

TÉMA DŇA

Košice sa stali múzeom motorizmu

Veteránom patrila Hlavná ulica aj Mestský park. Hravo zvládli aj náročnú jazdu po východnom Slovensku. **strany 2 - 3**



RAKO KÚPEĽNE

www.rako.eu

Novinky RAKO 2018!
...pod'te sa k nám pozrieť

Hraničná 3 Košice-Barca

KD 1800022/30

KOŠICE:DNES

www.kosicednes.sk, [f](#) [i](#) [@](#)kosicednes

pondelok 28. máj 2018, číslo: 101 / ročník 5

Meniny dnes **Viliam**



Bude polojasno, miestami búrky. Denná teplota 27 °C, nočná 16 °C, južný vietor do 20 km/h.

TVOJE MESTO TVOJA KARTA!

HLASUJ A VYHRAJ!

VIAC V MESTE A NA [f](#) KOŠICE:DNES DO **12.6.2018!**

DENNE
50€
ZA NÁZOR



MESTSKÁ KARTA KOŠICE
Nová mestská karta, ktorá dokáže viac!

STARÁ ZA 6,80€
**ÚPLNE NOVÁ
S GARANCIOU**
NOVÁ ZADARMO

KD 18000249/20

ZAÚJÍMAVOŠŤ

Schránku otvoria o päťdesiat rokov

V Mestskej časti Košice - Krásna zanechali potomkom dokumenty, fotografie, listy aj rodomstrom rodiny. **strana 5**



CYKLOTURISTIKA

Cyklista ohrozil v lese turistov

Na cestičke pre peších medzi Ban-kovom a Jahodnou muž na bicykli zrazil chlapca. Hádajte, kto bol na vine. **strany 6 - 7**



KOŠICE:DNES

NAJVÄČŠÍ LOKÁLNY
MEDIÁLNY DOM

TELEVÍZIA

RÁDIO

ONLINE

DENNÍK

Miláčikom zrazu - „bublina“

Napriek svojim rozmerom už od začiatku vytrčalo z radu. Drobné BMW Isetta sa stalo miláčikom zrazu. V päťdesiatych rokoch minulého storočia navrhli talianski dizajnéri pod licenciou bavorskej automobilky vozidlo, ktoré malo vynikať v úspornosti. Vďaka svojej veľkosti a vajčkovému tvaru si vyslúžilo prezývku bublina. Isetta nemá na dĺžku ani dva a pol metra a šírku pod jeden a pol. Auto bolo pôvodne predstavené firmou Iso SpA. Táto firma najprv vyrábala iba chladničky, skútre a malé trojkolesové úžitkové vozidlá. S Isettou však dobila trh osobných vozidiel, keďže auto nešetrilo iba miesto. Bol to prvý automobil, ktorý dosiahol spotrebu tri litre na sto kilometrov. Isetta sa



Na svete nájdeme sotva tisícku takýchto vozidiel.

rýchlo stala najpredávanejším jednovalcovým autom na svete. Perličkou dizajnu tohto drobca sú jeho jediné dvere. Ak do nej chcete nastúpiť, musíte otvoriť celý predok auta aj s čelným sklom. Roman Sturdik si svoj exemplár zadovážil pred osemnástimi rokmi. „Auto som si zadovážil zo Spojených štátov a jeho renovácia mi trvala rok. Dnes je Isetta vzácnosťou, po svete ich jazdí zhruba tisícka,“ popisuje majiteľ drobného bavoráku. „Kúpiť v súčasnosti ďalšiu Isettú je takmer nemožné, preto ich hodnota z roka na rok stúpa,“ doplnil Sturdik. (TOH)

Košice sa stali MÚZEOM

Oldtimerom patrila Hlavná ulica aj mestský park. Hravo zvládli



Historické vozidlá na Hlavnej ulici lákali nadšencov motorizmu.

Mestský park, Hlavná ulica i Kulturpark voňali koncom minulého týždňa benzínom a nostalgiou.

Tomáš Hrivňák

tomas.hrivnak@kosicednes.sk

Hrdí majitelia štvorkolesových deduškov počas štvordňového zrazu veteránov Cassovia classic neostali len pri statickom vystavovaní svojich miláčikov. Konvoj historických automobilov zdobil od štvrtka do nedele cesty východného Slovenska a Maďarska. Okrem áut mohla verejnosť obdivovať aj zbierku poľnohospodárskej techniky, či bicykle z čias dávno minulých.

„Náš zraz je okrem iného výnimočný tým, že sa jedná o výberovú akciu,“ hovorí riaditeľ podujatia

Július Cako. „Účast je obmedzená na päťdesiat vozidiel. Tie vyberáme napríklad aj podľa toho, či už v Košiciach boli vystavované.“ Prihlášku na zraz odoslalo vyše 100 záujemcov. Zjednodušene povedané, veterán je auto staršie ako tridsať rokov. Mnohé exponáty túto hranicu hravo predčili - napríklad najstaršie auto, vyše deväťdesiatročný Rolls Royce Phantom 1.

Nechýbala spanilá jazda

Po štvrtkovom štarte akcie v Mestskom parku a na Hlavnej ulici predviedli motoristické klenoty aj svoju vitalitu. V piatok ráno sa vybrali z Košíc cez Obišovce a Prešov až do Starej Ľubovne, minuli aj panorámu Spišského hradu a poradili si dokonca aj s náročným horským prechodom Branisko. V sobotu zase trhali asfalt na maďar-

ských cestách. Jazdu bez veľkých problémov zvládli všetci, napriek tomu by sa niektorí svojho moderného auta nevzdali.

Moderné či historické

Organizátori v sobotu večer oficiálne ukončili piaty ročník podujatia. Dobovo oblečení majitelia svoje tátoše prehrali cez symbolickú

„Náš zraz je výnimočný tým, že ide o výberovú akciu“

Július Cako, riaditeľ podujatia

cieľovú čiaru pred Kulturparkom, kde každý z nich dostal aj ocenenie a certifikát o účasti. Definitívnu bodku za skvelým podujatím dala nedeľňajšia, posledná výstava pred Kulturparkom.

Názor na to, či by svoje moderné auto ľudia vymenili za historické, sme sa opýtali aj laickej verejnosti. „Ak by som mal možnosť, určite by som si vybral staršie auto. Tie boli totiž vyrábané s citom a sú veľmi kvalitné,“ hovorí Ľubomír Bračok. Iní by svojho nového tátoša nemenili. „V dnešnej dobe by som si určite vybral moderné auto, ale ak by som mal možnosť, rád by som si na veteráne zajazdil,“ vyhodnotil Róbert Lupa.



Cieľová rovinka a odovzdávanie certifikátov o účasti sa konalo v Kulturparku.
foto na dvojstrane: Tomáš Hrivňák

KOŠICE:DNES

EV 5031/14 a ISSN 1339-7605 - Sídlo: Hviezdoslavova 6, 040 01 Košice, Tel.: 055/285 19 19, 285 19 91, Fax: 055/285 19 99; E-mail: office@kosicednes.sk; redakcia@kosicednes.sk; obchod@kosicednes.sk; www.kosicednes.sk; Šéfredaktor Mediálneho domu KOŠICE:DNES: Dušan Karolyi, e-mail: dusan.karolyi@kosicednes.sk; Šéfredaktor denníka KOŠICE:DNES: Mikuláš Jesenský, e-mail: mikulas.jesensky@kosicednes.sk; Zástupca šéfredaktora denníka KOŠICE:DNES: Roman Rolytka, e-mail: roman.rolytka@kosicednes.sk; Vydavateľ: KOŠICE:DNES PUBLISHING, družstvo; sídlo: Protifašistických bojovníkov 11, Košice; IČO: 47 820 594; e-mail: office@kratkyglobal.com

Vydavateľ je členom skupiny KRATKY GLOBAL. © KOŠICE:DNES PUBLISHING, družstvo

Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ. Preberanie, šírenie, rozmnožovanie či iné použitie textov a ostatného obsahu KOŠICE:DNES akýmkoľvek spôsobom je možné len s predchádzajúcim písomným súhlasom vydavateľa. Vydavateľ, ako oprávnený zástupca autorov článkov zverejnených v tomto vydaní KOŠICE:DNES, si vyhradzuje právo udeľovať súhlas na verejné rozširovanie rozmnožených týchto článkov podľa § 39 autorského zákona. Vychádza z pracovných dňoch.

POSIELAJTE NÁM TIPY:



APLIKÁCIA KOŠICE:DNES



INFOLINKA: 0800 300 010



TIPY@KOSICEDNES.SK



10€ AK VÁŠ TIP ZVEREJNÍME

MOTORIZMU

aj náročnú jazdu po východnom Slovensku



Spanilá jazda viedla aj cez Kostofány nad Hornádom.



Francúzska automobilka Bucciali vyrábala vozidlá v rokoch 1922-1933.

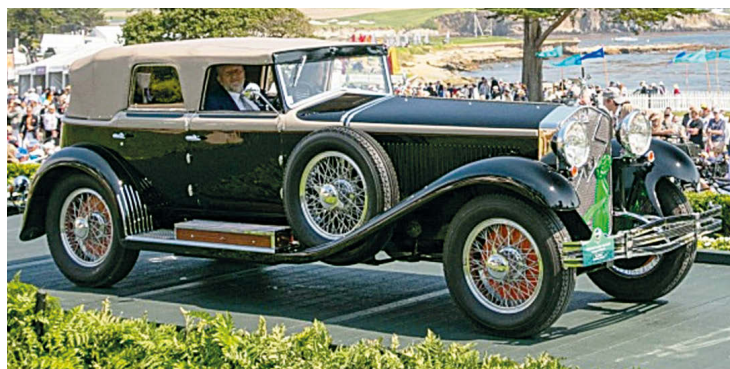
Zlatý medailista medzi deduškami

K najvzácnejším kúskom tohtoročnej prehliadky veteránov v Košiciach patrila Isotta Fraschini Karla Pavlů.

Svoju cestu ku štvorkolesovému starčekom našiel už v mladom veku. Keďže vtedy nemal dosť peňazí na nové auto, musel sa uspokojiť so starým. Svoju prvú Issotu Fraschini predal, pretože šiel na vojnu a nový majiteľ ju napokon nechal zošrotovať. Karel Pavlů svoje rozhodnutie dlho ľutoval.

Na ďalšiu šancu čakal dlhých štyridsať rokov. Trpezlivosť sa mu však vyplatila. So svojou druhou Issottou Fraschini 8A SS Castagna Roadster získal na medzinárodnej súťaži Concours d'Elegance v americkej Pebble Beach minulý rok prvé miesto.

„Táto súťaž je tak prísna, že pokiaľ na nej auto jeden rok nevyhrá, už nikdy sa nemôže zapojiť,“ vysvetľuje dôležitosť ocenenia riaditeľ Cassovia classic Július Cako. (ТОМ)



Klenot medzi veteránmi - ocenená Isotta Fraschiny.



Správna voľba

OD PONDELKA
28. MÁJA



Čučoriedky

300 g

balenie

1.79

(1 kg = 5,97)



Domáce cherry paradajky kríčkové

• odroda: Brioso

500 g

balenie

1.29

(1 kg = 2,58)



Červená dyňa

kg

-40%

0.99

0.59



Marhule

kg

-60%

3.29

1.29

Ponuka tovaru platí od 28. 5. do 3. 6. 2018 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.



Žižkovu ulicu zo Štúrovej uzavreli takmer celú.

foto: toh

Na križovatke pri súde SÚ ĎALŠIE ZMENY

Na Žižkovu sa autom dostanete len od Steel arény, vyjsť smerom do centra mesta sa z nej nedá

Košickí vodiči si musia zvykať na ďalšiu zmenu organizácie dopravy. Práce na modernizácii električkových tratí (MET) si ju vyžiadali na frekventovanej križovatke pri súde.

Do soboty bol na spomínanej križovatke zatvorený len jeden jazdný pruh – v smere od Steel arény doprava na Žižkovu. Pracovníci firmy Eurovia SK ho totiž prekopali. Od víkendy už je tento pruh prejazdný.

Stavbári sa ale presunuli na ďalšiu časť Žižkovej. Pre motoristov to znamená, že pre nich ulicu uzavreli zo Štúrovej doľava, aj

z Kuzmányho ulice v priamom smere. Tomu je prispôbené aj dočasné dopravné značenie, ktoré v dostatočnom predstihu vodičov navedie do povolených smerov.

VÝKOP ZASAHUJE AJ DO ŠTÚROVEJ ULICE

Vodiči jazdiaci od Steel arény by mali zvýšiť pozornosť aj kvôli tomu, že stavba čiastočne zasahuje aj do Štúrovej ulice a rozkopanú časť treba obísť len v jednom jazdnom pruhu.

„Uzávera Žižkovej a stavebné práce v križovatke nijako neovplyvnia linky mestskej hromadnej dopravy, ktoré tadiaľ premávajú,“ informoval nás Miroslav Sambor z komunikačného referátu košického magistrátu.

Eurovia SK chcela pôvodne uzavrieť celú mimoriadne vyťaženu križovatku, mesto s tým však zásadne nesúhlasilo. „Vodičov, ale aj chodcov chcem opäť poprosiť, aby boli ohľaduplní, tolerantní a najmä aby pozorne sledovali dočasné dopravné značenie,“ povedal po poslednom kontrolnom dni na stavbe MET viceprimátor Martin Petruško. (FJ)

Exprezident Schuster spieval rodákom

Stále vitálny exprezident a exprimátor Košíc Rudolf Schuster prekvapuje aj vo svojom vysokom veku. Pre obyvateľov Medzeva pripravil minulý týždeň koncert netradične v mantáckom nárečí. Informovala o tom televízia Markíza. Koncert venoval ako dar svojim rodákom, ktorí si spolu s ním aj zaspievali a zaspomínali. „Naša generácia postupne vymiera, takže možno o dvadsať rokov by už tie pesničky nikto nevedel zaspievať,“ uviedol



foto: Iveta Vaculová

Rudolf Schuster zaspieval v Medzeve po „mantácky“.

84-ročný R. Schuster. Naučil sa devätnásť pesničiek, no, ako sa vyjadril, bola to drina. Rodáci mu tleskali a nadšené boli z neho aj jeho deti Peter a Ingrid. Syn uviedol, že to otec perfektne zvládol. „Som pyšná, akú atmosféru urobil,“ dodala dcéra Ingrid. R. Schuster priznal, že koncertnú šnúru nechystá, bol to iba jediný koncert pre rodákov z Medzeva. (HKL)

USE THE CITY

30. máj - 02. jún 2018

30. MÁJ 2018

9.00 – 20.00 | Morový stĺp
Vyfarbi sa v električke |
Omalovánka v pohybe

10.00 – 11.00 | Palác kníh –
Panta Rhei
Staň sa superhrdinom
mesta |
Háčkované grafity

10.00 – 20.00 | Hlavná ulica
Montmartre | Plenér v centre
Košíc

19.30 – 20.30 | Mestský park
Mestské tvory a Netvory |
Divadlo P.A.

20.30 – 21.30 |
Mestský park
49 odtieňov moci |
Košické otvorené
divadlo a Konzervatórium
Jozefa Adamoviča

31. MÁJ 2018

10.00 – 20.00 | Hlavná ulica
Montmartre | Plenér v
centre Košíc

14.00 – 20.00 |
Trasa električky č.6
Hudba v električke č. 6 |
Unplugged koncerty
kapiel

19.00 – 20.30 |
Mestský park
Never básnikom |
Divadlo nad vecou

20.30 – 21.30 | Mestský park
Učiteľka | Divadlo nad
vecou

1. JÚN 2018

16.00 – 20.00 | Hlavná ulica
Grafity v meste

16.00 – 19.00 | Dolná brána
Deň detí s USE THE CITY

19.00 – 22.00 | Hlavná ulica
Hudba v meste

2. JÚN 2018

14.00 – 19.00 | park pri
Morovom stĺpe
Háčkuj a štríkuj v meste

15.00 – 17.00 | park pri Mo-
rovom stĺpe
Montmartre | Vernisáž

15.00 – 18.00 | Dolná brána
Skejtuj v meste
16.00 – 18.00 | pri Kaplnke
Sv. Michala

Game challenge EXTRA

16.00 – 18.00 |
Dolná brána -
Morový stĺp -
Mestský park
Cirkus mestom

18.00 – 19.00 |
Dolná brána
Roztancujeme mesto |
Tancom okolo sveta

20.00 – 22.00 |
Mestský park
CIRKUS a Cirkus z kraja
| Módna a cirkusová show

ZAPEČATENÚ SCHRÁNKU otvorí o päťdesiat rokov

Potomkom zanechali dokumenty, fotografie, listy aj rodostrom rodiny



Náhrobník Jozefa I. Meška odhalili v Krásnej na miestnom cintoríne po jeho rozsiahlej rekonštrukcii.

foto: Iveta Vaculová

Súčasťou slávnostného odhalenia a požehnanja zrekonštruovanej kultúrnej pamiatky - kamenného náhrobníka baróna Jozefa I. Meška, bolo v Krásnej aj uzavretie a uloženie časovej kapsuly s odkazmi darcov.

Na miestnom cintoríne v Mestskej časti Krásna mali v sobotu veľkú slávnosť. Pri príležitosti

299 rokov od úmrtia baróna Jozefa I. Meška odhalili vynuvenú hrobku, v ktorej spočíva aj so synom Antonom. Posvätil a požehnal ju dekan Pavol Kaminský.

Prispeli na obnovu hrobky
Súčasťou obrady bolo aj uloženie časovej kapsuly s odkazmi darcov, ktorú otvoria až o päťdesiat rokov. Svoje odkazy do nej pred zapečatením uložilo 19 ľudí, ktorí

prispeli darom na obnovu hrobky. „V roku 2017 sa nám podarilo po viacerých neúspešných pokusoch získať dotáciu od ministerstva kultúry, časťou finančných prostriedkov prispela aj mestská časť a zvyšok bol financovaný z darov obyvateľov Krásnej. Dokopy rekonštrukcia stála 45 286 eur,“ informoval starosta Krásnej Marek Kažimír.

Uložili aj knihu o obci

Do časovej schránky starosta prispel dvomi odkazmi: „Za miestny úrad som do nej vložil list s pozdravom, informáciu, ako v súčasnosti funguje samospráva a koľko má momentálne

Krásna obyvateľov, monografiu o našej mestskej časti a USB kľúč s fotografiami, ako prebiehala rekonštrukcia náhrobku. Za seba a rodinu zase odkaz potomkom, ale aj fotografie z rodinného albumu, napríklad z promócií či výletov,“ prezradil M. Kažimír.

Jedným z darcov bol aj Martin Tulipán s manželkou Dominikou a dvojročnou dcérkou Ninkou. „V liste sme napísali odkaz pre naše deti a pre drobca, ktorý je na ceste. Vtedy už budú mať aj ony deti, takže zistia, kto sme boli, čo sme robili, sú tam nejaké fotografie a pridali sme aj rodostrom našej rodiny,“ uviedol M. Tulipán. (HKL)

Daroval kaštieľ cirkvi

Barón Jozef I. Meško sa zaslúžil v 18. storočí o úpravu kaštieľa do klasicistického štýlu. Vrcholom jeho snaženia podporovať rozvoj obce bolo, že daroval vlastný kaštieľ cirkvi, ktorá tam zriadila prvú cirkevnú základnú školu. (HKL)



KOSHI SUSHI
RESTAURANT & DELIVERY

CHUTNÉ NOVINKY V KOSHI SUSHI

ĎALEJ PONÚKAME:

UDON S KURACÍM MÄSOM A MANGOM
BULDOGI FLANK STEAK
THAJSKÉ PANNANG CURRY S KREKETAMI

NOVÉ
LETNÉ
MENU
V PONUKE

NAVŠTÍVTE NÁS: Dominikánske námestie 9, Košice www.koshisushi.sk

CYKLISTA OHROZIL v lesopar

Na cestičke pre peších medzi Bankovom a Jahodnou muž na bicykli zrazil chlapca.

Stret cyklistu s troma turistami medzi Bankovom a Jahodnou, našťastie, neskončil úrazom. Čitateľka by bola rada, ak by Mestské lesy na problematických miestach osadili značky. Spoločnosť sa o to aj snaží, no apeluje najmä na ohľaduplnosť.

Robo Hakl

robert.hakl@kosicednes.sk

Stret medzi cyklistom a turistami sa udial na červenej trase v smere na Jahodnú. Stať sa to malo v lokalite, kde je zvlášť cestička pre cyklistov a zvlášť pre turistov.

Uskočili v poslednej chvíli

„Išiel po trase, ktorá je určená len pre peších. Neupozornil na seba zvončekom či krikom a išiel rýchlo. Stalo sa to na rovnom úseku, kde je cesta prehľadná. Zbadali

sme ho v poslednej chvíli. Ja s mamou sme ešte stihli uskočiť, synovec má našťastie iba nejaké odreniny, aj keď cyklista cez neho preletel,“ opísala situáciu čitateľka Mária. Myslí si, že na takýchto miestach by mali byť tabule s upozornením.

Spoločnosť incident mrzí

Na incident reagovali aj Mestské lesy. „Cyklotrasa z Horného Bankova na Jahodnú ide v určitých úsekoch v súbehu s červenou turistickou značkou. V tých miestach je šírka trasy dostatočne široká na to, aby sa turisti aj cyklisti míňali, či obchádzali bez problémov,“ uviedla Eleonóra Kučerová, referentka pre správu majetku Mestských lesov Košice. Zdôraznila, že pravidlá správania sa cyklistu v lese sú umiestnené na mapových tabuliach cyklotrás.

„Mestské lesy sústavne upozorňujú na potrebu vzájomnej



Turisti sa vydali doľava po červenej trase, vpravo je cestička pre cyklistov,

KD 1800197/36

MLYNSKÁ 13, KOŠICE

f PÁN RYBA

ku turistov

Našťastie, spôsobil len odreniny



tolerancie. Bohužiaľ sa však niektorí na cyklotrase správajú arrogantne a ohrozujú ostatných,“ doplnila Kučerová.

Paralelný chodník nepomôže
Podľa E. Kučerovej by riešením nebolo ani vytvorenie paralelného chodníka pre cyklistov,

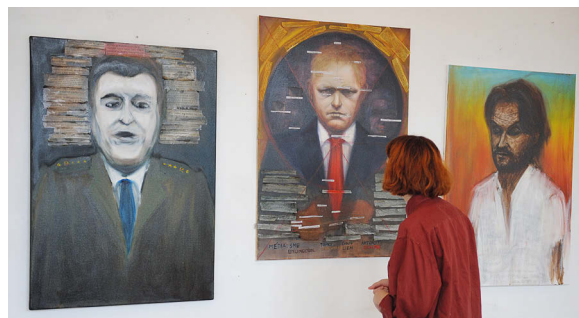
” **Mestské lesy**
sústavne upozorňujú
na potrebu
vzájomnej tolerancie

Eleonóra Kučerová, Mestské Lesy

aby sa na tejto trase nestretávali s turistami. „Možnosť, ako sa dostať bicyklom z Bankova na Jahodnú, je viac. Myslím si, že žiadny ďalší chodník by nedokázal eliminovať tých, ktorí žiadne pravidlá ani zásady slušného správania nerespektujú,“ konštatovala Kučerová.

čo niektorí nerespektujú.

foto: mg



Študent
Filip Konkol
vytvoril
triptych
z portrétov
politikov.

foto: Iveta
Vaculová

Študenti fakulty umení predstavili svoje diela

Deň otvorených dverí - Letný prieskum mali počas piatku a soboty na Fakulte umení Technickej univerzity v Košiciach.

Vo všetkých ateliéroch predstavili semestrálne práce študentov bakalárskeho a magisterského štúdia architektúry, dizajnu a výtvarného umenia. Vidieť bolo možné architektonické projekty, dizajnérske koncepty, voľné umenie či interaktívne umelecké diela.

Študent druhého ročníka Filip Konkol vytvoril triptych z portrétov politikov. Jednotlivé medializované kauzy sa stali súčasťou

malieb v podobe novinových výstrižkov. Reagoval tak na aktuálnu politickú situáciu na Slovensku.

Piatačka Mária Tomaníková zase vytvorila koncept takzvanej únikovej miestnosti, ktorá by mala byť z dreva. Mala by slúžiť na relax pre jedného človeka, pričom umiestnená by mohla byť kdekoľvek v meste.

Aj touto cestou sa Fakulta umení snaží osloviť nielen študentov základných a stredných škôl, ale aj širokú verejnosť a predstaviť jej atraktívnu formou svoje akreditované študijné odbory. (HKL)

decodom®

Tradičný slovenský výrobca nábytku

Dom nábytku Decodom Košice

Otváracie hodiny:

Infopult:

E-mail:

Adresa:

PO - PIA: 9:00 - 20:00, SO - NE: 9:00 - 20:00

055 - 2850 764

mopodke@decodom.sk

Pri Prachárni 4/B - OC Cassovia, 040 11 Košice

Platnosť akcie: 15. 5. - 14. 6. 2018

AŽ DO
-40%

KUCHYNE DECO PLAN
kuchyne na mieru

Quatro

0% SPLÁTKY NA KUCHYNE
BEZ NAVÝŠENIA
na 20 mesiacov

Stačí, ak si zvolíte akontáciu od 0% do 50% z ceny výrobku a dobu splácania 20 mesiacov.
Reprezentatívny príklad: Celková výška úveru 1 500 €, pri úrokovej sadzbe 0% p.a., akontácia 0 €, výška mes. splátky 75 €, počet splátok 20, celková čiastka k úhrade 1 500 €, PRMN 0%,
doba splatnosti 20 mesiacov. Platí na plánované kuchyne **decoPlan**.

O čom diskutujú KOŠIČANIA

Milí naši čitatelia, návštevníci webu a Facebooku KOŠICE:DNES. Teší nás, že témy, ktoré denne prinášame v denníku a na online, sú podnetom na vyjadrenie vašich názorov, postojov, postrehov,

že sa nám podarilo vytvoriť priestor na verejnú diskusiu. Aj dnes prinášame NAJ... komentáre k témam, ktoré vás v uplynulom týždni zaujali, podráždili, rozosmiali. O tom je náš HYDEPARK.



- **Zuzana Antošová:** To zas budú kšefty s lístkami...
- **Klaudia Samko Nelka:** Supeeeeer!
- **Michal Tuleja:** Zase bude stáť pivo 2,5 v okruhu kilometra okolo Steel arény... O parkovaní ani nehovorím... Už dva roky tu trpíme všelijaké dopravné obmedzenia a o rok nás čakajú zas...
- **Jan Hric:** Super, konečne hokejisti zažijú poriadne povzbudzovanie a uvidia, čo je to byť hnaní publikom.
- **Bagoňa Peter:** Pekne, sklamaní fanúšikovia sa hodia rovno do tých jám, čo tu máme.



- **Slavomir Hodul:** Veď nech hrajú kdekoľvek. Toto sú také priblíbe veci, že sa nám etom

odbadujú len primitívi. Veď postúpia do štvrtfinále a prídu hrať aj sem. A verím, že počas MS budú vlaky zadarmo pre každého Slováka.

- **Andrea Madarasova Geckova:** Ale však aspoň prídu domov kuknúť rodičov a spolužiakov.
- **Ing Sabolča Tothovie:** Taká malá krajina a stále sa delíme na Bratislavu a zvyšok Slovenska, to je také smutné, že až. Mali by sme držať spolu a fandiť hokeju kdekoľvek sa bude hrať.
- **Naty Telmanová:** Ach, vidím, že to mnohým ľuďom trhá žily, že to bude v KE. Hádam to prežijú.
- **Otto Brandebur:** Boja sa cestovať po tej „dialnici“ cez vytunelovaný tunel do Košíc.
- **Anna Szwanczarova:** Konečne si niekto všimol aj východ.
- **Marta Adamová:** Čo sa nám, Košičanom, všetko nepáči, a?!



- **Marcel Dunay:** Tak možno do roku 2029 postavia to plávajúce. Všetkým budeme na smiech!
- **Juraj Krivda:** A v roku 2020 tam bude finále Ligy majstrov.
- **Richard Riki-Wajrus Revák:** Všetkým sme na Slovensku... Ešte sa musí všetko 3x predať a naplniť vrecká svojím ľuďom.
- **Romči Romusko Dejell:** Načo

Košice chcú taký štadión, keď nehrajú ani Fortuna ligu a sú slabé... Nech stavajú tam štadióny, kde sú slávne kluby a hrajú ligu.

- **Ljubiška Christov:** Podľa mňa, kým to postavia, hráči už budú v dôchodku.
- **Jana Uhrinova:** To malo byť ako fikcia?



- **Dávid Szabó:** Stavím sa, že tie, ktoré boli „modernizované“ v rámci rekonštrukcie električkových tratí?
- **Katka Priatka:** Dúfam len, že tie zastávky „nezmodernizujú“ takým spôsobom, ako sú urobené tie nové - električkové, ktoré absolútne nechránia ľudí pred vetrom či dažďom... Ich autor evidentne nikdy necestoval MHD...
- **Patrik Kysela:** 1 000 000 eur na modernizáciu zastávok? Koľko máme zastávok? To čo tam chcú stavať? Či polovicu si zhrabne niekto a za polovicu postavia nové?
- **Tomáš Šimkovič:** A chodníky kedy prídu na rad?
- **Peter Lisoň:** Predpokladám, že každá bude vybavená WC a sprchou, LCD tv a wifi...
- **Mona Kark:** Čiže sa zmenšia striedky a ubudne lavičiek?

VIAC K TÝMTO TÉMAM
NA WWW.KOSICEDNES.SK
A FACEBOOK.COM/KOSICEDNES

Pozvánka na 3. finálový zápas

ŠK Hornets

vs.

Slavia UK
BRATISLAVA

finále vodnopólovej
Pharma Group Extraligy

sobota 2.6. 19:00

mestská krytá plaváreň Košice

odstrihni pozvánku, dôjdi na zápas,
zahlasuj za hráča zápasu
a vyhraj aj víkend pre celú partiu
pod Spišským hradom v Bijacovciach

Hráč zápasu: _____

Vaše meno: _____

Váš email: _____

Vaše tel. č.: _____

KD 1800152/05

MOVE FEST SPOJIL tanec a nové médiá

V Tabačke premietali aj tanečné filmy,
nechýbalo ani netradičné karaoke



foto: Iveta Vaculová

Priestory Tabačky Kulturfabrik ožili počas víkendu premiérovým festivalom súčasného tanca, nového cirkusu a fyzického divadla – podujatím Move Fest.

Aktuálnou témou festivalu bolo spojenie tanca a nových médií.

Spája ich vášeň

Do Košíc prišli slovenskí, českí a európski umelci, ktorých spája jediná vášeň – tanec.

„Diváci mohli vidieť nielen využívanie nových médií, ale aj

predstavenie nového cirkusu, s ktorým zatiaľ nemá košický divák žiadnu skúsenosť, interaktívne

■ Zoskupenie Compagnia Zenhir predstavilo taliansky cirkus

tanečné predstavenie pre deti a dospelých i výlet do psychedelických polôh, plných obrazov, abstraktna a emócií,“ uviedla spoluorganizátorka festivalu Michaela Sabolová.

Pestrý kaleidoskop

Prvý ročník košického festivalu Move Fest priniesol aj pestrý kaleidoskop sprievodných akcií. Okrem premietania tanečných filmov aj príležitosť tanečného Shake it off či tanečné karaoke – Danceoke, raňajky s choreografiami a tvorcami predstavení, dotyky s tanečným svetom a priame kontakty s umelcami, ktorým učaroval svet tanca.

Ako vyzerá moderný cirkus

Zaujímavá bola prezentácia Yaw / Vychýlenie, kde nechýba-

la netradičná inštalácia panelov s audio a vizuálnou prezentáciou a umelkyňou, ktorá simulovala pohyb vychýlenia v tele, obraze a zvuku.

Diváci si nenechali ujsť predstavenie talianskej skupiny Compagnia Zenhir. Cieľom súboru je šíriť a propagovať súčasný cirkus v Taliansku a do zahraničia priniesť rýdzo taliansky štýl cirkusového umenia. Predstavili aj vtipnou formou - tancom muža a ženy, prechádzajúcich evolúciou človeka posledných storočí až po dnešok.

(HKL)

Family Dent ZUBNÁ AMBULANCIA

KOŠICE, ŽRIEDLOVA, 11 (CASOVAR)

WWW.FAMILY-DENT.SK

PRIJÍMAME NOVÝCH PACIENTOV

TEL.: 0905 989 151

**CEREC - KORUNKA NA POČKANIE
NOVÝ ÚSMEV V FAMILY DENT ZA JEDEN DEŇ.**



KD 1800194/04

Zoologická záhrada pripravila

Deň detí včera predčasne usporiadala košická zoo v spolupráci s Knižnicou pre mládež mesta Košice. Pre najmenších bol pripravený bohatý program s názvom Opice z našej police. Mohli si pozrieť, aké zvieratá v zoologickej záhrade chovajú, knižnica pripravila viaceré súťažné hry. Novinkou v zoo je knihobúdka, ktorú obe inštitúcie zriadili v areáli ako prvú v rámci Únie českých a slovenských zoologických záhrad. (HKL)



► Vozenie na poníkoch nesmelo chýbať, deťom sa odtiaľ nechcelo odísť.

foto na dvojs strane: Robo Hakl



Deťom sa páčil aj kolotoč s pletenými košíkmi.



▲ Drobci sa mohli dotknúť niektorých zvierat, napríklad aj hadov.



▲ V disciplíne Špinuška deti so zviazanými očami mali kŕmiť svoje mamičky alebo oteckov.

pre deti OSLAVU ICH SVIATKU



Zaplávať si na loďke a premeniť sa na pirátov lákalo najmä chlapcov.



▲ Knihobúdka je v areáli ako prvá v rámci Únie českých a slovenských zoológických záhrad.



▲ Zvieratá určite ocenili, že ich deti prišli aj nakrmiť.



◀ Lákadlom boli aj maskoty, s ktorými sa návštevníci fotografovali.



▲ Rad sa tvoril pri vstupe do zoo, o Deň detí bol veľký záujem.



Už od dnes v našom meste pri Dolnej bráne budete môcť prejavíť prostredníctvom formulára svoj názor, či chcete starú alebo novú kartu.

Nová mestská karta **ZADARMO A S**

Podeľte sa o svoj názor, do 12. júna môžete získať cestovné v MHD na pol roka

Mestskú kartu v súčasnosti využíva 80-tisíc Košičanov, čo je približne tretina obyvateľov nášho mesta. Čo by ste však povedali na to, keby bola zadarmo a k tomu mala množstvo ďalších výhod? Rozhodnite o tom, či chcete starú, alebo novú, ktorá umožní Košičanom lepší a pohodlnejší život v našom meste.

Košická mestská karta funguje už od roku 2013. Väčšinou ju ľudia využívajú na prepravu mestskou hromadnou dopravou. Nová karta však obyvateľom nášho mesta nebude slúžiť len na tento účel. Bude užitočným nástrojom, ktorý oproti doteraz ponúkaným službám poskytne ďalšie výhody, ako lacnejšie cestovanie, jednoduché pôžičky pred výplatom, zľavy v stovkách obchodov a veľa ďalších potrebných služieb.

Karta, ktorá dokáže viac

V súčasnosti za vydanie „starej“ karty zaplatíte 6,80

eur. Nová však bude zadarmo a prinesie množstvo výhod. Stane sa tak každodenným spoločníkom Košičanov.

Túto skvelú novinku prinesie nezisková organizácia Mestská karta Košice. „Takmer dva roky prebiehali prípravné práce a analýzy toho, ako podobné kartové systémy fungujú vo svete. Naštudovali sme projekty z Londýna, Amsterdamu, Tel Avivu, Brna, Ostravy. Stretli sme sa s množstvom predstaviteľov miest v zahraničí a veríme, že už za krátko Košičania budú môcť využívať mestskú kartu, ktorú nám budú závidieť aj ostatní,“ povedala Michaela Karaffová, riaditeľka neziskovej organizácie.

Budujú partnerstvá

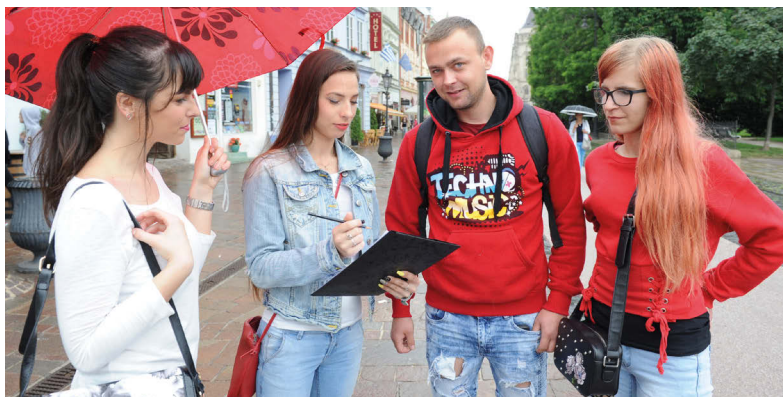
Výhoda oproti starej mestskej karte je aj to, že jej budúcnosť nespočíva iba vo forme klasickej plastovej karty, ale tiež vo forme mobilnej aplikácie či web riešenia tak, aby držiteľia mali komfort obsluhy karty k

dispozícii 24 hodín sedem dní v týždni. Karta má oveľa väčší potenciál ako doteraz. Aj to je dôvod, prečo mesto Košice spolu s DPMK stálo pri zrode neziskovej organizácie Mestská karta Košice.

„Uplynulý rok sme starostlivo počúvali, čo nám hovoria Košičania, košické firmy a podnikatelia na tému mestská karta. Neurobili sme nič iné, len sme všetkých vyzvali, aby sa do tohto projektu zapojili a nepýtali sa len, čo môže mestská karta urobiť pre nás, ale hlavne čo my, Košičania, pre mestskú kartu môžeme urobiť sami tak, aby sa nám v Košiciach žilo lepšie. Novinka je výsledkom spoločného úsilia. Už zakrátko nám príde samozrejme, že s ňou budeme môcť platiť v obchodoch, nakupovať výrazne výhodnejšie, požičať si peniaze a hlavne lacnejšie cestovať,“ dodáva M. Karaffová

Silná sieť partnerov s rovnakým cieľom

Nová košická mestská karta vytvára rozsiahlu sieť partnerov, ktorí chcú poskytovať presne také služ-



Mestská karta bude užitočným nástrojom, ktorý vytvorí lepšie miesto pre život Košičanov.



Promotérky budú v nasledujúcich týždňoch aj v MHD.

MNOŽSTVOM VÝHOD

zdarma a navyše každý deň 50 € za váš názor

by, aké Košičania očakávajú. „Za týmto účelom bola zriadená internetová adresa www.partnerkarty.sk, kde nás záujemcovia o spoluprácu môžu kontaktovať,“ informuje. „Vyzvali sme všetkých, aby sa do

■ Vyber si svoju mestskú kartu a vyhraj!

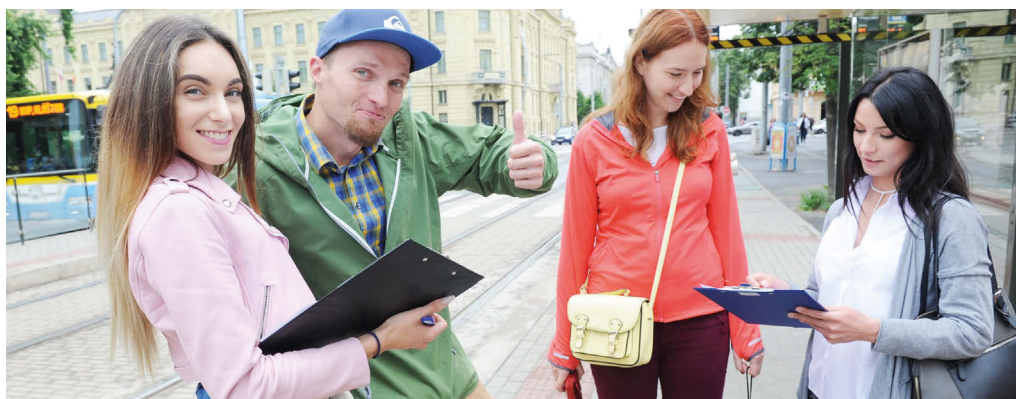
projektu zapojili. Mestská karta bude v konečnom dôsledku len to, čo z nej spoločne urobíme,“ dodáva M. Karaffová.

Novú mestskú kartu bude možné využiť pri bežných nákupoch, pri vstupe na kultúrne akcie a dokonca aj ako platobnú bránu. Košičania tak zadarmo budú môcť využívať benefity, ktoré doterajšia karta neumožňovala. Nebude to len ďalšia zľavová kartička uložená v peňaženke. Obyvatelia nášho mesta budú mať jednu kartu, ktorá dokáže oveľa viac.

Za názor odmena

Už od dnes v našom meste pri Dolnej bráne a v MHD budete môcť prejaviť prostredníctvom formulára svoj názor, či chcete starú alebo novú kartu. Čakať vás tam budú hostesky neziskovej organizácie. Okrem toho ich v priebehu nasledujúcich týždňov môžete stretnúť v mestskej hromadnej doprave, na zastávkach MHD alebo na Hlavnej ulici. Formulár budete môcť vyplniť aj na dobíjacom mieste na Hviezdoslavovej 6, kde sídli mediálny dom KOŠICE:DNES.

Na našom facebookovom profile sa vás už od minulého týždňa pýtame, či by ste chceli starú alebo novú mestskú kartu. Každý deň môžete získať 50 € za váš názor. Hlasovať a každý deň vyhrať túto krásnu sumu môžete až do 12. júna! To však nie je všetko. Všetky hlasy na facebooku KOŠICE:DNES so všetkými formulármi sčítame a vyžrebujeme dvakrát troch z vás, ktorí budú môcť cestovať v MHD pol roka zadarmo. Veľké žrebovanie sa uskutoční 3. a 13. júna. (ML)



Stretnete ich aj na zastávkach MHD.

foto na dvojstrane: Iveta Vaculová

ANKETA:

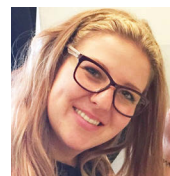
Mestská karta je v súčasnosti spoplatnená. Čo keby bola zadarmo a k tomu by ste mali ešte aj zaujímavé výhody?

KD1800249/21



Maroš Ďurkovič
ekonóm

Samozrejme, že by som prijal novú mestskú kartu, ktorá by bola zadarmo. Určite by ma potešilo, ak by tam boli aj zľavy na kultúrne a športové podujatia. Takisto by sa mi páčilo, ak by poskytovala zľavy na lístky do kina.



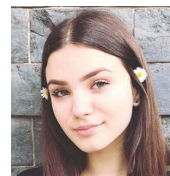
Jasmina Kopflerová
zubná asistentka

To by bolo super. Konečne pozitívna správa. Privítala by som, keby poskytovala zľavy najmä na koncerty. Potešilo by aj niekoľko percent. Takisto aj zľavy v potravinách alebo aj v obchodoch s oblečením by neboli zlé.



Valéria Kováčová
konzultantka

Kartu teraz využívam najmä na cestovanie MHD. Ak by k tomu boli aj nejaké benefity, tak by to bolo určite zaujímavé. Zľavových kartičiek je v súčasnosti mnoho, preto by tie benefity mali byť atraktívne.



Bianka Benediková
študentka

Kartu využívam teraz iba na cestovanie MHD. Nejaké benefity by sa isto zišli. Najviac však oceňujem, že by bola zadarmo. Ľudia nechcú stále za niečo platiť. Rada nakupujem, rada by som teda prijala zľavy v obchodoch a na kozmetiku. (ML)



KD 1800078/06

Na fakulte majú každý utorok tzv. war room. Zúčastnil sa na ňom aj prezident U. S. Steel Košice, Scott Buckiso (vľavo). Spolu s prezidentom košických oceliarov mohli na FMMR začiatkom mája vložiť do skleneného valca ďalšie guľôčky symbolizujúce počet nových prihlášok od študentov.

foto na strane: fmmr

Vzdelávajú v tradičných aj nových odboroch, popritom však **BUDUJÚ ZNAČKU**

Na FMMR majú novinky zodpovedajúce dobe a požiadavkám praxe

Uplynul takmer rok odtedy, čo Fakulta materiálov, metalurgie a recyklácie Technickej univerzity v Košiciach prijala nový názov a naštartovala proces mnohých zmien s cieľom atraktívnejšie štúdium. Opýtali sme sa dekanu FMMR doc. Ivety Vaskovej, čo sa za ten čas na fakulte zmenilo.

Popritom, že fakulta pracuje na vedeckých projektoch, vzdeláva v tradičných aj nových odboroch, sa viac venujete aj marketingu. Prečo?

Nemôžeme žiť v ulite a myslieť si, že len odborný a vedecký rast postačujú na to, aby značka FMMR zaznela naplno. Chceme ukázať svetu, že hutníctvo, materiály a recyklácia sú hudbou budúcnosti. Metalurgia prešla vývojom a dnes je najmä o simuláciách, nových materiáloch, ich vývoji a použití a v neposlednom rade aj o recyklácii kovov, ktoré sú základom každého iného povolania.

Ako sa predáva vzdelanie?

Nie je to jednoduché. Je to najmä o tom, ako oslovíť mladých ľudí, generáciu „Z“. Nie je dôležité len to, čo robíte, ale aj spôsob ako to robíte. A to je i jedna z vecí, ktorá je základom marketingu FMMR. Demografická krivka klesá a každá univerzita bojuje o „svojich“ študentov. My na tom nie



Dekanka FMMR doc. Ing. Iveta Vasková, PhD.

sme inak a zmena názvu fakulty bola perfektnou príležitosťou, ako vybudovať novú, skvelú značku.

Bude to čoskoro rok od zmeny názvu, čo všetko sa na fakulte zmenilo?

Okrem vizuálu ide hlavne o zmenu komunikácie. Navyše sú do celého procesu zapojení všetci zamestnanci i študenti, s ktorými sa stretávame každý utorok na tzv. war room-e. Je to akýsi „bojový štáb“, kde sa z množstva nápadov rodia nové, zaujímavé projekty. Na tom poslednom sa zúčast-

nili aj členovia top manažmentu U. S. Steel Košice na čele s prezidentom firmy Scottom Buckisom. Práve u nich sme sa totiž nechali inšpirovať.

■ Hutníctvo, materiály a recyklácia sú hudbou budúcnosti.

Aké výsledky tento proces doteraz priniesol?

Do konca augusta tohto roku chceme získať 150 nových študentov. Pred rokom sa to zdalo byť nemožné, no už dnes to vyzerá byť reálne. Vzniká u nás interaktívne auditórium recyklácie, laboratórium numerických simulácií, tiež sme rozbehli on-line kampaň. To sú len niektoré z 56 projektov, ktoré postupne riešime. Už dnes máme o 114 percent viac prihlásených študentov než vlni v rovnakom čase.

Prečo by si však mali študenti vybrať práve vašu fakultu?

Máme nové smery zodpovedajúce dobe a požiadavkám praxe. Je pravda, že vzdelanie ponúkajú všetky školy, no my ponúkame bonus – vieme študentov naučiť, ako svoje vzdelanie získané na modernej fakulte v rodinnej atmosfére vedieť aj správne „predať“. Navyše naši absolventi sa uplatnia takmer všade, pretože je o nich veľký záujem.

VIKING®

STIHL®



Záhradný
program VIKING
bude nieť od roku
2019 meno STIHL

2018

2019

Akcia na celý sortiment
VIKING v zelenej farbe trvá
od 1. 2. do 31. 12. 2018
alebo do vypredania
zásob

**NAJNIŽŠIE
CENY V HISTÓRII**

ŠPECIÁLNA AKCIA VIKING JE A BUDE STIHL

Rozlúčte sa spolu s nami so zelenou farbou našich produktov nákupom za jedinečné, najnižšie ceny v histórii. Využite fantastickú akciu a kúpte si produkt STIHL poslednýkrát v zelenej farbe. (Dodávku náhradných dielov a servis všetkých produktov pod označením VIKING zabezpečuje firma STIHL naďalej v plnom režime.)

AKCIA
ME 235
129 €
159 €



AKCIA
MI 422
799 €
1190 €



AKCIA
GE 103
199 €
240 €



Kompletný zoznam akciových
produktov s možnosťou ich
nákupu nájdete na

www.stihl.sk

Poštová 11, Košice, 055/62 24 256, predajna@stenia.sk

SEZÓNA JE TU: Ak radi športujete, čítajte! Toto vám pomôže

Vytrvalostné športy vám prospejú viac, než si myslíte. Nezabúdajte však na to, čo si pýta vaše telo - vitamíny, minerály a aminokyseliny, teda kvalitnú výživu



Premium Energy dodáva energiu postupne počas celého tréningu.

Už 30 minút vytrvalostného športu denne dokáže urobiť s vaším telom zázraky. Dôležitá je pravidelnosť a dôkladná starostlivosť o organizmus. V oblasti vhodnej výživy a doplnkov si môžete nechať poradiť odborníkmi z košickej predajne Kompava. Tí sa športu venujú profesionálne.

Vysnívaná postava nie je jediným benefitom vytrvalostných športov, ako sú beh, cyklistika, futbal, veslovanie či plávanie. Už pri polhodine každodenného športovania sa totiž môžu zmierniť príznaky vášho biologického starnutia. Takéto aktivity tiež pomáhajú v boji proti stresu či psychickým problémom. Stresový hormón kortizol nahradia hormónom šťastia, endorfínom. Šport vám jednoducho zlepši náladu, či už chcete alebo nie.

Výhodou je aj fyzické zdravie. Pravidelným cvičením na čerstvom vzduchu si posilňujete imunitu a ľahšie predídete chrípke či prechladnutiu. Pozitívnu stránkou je tiež nárast sexepílu. Športovci sa cítia krajšie a tým aj príťažlivejší pre okolie.

Zvýšený príjem energie

Pre dosiahnutie všetkých týchto účinkov nestačí len športovať. Je dôležité, aby sa každý postaral o dostatočnú výživu či regeneráciu

svojho organizmu. Pravidelný výdaj energie zvyšuje nároky aj na jej príjem a tiež na potrebu pitného režimu.

Ideálne je, ak sa váš počet jedál za deň bude pohybovať okolo 4 – 6, pričom by ste mali jesť každé 3 hodiny v menších dávkach. To zabez-

■ **Pravidelným cvičením rastie sexepíl. Športovci sa cítia krajšie a tým aj príťažlivejší pre okolie**

pečí dostatočný príjem živín pre ďalšie výkony. Ak sa počas dňa nestihate plnohodnotne najesť, potrebnú energiu si môžete doplniť aj prostredníctvom proteínových tyčienok alebo nápojov.

Pri vytrvalostných športoch z vášho organizmu ubúda voda, telo prechádza dehydratáciou, a tak rýchlo stráca energiu. Je dôležité ho znovu nabudiť a zvýšiť svoju výkonnosť a koncentráciu. S týmto problémom telu pomáhajú vitamíny, minerály a aminokyseliny.

Ideálne nápoje

V košickej predajni Kompava na Žižkovej 30 nájdete napríklad Protein Premium. „Je

to unikátny proteínový nápoj, ktorý sa užíva buď pred, alebo po samotnom výkone. Je stabilným zdrojom energie i potrebnej regenerácie. Zabráňuje rýchlym návalom hladu a zvýšeniu hladiny glukózy. Zabezpečuje vysoký stupeň koncentrácie nielen pre športovcov, ale aj pre ľudí s náročným povoláním, ako sú napríklad šoféri, piloti či vojaci,“ vysvetlila spolumasiteľka predajne Tímea Juhásová, ktorá je majsterkou sveta NABBA/WFF v bikiny fitness.

Iontový pitný režim je ďalšou vhodnou voľbou. Je bohatý na minerály, ktoré dokážu veľmi rýchlo obnoviť ich stratený obsah. Ideálny je počas dlhodobej fyzickej záťaže, pretože jeho pitím zabránite prílišnému vyčerpaniu a doplníte si vitamíny a minerály.

Prečo si vybrať beh?

Nech už sa venujete akémukoľvek športu, je dobré, ak do svojho tréningu zakomponujete beh. Je to takzvaná alfa i omega pri naberaní dobrej kondície. Do pohybu sa pri ňom zapája väčšina svalových partíí. Je výbornou podporou nášho tela. Posilňuje aj srdce, spaľuje kalórie, formuje postavu, zlepšuje dýchanie a tiež celkové zdravie.



K4 Power gel zabezpečuje okamžitý zdroj energie.



Na začatie s behom nikdy nie je neskoro. Je prospešný pre celé telo.

foto k článku: MH Plus



Regenerácia svalov

Po každom športovom výkone je potrebná regenerácia. Predchádza deštrukcii svalového vlákna. Dôležitý je tiež pravidelný strečing, ktorý uvoľňuje stuhnutie svalov. Aby prebehla regenerácia, telo musí dostať dostatok živín. Okrem bohatej stravy je dobré vybrať si správne výživové doplnky. Poradenstvo v tejto oblasti vám poskytnú odborníci priamo v košickej predajni Kompava na Žižkovej 30.

„V Kompave nájdete HypoFit, antioxidantný, hypotonický nápoj slúžiaci na rehydratáciu organizmu. Je vhodný aj pre malých športovcov od 8 rokov. Zabezpečí rýchly zdroj energie. Obsahuje dôležité vitamíny a minerály, ktoré vylučujeme počas dňa z tela von.“

Opätovné nakopnutie

Každý jeden šport má inú intenzitu zaťaženia. Pri vytrvalostných je omnoho vyššia, než pri tých s krátkou dobou výkonu. Každý by mal rešpektovať svoje osobné predispozície, kondíciu i váhu, a na základe toho si vytvoriť správny tréning. Rozdielny prístup závisí tiež od skúsenosti a veku. Netrénovaný človek sa vyčerpá omnoho rýchlejšie než profesionál. K ubudnutiu energie však skôr či neskôr dôjde v oboch prípadoch.

Počas behu, cyklistiky alebo futbalu potrebuje športovec pri svojom výkone takpovediac znovu nakopnúť. Rýchle vyčerpanie pociťujú nielen amatérski, voľnočasoví, ale aj profesionálni športovci. Podľa rád T. Juhásovej je na to ideálny K4 Power gel. „Chuťovo veľmi príjemný gél zabezpečuje okamžitý zdroj energie a pomáha udržať potrebný výkon na vysokej úrovni.“

Ďalším jedinečným produktom, ktorý sa vám pri vytrvalostnom športovaní zide, je Sport Premium Energy. „Umožňuje trénovať dlhšie a s vyššou silou, pretože zabezpečuje stabilnú energiu, ktorá je dodávaná postupne. Podporuje efektívne využívanie tukových zdrojov energie.“

Výživa kĺbov

Základom pri každom druhu športu je aj zdravie kĺbov. Najmä pri behu sú mimoriadne namáhané kolená. Pravidelný pohyb posilňuje a zároveň zaťažuje nielen svaly, ale aj kosti a kĺby. Zranenie kĺbov je veľmi nepríjemné a dokáže človeka doslova odstaviť. Netreba preto zanedbávať včasnú prevenciu, ktorou je kĺbová výživa.

„Gelo-3 Complex je zmes aktívnych látok, minerálov a vitamínov, ktoré zabezpečujú správnu funkciu kostí, chrupaviek a pokožky. Obsahuje glukozamín sulfát, chondroitín sulfát a hydrolyzát želatíny. Tento prípravok podporuje zdravie kĺbov a spojivového tkaniva,“ doplnila T. Juhásová.

Je tiež dôležité, aby vytrvalostný športovec nezanedbával rozcvičku pred cvičením a najmä to, aby nikdy necvičil takpovediac cez bolesť.



Gelo-3 Complex sa postará o správnu funkciu kostí, chrupaviek a pokožky.

(SZ)

 **RECEPT**
**CITRÓNOVÉ CESTOVINY SO ŠPENÁTOM****Potrebuje:**

350 g cestovín	2 PL nakladaného zeleného korenia
200 g syru ricotta	1 PL masla
50 g smotany na varenie	soľ
250 g baby špenátu	paradajky na ozdobu
veľký citrón	

Postup:

V miske zmiešame ricottu so smotanou na varenie. Korenie roztlačíme čepeľou noža a pridáme ho do ricottového základu, premiešame a celú omáčku prehrejeme na panvici s maslom. Cestoviny uvaríme na skus. Keď omáčka zhustne, pridáme do nej kôru z citróna, uvarené cestoviny, čerstvý špenát a dôkladne premiešame. Ozdobíme paradajkami, kto chce, posype jedlo parmezánom.

KINÁ, DIVADLÁ**CINEMAX**

Avengers: Nekonečná vojna (ST) o 20.20, Avengers: Nekonečná vojna 3D o 15.10, Dámsky klub (ČT) o 18.20 a 20.40, Deadpool 2 o 15.30, 18.15, 20.00 a 21.00, Dve a pol kačky (SD) o 15.20, Polnočná láska o 18.30, Pomsta (ČT) o 20.30, Solo: A Star Wars Story (SD) o 18.00, Solo: A Star Wars Story (ST)

o 15.00 a 20.50, Solo: A Star Wars Story 3D (SD) o 20.10, Solo: A Star Wars Story 3D (ST) o 17.20, Taxi 5 (ČT) o 15.40, Tiché miesto o 18.10, Ukradnutá princezná (SD) o 15.50, 17.50 hod.

ŠTÁTNE DIVADLO

Historická budova: Jánošík o 19.00 hod.

 **SUDOKU**

(VEĽMI ŤAŽKÉ)

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

Pravidlá: Do prázdnych políček vpište správne čísla od 1 až do 9. V každom riadku, stĺpci a štvorci musí byť každá číslica použitá len raz!

 **KOŠICE:DNES**
ČO NOVÉ, PÁN STAROSTA?

Zajtra bude hosťom Jaroslav Hlinka, starosta mestskej časti Košice- Juh. Hovoríť budeme o plánoch a investíciách aj do výstavby nových parkovacích miest. Sledujte Tv KOŠICE:DNES o 18. hodine



AKO SI NALADIŤ TV KOŠICE:DNES SA DOZVIETE NA WWW.KOSICEDNES.SK/ NALADTESA

ČO KEDY KDE

- **Miro Jaroš – Ťuki tour 2**, 16.00 hod., Divadlo Grand
- **Obháji svoje, výstava**, 17.00 hod., Výmenník Važecká
- **Literatúra a film: Ján Gavura feat. Viggo Mortensen**, 19.00 hod., Kino Úsmev
- **Queer café: Spolu proti homofóbii**, 19.30 hod., Tabačka

**Miesto: v Mestskom parku v Košiciach**

(pri železničnej stanici, priestor pred Hudobným altánkom)

Aktivity pre školskú mládež budú predpoludním do 12:00, popoludní od 14:00 do 18:00 program pre širšiu verejnosť

Program:

- | Ukážky aktivít lesnej pedagogiky pre malých aj veľkých
- | Anketa pre verejnosť - najkrajšia studnička
- | Diskusia o lese so zástupcami zúčastnených lesníckych organizácií
- | Šugovskí lesníci - ukážky poľovníckych signálov
- | Prvá pomoc v lese - Slovenský Červený kríž Košice
- | Vystúpenie sokoliarov sv. Bavona zo Štiavnických baní
- | Vystúpenie OZ Castellum Cassovia - ukážky lukostrelby
- | Ukážka práce kynológov z Košíc



SRŠŇI VYHRALI, no tréner Bačo zúril

Karol Bačo ml. nebol spokojný s výkonom svojich zverencov v poslednej štvrtine

K prvému finálovému víťazstvu pomohol sršňom ich kanonier Martin Šuster dvomi presnými zásahmi.

foto: Veronika Janušková

V prvom finálovom stretnutí našej najvyššej vodnopólovej súťaže zdolali hráči ŠK Hornets Košice vo svojom bazéne mužstvo Slávie UK Bratislava tesne 7:6. V sérii hranej na tri víťazstvá vedú sršni 1:0 na zápasy.

Matúš Kozáček

matus.kozacek@kosicednes.sk

Po troch štvrtinách úvodného duelu viedli hráči Hornets presvedčivo 7:2. O prvé finálové víťazstvo však museli zverenci trénera Karola Bača ml. bojovať až do poslednej sekundy zápasu. „Prvá polovica stretnutia bola v našej réžii. V poslednej štvrtine sme však predviedli katastrofálny výkon. V hlavách nastal nejaký skrat a kopili sme chybu na chybu. Súpera sme posadili na koňa a už sa to viezlo. Musíme si to vyrozprávať,“ zhodnotil duel hráč ŠK Hornets Košice Martin Šuster.

Tréner nešetril kritikou

Košičania v poslednej štvrtine inkasovali štyri góly v rade a svojim laxným prístupom dovolili obhajcovi titulu návrat do stretnutia.

Tréner sršňov Karol Bačo ml. po záverečnom hvizde chrlil na svojich zverencov oheň a síru. Nespokojný bol najmä s prístupom skúsenejších hráčov: „Hrali sme netakticky. Namiesto toho, aby sme volili krátke nahrávky a držali loptu, súperovi sme dávali príležitosť na protiútoky. Úplne sme poľavili v koncentrácii a asi iba Bohu môžeme ďakovať za to, že Bratislava nepremenila na

konci vyloženú šancu. Takto prešustrovaný záver zápasu si nepamätám ani z mojich hráčskych čias. Pochváliť môžem azda iba brankára Hofericu, ktorý nás podržal.“

Druhý zápas v stredu

Napokon si však sršni pripísali na svoje konto piatu tohtosezónnu výhru nad obhajcom titulu. Finálová séria sa ale teraz sťahuje do Bratislavy. Druhý zápas sa na Pasienkoch odohrá už túto stredu. „Zbabanou poslednou štvrtinou sme pred druhým zápasom dostali súpera na koňa. Očakávam teda, že

nás v Bratislave čaká opäť náročný duel. Musíme si určité veci vyrozprávať a zabudnúť na tento priebeh. Pevne verím, že sa vyvaruje-

” Takto prešustrovaný záver si nepamätám ani z hráčskych čias

Karol Bačo mladší,
tréner ŠK Hornets Košice

me takejto nekoncentrovanej,“ povedal M. Šuster.

Môžu získať mečbaly

Ak sa zverencom trénera Karola Bača ml. podarí v stredu uspieť, na svoje konto si pripíšu dva majstrovské mečbaly.

„Každý zápas začína za stavu 0:0. Verím, že aj toto prečistenie žalúdkov nás naštartuje. Musíme sa sústrediť na svoj výkon a zlepšiť to, čo sa nám v tomto stretnutí nepodarilo. Pôjdeme do toho naplno a verím, že sa nám podarí uspieť,“ zaželel si košícký hráč Ladislav Vidumanský ml.

Hofyho zoberú na kofolu

Leví podiel na prvom finálovom víťazstve mal brankár Hornets Tomáš Hoferica. Jednotka medzi tromi žrdami častokrát privádzala svojimi zákrokmi hráčov Slávie do zúfalstva. Spoluhráči ho preto za odmenu zoberú na kofolu. „Hofy chytá celú sezónu parádne. Pevne verím, že mu forma vydrží. My sa mu na oplátku budeme snažiť pomáhať viac, aby sa toľko nenadrel,“ povedal s úsmevom Vidumanský ml. Samotný brankár bral slová chvály s nadhľadom. Ako sám tvrdí, tak to už v kolektívnom športe býva. „V tomto zápase som potiahol tím ja, no nabadúce to môže byť niekto iný. Dúfam, že v najbližšom stretnutí pomôžu chlapci mne a budú blokovať strely,“ konštatoval Hoferica. (MK)



Správna voľba

XXL
DOPRAJTE SI VIAC!
XXL TÝŽDNE V LIDL

OD PONDELKA
28. MÁJA



Kurča
+ 2 kuracie
štvrte

cena za 1 kg

-29%
2.39

1.69



VÝHODNÉ
BALENIE

4
x 1,75 L

ORIGINAL TASTE

Coca-Cola

4 x 1,75 l

-34%
4.59*

2.99
■ (1 l = 0,43)

Coca-Cola/Coca-Cola
Zero/Fanta/Sprite



Balkánsky syr

600 g

3 x 200 g

2.99
■ (1 kg = 4,98)



Linecké rohlíky

• polomáčané

440 g + 220 g
zadarmo

1.98
■ (1 kg = 4,50)



Termix

• kakao/vanilka

150 g

0.39
■ (100 g = 0,26)

*Zlava z najnižšej predajnej ceny zistenej na základe porovnania cien dňa 15. 5. 2018.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Ponuka tovaru platí od 28. 5. do 3. 6. 2018 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.