

FUKSA POJEDE TAKÉ FINÁLE DVOUSTOVKY

ČESKÝ KANOISTA SE DO BOJE O MEDAILE DOSTAL DÍKY ČASU STRANA 7

metro



Čtvrtek, 18. srpna 2016

Č. 156, www.metro.cz
Svátek slavi: Helena

Min. 22°
Max. 26°

Největší deník v ČR

INZERCE



Cestovky se mění. Zájezdy šíjí na míru

Dovolená na míru. Češi víc volí krátkodobé cesty v libovolných termínech. **Nové trendy.** Sestavte si zájezd zcela podle vlastních představ. **Lákavé destinace na variabilní cesty.** Vládnou Chorvatsko a Itálie STRANA 2



Hasiči z 15 zemí do soboty soutěží v Ostravě o titul mistrů světa v požárním sportu. První disciplínou byl výstup na cvičnou věž. ČTK

Oktoberfest za plotem

Mnichovská radnice chce zvýšit bezpečnost velkých každoročních pivních slavností po nedávných krvavých útocích. Zakázala vstup na zářijový pivní festival lidem s batohy a velkými taškami. Chystá se také ohradit přístup na místo plotem. STRANA 3

Svléknete ho za 20 sekund

Testovali jsme horkou novinku z Mnichova, BMW 2 Cabrio. Plátěnou střechu složíte ani ne za půl minuty. A můžete v klidu koukat třeba na přistávající letadla. Pod kapotou řadí naftový motor. Hodí se to vůbec ke kabrioletu? STRANA 6

INZERCE



Zprávy krátce

Ředitel zoo zpronevěřil 10 milionů

Na pět let si půjde sednout bývalý majitel tábořské zoologické zahrady Libor Hrubý. Včera o tom pravomocně rozhodl soud. Trest dostal za podvod. Od několika věřitelů si půjčil 10 milionů, ale peníze jim nevrátil. **ČTK**

Vrtulník se zřítíl při cvičení pilota

Za úterní leteckou tragédií, při které zemřeli dva lidé, pravděpodobně může chyba instruktora. Vrtulník se na Plzeňsku zřítíl při procvičování takzvané autorotace, tedy přistání bez motoru. Tak zní předběžná zpráva vyšetřovatelů. Trosky, v nichž zahynuli dva muži ve věku 52 a 43 let, bude dále zkoumat Ústav pro odborné zjišťování příčin leteckých nehod. **IDNES.cz**

Dovolená na míru? Více peněz za osobní pohodlí

Čím dál více Čechů volí dovolenou v podobě krátkodobých cest v libovolných termínech.



Citát

Umožňujeme klientům, aby si dovolenou sestavili podle svých potřeb. Třeba s ohledem na to, jak mají volno v práci.

JAN BEZDĚK, MLUVČÍ FISCHER GROUP

Němci, Britové či Skandinávci si v posledních letech navykli cestovat k moři nebo za poznáním sice s cestovními kancelářemi, ale ne podle daných termínů a časů odletů. Přizpůsobit se trendům snaží také čeští poskytovatelé zájezdů. Nedávno spustila cestovní kancelář Fischer systém Dynamix, kde si klienti můžou sestavit dovolenou zcela podle svých potřeb. „Momentálně si přes systém dovolenou objednává několik stovek lidí týdně,“ říká mluvčí Fischera Jan Bezděk.

Podle marketingového ředitele cestovní agentury In-

via Michala Tůmy sahají po flexibilní dovolené spíše mladší lidé. „Právě oni poptávají ubytování a letenky mimo standardní termíny. Rodiny s dětmi většinou vybírají z termínů, které vypíše cestovní kanceláře,“ uvádí pro Metro Tůma.

Lákavými destinacemi na variabilní cesty jsou aktuálně

Chorvatsko a Itálie. „Obecně lze uvést, že individuální odchylky od pravidelných termínů jsou náročnější, ale vesměs možné. Klienti však musejí počítat s vyšší finanční náročností,“ dodává Tůma.

To potvrzuje i výkonná ředitelka Asociace českých cestovních kanceláří a agentur Kateřina Petříčková. Podle ní jen pětina českých turistů počítá s útratou za dovolenou přes 20 tisíc korun. A minimálně tolik za flexibilní zájezd dáte. „Nejčastěji jsou dovolené na míru připravovány pro menší skupiny do exotických zemí,“ doplňuje Petříčková.

Stále častěji se ale Češi vydávají na kratší cestu na vlastní pěst. Například přes společnost Airbnb. „Průměrný věk českého cestovatele přes Airbnb je 33 let. Ale hostitelství se stává trendem i mezi staršími lidmi a seniory,“ přidává Andrew Verbitsky z Airbnb. **PAVEL URBAN, MAREK HÝŘ**

Srovnání cen

Cestování na vlastní pěst, nebo dovolená s cestovní kanceláří? Co je lepší? Deník Metro porovnal ceny třídenního pobytu v Římě pro dva v září.

- Pokud se do Říma vydáte s Airbnb (bydlení nabízejí soukromé osoby), za dvě noci zaplatíte 2400 korun. Zpáteční letenky do Říma stojí sedm tisíc korun. Výlet tak vyjde na 9400 korun. K ceně je ale potřeba přičíst ještě výdaje za stravu a transport z letiště.
- S cestovní kanceláří Fischer můžete mít letecký zájezd ve tříhvězdičkovém hotelu za 10 500 korun. Můžete se spolehnout na transfer z letiště i služby delegáta. Háček je, že se letí z Vídně.
- Do Itálie se jezdí i autobusem. Klidně jen na den u moře vyrazíte přes Slevomat za 900 korun. Opět frčí Bibione.

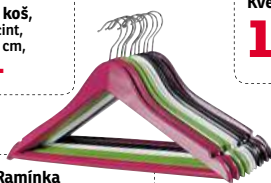
INZERCE

DO 21. 8. KAŽDÝ DRUHÝ PRODUKT Z NABÍDKY BYTOVÝCH DOPLŇKŮ, KOBERCŮ A SVĚTEL ZA 1/2 CENY!

Při zařizování Vašeho domova záleží opravdu na každém detailu. Ani ta nejdokonalejší sedačka, obývací stěna, kuchyně nebo ložnice nevytvoří útulnou atmosféru domova bez správných bytových doplňků. U nás, v prodejnách **ASKO Nábytek**, na Vás čeká široká nabídka koberců, lamp, obrazů, svíček, kuchyňského vybavení, povlečení, polštářků a dalších dekorací. Všechny výrobky Vás potěší nejen svojí originalitou, ale i příznivou cenou. Neváhejte, navštivte nás a vytvořte si ten nejuťulnější domov!



Proutěný koš,
vodní hyacint,
32×32×32 cm,
299,-



Ramínka
dřevěná, různé barvy,
set 5 ks,
149,-

Květináč s miskou, různé druhy,

199,-



Skleněný set
sada pohárů, 18 ks,
6x270 ml, 6x230 ml,
6x250 ml
399,-



Nákupní košík
48×28×25 cm,
299,-



ASKO
NÁBYTEK

Nabídka platí do 21. 8. 2016 ve všech prodejnách ASKO Nábytek v ČR. Sleva Vám bude odečtena na pokladně. Sleva se odečítá z prodejní ceny druhého levnějšího produktu. Neplatí na produkty z naší reklamy. Slevy nelze sčítat ani kombinovat.

www.asko.cz

vodafone
YOU FEST

JE TO TVŮJ FESTÁK

MUSIC | YOUTUBERING | GAMING | FOOD

17. ZÁŘÍ
VÝSTAVIŠTĚ
PRAHA

H16 – MAJK SPIRIT + OTIS + DJ GRIMASO **SLZA MONIKA BAGÁROVÁ SEBASTIAN**
ATMO MUSIC PAVEL CALLTA LIGHT & LOVE ŠTĚPÁN URBAN MARTIN HARICH DEETHANE
STERAKDARY MARTIN ROTA NEJFAKE BEN CRISTOVAO A BARBAŘI A DALŠÍ...

VSTUPENKY V SÍTÍCH TICKETSTREAM, TICKETPORTAL, TICKETPRO A GOOUT

WWW.VODAFONEYOUEST.CZ

powered by **COOL** ÓČKO



Oktoberfest bude letos za plotem

Největší světový pivní festival bude mít přísná bezpečnostní pravidla.

Mnichovská radnice zakázala vstup na zářijový pivní festival Oktoberfest návštěvníkům s batohy a velkými taškami. Chystá se také ohradit přístup na místo plotem. Vedení města chce takto zvýšit bezpečnost velkých každoročních pivních slavností po ne-

dávných krvavých útocích v Bavorsku.

Zástupce primátora Josef Schmid včera řekl, že v souvislosti s Oktoberfestem nejsou informace o žádné konkrétní hrozbě. Přesto na slavnosti nebudou vpuštěni návštěvníci s batohy a taškami s obsahem nad tři litry. Politik také uvedl, že dříve otevřený vstup do areálu festivalu nově ohradí 350 metrový plot. Až na 450 se zvýší počet lidí dohlížejících na bezpečnost celé akce. Podle médií provozovatelé pivních stanů

zpřísněná bezpečnostní opatření vítají. Oktoberfest je největší pivní slavnost světa. Loni na něj zavítalo 5,9 milionu návštěvníků, kteří vypili 7,3 milionu litrů piva. Letošní ročník začne 17. září a skončí 3. října.

Bavorsko zasáhly minulý měsíc tři útoky. Při nejhorším z nich v mnichovském obchodním centru zabil německý občan iránského původu devět lidí a 21 jich zranil. V Ansbachu sebevražedný útočník odpálil výbušninu a zranil 15 lidí. **ČTK, MET**

Zprávy krátce

Pokuty za plavky pro muslimky

Ve Francii dostaly první muslimky pokuty za nošení takzvaných burkin, plavek, které zakrývají tělo včetně hlavy. Každá ze tří žen ve věku 29, 32 a 57 let musela zaplatit 38 eur na pláži ve městě Cannes. To jako první v červenci burkiny zakázalo. Dalších šest žen odešlo z pláže po první výzvě a pokuty nedostalo. Burkiny příliš zdůrazňují příslušnost k náboženství, což odporuje laickým zásadám republiky a může narušit veřejný pořádek v situaci, kdy se země vzpamatovává z teroristických útoků.

Diplomat uprchl do Jižní Koreje

Zástupce velvyslance Severní Koreje ve Velké Británii uprchl do Jižní Koreje i s rodinou. Jižnokorejské ministerstvo pro sjednocení včera uvedlo, že dosavadní druhý nejvyšší postavený severokorejský diplomat v Londýně Tche Jong-ho je nyní už v bezpečí v jihokorejské metropoli Soulu i s manželkou a synem. Tche měl za hlavní úkol v Británii šířit dobré jméno severokorejského vedení. Od konce korejské války v roce 1953 uprchlo z komunistického severu do Jižní Koreje více než 29 tisíc lidí. **ČTK**



Útěk před ohněm i vodou. Přírodní živly ničí dva americké státy

Kvůli nově se šířícímu lesnímu požáru v okrese San Bernardino na jihu Kalifornie nařídily úřady evakuaci 82 tisíc lidí. Oheň postupující od lokality Cajon Pass se během necelého dne od vypuknutí rychle rozrostl na více než 36 kilometrů čtverečních a přibližně sedmi stovkám nasazených hasičů se nedaří živel zkrotit. Plameny ohrožují i jednu z hlavních železničních tratí. Stav nouze byl naopak kvůli záplavám vyhlášen ve 12 okresech na jihu amerického státu Louisiana. Od minulého pátku zemřelo nejméně deset lidí a poškozeno bylo na čtyřicet tisíc domů. Živel ohrozil i mnoho hospodářských zvířat. **AP**

INZERCE

DYSLEKTIK NEZNAMENÁ HLUPÁK

NECHUŤ K UČENÍ NEDOSTATEK SOUSTŘEDĚNOSTI



Mgr. Iva Nováková, časopis, ZDRAVÍ A KRÁSA

Možná to taky důvěrně znáte. Navzdory krásným větám, které čtete ve studijním plánu svého dítěte, realita je taková, že jeho handicap ve škole nikoho nezajímá. Dyslektik, dysgrafik, či majitel jiné podobné poruchy?

Pro učitele prostě hlupák, který pomalu čte a ještě pomaleji chápe. Je to jako začarovaný kruh. Vaše dítě se doma učí dlouhé hodiny, ovšem výsledky ve škole tomu rozhodně neodpovídají. Jakoby vůbec nechápalo, co čte, natož, aby dokázalo text někomu přetlumočit. Nakonec vám nezbude nic jiného, než denně nastudovat několik předmětů a znovu je dítěti od-vykládat. Což o to, pokud trénujete na pozici učitele v základní škole, není to na škodu. Jsou-li vaše ambice přece jen trochu jiné, zřejmě vás několikahodinová denní ztráta zrovna nadšením nenaplňuje.

"Míša je těžký dyslektik, dysgrafik, dyskalkulík s diagnózou LMD. Těžko se soustřeďuje, trpí poruchou chování a učení. Vyzkoušeli jsme všechny možné prostředky - terapie, domácí učitele atd. - bohužel s chabým výsledkem.

A NAJEDNOU SE STAL ZÁZRAK; objevili jsme BASIC a učitelku, která má výjimečné schopnosti. Během letního intenzivního kurzu se Míša zlepšil zázračně: plynule si čte, ve psaní používá diakritiku, kterou dříve úplně opomíjel. Největší radost mi udělal, když cca po dvou týdenní terapii jsem ho našla doma s knížkou v ruce, kterou neodložil přes hodinu a přelouskal prvních 30 stran. Teď vidím syna spokojeného, šťastného. Děkujeme!!!"

pan N

UMÍME TO ŘEŠIT! ZAVOLEJTE A DOMLUVTE SI KONZULTACI

PŘEDNÁŠKA ZDARMA

Jak na učení bez mučení

BRNO

15. 9. 2016
29. 9. 2016
v 17:00 hod.

Dvořákova 588/13 Brno, 3. patro
www.basicbrno.cz

UMÍME ŘEŠIT:

- POMALÉ ČTENÍ, NEČITELNÉ PÍSMO
- PROBLÉMY S I/Y, ŠPATNÉ ZNÁMKY

- POTÍŽE S MATEMATIKOU
- TRÁPÍ SE VAŠE DÍTĚ PŘI UČENÍ A NEUMÍTE MU POMOCI?
- OZNAČENÍ: DYSLEKTIK, DYSGRAFİK, DYS...

Tel.: 773 826 156

studijnicentrum@skolabasic.cz



Sudoku

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

Napište svou bublinu



FOTO: 2x AP

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



Počasí

DNES Min. 22 Max. 26	ZÍTRA Min. 23 Max. 27	SOBOTA Min. 26 Max. 30	NEDĚLE Min. 20 Max. 24
---------------------------------------	--	---	---

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: 35,2 °C
Rok výskytu: 1892

Kvíz

- Jsou známi jako bratři Wrightové. Jeden průkopník motorových letadel byl Orville, druhý:
 - Otto
 - Neville
 - Wilbur
- Velké divadlo v Moskvě, zvané také Bolšoj Teátr, založil kníže Pjotr Urusov v roce:
 - 1676
 - 1776
 - 1876
- Fotbalista Jan Koller, s 55 góly nejlepší kanonýr české i československé reprezentace, měří:
 - 182 cm
 - 192 cm
 - 202 cm
- Santiniho vrcholný výtvor, poutní kostel svatého Jana Nepomuckého, leží u města:
 - Žďár nad Sázavou
 - Bečov nad Teplou
 - Vranov nad Dyjí
- Vědova Fridrich Falcký byl český král s přezdívkou Zimní král. Zemřel v roce:
 - 1632
 - 1652
 - 1682

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

ČT1

- 12:30 Horákoví
- 13:25 Tajemství proutěného košíku
- 13:55 Lustr
- 14:40 Doktorka Quinová IV
- 15:30 To je vražda, napsala
- 16:15 Cestománie
- 16:45 AZ-kvíz
- 17:10 Všechnopárty
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Kde domov můj?
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:45 Branky, body, vteřiny



20:00 Muž, který vycházel z hrobu
Krimifilm (ČR, 2001). Jak mohl mrtvý člověk vraždit? Major Bohuslav i tento zapekytý případ společně se svou koleginí zdárně vyřeší. Hrají: J. Kanyza, V. Cibulková, M. Etlzer

- 21:20 Fantomas
- 00:00 Kingová
- 00:45 AZ-kvíz
- 01:10 Banánové rybičky
- 01:35 Objektív
- 02:00 Toulavá kamera
- 02:30 Rájské zahrady
- 02:50 Království za koně
- 03:10 Jak se vede, sousede?

ČT2

- 12:30 Golf
- 13:00 Badminton
- LOH 2016 Rio de Janeiro - přímý přenos semifinále dvouhry žen a finále čtyřhry žen z Riocentro - Pavillion 4 komentuje Vlastimil Vlášek
- 18:30 Golf
- LOH 2016 Rio de Janeiro - přímý přenos turnaje žen z Olympic Golf Course komentuje Čeněk Lorenc



18:55 Fotbal: SK Slavia Praha - RSC Anderlecht
Přímý přenos utkání 4. kvalifikačního kola Evropské ligy UEFA

- 21:00 Basketbal
- LOH 2016 Rio de Janeiro - přímý přenos semifinále utkání turnaje žen z Carioca Areny 1 komentuje Jakub Bažant
- 21:40 Házená
- LOH 2016 Rio de Janeiro - přímý přenos semifinále utkání turnaje žen z Future Areny komentuje Radek Bauer
- 22:00 Pozemní hokej
- 00:00 Basketbal
- 01:30 Házená

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:35 Tescoma s chutí
- 12:45 Vražedná čísla VI (11)
- 13:40 Beze stopy (19, 20)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (588)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:20 Námořní vyšetřovací služba XI (13)
- 18:25 Dva a půl chlapa VII (13)
- 18:50 Hospoda (39)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20:20 Comeback
Sitcom (ČR, 2009). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar, K. Leichtová, D. Batulková, M. Doležalová, M. Ruml, S. Babčáková, J. Žáček

- 21:00 Comeback
- Sitcom (ČR, 2009). Hrají: T. Matonoha, M. Dejdar
- 21:35 Pařba ve Vegas
- Romantická komedie (USA/N, 2009)
- 23:40 Černá listina III (10)
- Krimiseriál (USA, 2015)
- 00:35 Beze stopy (19, 20)
- Krimiseriál (USA, 2002)
- 03:05 Redakce III (11)
- Seriál (ČR, 2005)
- 03:55 Ordinace v růžové zahradě 2 (588)
- Seriál (ČR, 2015)
- 04:55 Novashopping

PRIMA

- 12:05 Komisař Rex IV (16)
- Krimiseriál (N/Rak., 1998)
- 13:10 Castle na zabítí IV (13)
- Pes, přítel člověka. Krimiseriál (USA, 2012)
- 14:05 Julie Lescautová IV (1)
- Neznámá ze silnice. Krimiseriál (Fr., 1999)
- 16:10 Přistav (51)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimí zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR



20:15 Jetelín (12)
Komedialní seriál (ČR, 2016). Hrají: J. Ježková, R. Genzer, J. Šťastný a další

- 20:45 Inga Lindströmová: Druhá šance
- Romantický film (N, 2015). Julia a Sven tvoří šťastný manželský pár. Jejich lásku překazí Svenova nehoda, po které si vzpomíná jen na život před setkáním s Julií. Svou ženu vůbec nepoznává. Hrají: J. Richterová, B. Tischendorf, G. Schubert a další
- 22:45 Ano, šéfe!
- 00:05 Jetelín (12)
- 00:35 Prostřeno!
- 01:30 Místo činu: Mnichov (22)
- 03:20 Policie Hamburg VIII (17)

PRIMA COOL

- 12:25 Poslední loď II (7)
- Akční seriál (USA, 2014)
- 13:25 Simpsonovi XVI (4-7)
- 15:25 Teorie velkého třesku (8)
- Koktejlový experiment. Sitcom (USA, 2007)
- 15:55 Griffinovi VII (11)
- Zahraj to znovu, Briane. Animovaný seriál (USA, 2007)
- 16:25 Hvězdná brána VII (10)
- Právo na zrození. Seriál (USA, 2002)
- 17:20 Alias IV (12)
- 18:20 Simpsonovi XVI (8-11)



20:15 Autosalon

- 21:25 Teorie velkého třesku (9)
- Sitcom (USA, 2007)
- 22:00 Prezidentův muž
- Akční thriller (USA, 2000)
- 23:55 Nejsem do tebe blázen (8)
- Komedialní seriál (USA, 2014)
- 00:30 Vraždy mýtů zblávené (3)
- 01:30 American Horror Story: Coven (9)
- Hororový seriál (USA, 2013)
- 02:20 Vraždy mýtů zblávené (3)
- 03:05 Ospalá díra II (16)
- Mysteriózní seriál (USA, 2015)
- 03:50 American Horror Story: Coven (9)

ÓČKO

- 06:00 Ranní fresh
- Vstávání s muzikou
- 09:00 Moje desítka
- Top 10 klipů podle diváka Óčka
- 10:00 Óčko chart
- Hitparáda diváků Óčka
- 12:00 Óčko hity
- Hity, které musíš slyšet... a hlavně vidět! Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube
- 15:50 G2 Band Academy



16:00 Óčko hity
Hity, které musíš slyšet... a hlavně vidět! Největší hity z českých a světových hitparád i nejsledovanější hudební videoklipy z YouTube

- 19:00 Party Ride Live
- CirkusBombs: Soňa a Zoe
- 19:05 Óčko hity
- Klipy nonstop
- 20:00 CZ & SK
- České a slovenské klipy
- 21:00 Zpátečka
- Nej hity a pořady na Óčku před x lety
- 22:00 Party Ride Live
- CirkusBombs: Soňa a Zoe
- 22:05 Party ride
- Dance music pro všechny
- 00:00 Óčko flirt
- Proud klipů se vzkazy diváků Óčka

Sloupek

IVA
MÁLKOVÁ

ZAKLADATELKA KURZŮ HUBNUTÍ STOB

BRAMBOROVÁ
MEDAILE STAČÍ

Pohyb vnáší jednoznačně do našeho života mnoho pozitiv. Pokud jste se v dětství a mládí hýbali s radostí a jen jste pohybu zanechali, je velká naděje, že se radost z pohybu obnoví. Chce to vždy jen nějaký impuls. A pokud nyní celé dny sledujete olympiádu, mohl by to být ten dobrý odrazový můstek pro změnu. Nechtějte však hned dosáhnout na zlatou medaili. Aby se změna udržela, musí na ni být navázány pozitivní emoce. Nejs-

Citát

Aby se změna udržela, musí na ni být navázány pozitivní emoce.

te zatím tak daleko jako olympionici. Ti, i když nedosáhnou vytčeného cíle a během pár vteřin či hodin přijdou o sen, na který dřeli léta, to nevzdají a jedou dále. U vás je třeba, aby úspěch z každého malého krůčku byl povzbuzením pro vytrvání v pohybu. Nestrestujte se nereálnými cíli. Spíše než mít obavy z posilovny či z běhu, volte pro začátek procházku končící posezením v hospodě či na masáži. Je výborné, když si umocníte radost z každého malého úspěchu ještě dalším „příjemnou – odměnou“. To vás pak motivuje k vytváření dalších nových návyků. Na olympiádě vidíte, jak pomáhá třeba tenis-tům fandění a podpora druhých. Platí to i pro vás, než se pohyb stane návykem, ve dvou se to lépe táhne. A je prima, když můžete sdílet vaše úspěchy i s druhými – optimálně v rodině, s přáteli, anebo aspoň na sociálních sítích. Naplánujte si konkrétní, pokud možno příjemnou pohybovou aktivitu a opravdu ji realizujte jako jiné povinnosti, запиšte si ji do diáře. Zlatá medaile je určena těm, kteří ujdou 10 000 kroků za den nebo vykonají 150 minut aktivního pohybu za týden, a bramborová těm, kteří ujdou příští týden o pár kroků více než doposud.

Dopisy a vzkazy

U nás je to jinak

Nedá mi to neregovat na pondělí sloupek Carly Mizzau, která nechápe českou zálibu v ježdění na chatu či na vodu. Na naši rodinnou chalupu v ekologicky čistých západních Čechách jezdíme často, zejména o letních víkendech a i v týdnech s vnučky. Řežeme tam dříví, s potěšením sekám i trávu, partnerka ručně i sekačkou ošetřuje skalky, záhony a pěstuje úspěšně četné byliny, rybíz a kanadské borůvky. Sebereme houby z naší rozlehlé zahrady u lesa, nebo si na ně rovnou zajdeme. Večer si uvaříme domácí krmě a na plátech dřevem vyhřívání sporáku upečeme nejlepší topinky, které známe. Pak se zase rádi vrátíme do pohodlí našeho pražského bytu, ovšem nabítkou energií do práce. Zřejmě stále hledáte v Praze Buenos Aires. Naše představa, že strávíme každý víkend hnípáním v bytě s knihou a pohledem na jeden strom, je mimo náš obzor. Doporučuji vám něco z lesního kyslíku a hlavně smysluplné fyzické práce.

VLADIMÍR WALTER, PRAHA 6

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

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

Výrok dne

„Až budu mít děti,
s hokejem
skončím.“

JAROMÍR JÁGR, HOKEJISTA
Česká sportovní hvězda v rozhovoru pro časopis Elle prozradila, jak si představuje svoji kariéru po založení rodiny či jak vidí vztah s modelkou Veronikou Kopřivovou. Děti by měly přednost a s hokejem by skončil.

Slovo dne

OPTIMÁLNÍ

(Ze sloupku Ivy Málkové na této straně)

Nejlepší, nejvhodnější,
nejvýhodnějšíZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK
CIZÍCH SLOV

INZERCE

HOROSKOP na čtvrtek 18. 8.

Astroložka
a kartářka BerenikaVÍM, ČEHO SE BOJÍTE.
VÍM, JAK TO DOPADNE!

Zeptejte se mě a hned vám citlivě vyložím váš osud! Zavolejte 906 70 30 35 nebo napište SMS na číslo 904 30 46 s kódem **SOLJE** a své datum narození!

**Beran** 21/3–20/4

Dnešní den budete příkladem zamilovaného páru, který se nebojí občas trávit volný čas každý sám a přitom stále spolu.

**Váhy** 23/9–23/10

Budete mít dnes jistotu, že zákon schválnosti existuje, napřed nebudete mít čas vy, pak zase vaše dráhá polovička.

**Byk** 21/4–21/5

Potěší vás program, který si pro vás váš milovaný či milovaná na dnešek připraví, a nebudete se moci dočkat, až to vypukne.

**Štír** 24/10–22/11

Dokážete dnes dostat tomu, co jste si předsevzali, i když vás to bude stát nemalé úsilí, protože postel a láska jsou dvě věci.

**Blíženci** 22/5–21/6

Dnes se bude doma cenit především dobrá nálada, zvláště vás protějšek nechce vidět kysele obličej, ale váš pěkný úsměv.

**Střelec** 23/11–21/12

Zamilujete si obzvláště něco na partnerově těle a budete mít tendenci se ho neustále zlehka dotýkat. Nebude protestovat.

**Rak** 22/6–22/7

Tanec vám bude dělat radost a vy budete neskutečně kreativní v tom, jak sklobit tento pohyb s docela jiným sexy pohybem.

**Kozoroh** 22/12–20/1

Nic naplat, dnes u vás budou muset vyhrát povinnosti a pak teprve nespoutaná zábava s vašim protějškem, tak si to užijete.

**Lev** 23/7–22/8

Je nejvyšší čas, abyste si konečně užili milování v přírodě, tedy za předpokladu, že to máte na seznamu svých letních přání.

**Vodňář** 21/1–20/2

Než dáte někomu cizímu své telefonní číslo, ujasněte si, zda na schůzku s ním opravdu chcete jít, nebo raději vůbec ne.

**Panna** 23/8–22/9

Nebude vás dnes bavit v čemsi vyčkávat a raději se svého milovaného či milované rovnou zeptáte na to, co chcete vědět.

**Ryby** 21/2–20/3

Nebudete mít dnes pochopení pro škarohlídy a raději si budete plout na svém růžovém zamilovaném obláčku s růžovými brýlemi.

Řešení sudoku

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

Anketa Využíváte v zahraničí služby cestovek či Airbnb?



Tomáš Kyncl
Záleží, kam jedu. Občas je dobrá šance i na blind...

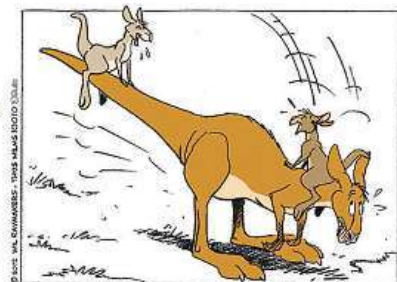
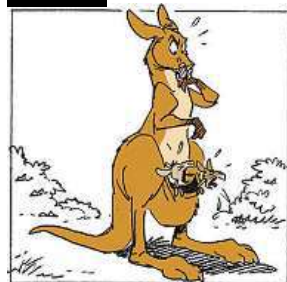


Petr Vilgus
S cestovkou jsem byl v zahraničí naposled v roce 1998.



Ivana Cabrnocová
Využívám většinou Booking.com a Otel.com.

Komiks



Kdy vás potká velká láska?!
Ve vašem horoskopu leží odpověď!

Pište SMS ve tvaru 61JFE a svoje jméno a znamení na číslo 904 30 46

Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, 1SMS/55Kč vč. DPH, 1min/70Kč vč. DPH, www.ema.biz, www.platmobilem.cz

Číhejte na letouny stylově



Už letí! Na letecké mapě snadno zjistíte odkud.



Plátěná střeška je dole za 20 sekund.



Na náplavce to autu sluší. Je to elegant do města.



A máme další. Pohodlně ho pozorujeme z auta.

Letiště pro spottery

Pozorování letadel, takzvaný spotting, je oblíbená kratochvíle. Nejlepší je z kabrioletu, ale kolem letiště Václava Havla máte i další možnosti.

- Nejdříve si na mapě leteckého provozu FlightRadar24.com zjistíte, na jakou dráhu a z jakého směru letadla přistávají.
- Z auta je můžete sledovat buď z ulice K Amazonu u Dobrovízu, nebo u kruhového objezdu v ulici Ke Kopaňině v Tuchoměřicích.
- V blízkosti letiště byly před čtyřmi lety otevřeny také vyhlídkové valy, ze kterých je možné sledovat a fotografovat veškeré dění na letištní ploše nad úrovní oplocení letiště. Jsou umístěny na dvou nejfrekventovanějších spotterských místech, a to u dráhy RWY 06/24, kam se lze pohodlně dostat z obce Kněževy, a u křižení vzletových a přistávacích drah RWY 12/30 a RWY 06/24, kam vede pěší cesta z nedalekého města Hostivice.
- Fotografům je k dispozici také 54 otvorů v plotu po celém obvodu letiště.

Další překvapení. Řada 2 od BMW přijela jako cabrio. Jenže v dieselu.

Novou řadou 2 demonstruje mnichovská automobilka kontroverzi. Snaha je jasná, jít naproti lidem a levnějšími modely reflektovat trendy dnešní doby. Už dřív jsme testovali model BMW 2 Active Tourer, který se snaží přiblí-

žit rodině, a vůbec prvně tu bavorák předvedl pohon předních kol. Auto nakonec bylo velmi příjemné. Překvapení se ale dostavilo i tehdy, když jsme k testu dostali dvojkovou řadu bez střešky a s dieselovým čtyřválcem. Má to smysl? Výkonný drahý kabriolet s naftou?

V nabídce je celkem sedm motorů, přičemž tři jsou naftové. My jsme měli ten nejsilnější s 224 koňmi v 4400 otáčkách za minutu. Nutno uznat, že diesel v cabriu od-

stanete na osm litrů na sto kilometrů. Motor však nechme být, tady hraje prim plátěná střeška, která je dole za 20 sekund, ovládací tlačítko můžete držet až do padesátikilometrové rychlosti. Ale co s letem v Praze? Můžete naštvat pár cyklistů na náplavce, když chcete novinku vyfotit s Pražským hradem v pozadí, ale není to ono. Vyrazili jsme na ruzyňské letiště pod letovou dráhu přistávajících letadel a se sklopenými sedačkami sledo-

Spotřeba je příkladná a i při velmi svižné jízdě se do-

stanete na osm litrů na sto kilometrů. Motor však nechme být, tady hraje prim plátěná střeška, která je dole za 20 sekund, ovládací tlačítko můžete držet až do padesátikilometrové rychlosti. Ale co s letem v Praze?

Můžete naštvat pár cyklistů na náplavce, když chcete novinku vyfotit s Pražským hradem v pozadí, ale není to ono. Vyrazili jsme na ruzyňské letiště pod letovou dráhu přistávajících letadel a se sklopenými sedačkami sledo-

vali vleže jejich břicha. To je pravá aristokratická zábava! Nemusíte vylézt z auta a úžasnou leteckou techniku máte skoro na dosah ruky. Zvuk motorů rozněží i ty největší tvrdáky, tlaková vlna a vítr ve vlasech zase křehké pohlaví.

Nevím, zda je to dostatečný důvod dát za auto 1,1 milionu korun, ale rozhodně byste to měli někdy zkusit.



PETR HOLEČEK
petr.holecek@metro.cz

Ford. Bude dělat auta bez volantu

Ford Motor hodlá do roku 2021 zahájit hromadnou výrobu samořizovaných vozidel bez volantu a pedálů. Informovala o tom firma, která je druhým největším výrobcem automobilů ve Spojených státech. Ford předpokládá, že nový automobil budou zpočátku využívat zejména provozatelé přepravních služeb usilující o snížení nákladů na řídiče. Podle generálního ředitele Fordu Marka Fieldse nebude automobil v počá-

teční fázi dostupný individuálním zákazníkům. „Udělalí jsme spoustu práce ve snaze snížit náklady na technické součástky, ale zpočátku to stále bude relativně drahý vůz,“ řekl Fields listu The Wall Street Journal. Automobilka ve snaze o urychlení vývoje samořizovaných vozidel zvyšuje investice do technologických podniků a rozšiřuje svůj výzkumný tým. Příští desetiletí bude podle Fordu definováno automatizací aut. **ĚTK**



Vyrobili miliontý model Audi Q5

Z montážní linky sjel už miliontý vůz Audi Q5, vyrobený v hlavním závodě Audi v Ingolstadtu. Jubilejní automobil, SQ5 v odstínu modrá Sepang, si objednala jedna rodina v Německu. Audi ale vyrábí model Q5 také pro trhy v Číně a Indii.

AUDI



Finále. Špotáková i Hejnová

Oštěpařka Barbora Špotáková postoupila do finále olympijských her v Riu a po triumfech v Pekingu a Londýně bude usilovat o třetí zlato za sebou. V druhé kvalifikační sérii hodila 64,65 metru a postoupila z druhého místa. Dnes čeká finále také Zuzana Hejnovou (na snímku), dvojnásobnou mistryni světa na 400 metrů překážek. AP

„Nahulím to co nejvíc“

Kanoista Martin Fuksa postoupil do finále A olympijského závodu na 200 metrů.

Dosažený čas mu i přes čtvrté místo ve své rozjíždce nakonec stačil na poslední osmou postupovou příčku a dnes pojede o medaile.

Třidvacetiletý Fuksa, který v úterý v Riu obsadil šesté místo na kilometru, zaostal v prvním semifinále za prvními dvěma příčkami, jež automaticky zajišťovaly postup, téměř o tři desetiny sekundy.

„Stejně jako v kilometru jsem jel semičko mnohem líp. Bohužel, v cíli jsem lehce vypadal. Měl jsem i na Čína, ale to není důležité. Důležité je, že jsem ve finále A a můžu znovu bojovat o me-

daile,“ řekl Fuksa. Rychlejší byli Brazilec Isaquias Queiroz, Španěl Alfonso Benavides a Číňan Li Čchiang.

Český mistr světa na neolympijské pětistovce z loňského šampionátu tak musel čekat na výsledky zbývajících dvou semifinále, která byla nakonec i kvůli větším vlnám pomalejší.

V zítřejším finále nepatří Fuksa k favoritům, ale ví, že může na stupně vítězů zaútočit. „Být ve finále na dvoustovce na olympiádě je pro mě hrozně moc. Víím, že se může stát cokoli, takže mi je jedno, jakou mám dráhu a jestli jsem nebo nejsem favorit, což samozřejmě nejsem. Nahulím to co nejvíc a uvidím, jak dopadnu,“ řekl.

Deblkajak Jan Štěrba, Daniel Havel čeká pouze finále B. Havlův výkon ovlivnily střevní potíže. Rozjíždku naši jeli naplno jen prvních 200 metrů, pak zvolnili. **ČTK**

Češi v akci

České příznivce atletiky čeká ve čtvrtek rušná noc.

- V rozpětí sedmdesáti minut absolvují svůj letošní vrcholný závod dvě tradiční dodavatelky medailí – oštěpařka **Barbora Špotáková** a **Zuzana Hejnová** v běhu na 400 m překážek.

- Kvalifikaci absolvují koulař **Tomáš Staněk** a teprve osmnáctiletá výškařka **Michaela Hrubá**.

- O postup do finále bude v běhu na 1500 metrů usilovat **Jakub Holuša**, který se v rozběhu blýskl skvělým taktickým výkonem i nejlepším časem.

- Moderní pětibojaři budou mít ve čtvrtek netradičně předsunutý šerm a hlavní část programu pak absolvují ženy v pátek a muži v sobotu na stadionu, kde se hrálo ragby. Na startu nechybějí olympijský vítěz z Londýna **David Svoboda** i čerstvý mistr Evropy **Jan Kuf** a v soutěži žen **Barbora Kodedová**.

- Kanoista **Martin Fuksa** pojede finále sprinterské dvoustovky.

Box. Někteří sudí končí

Mezinárodní boxerská asociace vyřadila několik olympijských rozhodčích poté, co provedla revizi některých sou-

bojů z her v Riu de Janeiro. Sudí mají na olympiádě za sebou už několik sporných verdiktů. **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/50Kč vč DPH, www.ema.bz, www.platmobilem.cz



- NADRŽENÉ SAMIČKY!** Chtějí jen SEX! Bez závazků! Piš SMS ve tvaru 83XGK a text na 909 15 50
- Sexy milenka Sofie 28. Provětrej mé kalhotky! Pořádně! Vytoč 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 32XMJ a tvůj text!
- Nymfomanka! Chci to teď, chci to denně! Udělej mi to Ty! Kdykoliv a kdekoliv! Jana (41). Zavolej mi na 909 801 801 kód HLD67



- Osamělá Jarka (50).** Mužům mám stále co nabídnout! Něžné objetí, pochopení a nebo naopak dravý SEX! Řekni si, co bys rád? Volej 909 80 50 40 nebo mi napiš SMS na 909 15 45 s kódem 98VPK a tvůj text!

Práce - nabídka

- Pojďte dělat ochránce veřejných prostor! Plat 70,- až 100,- Kč na hodinu. Průmysl, obchody, hotely, obchodní centra. Volejte Lenku: +420607038628

- Hledáme dělníky na montáž přívěsů v Brně. HPP. Jednosměnný provoz, dobré platové podmínky. Nástup ihned. Tel. 776004071, jana.vlasakova@daltecpro.cz

- Firma Zvarostav, družstvo, hledá pracovníky v oboru elektrikář, svářeč, pomocný dělník ve stavebnictví. Tel. 777790993, 777768994, T. SR +421944595825



INTERNET ZDARMA

www.mobil.cz

KÁVOVÉ KURZY PRO BARISTY ZDARMA!

www.lucaffe.cz



INZERCE

POJĎTE SI S NÁMI ZABĚHAT

VE 4. ZÁVODU SERIÁLU CRAFT RUNGO BĚHŮ 2016



RUNGO.cz

ZOO BRNO 17. 9. 2016

CRAFT B BRAUN GARMIN MATTONI EPP ZOO BRNO

NABÍDKA VŠECH ZOBRAZENÝCH ODĚVŮ ZÁVISÍ NA MOMENTÁLNÍ DOSTUPNOSTI A MŮŽE SE V JEDNOTLIVÝCH PRODEJNÁCH LIŠIT.

Bunda
799

H&M

20% SLEVA

NA NÁKUP DĚTSKÉHO
OBLEČENÍ

KUPÓN PLATÍ OD 18. 8. DO 4. 9. 2016

Kupón musí být uplatněn v době nákupu. Sleva bude odečtena na pokladně. Nelze uplatnit na předešlé nákupy. Sleva nemůže být kombinována s jinými výhodnými nabídkami a slevami. Nelze použít na nákup dárkové karty. Platí v kamenných obchodech H&M v České republice.

H&M

20% SLEVA

NA NÁKUP DĚTSKÉHO
OBLEČENÍ

KUPÓN PLATÍ OD 18. 8. DO 4. 9. 2016

Kupón musí být uplatněn v době nákupu. Sleva bude odečtena na pokladně. Nelze uplatnit na předešlé nákupy. Sleva nemůže být kombinována s jinými výhodnými nabídkami a slevami. Nelze použít na nákup dárkové karty. Platí v kamenných obchodech H&M v České republice.

H&M