srpna 2015 na dvou místech. Jedno místo bylo před Wellness Hotelem Frymburk a druhé na sloupku osvětlení cyklostezky v úrovni pod Rybízárnou, tedy směr Lipno. Provoz se měřil obousměrně, přirozeně, že jsou data i z jednotlivých směrů tedy zjednodušeně - na Lipno a z Lipna, do Černé a z Černé. Měřila se hustota provozu, tedy počet vozidel, ta se dělila na nákladní, nákladní s vlekem, osobní a jednostopé. Dále se měřila denní hustota provozu, měřila se i rychlost a tzv. špička hustoty provozu. Dostalo se nám spousty důležitých údajů, čísel, s kterými můžeme pracovat i operovat v případě prokazování opodstatněnosti některých projektů či investic. Jen pro zajímavost uvedu pár údajů z měření – u Wellness Hotelu Frymburk projelo oběma směry za sledované období tedy týden 43 807 vozidel a na konci Rybízárny tedy směr Lipno projelo za stejné období obousměrně 49 136 vozidel. Zajímavý je údaj o překročení stanovené rychlosti, v tomto měření nejhůře dopadl směr Frymburk – Lipno, zde bylo naměřeno 84% překročení stanovené rychlosti v obci, tj. 50km/hod. a nejlépe na tom byl směr od Černé do Frymburka, zde to bylo 58% řidičů, kteří překročili stanovenou rychlost.

Oto Řezáč starosta

Co vše (ne)dělá městys Frymburk pro lyžování na Martě

Jelikož nám zima klepe na dveře, zajímá většinu našich občanů, zda se letos na naší Martě bude či nebude lyžovat. A jak je v našem městečku zvykem (a to je dobře), kolují mezi lidmi „zaručené“ zprávy, že ANO, zároveň také, že NE a PROČ NE.

Většina „zaručených“ zpráv nestojí ani za zmínku, ale k jedné bych si pár slov dovolil: „**Lyžování na Martě se prý nedaří rozjet z důvodu, že zastupitelé městyse „hází investorovi klacky pod nohy“ a málo ho podporují“.**

Kdo byl 7. října 2015 přítomen na veřejném zasedání zastupitelstva, jehož tématem byla Změna územního plánu č. 6, čili lyžování ve Frymburku, nemusí dále číst. Kdo tam nebyl, nechť sám posoudí, zda naši zastupitelé v čele se starostou mohou či nemohou pro lyžování ve Frymburku dělat více:

1. Starosta svým aktivním přístupem významně pomohl investorovi k získání dříve „problematických“ pozemků u dětského parku.

2. Starosta svým aktivním přístupem vyjednal vstřícný postoj stavebního úřadu ve věci udělení stavebního povolení na dříve „problematické“ stavby ve skiparku.

3. Starosta svým aktivním přístupem vyjednal vstřícný postoj státního pozemkového úřadu k povolení fungování Skiparku Frymburk na pozemcích ve vlastnictví státu a vydal souhlasné stanovisko k jednání o převodu (směně) pozemků pod Skiparkem Frymburk mezi státním pozemkovým úřadem a investorem skiparku.

4. Zastupitelé městyse svým hlasováním umožnili směnu pozemku současného parkoviště od státního pozemkového úřadu do vlastnictví městyse, která naši kasu stál bezmála 3 000 000 Kč a dále svým hlasováním odsouhlasili investice do vzniku parkoviště a přístupové komunikace k dětskému parku Médi Kubíka ve výši cca 300 000 Kč.

5. Zastupitelé městyse svým hlasováním vyhověli všem námitkám investora v rámci Změny ÚP č. 6, kterým dle zpracovatele ÚP bylo reálné vyhovět, a navíc se zavázali, že budou řešit i investorovi zbývající námitky prostřednictvím nového územního plánu.

6. Zpracováním a odsouhlasením Změny územního plánu č. 6 a vyhověním všem námitkám došlo automaticky ke zhodnocení investorových pozemků o řád (neli více).

Ať Vám to přijde málo či dost, věřte, že naši zastupitelé udělali maximum reálného. Oceňují, že zde máme silného investora a přejí si stejně, jako všichni občané Frymburku, aby se na Martě opět začalo pravidelně lyžovat, nejlépe ještě letos.

Ing. Martin Řezáč – především velký fanoušek frymburského lyžování

V měsíci listopadu se zasedání ZM bude konat
ve středu 25. 11. 2015
od 17:00 hodin
v obřadní síni ÚM Frymburk.

V měsíci listopadu bude pracovnice ÚM přítomna na radnici
v sobotu 14. 11. 2015
od 8:00 do 12:00 hodin.

Poděkování

Děkuji paní **Hedvice Klementové** a **Malvíně Junkové** za účast v natáčení cestopisného dokumentu německé televize MDR o Lipensku a Českém Krumlově.

Obě dámy svým naprosto jedinečným vystoupením a vzpomínkami pomohly tento pořad neskutečně pozvednout. Natolik, že německému televiznímu štábu během natáčení doslova „spadla brada“ a přislíbil, že se na Lipensko určitě v blízké budoucnosti vrátí. Dokument byl vysílán na stanici MDR 24. 10. 2015 a jeho záznam bude možné zhlédnout na DVD v našem infocentru. Pro Frymburk i Lipensko byl tento pořad významnou reklamou, která nás nestála ani korunu.

Zároveň děkuji Honzovi Žákovi, že obě dámy k účasti na natáčení přemluvil.

Ing. Martin Řezáč – ředitel Destinačního managementu Lipensko o.p.s.

Rozsvícení vánočního stromu

Advent i Vánoce se nám nezadržitelně blíží a s nimi pro většinu z nás příjemné setkání, kterým zahájíme toto období. Letos nám rozsvícení vánočního stromu vychází na pátek **27. 11. Sejdeme se v 16,30 hod., ale tentokrát u naší školy, a jako symbol adventu i Vánoc poctíme nejvyšší strom u vchodu.** Připravujeme pro Vás bohatý kulturní program a tradiční adventní jarmark.

Těšíme se na Vás.

Za ZŠ a MŠ Frymburk Gabriela Krejzová

Frymburský pindík 2015

Vážení přátelé šachové hry, dovolujeme si Vás pozvat na 16. ročník tradičního listopadového turnaje. Konat se bude v šenku Na Rynku **dne 21. 11. 2015 od 9:00.** Po šestnácti letech se tak vracíme do míst, kde celá historie začala.

Na hojnou účast se za spolek Lipno - Dunaj těší Ivan Rillich

Knihovna

Vážení čtenáři,

v **úterý 24. 11. 2015** bude knihovna uzavřena. Děkuji za pochopení.

Jen připomínám, že je stále možné a vítané vracet knihy, které jste si Vy nebo někdo z příbuzných vypůjčili před dávnými časy z knihovny. Dlužníků je stále dost a já i ostatní čtenáři oceníme jakoukoli knihu, kterou vrátíte, aby si ji mohli půjčovat ostatní. Těším se na Vaši návštěvu.

Tereza Rillichová, knihovnice

Frymburský svaz žen zve své členky
30. 11. 2015 v 18.00 hod.
do Wellness Hotelu Frymburk
na výroční schůzi spojenou s ochutnávkou kuřecích specialit.

Frymburské ženy pořádají
prodej vlastního, ručně vyráběného zboží
s vánoční tématikou,
který se uskuteční v obřadní síni
městyse Frymburk
dne 4. 12. 2015 od 14.00 do 17.00 hod.

Srdečně Vás zveme na pravidelné předvánoční setkání seniorů městyse Frymburk, které se uskuteční dne 7. 12. 2015 ve 14.00 hod. ve Wellness Hotelu Frymburk.

Za SPOZ Boháčová Marie



Svatováclavský cyklovýlet

Cyklistický oddíl pod vedením Džima (Míry Petráše) uspořádal ve spolupráci s OS Lipno - Dunaj tradiční cyklistický výlet z Frymburka do Linze. Počasí nám přálo, a tak kromě stálých účastníků (celkem 25 cyklistů) bylo i několik nováčků. Za všechny bych jmenoval ty nejmladší, Majdu Krejzovou (12 let) a Rózku Nekolovou (14 let), které s přehledem zvládly necelých sto kilometrů.

Všem účastníkům děkujeme za zodpovědnou jízdu, M. Stoiberovi za příkladnou péči o unavené cyklisty, jak při nakládání kol, tak za bezchybnou zpáteční cestu. Zvlášť chceme poděkovat našim převozníkům za celoroční vstřícný přístup ke všem frymburským cyklistům. Moc si toho vážíme.

Za OS Lipno – Dunaj Nekola Martin

Night Runner Malšín

3. 10. 2015 zabezpečoval Sbor dobrovolných hasičů městyse Frymburk mezinárodní noční závod NIGHT RUNNER na Malšíně. V mužské kategorii jsme nasadili naší jedničku **Karla Maláka** se startovním číslem **117**. Při tomto běhu na sedm kilometrů a plnění úkolů na stanovištích měli závodníci k dispozici pouze čelové svítilny a vlastní síly. Málokdo si nesáhl na dno svých sil. **Karel** uběhl sedmikilometrový úsek včetně všech překážek v čase **1:04:54** hodin a s časovým náskokem tří minut se umístil na prvním místě.

Tímto Karlovi a týmu kolem něj děkuji za skvělé výkony. Výsledky všech kategorií a družstev naleznete na stránkách www.nightrunner.cz



Za SDH Frymburk Antonín Labaj

Odznaky zdatnosti na naší škole

Dne 6. 10. 2015 se na naší škole uskutečnilo slavnostní předávání odznaků OVOV – Odznak všestrannosti olympijských vítězů. V minulém školním roce jsme získali celkem 17 odznaků, letos to bylo na druhém stupni celkem 24. Z toho 2 diamantové, jeden zlatý, 7 stříbrných a zbytek byly odznaky bronzové. Ono to zase není tak snadné odznak získat, zvláště čím starší žák, tím jsou podmínky velmi těžké.

Všichni držitelé dostali odznak, diplom a dárek od našeho sponzora – láhev ISOSTAR.

A to nejlepší na závěr. Aneta Tichovská, Klára Řepová, Lenka Somolíková a Tomáš Pavlík dostali zlatý pohár za dlouholetou reprezentaci naší školy ve sportu.

Tímto jim ještě jednou blahopřeji a děkuji za to, co pro naši malou školu ve sportu dokázali.

Na foto: Tomáš, Lenka a Klára. Chybí Aneta, která byla nemocná.



Mgr. Leoš Ševčík, učitel Tv

Filmový klub Frymburk

Dne 16. 10. 2015 proběhlo ve frymburském muzeu promítání **dokumentárního filmu o Šumavě „Hluboké kontrasty".** Účast přes 50 lidí nás trochu zaskočila, a proto se chci omluvit všem, na které nezbyla židle a zároveň jim poděkovat, že vydrželi stát přes hodinu až do konce filmu. Doufám, že většina obecenstva byla spokojena a chtěl bych poděkovat všem, kdo jste přišel, protože i díky Vám je možno tyto akce zopakovat.

Spokojena byla i režisérka filmu Lenka Ovčáčková, které se ve Frymburku moc líbilo, a slíbila, že tu není naposledy a určitě se do Frymburka (snad i pracovně) vrátí. Dále chci poděkovat panu Františkovi Frantálovi za technickou přípravu promítání a muzea, restauraci Na Rynku za občerstvení a kytičku a Štěpánce Rillichové za ubytování. Poděkování patří i městysu Frymburk, který nám na všechny tyto akce částečně přispívá, začež moc děkujeme.

Za OS Lipno – Dunaj Nekola Martin

Krumlovský vodácký maraton 2015



Letošního mezinárodního závodu KVM se letos zúčastnilo přes 1200 vodáků z 21 zemí, a tak samozřejmě nechyběla ani naše posádka ve složení M. Toušek, J. Maurer, M. Maurer, L. Krejza, M. Nekola a L. Mrázik. V naší kategorii raftů na 26 km závodilo celkem 46 posádek. Po bojovném výkonu jsme dorazili z Rožmberka do Českého Krumlova na šestém místě v čase 2:35:59. Na první hasiče z Českého Krumlova nám sice chybělo 10 minut, ale na třetí místo už jen 4 minuty. Po loňském krásném souboji se soupeřem z Lipna, který jsme prohráli, jsme jim letos porážku oplatili. Bohužel soupeř měl technické problémy, a tak to bylo o celých 34 minut. Ale i tak musíme na příští rok více natrénovat, protože jsme se domluvili, že našeho kapitána Míru Maurera dovezeme někdy na bednu.

Děkujeme všem fanouškům, kteří nás kolem řeky vytrvale povzbuzovali a našim ochotným řidičům, Radce Brtnové a Lukáši Touškovi, kteří nás odvezli, kam bylo třeba.

Za OS Lipno – Dunaj Nekola Martin

TECHNICKÝ SEDMIBOJ

Vážení sportovní přátelé!

Už je to zase tady. Technický sedmiboj dvojic, již neuvěřitelným devatenáctým rokem. Minimální věková hranice pro účast v soutěži je 18 let, maximální není omezená. Soutěže se může zúčastnit libovolná (tzn. i smíšená dvojice) z Frymburku. Je povolen jeden náhradník (náhradnice), ale pouze pro případ onemocnění nebo úrazu apod. Po zahájení soutěže není již možné střídat.

Přihlášky je možné zaslat písemně nebo se přihlásit telefonicky na adresu Miroslav Flígr, Frymburk 139, TF 606 100 110. V přihlášce uveďte složení dvojice (jméno, příjmení, věk), event.. Náhradníka (náhradnici). Maximální počet možných přihlášených dvojic je 21. Přihlášky zašlete do 6. 12. 2015. Losování proběhne dne 7. 12. 2015 a soutěže se uskuteční v měsících leden a únor 2015, včetně případné baráže a finále.

Rozlosování do skupin bude zveřejněné i na internetových stránkách městyse. Příští rok se navíc uskuteční, již posedmé, souboj nejlepších dvojic z frymburského a větřnínského sedmiboje, tentokrát ve Větřní.

Pořadatelé předpokládají, že se jim podaří, jako obvykle, zajistit i hodnotné ceny pro vítězné dvojice. Ale věřím, že největší odměnou pro většinu dvojic bude již samotná účast v soutěži.

S P O R T U Z D A R !!!

M.Flígr

Společnost Landal Marina Lipno hledá brigádníky na pozici: ANIMÁTORKU/ANIMÁTORA a RECEPČNÍ/RECEPČNÍHO

Požadavky:

- znalost alespoň jednoho cizího jazyka
- komunikační schopnosti
- schopnost týmové spolupráce
- kreativitu
- spolehlivost

Co ti nabízíme:

- ubytování zdarma
- mladý kolektiv
- mezinárodní prostředí
- zajímavé platové hodnocení

Termín nástupu: prosinec 2015

Kontakt:

Strukturovaný životopis zasílejte na katerina.trajerova@landal.cz

PRACOVNÍ PŘÍLEŽITOST - DPP - HLÍDÁNÍ DĚTÍ

Agentura Union Angels, ve spolupráci se Spolkem FČAS, hledá do svého týmu šikovné slečny nebo paní **na pozici hlídání dětí pro lokalitu Frymburk a okolí.** Náplní práce je skupinové a individuální hlídání dětí. Vzdělání v oboru není nutností, důležitější je radost z práce s dětmi, agentura Union Angels vám ráda poskytne zaškolení v tomto oboru. Od zájemců se očekává samostatnost, zodpovědnost a cit pro věc. Nabídka se týká spolupráce formou brigády, pracovní doba je flexibilní.

Kontaktujte Veroniku Klímovou na emailu: veronika.klimova@unionangels.com

FRYMBURSKÝ ZPRAVODAJ
Vydává Úřad městyse ve Frymburku 1x za měsíc.
Řídí redakční rada: O. Řezáč, M. Šuníková
Zodpovědná redaktorka: N. Märtlová, tel.: 724 966 060
Redakce si vyhrazuje právo krácení a neuveřejnění příspěvků z důvodu naplnění kapacity.
Za původnost a obsahovou správnost příspěvku ručí autor.
Titulní foto: D. Selucký
Tisk: Tiskárna Černý s.r.o., počet výtisků 550.
Reg. číslo: MK ČR E 11575
Příspěvky lze zasílat nejpozději do 25. v měsíci.
info@ifrymburk.info

Frymburk č.p. 23

Program

na listopad 2015

PROGRAM PRO DĚTI

Dětská herna / 30 Kč
Vždy úterý a čtvrtek 9:00 – 11:00
Každé úterý 10:00 chvilka němčiny s Gesche

17.11.2015 16:00 – 18:00 - Státní svátek
Dětská diskotéka / 30 Kč

19.11.2015 14:00 – 17:00
Ateliérové vánoční focení
/ fotografka A. Prášková 50 Kč foto + 25 Kč kopie

20.11.2015 15:00 – 16:30
Workshop „Breakdance“ / 130 Kč
/ od 6ti let / rezervace na tel.: 725 212 199

PROGRAM PRO SENIORY

Senior klub každou středu 14:00 – 16:00 / 30 Kč

AKCE – WORKSHOPY – SEMINÁŘE

11.11.2015 9:00 – 11:00
Setkání „Mami + mimi“ s Andreou Dostálovou / 130 Kč
/psychomotorický vývoj dětí, prevence a léčba nemocí, rituály a denní režim, otužování a cvičení

14.11.2015 19:30 – 22:00
Společné sledování pořadu „Stardance“
– jsme v půlce / 30 Kč

18.11.2015 od 17:30
Workshop ruční výroba mýdla s Veronikou / 170 Kč
/ rezervace veronikaracak@seznam.cz

21.11.2015 9:00 – 12:30
„Rovnováha svalů pro rovnováhu těla“ / 300 Kč
Seminář se cvičením s fyzioterapeutkou Annou Crhovou ml.

25.11.2015 od 17:00
Výroba vánočních ozdob vysypávaných speciální skleněnou drtí / 150 Kč
/ P. Nekolová rezervace na tel: 731 466 873

29.11.2015 od 16.00
Křesťanský advent a Vánoce / 30 Kč
/ povídání s duchovním správcem P. Janem Špačkem

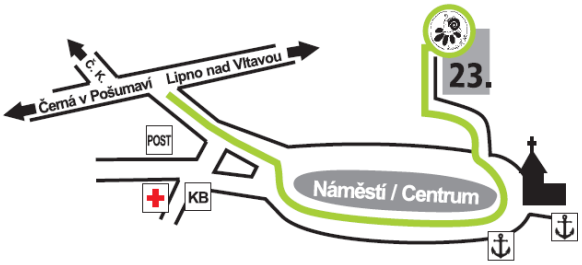
POHYBOVÉ AKTIVITY

Power jóga s Janou / 80 Kč
Každé pondělí 18:30 – 19:30
Každý čtvrtek 19:00 – 20:00

Stolní tenis / 30 Kč
Vždy sudý týden v úterý 19:00 – 21:00

DÁLE PŘIPRAVUJEME

Adventní neděle – program s Vánoční tématikou
Výměnný program s volnočasovým centrem v partnerské obci Vorderweissenbach



www.fcas.cz

VINNÉ POTĚŠENÍ (1.11.-30.11.2015)

Vinoterapie neznamená, že čím více vína vypijete, tím budete zdravější, krásnější a vyrovnanější. Vinné masáže a aplikace kosmetických přípravků z hroznů posilují krevní oběh a imunitní systém, stimulují látkovou výměnu a prokrvují celý organismus, zásobují pleť životně důležitými minerály a čistí ji.

Celotělový vinný peeling – 30min/610,-Kč
Vinná koupel 1 os. – 30min/610,-Kč
Vinná koupel 2os. + láhev vína - 50min/1300,-Kč
Vinná masáž obličeje – 25min/480,-Kč
Vinná masáž zad a šíje – 30min/510,-Kč
Vinná masáž celého těla – 60min/710,-Kč
Vinný zábal – 90min/1420,-Kč

SAUNOVÁNÍ PŘI SVÍČKÁCH

Termín: 6. - 8. 11. 2015 od 18:00 hod.

Čekají Vás speciální večery v Saunovém světě za svitu svíček a doprovodu relaxační hudby.

Odstávka saunového světa proběhne v termínu: 1. - 4.11.2015

Odstávka aquaparku proběhne v termínu: 29.11. - 4.12.2015

RESTAURACE WELL&WINE

11.- 17. 11. Svatomartinské posvícení
19.- 22. 11. Dny s Beaujolais Noveau
19.- 22. 11. Zvěřinové hody
27.- 29. 11. Víkend se specialitami z grilu

JÓGA VE WELLNESS HOTELU FRYMBURK

Termín: 13. - 17. 11. 2015

Cena:
lekce jógy / přednáška / meditace: 180,-Kč/osoba
taneční workshop: 240,-Kč/osoba

Program:

pátek 13.11.2015
19:00 – 20:00 hod. - Astanga jóga s Pavlem
sobota 14.11.2015
08:00 – 09:00 hod. - ranní jóga s Mikim
11:00 – 12:00 hod. - přednáška „čínská medicína s Mikim“
15:30 – 17:30 hod. - taneční workshop s Monču
18:30 – 19:30 hod. - Acro jóga s Pavlou
22:00 – 23:00 hod. - večerní meditace
neděle 15.11.2015
08:00 – 09:00 hod. - ranní jóga s Pavlou
18:30 – 19:30 hod. - Vinyasa jóga s Mikim
pondělí 16.11.2015
08:00 – 09:00 hod. - ranní jóga s Pavlem
11:00 – 12:00 hod. - přednáška jógová teorie s Mikim a Pavlem
18:30 – 19:30 hod. - Astanga jóga s Pavlem
22:00 – 23:00 hod. - večerní meditace
úterý 17.11.2015
08:00 – 09:00 hod. - ranní jóga s Mikim

Rezervaci je možné provést telefonicky, e-mailem nebo osobně na hotelové recepci od 11.11.2015.
Tel.: 380 300 311, e-mail: info@hotelfrymburk.cz