

PROČ?

metro®

STŘEDA 3. KVĚTNA 2017 Č. 85 • WWW.METRO.CZ



PROČ NÁS CHCE ČSSD DOSTAT Z VLÁDY A NAVRHLA DEMISI? ČEHO SE BOJÍ? ŽE TOHO MOC VÍME?

O OKD, kde pan Sobotka se svými přáteli Bakalou a Pokorným připravili víc než 43 000 hornických rodin o střechu nad hlavou a zničili celý region? O soudu v kauze OKD, kde má ČR škodu 6 miliard a pan premiér v tom hrál zásadní roli? O ovládnutí státních zástupců, aby se úplně zabránilo vyšetřování kauz ČSSD?

MÁME SE NECHAT ZASTAVIT TRADIČNÍMI POLITIKY?

Pište mi, co si o tom myslíte vy. Teď hned. Na www.chcemelepsicesko.cz



JE NÁS TU NEJVÍC

každé vydání Metra čte 456 tisíc čtenářů denně

O BREXITU SE NEBUDE JEDNAT V RUKAVIČKÁCH

THERESA MAYOVÁ PŘEBÍRÁ OTĚŽE VYJEDNÁVÁNÍ O VYSTOUPENÍ Z UNIE STRANA 5



metro



Středa, 3. května 2017

Č. 85, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

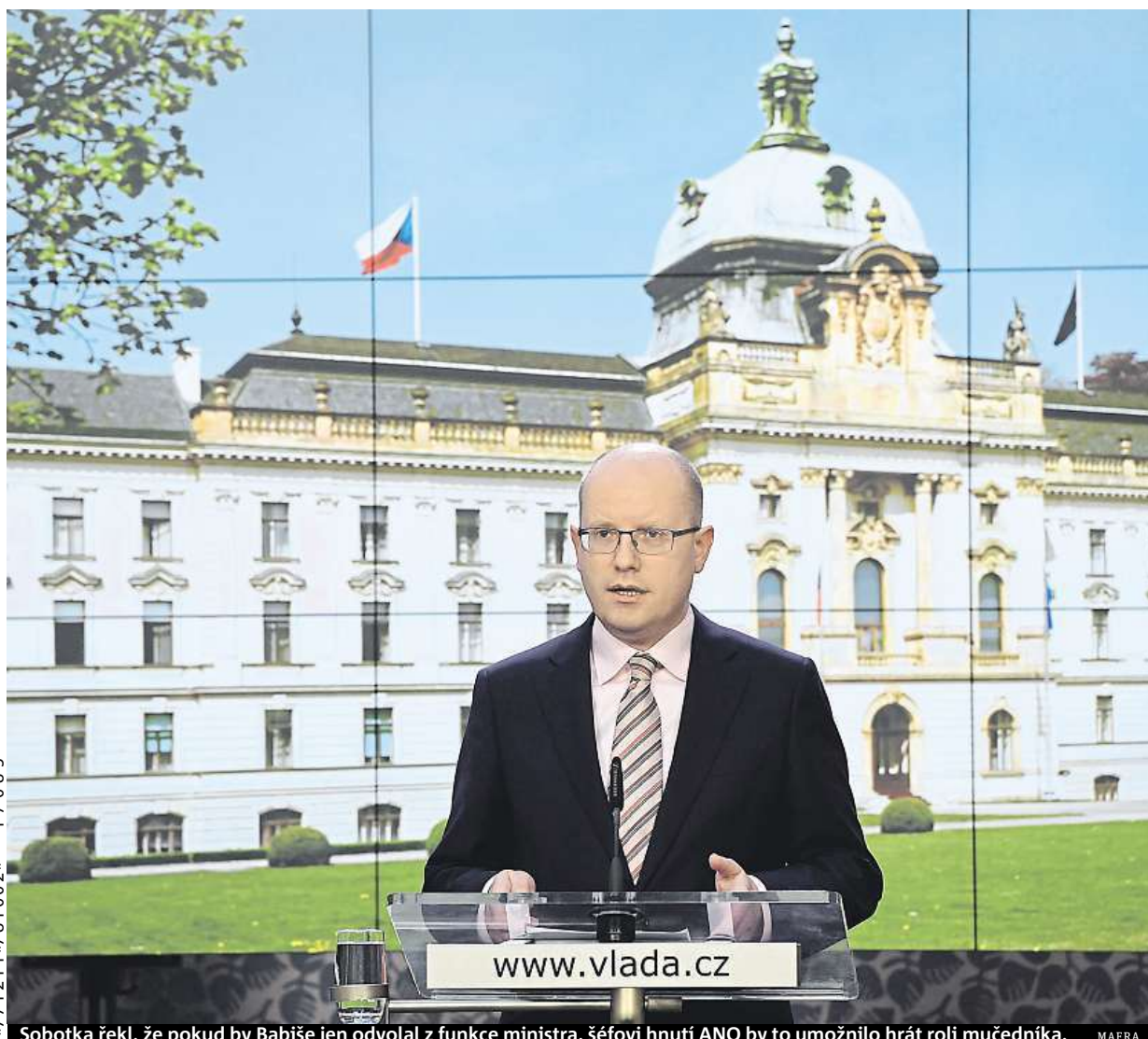
/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Alexej

Největší deník v ČR

Vláda končí, premiér Sobotka podá demisi

Rozuzlení. Premiér oznámil, že kvůli nejasnostem kolem ministra financí Andreje Babiše podá do konce týdne prezidentovi demisi celé vlády. **Babiš.** Stal se terčem kritiky kvůli korunovým dluhopisům STRANY 2 a 3



Babišova kritika premiéra

„Nerozumím tomu, pan premiér mě vyzýval, abych se zachoval jako chlap, a on se zachoval jako zbabělec.“ řekl včera Babiš poté, co Bohuslav Sobotka oznámil demisi vlády. Nejlepším řešením by podle něj bylo, aby vláda dovládla v demisi do řádných parlamentních voleb.

Bělobrádek o nešikovnosti

„Podání demise vlády je Sobotkova zodpovědnost,“ řekl vicepremiér Pavel Bělobrádek. Lidovci jsou připraveni k jednání, předčasné volby by považovali za nešikovné. O ohlášené demisi české vlády informovaly v rychlých zprávách světové tiskové agentury.

Sobotka řekl, že pokud by Babiše jen odvolal z funkce ministra, šéfovi hnutí ANO by to umožnilo hrát roli mučedníka. MAFRA



SOBOTKA KVŮLI BABIŠOVI

Skončí velké spory předčasnými volbami? Teď je na řadě Zeman.

Předseda vlády Bohuslav Sobotka (ČSSD) kvůli nejasnostem kolem podnikání ministra financí Andreje Babiše (ANO) podá do konce týdne prezidentovi Miloši Zemanovi demisi celé vlády.

Sobotka označil další Babišovo pokračování ve funkci ministra financí za neudržitelné. Jeho odvoláním, které považuje za nejjednodušší řešení, by však podle svého mínění Babišovi jen nahrál v předvolební kampani, aby se ocitl v roli mučedníka.

Podle Babiše by bylo nejlepším řešením, aby vláda dovládla v demisi do řádných voleb. Šéf státní kasy premiéra označil za zbabělce. Premiérův krok je podle Babiše absolutně nezodpovědný a ohrožuje čerpání evropských fondů a navýšení platů například bezpečnostním složkám.

Demise celé vlády by měla umožnit stávající koalici jednat o dalším pokračování, jehož podmínkou je ale podle Sobotky změna na pozici ministra financí. V případě shody všech stran ve Sněmovně nevyklučuje předčasné volby.

Demisi kritizují i jiní ministři. „Nerozumím kroku pana premiéra, svým počínáním doslova pohřbívá celou úspěšnou vládu,“ uvedla ministryně pro místní rozvoj Karla Šlechtová. „Bereme to tak, že si premiér vzal zemi jako rukojmí, aby ukázal ramena. Zároveň řekl, že se chce potkat s předsedy koaličních stran. Je otázka, co chce řešit. Šest měsíců před volbami dává rozhodování do rukou pana prezidenta,“ uvedl ministr životního prostředí



Momentka z přípravy tiskové konference, na které Sobotka ohlásil konec vlády



Citát

Premiér Bohuslav Sobotka je zbabělec, nechtěl se rozhodnout, tak to hodil na pana prezidenta.

ANDREJ BABIŠ, MINISTR FINANCÍ



Citát

Není možné, aby se vláda snažila přežít zbývající půlrok do řádných voleb a tvářila se, že se nic neděje.

BOHUSLAV SOBOTKA, PREMIÉR

„Ministr financí musí vyvrátit podezření z podvodu,“ říká Sobotka

Ministr financí Andrej Babiš čelí kritice zejména kvůli nákupu nedaněných jednorukových dluhopisů od firmy Agrofert v době, kdy ji vlastnil. Šéf hnutí ANO podezření z daňových úniků odmítá.

- Premiér vlády Bohuslav Sobotka i Sněmovna vyzvali Babiše k vysvětlení nejasností kolem jeho majetku a daní. Transakce mezi vicepremiérem a jeho někdejší firmou prověřuje Finanční správa, která podléhá ministerstvu financí, i policie.

- Specializovaný finanční úřad si vyžádal od společnosti Agrofert podklady k veškerým dluhopisům. Prověřuje tak i jednorukové dluhopisy nepodléhající zdanění, jež od firmy za 1,5 miliardy korun koupil Babiš, který byl do letošního února vlastníkem Agrofertu.

- Sněmovna Babiše vyzvala k vyvrácení podezření z daňových úniků do konce dubna. Ministr financí v dopisu označil všechny své transakce se společností Agrofert za legální a míní, že

vše vysvětlil. Záležitost považuje za organizovanou kampaň a mediální hon na sebe. „Po vymyšlené kauze StB, po účelové kauze s biopalivem, kauze Čapí hnízdo a o střetu zájmů je toto jen další pokus, jak se mě zbavit a vyhnat z politiky,“ píše Babiš v dopisu.

- Obsah Babišova dopisu označila za nedostačující pravice opozice a Babišovo vysvětlení jeho nákupu korunových dluhopisů Agrofertu je neuspokojivé také podle předsedy poslanců ČSSD Romana Sklenáka.

Richard Brabec (ANO). Podle předsedy Senátu Milana Štěcha (ČSSD) je demise vlády v současné situaci pochopitelné řešení. „Atmosféra ve vládní koalici se stala kritickou. Příčinou jsou problémy ministra financí. Ty bohužel nebyly vysvětleny koaličním partnerům ani občanům,“ uvedl včera pro ČTK předseda

horní komory. Štěch poukázal také na Babišův slovník, podle něj se „nechutným způsobem“ vyjadřuje na adresu svých koaličních partnerů. „V takové atmosféře zkrátka nelze vládnout,“ dodal. Předseda Českomoravské konfederace odborových svazů (ČMKOS) Josef Středula tvrdí, že odvolání vlády není pro

Česko nic nového ani dramatického.

„Čerpání evropských finančních prostředků mají na starosti jednotlivé resorty. To, co politici mohli dát do zákonných norem, tam dali. Ve Sněmovně nejsou žádné dokumenty strategického charakteru,“ uvedl šéf ČMKOS Středula. Více na straně 3



Citát

Oznámení premiéra nyní ponecháme bez komentáře. Postup pana prezidenta bude oznámen v pravý čas.

JIŘÍ OVČÁČEK, MLUVČÍ PREZIDENTA

Politolog Kubáček: Prezident demisi přijme

Podle politologa Jana Kubáčka je demise Bohuslava Sobotky odvážné řešení celé situace. „Sobotka potřeboval náboj do předvolební kampaně,“ říká mimo jiné Kubáček pro deník Metro.

Přijme prezident demisi vlády?

Dá se očekávat, že prezident demisi přijme. Bohuslav Sobotka také včera uvedl, že je připraven na předčasné volby. Podle mě ale prezident toto řešení neupřednostní. Jednak by to bylo zbytečné

k blízkému termínu voleb. Navíc by to byla velmi drahá záležitost. Ale řekněme si také otevřeně, že by to Miloš Zeman nepřivítal jako kandidát v rámci prezidentské kampaně.

Proč?

Protože v tu chvíli by to příliš měnilo jeho strategii a prodlužovalo by to délku kampaně. Může se tak stát, že prezident vybere nějakou politickou osobnost a pověří ji, aby našla vhodného kandidáta na premiéra, který by získal vět-

šinový mandát. Nebude to ještě navrhovaný premiér, ale bude to vyjednávač, který má za cíl najít budoucího premiéra. Je dost možné, že Zeman půjde touto cestou, aby nenahradil Andreje Babiše a zároveň nepostavil proti sobě ČSSD jako celek.

Jak hodnotíte Sobotkův krok?

Je to odvážné rozhodnutí, protože je možné, že Zeman vybere takovou osobnost, která vytvoří půdorys vlády bez Sobotky. Takže Sobotka mož-



ná rezignoval na půlroční mandát premiéra. Dalo se spíš očekávat, že premiér bude z rozhodování couvat. Ale on toto opatření udělal z jednoho prostého důvodu. Proto, aby zodpovědnost za Babiše nepadla na jeho hlavu. Protože všechna jiná opatření by buď vedla k tomu, že Babiš odejde jako mučedník a posílí svoji legendu, že vše

se dělo proto, aby byl vytlačen z politiky. Nebo by například Sobotka řekl, že to bude řešit Poslanecká sněmovna, a požádá o důvěru. Ale v tu chvíli by veškerá zodpovědnost za Babiše padla na něj. Buď proto, že by byl nucen bránit Babiše, nebo kdyby ho nebránil, tak by si všichni říkali, proč ho tedy ve své vládě má. Takže je demise jediné možné odvážné řešení, tak aby Sobotka měl nějaký náboj, nějaké téma do kampaně na podzim do Poslanecké sněmovny. MAH

PODÁ DEMISI

Hnutí ANO považuje rozhodnutí premiéra podat demisi vlády za nezodpovědné. Sobotkovu prohlášení nerozumí ani první místopředseda hnutí Jaroslav Faltýnek, podle něho je výrazem „určité křeče v sociální demokracii“. Záležitosti kolem pochyb o podnikání předsedy ANO a ministra financí Andreje Babiše pokládá Faltýnek za účelovou kampaň s cílem, aby hnutí nebylo v politice. Navzdory tomu si umí představit, že koalice by dokázala fungovat do řádných říjnových voleb. „Já si umím představit, že tato vláda dovládne a splníme svůj program a sliby, které jsme dali voličům,“ dodal Faltýnek.

Pokud by ale bylo zkráceno volební období a vypsaný předčasné volby, o čemž jako o jedné z možností mluvil i Sobotka, ANO je na ně podle Faltýnky připraveno.

Babiš serveru iDNES.cz řekl, že by pověření k sestavení vlády, která by vedla zemi do voleb, nepřijal. I další představitelé ANO dávali najevo

překvapení ze Sobotkova rozhodnutí. Eurokomisařka Věře Jourové je konce Sobotkova kabinetu osobně líto. „V té vládě jsem začínala. Byla v tom naděje, snaha o rozumný konsenzus a řekla bych i silný étos,“ sdělila ČTK Jourová, která byla před odchodem do Bruselu ministryní pro místní rozvoj za hnutí ANO.

Jaký bude další postup, rozhodne prezident Miloš Zeman, ten se má dnes sejit s Andrejem Babišem. Původně se schůzka měla týkat možného odvolání ministra financí. Tématem dnešní schůzky bude ale nejspíš Sobotkova demise. Prezident se již dříve nechal slyšet, že odvolávat jakéhokoli ministra půl roku před volbami je velmi absurdní a velmi neobvyklé. Pokud demisi prezident odmítne, současná vláda by mohla šest měsíců do voleb klidně dovládnout v demisi.



MAREK HYR
marek.hyr@metro.cz

Předčasné konce vlád

Poslední vláda, která absolvovala celé období (1998–2002), byl menšinový kabinet Miloše Zemana, který umožnila takzvaná opoziční smlouva.

- V šesti případech samostatné České republiky vláda padla.
- **Druhá vláda Václava Klause** (vládla 18 měsíců; červenec 1996 až leden 1998).
- **Vláda Vladimíra Špidly** (25 měsíců; červenec 2002 až srpen 2004).
- **Vláda Stanislava Grosse** (devět měsíců; srpen 2004 až duben 2005).
- **První vláda Mirka Topolánka** (čtyři měsíce; září 2006 až leden 2007).
- **Druhá vláda Mirka Topolánka** (28 měsíců; leden 2007 až květen 2009).
- **Vláda Petra Nečase** (36 měsíců; červenec 2010 až červenec 2013).



Čeští studenti slaví

Průvodem v kostýmech zahájili studenti zlínský majáles. Včerejší hudební program stejně jako volba krále či královny a sportovní aktivity se uskutečnily v parku před Baťovou vilou (na snímku). Další města na studentské oslavy čekají. Letos poprvé se velký majáles chystá v Liberci. Odehraje se už zítra. V sobotu oslavy vrcholí také v Brně, kde proběhne volba krále majálesu. ČTK

INZERCE

NA JSOU PODĚBRADY

Nechte se překvapit novou podobou budovy a veškerých prostorů...

Budte jedním z prvních hostů nově zrekonstruovaného hotelu Bellevue Tlapák **** a užijte si speciální pobyt **TLAPÁK V NOVÉM KABÁTĚ!**

Přijďte v termínu 22. - 26. 5. nebo 26. - 28. 5. 2017

Těšíme se na Vás

Cena od 3 290 Kč

LÁZNĚ PODEBRADY
AKČIOVÁ SPOLEČNOST

325 606 500
www.lazne-podebrady.cz

Vydělávejte v létě s eKasou



Vše pro eTržby v jednom balení



Bez závazku – po sezoně ji vypnete a neplatíte nic

6 z 10

60 % podnikatelů z 1. a 2. vlny používá eKasu



NYNĚ NA **Google Play**

800 16 16 16, www.ekasa.cz

Chytrá síť



Objevili další hernu

Boj proti hazardu nemusí být v Česku úspěšný.

Problém Čechů s dluhy má vyřešit tvrdý boj proti hernám nebo kasinům. V Česku na mnoha místech platí obecními vyhláškami zákaz jejich provozu. Jenže celníci našli už druhou hernu během pár týdnů. Tentokrát v Příbyslavě na Havlíčkovobrodsku. A opět se podnik skrýval pod hlavičkou občanského sdružení. Stejně jako v případě z března. To policisté našli jiný takový podnik v Novém Městě na Moravě. Za nepovolené provozování hazardní hry hrozí provozovateli pokuta až 50 milionů korun a propadnutí zajištěných přístrojů. Potírání nelegálního hazardu patří od 1. ledna k prioritám celní správy. **ČTK**

Neplatí daně

Herna byla schována za hlavičkou občanského sdružení.

- Stačí, aby majitel uvedl, že jeho podnik provozuje občanské sdružení. V takových klubech provozovaných nekomerčními organizacemi je vklad do automatu interpretován jako příspěvek pro spolek, ten se zase kryje tím, že nejde o podnikání. V praxi nicméně vše funguje jako kterákoliv herná s „bednami“, jen se zde neplatí poplatky a daně, píše iDNES.cz.
- Když už státní policie nějakou ilegální hernu objeví, není vyhráno. Ze zkušeností z jiných měst vyplývá, že je vymáhání pokut v těchto případech značně problematické. Navíc přístup do neveřejných prostor mají jen celníci, nikoli městská policie, která v místě působí detailněji.

Zprávy krátce



V Tančícím domě v Praze se dnes otevírá výstava představující první republiku. **MAFRA**

Signatářka Charty 77 získala cenu

Dana Němcová, chartistka a disidentka, včera získala Cenu Arnošta Lustiga. Byla oceněna za odvahu, spravedlnost a lidskost. Němcová společně s manželem Jiřím Němcem byli i jedněmi z iniciátorů Charty 77. Matku sedmi dětí sledovala a vyslyšela Státní bezpečnost, strávila několik let ve vězení, spo-

luzaložila organizaci, která pomáhala obětem komunistického bezpráví.

Stamiliony pro dešťovou vodu

Čekáme velký zájem, další peníze seženeme, komentuje ministerstvo pro životní prostředí rozjezd nové dotace „Dešťovka“. Mohou o ni od 29. května žádat lidé, kteří si chtějí pořídit přístroje využívající

dešťovou vodu. Lze získat až 60 tisíc. **ČTK**

Mandlová nebo Burian v Praze

Návštěvníci Galerie Tančící dům v Praze se ode dneška mohou přenést do období první republiky. Lidé uvidí expozici o umění, módě i společenském životě. Třeba plakáty filmových hvězd, jako byla Adina Mandlová, či osobní věci Vlasty Buriana. **MET**

INZERCE

TOTO JE JEN U NIKALU!



ZDARMA

linka k nám!



ZDARMA

Kvalitní dárky!



ZDARMA

Parkování na letišti!



ZDARMA

VÝLETY!



LYKIJSKÉ POBŘEŽÍ

MYRA • KAS • FETHIYE • DALAMAN
POHOŘÍ TAURUS • ANTALYA

8 dní cena na osobu
4 990,- Kč

ubytování ve dvoulůžkovém pokoji



ZDARMA PRO VÁS:

5x v 5* luxusním hotelu
Ultra-All-Inklusive je:
JÍDLA, NÁPOJE - VE DNE I V NOCI!

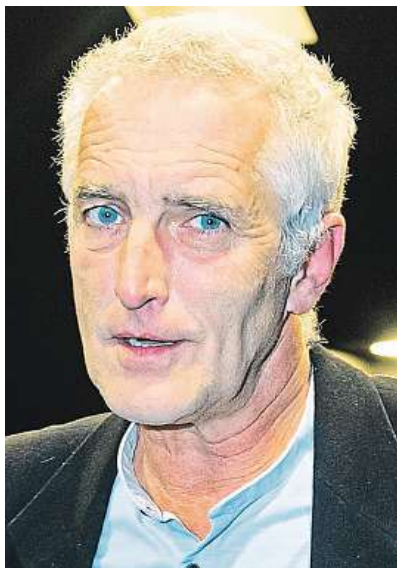
2x ve 4* hotelu
Polopenze na okružní cestě
SNÍDANĚ A VEČEŘE FORMOU BUFFETU!

Zavolejte - bezplatná linka: **800 320 030** www.nikal-zajezdy.cz



Naše kancelář v Česku: Pořadatel zájezdů: NIKAL s.r.o.,
Lesná 102 • 67102 • Šumná provozovna: Kotkova 710/3
66902 Znojmo • IČO: 26276186 • Tiskové chyby vyhrazeny
Ceny jsou uvedeny pro osobu na dvoulůžkovém pokoji

Váš slevový kód
telefonicky + internet:
CZ 17 MET 913



Herec Hanák zavře svou hospodu

Nižbor na Berounsku přijde o jednu ze svých největších atrakcí. Herec Tomáš Hanák se chystá zavřít svou stylovou nádražní hospodu, která výrazně přitahuje turistický ruch v obci. Známý herec podle svých slov už nemá sílu čelit podnikatelskému prostředí, jež považuje za likvidační. „Rekonstrukce byla náročná, ale pak přišlo něco strašnějšího. Provoz. Nesmyslná, vyčerpávající a jednoznačně znechucující byrokracie, složitost daní, odvodů, záahy stran kouření, hygieny, povinného internetu, EET. Pociť, že stát, od kterého nechci zloha nic, mě jen podezřívá z nesvéprávnosti a nepoctivosti,“ vysvětlil své rozhodnutí pro Lidovky.cz. **PROFIMEDIA.CZ**

Daně. Svoboda přijde dříve

Den daňové svobody připadá letos podle výpočtů Liberálního institutu na 29. května, loni to bylo 2. června. Češi tak budou na stát letos pracovat 149 dní, což je nejméně od roku 2000. Zásluhu na tom má zejména hospodářský růst. Jako den daňové svobody se označuje pomyslný okamžik, od kterého jde veškerá mzda na konto občana. Do té doby celý jeho příjem připadá státu. **ČTK**

Extremisté. Zatím v klidu

Extremistické subjekty v letošním prvním čtvrtletí v Česku uspořádaly 93 akcí, což bylo o 20 více než ve stejném období loňského roku. Extremistická scéna byla klidná a bez mimořádných událostí. Bezpečnostní složky neobjevily poznatky o zvýšeném riziku násilných aktivit. Vyplývá to ze zprávy o extremismu, kterou zveřejnilo ministerstvo vnitra. Extrémní pravice vystupovala nejednotně a ze scény ustupovala. Ta levicová vzrůstala. Uspořádala o 20 akcí více než loni. Také se o ní více mluvilo – známé jsou případy kolem Kliniky nebo útoky na restauraci Rízkárna. **ČTK**

Jednání o brexitu povede Mayová

Postoje Velké Británie při vyjednávání o odchodu země z EU bude hájit sama premiérka.



Premiérka Mayová

Nepříliš šťastně začalo vyjednávání o vystoupení Velké Británie z EU. Prozrazuje to únik informací ze setkání britské premiérky Theresy Mayové s předsedou Evropské komise Jeanem-Claudem Junckerem a vyjednávačem komise pro brexit Michele Barnierem. Únik informací může podle listu Financial Times další vyjednávání trvale poškodit.

Juncker, který se s Mayovou sešel minulou středu, se podle listu nechal slyšet, že „britským přátelům“ chybí smysl pro realitu a že brexit nemůže být úspěch. Zdroj agentury Reuters uvedl, že

Juncker po schůzce uvedl, že odchází desetkrát skeptičtější k možnosti, že bude dosaženo dohody, než byl předtím.

Mluví britské premiérky včera reagoval na kritiku, že vláda podcenila složitost rozhovorů právě vyjádřením, že jednání s EU o brexitu povede právě ona. Kritika se objevila po úniku informací do německého tisku.

Junckerovu týmu vadí rozhodnutí Británie, kterým zablokovala diskusi o změnách

Citát

Epizoda ukazuje, že jednání o brexitu budou tvrdá a bude se jednat bez rukaviček. Přemrštěné sebevědomí na obou stranách však může uzavřít už tak úzkou cestu k dohodě. DENÍK FINANCIAL TIMES

unijního rozpočtu. To učinila pod záminkou předvolebního období.

Z hlediska Londýna první setkání s Junckerem podtrhlo, jak těžké bude udržet proces pod kontrolou. Tým Mayové by rád vedl rozhovory diskretně, pružně a úspěšně. Junckera i Barniera však ohromilo prohlášení Mayové, podle nějž Británie nemusí za účet za brexit zaplatit ani penny, jelikož jí k tomu dohoda o EU nenutí. **ČTK, MET**



Toronto ochromil požár

Podzemní požár, který vznikl následkem zkratu, ochromil centrum Toronta. Během incidentu, při němž nebyl nikdo zraněn, otrásl oblastí několik explozí a okolí z větracích šachet metra zahalil hustý kouř. Policie podle místních hasičů oblast několika bloků uzavřela, neboť tam hořely karcinogenní plasty. **AP**

Le Penová. Opsala projev od Fillona

Marine Le Penová, která usiluje o zvolení do funkce francouzské prezidentky, v pondělí v projevu k příznivcům šokovala, když přednesla celé pasáže z projevu ne-

úspěšného kandidáta François Fillona. Většina francouzských médií včera přinesla video, z něhož je patrné, že téměř do písmene opakovala slova, jež řekl Fillon. **ČTK**

Zprávy krátce

Švýcaři očekávají teroristický útok

Švýcarský ministr obrany Guy Parmelin si je jist, že se ve Švýcarsku odehraje teroristický útok. Otázkou podle něj není, zda k němu dojde, ale kdy.

Zpravodajská služba uvedla, že v zemi platí zvýšená hrozba útoků extremistů. Obavy vedly k podpoře zákona, jež rozšířil pravomoci tajných služeb při sledování internetu, nasazení dronů a nabourávání do zahraničních počítačových systémů.

Chce čistit oceány

Norský miliardář Kjell Inge Røkke, jehož majetek se odhaduje na dvě miliardy dolarů, chce vrátit většinu společnosti. Začne stavbou a provozováním lodi, která má zkoumat a čistit oceány. **ČTK**

INZERCE

CHCEŠ SE POSUNOUT V KARIÉŘE?

PŘIHLAS SVOU KAPELU DO ÓČKA!

ZÍSKÁŠ PROSTŘEDKY NA NAHRÁNÍ SINGLU, NATOČENÍ KLIPU A KONCERTNÍ SHOW.

VÍCE INFO NA

WWW.KBBANDACADEMY.CZ



Palacký a Rieger ožívají v divadle

Na návštěvu do salonu, kde vznikl moderní český národ, nahlédnou diváci divadelního představení *Prosíme nesahat*.



Vše se odehrává v bytě rodiny Palackých a Riegrů. A. KRÁTKÝ

Palacký, Rieger či Bráf jsou dnes pro většinu lidí jen někým, po kom je pojmenována ulice nebo park. Divadelní představení ale dokáže znovu udělat z mramorových soch lidí z masa a kostí i s jejich starostmi. A to vše pod dohledem kurátora v bílých rukavicích, který ale neodolá a ukáže divákům i Palackého mozek. Představení proběhne v září a říjnu v Památníku Palackého a Riegra.

Inscenace je nevtíravou hodinou dějepisu, jak je snadné se jedním podpisem stát z vůdce národa zrádce, kterému jeho vděční Češi celou noc mňoukají pod okny a také vytlučou okna dlažebními kostkami. Představení diváky nejen pobaví, ale i provede po místech, kde se psala

historie českého národa a kam se měl šanci podívat jen málokdo. Do bytu obývaného Františkem Palackým a poté také jeho zetěm Františkem Ladislavem Riegrm. A pozor, hlavně na nic nesahat. V režii Lukáše Brychty se představí herci spolku Pomezí. **ROBERT OPPELT**



Merta vystoupí v Lokti

Přeložený koncert k 70. narozeninám Vladimíra Merty (na snímku) v nádherné atmosféře loketského kostela sv. Václava se uskuteční v pátek 5. května od 18 hodin. Vstupenky jsou k máni v síti Ticketportal.

MAFRA

Zprávy krátce

Muzejní noc brzy

Rekordní počet přihlášených charakterizuje třináctý ročník Festivalu muzejních nocí, který se uskuteční od 19. května do 10. června. Zahájení proběhne v Litoměřicích. Na festivalu se bude podílet celkem 552 institucí.

Dohoda scenáristů

Hollywoodští scenáristé se předběžně dohodli s producenty na nových kolektivních smlouvách. Scenáristé v případě ztroskotání dialogu hrozili vstoupit do stávků, což by stálo jen ekonomiku v Kalifornii stovky milionů dolarů. **ČTK**

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 - 17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje: Materna, jen pro starší 18let, 1sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH. www.ema.cz, www.platmobilem.cz



• Svůdné prsatky! **Diskrétní a nevázaný SEX!** Pošli SMS ve tvaru 27JCC a text na 909 15 50

• Chci to teď, chci to denně! Udělej mi to Ty! Nikola 42. Vytoč 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 19UMP a tvůj text!

• Vyměním svůj klidný život za trochu vzrušení při záletu s cizím mužem. Nespokojená Katka 48. T: 909 801 801 kód VVH54



• Sylva 52. Jsem rozvedená a bezdětná! Mám tak spoustu času pro naše sexuální hrátky! **Ráda vyzkouším něco nového!** Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na číslo 909 15 45 s kódem 13VXD a tvůj text!

Práce - nabídka

• Vhodné pro OZP, zkr. úvazek. Recepční v centru Plzně, víkendy volné. Reprezentativní vzhled, spolehlivost, základy AJ/NJ. 11 500,- , tel: 377464701

PRAKAB

PRAKAB PRAŽSKÁ KABELOVNA, s.r.o.
hledá kandidáty na pozice:

KONTROLOR KVALITY
- vyhláška č. 50/1978 Sb.

KABELÁŘ

- obsluha výrobního stroje

PRÁCE V NEPŘETRŽITÉM PROVOZU, PRAHA - HOSTIVÁŘ

Nabízíme: • zájemí stabilní společnosti
• práci s moderními technologiemi
• dobré finanční ohodnocení • 5 týdnů dovolené • příspěvek na stravování

E-mail: personal@prakab.cz, tel: +420 272 070 115, www.prakab.cz



Gorillaz

Britská kapela Gorillaz, která vydala před týdnem album *Humanz*, vystoupí 14. listopadu v pražské O₂ areně. Vstupenky na koncert budou k dispozici od pátku 5. května od 9 hodin v síti Ticketportal. Celkem skupinu čeká v rámci *Humanz Tour* v listopadu a prosinci 21 koncertů po celé Evropě. **GORILLAZ.COM**

INZERCE

MS v HOKEJI

Informace ze zákulisí, rozhovory a reportáže od 4. 5. každý den v MF DNES

PŘEDPLATNÉ
na celé období šampionátu jen za **230 Kč**

DNES Předplatné na období 4. 5.–22. 5. 2017 objednávejte na 225 555 522 nebo na www.mfdnes.cz/hokej



Sudoku

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

Počasí

DNES	ZÍTRA	PÁTEK	SOBOTA
Min. 16 Max. 20	Min. 14 Max. 18	Min. 13 Max. 17	Min. 14 Max. 18

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 1

Mírná zátěž. Stupeň zátěže umožňuje běžný denní režim bez omezení, pouze s přihlédnutím k aktuálnímu zdravotnímu stavu.

Teplotní rekord: 28,3 °C

Rok výskytu: 2001

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Pulque, jeden z původních alkoholických nápojů Mexika, vzniká kvašením šťávy z:
 - agáve
 - papričky jalapeño
 - aloe
- Termín biosféra použil pro živý obal Země poprvé geolog Eduard Suess v roce:
 - 1675
 - 1775
 - 1875
- Úspěšnou se stala v 80. letech s albem She's so Unusual americká zpěvačka:
 - Cyndi Lauper
 - Tori Amos
 - Janis Joplin
- Nejstarší nizozemské město je na jihu této země metropolitní provincie Limburk:
 - Delft
 - Utrecht
 - Maastricht
- Velice žádané spolčnice byly ve starověkém Řecku prostitutky známé jako:
 - galéry
 - hetéry
 - maléry

Znáte správné odpovědi dnešního kvízu? Řešení: 1-a, 2-c, 3-a, 4-c, 5-b.

ČT1

- 12:20 Předpověď počasí, Sportovní zprávy, Události v regionech plus
- 12:30 Sama doma
- 14:00 Soudkyně Amy V
- 14:45 Televizní klub neslyšících
- 16:20 Kojak III
- 17:15 AZ-kvíz
- 17:40 Černé ovce
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 **Pošta pro tebe**
Nečekaná setkání, usmíření po letech, nalezení dávné lásky, splnění tajných přání a snů. To vše před zraky diváků, kteří se stávají svědky opravdových emocí. Uvádí Ester Janečková

- 21:00 Ach, ty vraždy!
Cyklus (ČR, 2010)
- 22:34 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:35 Columbo
Seriál (USA, 1972)
- 23:50 Motiv III
Krimiseriál (Kan., 2015)
- 00:35 AZ-kvíz
- 01:00 Máte slovo s M. Jilkovou
- 02:05 Dobré ráno
- 04:35 Žijte jenom 2x
- 05:00 Kluci v akci

ČT2

- 13:15 Poutní místa: Ellwangen
- 13:35 S gurmánem na cestách
- 14:15 Evropa dnes
- 14:45 Život Muhammada (2/3)
- 15:45 Televizní klub neslyšících
- 16:10 Máma a já
- 17:05 S kuchařem kolem světa
- 18:00 Ferdinandovy zahrady
- 18:25 GEN – Galerie elity národa
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Jak cestoval Franz Kafka
- 19:05 Jarmek aneb Vyržel a pokračoval
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Věra 68**
Dokumentární portrét celosvětově uznávané královny gymnastiky a držitelky jedenácti olympijských medailí, jejíž triumf na olympiádě v Mexiku se stal jedním ze symbolů osudového roku 1968

- 21:40 Národní klenoty II
- 22:10 Provedli Příjmač (4/7)
- 22:50 Souvislosti Jana Pokorného
- 23:50 Stíny nad jezerem (2/7)
- 00:40 Dům z karet III (2/13)
- 01:30 Wolf Hall (4/6)
- 02:35 Vůně skrobu
- 03:00 Z očí do očí
- 03:40 Popcorn
- 04:05 Uchem jehly
- 04:35 Ochránce
- 05:00 Zapomenuté výpravy

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:25 Dva a půl chlapa II (16)
- 12:55 Ordinace v růžové zahradě (145)
- 14:05 Odložené případy III (20)
- 15:05 Odložené případy III (21)
- 16:00 Kriminálka Miami V (14)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (3243)
- 18:25 Seriál (ČR, 2017)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



- 20:20 **Výměna manželek**
Jak zvládne Gábina miminko a hyperaktivní Sašu v pro ni skromných podmínek? Dokáže se Denisa přizpůsobit životu rodiny v satelitu?

- 21:35 Robinsonův ostrov
- 22:50 Kriminálka Las Vegas XIV (4)
Krimiseriál (USA, 2013)
- 23:45 Vražedná čísla II (17)
Krimiseriál (USA, 2005)
- 00:35 Odložené případy III (20)
Krimiseriál (USA, 2005)
- 01:25 Odložené případy III
Krimiseriál (USA, 2005)
- 02:05 Robinsonův ostrov
- 02:55 Dva a půl chlapa II (15)
Seriál (USA, 2004)
- 03:20 Co na to Češi

PRIMA

- 12:05 Polední zprávy
- 12:20 Jake a Tlustoch IV (13)
- 13:20 Komisař Rex II (8, 9)
Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 15:25 Policie Hamburg II (23)
Pozdní následky.
Krimiseriál (N, 2008)
- 16:25 Odpolední zprávy
- 16:40 Soudní síň
- 17:35 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



- 20:15 **Modrý kód (14)**
Seriál (ČR, 2017). Lékaři urgentní nemocnice Rubava zachraňují muže, kterého bodla nožem manželka, když ho nachtýla s milenkou. Hrají: S. Laurinová, M. Němec, R. Zach, I. Chmelá, O. Rychlý a další

- 21:35 Show Jana Krause
- 22:45 Cesty k úspěchu
- 22:45 Telebazar
- 23:50 Soudní síň
- 00:45 Rosamunde Pilcherová: Útesy lásky
Romantický film (N, 1999)
- 02:40 Komisař Rex II (8)
Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 03:30 Komisař Rex II (9)
Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 04:15 Policie Hamburg II (23)
Krimiseriál (N, 2008)

PRIMA COOL

- 12:55 Simpsonovi IX (1-4)
- 14:55 Teorie velkého třesku IV (22)
Operace Pakůň. Sitcom (USA, 2011)
- 15:20 Teorie velkého třesku IV (23)
Zásrubní reakce. Sitcom (USA, 2011)
- 15:50 Futurama II (7)
- 16:20 Hvězdná brána VI (2)
- 17:20 Kdo přežije: Krev není voda (12)
- 18:15 Simpsonovi IX (5, 6)
- 19:15 Simpsonovi IX (7, 8)



- 20:15 **Extant (8)**
Sci-fi seriál (USA, 2014). Hrají: H. Berryová, G. Vijnšič, P. Gagnon a další

- 21:20 Teorie velkého třesku IV (24)
Sitcom (USA, 2011)
- 21:50 Teorie velkého třesku V (1)
Sitcom (USA, 2011)
- 22:15 Partička
- 23:10 Hannibal II (13)
Horor (USA, 2014)
- 00:05 Partička
- 00:55 Ospalá díra II (18)
Mysteriózní seriál (USA, 2015)
- 01:50 Hannibal II (13)
Horor (USA, 2014)
- 02:50 Aplikace
- 03:15 Ospalá díra II (18)
- 04:00 Aplikace

OČKO

- 06:00 Ranní fresh
Vstávání s muzikou
- 09:00 Zpátečka
Co se hrálo na Očku tento den v roce 2005?
- 10:00 Očko hity
Klipy nonstop
- 12:00 Očko news
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutech
- 12:05 Očko hity
Klipy nonstop
- 14:00 Očko news
- 14:05 Očko hity
- 15:00 Očko news



- 15:05 **Mixxer show**
Klipy na přání, soutěže, chat s hosty

- 17:00 Očko news
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutech
- 17:05 Očko hity
Klipy nonstop
- 18:00 Smash!
Svět komiksů s Torenem
- 18:05 Očko hity
Klipy nonstop
- 19:00 Očko news
Hudba, film, zábava – nikdo a nic nám neutech
- 19:05 Moje desítka
TOP 10 klipů podle diváka Očka
- 20:00 Očko hity
Klipy nonstop
- 21:00 CZ & SK
- 22:00 Očko flirt

Sloupek

MARTIN DANEŠ
BÝVALÝ RECEPČNÍ



NEPOSEDNÝ PRACH

Uprostřed úvah o tom, že bych měl doma vytřířit podlahu, jsem učinil velký objev: přišel jsem na to, proč lidi tak strašně neradi uklízejí. Rád se s vámi o něj podělím, a úplně zadarmo! Do kýble vstříknete saponát, zalijete jej horkou vodou a pak jen drhnete a smejčíte... Po hodině září podlaha jako zrcadlo. Za pouhých pár dnů náhodou shlédnete k zemi a nevěříte svým očím: v rozích se už zase válejí chuchvalce prachu (a což

Cítát

Lidi neradi uklízejí, neboť podvědomě cítí, že je to k ničemu.

Když napíšu sloupek, uložím si je do počítače a za týden se tam schválně mrknu – pořád tam je! Kdybych jej omylem smazal, nevdá – od čeho má redakce Metra archiv? Sloupek je samozřejmě jen jeden z mnoha příkladů. Když slepím panáčka z kaštanů a špejlí nebo třeba model letadla (předpokládejme, že obojí dokážu), ten panáček i to letadlo mi zůstanou, dokud mě neomrzí a nezahodím je. V případě, že bych musel týden co týden lepit stejné letadýlko, jež by se vždy po pár dnech proměnilo v prach, natuty bych s tím už dávno praštil a zbytečně si nelepil prsty kanogem. A právě tak se to má s úklidem. Mimochodem, nevíte o někom, kdo by mi přišel domů vytřířit? Na ten prach pod postelí se vážně nedá koukat... Že ne? Nebudu si hrát na překvapěného.

www.martindanes.com

Dopisy a vzkazy

Na metro čekám déle

Tvrzení o posílení metra se ne zcela zakládá na pravdě. Trasa A má před šestou hodinou ranní naopak prodloužený interval z dosavadních zhruba šesti minut na deset minut, což je dost citelné a nemilé. Čekáte o čtyři minuty déle. Kultura cestování tak zase dostává na frak. Samozřejmě že náměstci pro dopravu si honí triko zkrácením časů v jiných denních dobách.

KAREL DUCHEK, VELKÉ PŘÍLEPY

Záchranáři nejsou závozníci

Chtěl bych reagovat na v minulém týdnu uveřejněný dopis čtenáře z Prahy, který tvrdí, že v sanicích jezdí jenom nějakí závozníci bez vzdělání a patřičné erudice a že tedy nemá smysl sanitky moderně vybavovat. Vzkazte tomuto čtenáři, že rozružil spoustu mých kamarádů záchranářů, kteří kvůli své práci vystudovali střední a někteří i vysokou školu.

PETR PAVLÍK, PRAHA

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Výrok dne



„Loni jsem antuku vynechala, pořád hledám rytmus, ale docela to šlo.“

CAROLINE WOZNIACKÁ
DÁNSKÁ TENISTKA

Turnajová dvojka zvládla vstup do antukového turnaje J&T Banka Prague Open.

Slovo dne

ERUDICE

(Ze čtenářského dopisu na této straně)

Důkladné vzdělání v oboru, důkladná znalost nějakého vědního oboru.

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na středu 3. 5.

Vrátí se k vám vaše láska?

Karty vám dají odpověď!

Posílejte SMS ve tvaru **14HDB** a svoje datum narození na číslo **904 30 46**

Beran 21/3–20/4

Celý den vás provázejí roztočené pohledy a vzbuzují ve vás opravdu vítězné pocity. Máte skvělou formu udělat někomu radost.

Býk 21/4–21/5

Nezadání, můžete se radovat! Máte šanci zakotvit v trvalém vztahu. Při seznamování dejte pozor, abyste byli hlavně upřímní.

Bliženci 22/5–21/6

Své fluidum ještě znásobíte, necháte-li se rozmazlovat v masážním studiu. Budete se cítit lépe uvnitř a lépe vypadat navenek.

Rak 22/6–22/7

Nemůžete čekat, že v nočním baru najdete kvalitní základ své spokojené budoucnosti. Můžete se tam ale rozptýlit a užít si.

Lev 23/7–22/8

Už dlouho se vám stýskalo po harmonii s vašim protějškem. Ted ji zažíváte, tak co to oslavit? Připravte slavnostní večeri.

Panna 23/8–22/9

Chcete-li, aby vám váš protějšek důvěřoval, musíte si přestat hrát a být konečně upřímní! Vašemu vztahu to jen prospěje.

Váhy 23/9–23/10

Nemáte na svou lásku příliš vysoké nároky? Mohla by se cítit i trochu spoutaná vaším majetnickým postojem. Zamyslete se.

Štír 24/10–22/11

Nezadání, neseďte dnes doma a číňte se! Máte opravdu velkou šanci najít krásný a harmonický vztah plný zábavy i porozumění.

Střelec 23/11–21/12

Váš sex-appeal a pocit atraktivitu vás ženou do společnosti. Dnes uděláte dobře, vydáte-li se na koncert nebo do divadla.

Kozoroh 22/12–20/1

Zdá se, že partner vám chce něco říct, ale netroufá si. Vyjděte mu vstříc zájmem o jeho starosti a hned ucítíte přívliv lásky.

Vodňář 21/1–20/2

Někdy vás obtěžuje, že jste s partnerem jedno tělo a jedna duše. Nemusíte ale dělat všechno společně, nechte si svůj prostor.

Ryby 21/2–20/3

Pokud budete nepříjemní a podráždění, obratem se vám vaše chování vrátí zpátky. Raději se držte a buďte na partnera milí.

Řešení sudoku

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

Anketa Podle čeho se rozhodnete při volbě prezidenta?



Tom Dokoupil
Stačí, když nebude vypadat jako Jabba ze Star Wars.



Zdeněk Karásek
Nejllepší prezident bych byl já, ale jinak asi zase Zemana.



Aneta Nejezchlebová
Podle jeho charakteru a hodnot.

Komiks



OSOBNÍ HOROSKOP!

Sestavím vám spolehlivou prognózu do budoucnosti!

Zavolejte mi na **906 70 30 35** nebo **pište SMS** ve tvaru **19GBG** a svoje datum narození na číslo **904 30 55**

Astroložka Margareta

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technický zajišťuje Materna, TSMS/55Kč vč. DPH, tmin/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

Odvážně zelený Huawei P10. Exkluzivně ho seženete v Mironetu

O telefonu Huawei P10 s duálním fotoaparátem jsme se rozepisovali v březnu, kdy se teprve připravovalo jeho uvedení na trh. Již tehdy jsme zmiňovali, že má nejlepší předpoklady navázat na závratné úspěchy předchozí generace, která trhala prodejní rekordy. Měsíc od uvedení můžeme potvrdit, že naše predikce byla pravdivá. „Pé desítka“ sbírá v testech jedno kladné hodnocení za druhým, a co je

nejdůležitější, slova chvály pro ni mají i uživatelé.

Kromě jiného vlnková loď zaujala precizním designem v zajímavých a poměrně netradičních barvách. Teď navíc společnost Huawei uvolnila pro Českou republiku i velmi omezené množství odvážně zelené varianty, která, nejen podle nás, patří k těm úplně nejhezčím. Limitovaná edice čítá jen několik desítek kusů a k dostání je exkluzivně v in-

ternetovém obchodě Mironet. V případě zájmu si tam již nyní můžete vytvořit nezávaznou předobjednávku, abyste měli jistotu, že se na vás dostane.

Podle informací přímo z Mironetu budou telefony dodány během druhého květnového týdne, a to za stejnou cenu jako ostatní barevná provedení. Stejně jako zbývající varianty potěší i Huawei P10 Greenery celokovovým

tělem nebo pokročilým duálním fotoaparátem vyvinutým ve spolupráci se společností Leica. Díky tomu můžete své fotografie bez nadsázky přiblížit k profesionálním výstupům z digitálních zrcadlovek.

Pokud tedy toužíte po špičkovém telefonu, který v Česku vlastní pouze hrstka šťastných majitelů, je Huawei P10 Greenery jednoznačnou volbou.



Zelený Huawei P10

Nintendo Switch. Mění způsob hraní

Stále ještě horká novinka, herní konzole Nintendo Switch, vlétla mezi natěšené hráče jako uragán a krátce po startu prodeje se po ní jen zaprášilo. Přestože očekávání byla velká, nejspíš ani samotné Nintendo takový zájem nečekalo. Není se co divit, Nintendo Switch je konzole, která zásadně mění způsob, jakým konzolové hraní vnímáme.

Její kouzlo spočívá v naprosté univerzálnosti. Můžete ji připojit k televizi jako klasickou domácí konzoli nebo během okamžiku přetransformovat na takzvaný handheld

s 6,2" dotykovou obrazovkou a vyrazit hrát ven. Další trumf představují speciální ovladače Joy-Con, které vám v ovládní poskytou nevídanou svobodu. Potřebujete jeden ovladač do každé ruky? Chcete se o druhý ovladač podělit s kamarádem a užít si multiplayerovou zábavu ve dvou? Všechno je možné, stejně jako spojit oba díly do jednoho komplexního ovladače a vychutnat si přesnou kontrolu nad každým pohybem.

Na levém Joy-Conu potom najdeme tlačítko pro zachycení událostí na obrazovce a je-

jich sdílení na sociálních sítích, pravý Joy-Con zase disponuje NFC modulem určeným k interakci s amiibo figurkami nebo kamerou. Oba Joy-Cony navíc vytváří natolik detailní odezvu, že nasimulují třeba i jednotlivé vibrace kostek ledu uvnitř sklenice.

Abyste vám další vlna nedostatkových konzolí neprotekla mezi prsty, doporučujeme vytvořit předobjednávku co nejdříve. Hráčů toužících po revolučním hraní Zelda, Maria a dalších je totiž stále násobně více než Nintendo do-
dávaných kusů.



Herní konzole Nintendo Switch

2x MIRONET

Fenomén běh. Začněte už nyní

Pokud se chystáte začít běhat a udělat tak něco pro své zdraví a kondici, nikdy nebyla vhodnější doba.

V minulosti patřil běh ke zcela přirozenému pohybu, a především umožňoval člověku získat obživu. Člověk musel neúnavně pronásledovat svou kořist i několik hodin či dnů. Ale co je naše kořist dneska?

Odpověď je jednoduchá – kilogramy a dobrý pocit. Jednoznačně nejčastější motivací k běhu je zdravotní aspekt, snížení tělesné hmotnosti a relaxace. Pravidelným aerobním tréninkem se posiluje kardiovaskulární a respirační systém. Dochází ke snížení krevního tlaku a cholesterolu. Běháním se také posiluje imunitní systém. Čím dál lákavější je také možnost trávit čas venku, být sám se sebou, vyčistit si hlavu a odbourat stres. K nezaplacení je

samozejmě pocit po běhu, kdy se vyplavují endorfiny.

Jak začít?

Pokud nejste zvyklí na žádný pohyb, začněte běhat postupně. Je lepší uběhnout zprvu malou vzdálenost a postupně si metry přidávat než se „zničit“ hned na začátku. Není žádná ostuda pro začátek střídát běh s rychlou chůzí, při které si netrénovaný člověk může trochu odpočinout. Srovnávat se s okolím není třeba, běhejte svým tempem a poslouchajte své tělo. Je to čas, který máte pro sebe.

Jak se vyhnout zranění?

Opakující se zatížení při běhu může vyústit v nepříjemné běžecké zranění. Snažte se dodržovat tyto zásady:

Běhejte na různém druhu povrchu – tráva, polní cesta, asfalt. Strídejte během týdne své tempo. Posilujte své tělo, zvýšíte tím sílu pohybového aparátu. Nezapomínejte na strečink. Naplánujte si čas na regeneraci. A kdyby náhodou došlo ke zranění, léčbu neodkládejte.



Běhání je v poslední době dost populární.

ARCHIV

Běžecké boty

Jedna ze základních součástí běžecké výbavy jsou běžecké boty, nepodceňujte jejich výběr. Je to právě obuv, která je zodpovědná za kontakt nohou s povrchem, odpružení a dobré vedení pohybu. Kvalitní obuv speciálně určená k běhání není žádný luxus, ale nutnost, kterou si naše nohy zcela jistě zaslouží. Nezapomínejte ani na běžecké ponožky, jež mohou zabránit otlakům pomocí speciálních zón a také lépe tlumí nárazy.

Běžecké oblečení

Podobně jako u běžecké obuvi existuje spousta speciálních běžeckých úborů, záleží jen na vás, čemu dáte přednost. Běžecké oblečení by vás mělo udržet v teple a suchu a zajistit odvod potu, zajímavý design je jen třešničkou na dortu. Na běh potřebujete kvalitní běžecké tričko, kalhoty, legíny či kratásky, v případě chladnějšího počasí bundu. Pro běžecké nadšence existuje řada dalších doplňků, ale jako základ stačí jmenované.

Běžecké seriály

Pokud rádi poměříte své síly s dalšími běžci nebo vás jen motivuje běžet ve skupince, jsou tu pro vás nejrůznější běžecké závody pro veřejnost.

Díky popularitě běhu jich vzniklo spousta – RunCzech, RunTour, Běžme na hrad, NightRun nebo třeba Běhej lesy, který odstartoval minulý týden. Běhej lesy vás prostřednictvím sedmi závodů zavede do unikátních lokalit v republice, kde běžet je opravdovým zážitkem. Běží se na Karlštejně, v Lednicko-valtickém areálu nebo třeba v Jizerských horách.

Navíc si akci mohou užít také rodiny s dětmi, protože tady myslí i na naše nejmenší, kteří startují v celkem pěti kategoriích. Dětské závody Dr.Maxe na 500 metrů a jeden kilometr jsou součástí seriálu, který jako hlavní partner podporují lékárny Dr.Max. Seriál si rychle získal oblibu běžců i široké veřejnosti a obdržel několik ocenění v rámci běžeckých závodů po celé republice.

Fury si na Joshuu věří, chce ho zničit

Boxerský soubor hvězdných Britů by byl zajímavý. Fury už opět trénuje.

Devadesát tisíc fanoušků na stadionu ve Wembley sledovalo v sobotu večer vítězství Anthonyho Joshuy nad Vladimírem Kličkem. Nadšený Brit pak volal: „Tysone, kde tě mám, bejby?“

Ten s odpovědí dlouho nečekal. „Jsem si jistý, že můžu porazit Joshuu s jednou rukou přivázanou za zády. Ani nebudu potřebovat rozsvičku, jestli chce dostat nakládačku,“ řekl Fury v rozhovoru pro Sky Sports. Navíc čerstvému držiteli titulů organizací IBF, WBA i IBO vzkázal, že v případě Klička porazil jen starého chlápka. „Byl jsem mimo ring stejně dlouho jako Kličko. Rozdíl je, že mně není 41, ale 28,“ uvedl Fury.



Fury a jeho pásy TWITTER

Ten už začal opět trénovat, aktuálně se připravuje na kempu ve španělské Marbellle. Souborji se svým krajanem by se rozhodně nebránil, chce totiž získat zpět pásy, o které přišel tím, že nenaštoupil do odvety proti Kličkovu. Navíc má po dopingovém nálezů pozastavenou licenci.

Nyní je ale řada na legendárním Ukrajinci, který si může proti Joshuovi vyžádat

odvetu. „Dejte mi pár dní nebo týdnů, musím si všechno zanalyzovat a dát se do pořádku,“ reagoval Kličko po sobotní porážce.

Smlouva, podle které si oba borci shodně rozdělí 320 milionů korun, ale obsahuje právě také klauzuli o odvetě.

Sám Joshua, který v profi ringu vyhrál všech 19 zápasů, tento soubor očekává. „Bude chtít znovu bojovat, i když lidé kolem něj mohou být proti. Já sám bych odvetu určitě uvítal, protože podle toho, jak vypadal náš sobotní zápas, by zase byla skvělá,“ uvedl Brit. Také ale existuje varianta, že by se Joshua přišel utkal s Američanem Deontayem Wilderem, který drží pás organizace WBC.

Fury už ale myslí na svůj možný soubor s Joshuu a neopomněl přidat chvástavý výrok: „Na rovinu, to já jsem světová jednička. Může být jen jeden král těžké váhy, a tím jsem já,“ dodal Fury. **PUR**



Globetrotters opět v Česku

Po loňských zastávkách v Ostravě a Pardubicích se slavný americký tým basketbalových hvězd Harlem Globetrotters do Česka vrátí už za pár dní. V pondělí 8. května vystoupí v Brně a o den později v Liberci. Show plná zábavy, sportovních výkonů na hranici lidských možností, triků s míčem a zapojení publika vás rozhodně zvedne ze sedadel. Vstupenky jsou k dostání na harlemshow.cz. **ARCHIV**

Rekord. Rušení je zbabělé

Bývalým britským hvězdám Paule Radcliffové a Jonathanu Edwardsovi se nelíbí návrh Evropské atletické asociace na zavedení nových pravidel, která by přinesla zrušení řady světových a evropských rekordů. Radcliffová, která by mohla přijít o světový rekord v maratonu z roku 2003, označila tyto plány za zbabělé. „Ranilo mě to a beru to jako poškození své pověsti a důstojnosti,“ uvedla Radcliffová v prohlášení na svém Twitteru. **ČTK**

Zprávy krátce

Kometa nasazená

Hokejisté mistrovské Komety Brno budou při losu základních skupin Ligy mistrů mezi osmičkou nejvyšší nasazených týmů. Ve druhém z celkem čtyř košů bude poražený finalista Liberec, ve třetím Třinec a Hradec Králové.

Porážka na úvod

České fotbalistky do 17 let zahájily včera domácí ME porážkou 1:2 s Francií.

Lašák končí

Zkušený slovenský brankář Ján Lašák už nebude v extralize oblékat dres hokejistů Liberce. Vedení Bílých Tygrů mu nenabídlo novou smlouvu. Přednost dostane Roman Will.

Kvitová už trénuje

Dvojnásobná vítězka Wimbledonu Petra Kvitová začala čtyři měsíce po operaci levé ruky s tenisem. První úderý odehrála na kurtu v Monte Carlu. **ČTK**

Tenis. Češky uspěly, vyhrála také Wozniacká

Turnajová dvojka Caroline Wozniacká z Dánska zvládla včera vstup do turnaje J&T Banka Prague Open. Bývalá světová jednička porazila v 1. kole ve Stromovce Japonku Misaki Doiovou po jasném začátku nakonec 6:0 a 7:5.

Dařilo se i Češkám. Třetí nasazená Barbora Strýcová porazila Němku Julii Görgesovou 6:4, 6:0 a po postupu z kvalifikace je ve druhém kole i Lucie Hradecká po vítězství nad Polkou Magdou Linetteovou

6:3, 6:4. Strýcová s Hradeckou se v osmifinále utká mezi sebou.

Odpoledne uspěla také Kristýna Plíšková, která porazila bývalou světovou jedničkou Jelenou Jankovičovou ze Srbska dvakrát 6:4.

Po ní se v postupu do druhého kola radovala také Kateřina Siniaková. Ta si ve třech setech poradila s Koviničovou z Černé Hory 6:2, 4:6 a 6:2. Lucie Šafářová dohrála až po uzávěrce tohoto vydání. **ČTK**

INZERCE

Nákupy Ona Dnes

Slevové kupony v MF DNES

UŽ 15. 5.

Nákupy Ona Dnes

GENERÁLNÍ PARTNER

ČSOB

CHARITATIVNÍ PARTNER AKCE

Nim Nadace Terezy Maxové dětem