

# HLOHOVECKO SEREĎSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 28 510 domácností

STREDNÉ  
A VYSOKÉ  
ŠKOLY



Téma týždňa  
v tomto čísle

## Nebudme smutní

Pozdravujem vás, vážení čitatelia, všimli ste si, že už je dlhšie svetlo? To nie je iba symbolika, to je veľmi príjemná skutočnosť.

**Mnohí z nás** - ťažko sa tomu vyhnúť - prežívajú smutné dni, vlastne už týždne a mesiace. Nemyslím teraz na rodinné tragédie či smútok nad odchodom priateľov, kolegov. Tu neviem, ako sa s tým dá vyrovnávať.

**Ide mi o taký ten** zvláštny druh smútku, ktorý sme doteraz asi nepoznali. Smútok z nedostatku osobnej komunikácie, rozhovorov s blízkymi, s priateľmi. Smútok z tmy, zo zimy, ktorá ani nie je zimou, smútok z obáv a z veľmi vzdialenej perspektívy na lepšie časy.

**Tento ťaživý pocit** je pochopiteľný. Je ospravedlňovateľný a je normálny. Iba s bezcitnými nič nepohne.

**Skúsme sa tomu** všetkými silami vzoprieť. Smútok a beznádej či dokonca strach mimoriadne negatívne ovplyvňujú kondíciu nášho imunitného systému. Náš celkový zdravotný stav dostávajú

nedobré nálady do ohrozenia vonkajšími vplyvmi.

**Netrúfam si nahrádzať** odborníkov z oblasti imunológie, psychológie a psychiatrie. Ale viem, že ak sa sami nezbúrime proti tej tme v nás, veľmi si ublížime, ako rozjasníť našu myseľ. Nemôžeme sa s blízkymi stretávať? Tak im píšme, mobil má každý a správy sú zväčša zadarmo. Stačí aj to krátke "ahoj, ako sa máš?"

**Doprajme si endorfíny** - hormóny šťastia z pohybu na čerstvom vzduchu, potešme sa upratovaním v starej škafuli plnej ešte starších rodinných fotografií, "páčajme" dobro, je ho tak málo okolo nás.

**Všetko, len nebudme smutní**, pekný a trošku veselší týždeň, vážení naši čitatelia!

S pozdravom



» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

## Kovošrot Ivsta s.r.o.

výhodné ceny  
platba v hotovosti

**VYKUPUJE**

železný šrot, meď,  
mosadz, bronz, hliník,  
nerez, olovo, autobaterie

likvidácia ocelových zariadení, paličské práce,  
poskytnutie vlastnej dopravy a kontajnerov

PREVÁDZKY: • Špačince, Polovnícka 11 • PD Malženice

Otváracie hodiny: Po-Pia: 8,00-16,00 hod. / Sobota: 8,00-12,00 hod. / Nedelňa: zatvorené

0905 613 007 • 0907 088 799

**ZEMNÉ, VÝKOPOVÉ,  
BÚRACIE A STAVEBNÉ  
PRÁCE**

0948 595 957 | pkmgroupro@gmail.com  
Peter Lajtman, č. 87 Zemianske Sady 925 54

One Trade Výroba a predaj palivového dreva  
s.r.o. Sereď, Ul. Ku Campingu - areál kasární

**www.drevodokrbu.sk**

-gulatina  
-sypané  
-paletované  
-preprava dreva  
-REZIVO Agát/Dub

0915 445 364

**ROVAMI**

Vášho starého tátoša  
ODVEZIEME A VYRADÍME  
priamo u Vás doma

Predaj použitých  
náhradných dielov  
na všetky druhy vozidiel

Autorizovaný spracovateľ

**RECYKLÁCIA  
AUTOMOBILOV**

Sládkovičovo | Bernolákovo » 0902 457 777

**www.AUTOVRAKOVISKO.sk**

**binari**

IT servis s 15 ročnými  
skúsenosťami



Naše služby  
poskytujeme aj v  
tomto období

**www.binari.sk**

www.binari.sk | info@binari.sk  
0902 670 922 | Pribinova 17, HC



**HLOHOVECKO  
SEREDSKO**

Redakcia: SOKOLOVŇA  
Milana Rastislava Štefánika 2997  
SEREĎ  
hlohovecko@regionpress.sk

**REGIONPRESS**

Vydavateľ:  
REGIONPRESS, s.r.o.  
Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava  
IČO: 36252417  
reg. MKSR EV 3676/09

**INZERCIA**

Lucia Pavlovičová 0905 444 052

Distribúcia:  
Marek Rus 0908 979 496  
www.regionpress.sk  
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

**DISTRIBÚCIA** (28.510 domácností)

**Každý týždeň:**  
Dolná Streda, Pata, Pusté Sady,  
Horný Čepň, Sereď, Salgočka,  
Sintava, Šoporňa, Vínohrady nad  
Váhom, Zemianske Sady, Hlohovec,  
Šulekovo, Bojničky, Červeník,  
Dolné Otrokovce, Dolné Zelenice,  
Dvorníky, Horné Otrokovce, Horné  
Trhovište, Horné Zelenice, Jalšové,  
Kláčany, Koptotovce, Leopoldov,  
Maďunice, Pastuchov, Ratkovce,  
Sasinkovo, Sijadice, Trakovice, Žl-  
kovce, Pata, Štrkovce



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a  
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jaz-  
ykovú úpravu.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-  
de, že viete o mieste, kam naše noviny  
nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

**Západné Slovensko**

BV	94.750	Bratislavsko Východ
BZ	100.200	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galantsko+Saliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Seredske
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitriansko
NZ	34.140	Novozámocko
PK	18.210	Pezinsko
PN	42.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Senecko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46.550	Trnavsko
ZM	18.990	Zlatomoravsko

**Stredné Slovensko**

BB	50.530	Banskobystricko+BR
KY	29.120	Kysucko=CA+KM
LI	35.020	Liptovsko=LM+RK
LC	30.690	Lučenecko+VK+PT
MT	41.690	Martinskotransko
OR	36.230	Oravsko=DK+NO+TS
PB	28.230	Považsko=PB+PU
PD	41.340	Prievidzsko
ZV	39.560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27.490	Žiarosko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskotransko

**Východné Slovensko**

BJ	33.870	Bardajovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko=RV+RS+RA
HU	26.640	Humensko=VT+SV+ML
KE	83.740	Košicko
KS	20.730	Košicko okolie
SL	12.970	Liboviansko
MI	29.620	Michalovsko+TV+SO
PP	41.130	Popradsko+KK
PO	45.115	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišskotransko+LE+GL

**PLOCHÉ STRECHY  
IZOLÁCIE a ZATEPLENIE STRIECH  
KLAMPIARSKÉ PRÁCE**

**Obhliadka, poradenstvo  
a cenová ponuka ZDARMA!**

**0908 701 103  
www.hydroizolacie-izoltim.sk**

**16. január 1547**  
**Ivan Hrozný sa stal cárom Ruska.**

**Výročia a udalosti**

**PALIVOVÉ  
DREVO**

POLIENKA BUK, HRAB

**AKCIA !!! POLIENKA  
suchý smrek a borovica**

**0917 649 213**

**INZERCIA**

**0905 444 052**



**Výročia a udalosti**

**21. januára 1976**  
**prvý komerčný let nadzvukového Concor-  
du.**

**22. januára - 1905**  
**krváva nedeľa v Petrohrade.**



**UČEBNÉ ODBORY 3-ROČNÉ**  
3355 H stolár  
3678 H inštalatér  
6444 H čašník, servírka  
6445 H kuchár  
6456 H kaderník

**UČEBNÝ ODBOR 4-ROČNÝ**  
2977 H cukrár kuchár

**ŠTUDIJNÉ ODBORY 4-ROČNÉ**

6362 M kozmetička a vizážistka  
6405 K pracovník marketingu  
6425 K kaderník – vizážista  
6444 K čašník, servírka  
6445 K kuchár  
6446 K kozmetik – NOVINKA

**POD  
JEDNOU  
STRECHOU**

**RELAX**

**ŠIROKÝ  
VÝBER  
ODBOROV**

**SUPER ATMOSFÉRA**

**MODERNÉ PRACOVISKÁ**

**SŮŤAŽE**

**NADSTAVBOVÉ ŠTÚDIUM  
2-ROČNÉ**

3659 L stavebníctvo  
6403 L podnikanie v remeslách  
a službách  
6421 L spoločné stravovanie  
6426 L vlasová kozmetika

**KDE NÁS NÁJDETE?**

**STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA OBCHODU A SLUŽIEB**  
LOMONOSOVOVA 2797/6, 918 54 TRNAVA  
tel: +421 33 5521109 • E-mail: sulkova.darina@zupa-tt.sk  
www.sosos-trnava.sk • sosostnava.edupage.org  
Facebook: Stredná odborná škola obchodu a služieb,  
Lomonosovova 2797/6,91854,Trnava

**Občianska  
riadková  
inzercia**

**02 AUTO-MOTO / iné**

» ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely - SERIOZNA DOHODA, tel.: 0908 205 521

**04 BYTY / prenájom**

» Hľadám prenájom garsonky alebo 1-izbový byt v Hlohovci alebo v Leopoldove do 350 €. Ponuky posielajte na tel. čísla: 0940 977 836, 0944 410 805

**08 STAVBA**

» Kúpim haki lešenie, tel.: 0908 532 682

**10 ZÁHRADA A ZVERINEC**

» Vymením 2 liliputích kohútikov za sliepky, tel.: 0907 582 053

**14 RÔZNE / iné**

» Hľadám právniku alebo právničku ohľadom poškodenia základných ľudských práv finančného poškodenia a poškodenia zdravia cena za právne služby dohodou, tel.: 0944 720 333

**16 ZOZNAMKA**

» PONÚKAM LÁSKU ŽENE, tel.: 0944 878 113

**Chcete si  
podat  
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo  
**8866** v tvare:  
**RPmedzera HC medzera**  
**Číslo rubrikymedzera Text**  
**inzerátu**

Príklad:  
**RP HC 12 Predám kočík,**  
**0987 654 321.**

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozomenie! Služba nefunguje u operátora 4ka.**

**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.  
**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, HC zameňte za skratku novin, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



## Duálne vzdelávanie na Obchodnej akadémii v Seredi

Obchodná akadémia Sered' poskytuje odbornú prípravu žiakov v študijnom odbore 6317 M obchodná akadémia

Škola uzatvorila duálne zmluvy s 15 zamestnávateľmi, do duálneho vzdelávania vstúpilo 14 žiakov 1. ročníka.

### „Študuj – praxuj – zarábaj“



#### Benefity pre žiaka:

- Žiaci získavajú pracovné návyky a zručnosti v reálnych podmienkach zamestnávateľa
- Župné štipendium - 50 € mesačne v 1. ročníku štúdia
- Duálna BUSkarta – bezplatná prímestská preprava žiakov autobusmi v rámci TTSK
- Odmena za produktívnu prácu – min 50 % z minimálnej hodinovej mzdy

Plán výkonov na školský rok 2021/2022:

**50 žiakov - 2 triedy,**

**z toho plánujeme 10 žiakov zapojiť do SDV**

Staň sa aj Ty  
jedným z nás!



Obchody síce musia byť zatvorené, ale výdajne e-shopov sú stále otvorené. Pripravili sme preto pre každého obchodníka možnosť, **ako za pár minút spustiť online predaj** a zmeniť zatvorený obchod na otvorenú výdajňu.

VIAC NA

**Oplatisa.sk**



## BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • TERASY

balkóny rámové  
bezrámové

zasklievanie terás

zasklievanie zádverí

zimné záhrady

splátky od 49 €

splátky od 98 €

splátky od 99 €

splátky od 149 €

**VYUŽITE NOVOROČNÉ ZĽAVY AŽ DO 50%**

**VYHRAJTE 400 €**

0948 787 777 | [www.balkona.eu](http://www.balkona.eu)

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

**BALKONA**  
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

## VLÁDNI POLITICI SA NÁM VYSMIEVAJÚ. NA RIADENIE KRAJINY JE TO ÚBOHO MÁLO.

To čo posledné týždne predvádzajú Igor Matovič a Richard Sulík, v tak vážnej situácii v akej sa naša krajina nachádza, považujem za vrcholne cynické, nevkusné a maximálne nevhodné.

V čase kedy mnohí občania pričádzajú o svojich blízkych a kedy sa mnohí doslova strachujú o holé živobytie si títo dvaja masírujú svoje egá cez detinské odkazy v médiách. Je to úbohé a trápne. V plnej nahote to ukazuje ako nepochopili svoju úlohu.

Ľudia od vládnych politikov čakajú riešenia, ktoré nám pomôžu prekonať túto ničivú pandémiu a nie nedospelé správanie. Týmto sa nám všetkým doslova vysmievaajú do tváre.

Slovensko potrebuje schopných manažérov a nie šašov, ktorí sa vyžívajú iba v predvážaní pred kamerami a zbieraní lajkov na sociálnych sieťach.

Vláda Igora Matoviča je pre mnohých obrovským sklamaním a ja vôbec nesúhlasím s tým, že každý kto kritizuje Matoviča chce návrat Smeru 1 alebo Smeru 2. Nechcem byť rukojemníkom takejto voľby. Som presvedčený že sú aj iné možnosti.

**Dobrá voľba je stranou pragmatických riešení a uchádzam sa o vašu podporu. Som presvedčený, že štát sa dá riadiť slušne, odborne a s pokorou.** Som presvedčený, že Slovensko v žiadnom prípade nie je odkázané, aby si vybralo iba z chaosu a ľudskej nezrelosti, ktoré sú tu teraz alebo "akože" sociálneho štátu iba pre vyvolených.

Slovensko má na viac. Môžeme byť úspešnejšou krajinou. Musíme robiť ale naozaj politiku pre ľudí a prinášať riešenia.

» **Tomáš Drucker:**

**SLUŠNE  
ODBORNE  
S POKOROU**



**DOBRA  
VOĽBA**

# Čujte.sk

## Záhľadný pôvod nálezov



[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)



[www.TonerPartner.sk](http://www.TonerPartner.sk)

## ZĽAVA

# 10%

na kompatibilné náplne

# 3%

na originálne náplne



### Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope [www.tonerpartner.sk](http://www.tonerpartner.sk) zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **HLOHOVECKO** a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.



výrobca kontajnerov prijme do prac. pomeru:

## OBRÁBAČA KOVOV - SÚSTRUŽNÍKA

- Požiadavky:**
- práca na klasickom konvenčnom sústruhu
  - znalosť čítania technickej dokumentácie
  - práca na dve zmeny
  - prax ako sústružník 3 roky podmienkou
  - výučný list
- Ponúkame:**
- mzda (brutto) od 900,- € do 1100,- € / mesiac podľa schopností kandidáta
  - dochádzkový bonus + ďalšie príplatky
  - stabilné pracovné miesto
  - motivačné finančné ohodnotenie
  - iné sociálne výhody

## ZVÁRAČOV

- Požiadavky:**
- zváračský preukaz Z - M1, Z - G1
  - čítanie technických výkresov
  - samostatnosť pri práci
  - prax v odbore 3 roky
  - práca s technickou dokumentáciou
  - práca v úkole
- Ponúkame:**
- mzda (brutto) od 1 100,- € do 1 500,- € / mesiac pre kmeňového pracovníka - podľa schopností kandidáta
  - mzda (brutto) od 1 400,- € do 2 000,- € / mesiac pre SZČO - podľa schopností kandidáta
  - stabilné pracovné miesto (HPP / živnosť)
  - motivačné finančné ohodnotenie
  - nadštandardná zdravotná starostlivosť
  - iné sociálne výhody

V prípade Vášho záujmu sa kontaktujte na:

**UT Umwelt- und Transporttechnik, s. r. o.**  
Galantská cesta 733, 925 63 Dolná Streda  
E-mail: [info@ut-kontajner.sk](mailto:info@ut-kontajner.sk)

**IC-AUMONT**

**Ponuka práce v automobilovom priemysle v Trnave**

Hľadáme pracovníkov na pozície:

**VÝROBNÝ PRACOVNÍK**  
základná zložka mzdy (brutto) a ďalšie odmeny: **850 € +** príplatky za nočné zmeny + individuálna prémie + 13.plat

**VÝROBNÝ PRACOVNÍK pre víkendovú zmenu**  
základná zložka mzdy **431€** + výkonnostná prémie 51€ + zvýhodnenie za prácu cez víkend 186 € + príplatky za nočné zmeny

Práca je vhodná pre mužov a ženy. Ubytovanie zabezpečené. Pravidelné poskytovanie záloh

**Blížšie informácie:**  
**00421 905 281 763**  
**0905 452 659**  
alebo bezplatná registrácia na [www.ic-aumont.sk](http://www.ic-aumont.sk)

Pokora n. o. Trnava

## PRIJME ZDRAVOTNÉ SESTRY

- práca v dome seniorov
- ubytovanie, strava zabezpečené
- nástupný plat 1095 Eur, priemerný čistý plat 1100 Eur
- pravidelné zvyšovanie platu, príplatky, prémie

Kontakt: [personalne.pokora@gmail.com](mailto:personalne.pokora@gmail.com) • tel.: 0902 363 999

**HANZA**  
AUTOMATICKE BRANY

- garážové brány
- priemyselné brány
- pohony vonkajších brán

0903 573 031 | 0903 275 337  
[www.hanza.sk](http://www.hanza.sk)  
M. R. Štefánika 7, Hlohovec

## Čujte.sk

### Chrenový sirup

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

		1	7	2			
S	8		5	4			
U	5	2		3	7		
D		7	3		2	4	
O					5		
K				1			9
U				8	3	1	
							5
	3		9		8		

			1	5	4		6
S	5		4		2	7	
U						2	9
D							1
O		2				6	9
K	8			1	7	5	
U							
	4	8	9	7			
		7			1	9	2

**AKCIA ČASOVO OBMEDZENÁ**

**KAMEX**  
KAMENÁRSTVO KAMEX S.R.O.  
FRANTIŠKÁNSKA 4, TRNAVA

**NAJVÄČŠÍ VÝBER VYSTAVENÝCH POMNÍKOV V REGIÓNE**

**JANUÁR - FEBRUÁR**

VYUŽITE NAJVÄČŠIE ZĽAVY A NAJNIŽŠIE CENY POMNÍKOV V HISTÓRII NAŠEJ FIRMY

0903 792 674 [KAMEX.SK](http://KAMEX.SK)

# VINCENT KOLEK: BALET V PODOBE BOJOVÉHO UMENIA

*Thajský box je považovaný za ak nie najtvrdšie, tak jedno z najtvrdších bojových umení na svete. Hovorí sa mu aj umenie ôsmich končatín, v ktorom sú povolené nielen údery päsťami a nohami, ale aj laktami, či kolenami. Pre Vincenta Koleka, jednu z najväčších osobností tohto športu na Slovensku a zakladateľa a hlavného trénera Spartans Club Bratislava, však má aj iný rozmer, ako len tvrdý fyzický kontakt medzi súpermi v ringu. A tým je rozvoj ducha a mysle.*

■ **Pre milovníkov akčných filmov z 80. a 90. rokov 20. storočia je stelesnením thajského boxu, či muay thai, zrejme Tong Po z filmu Kickboxer so Jean-Claude van Dammeom. Schopnosť lámať kopmi nôh aj bambus, vyholená hlava s neobvyklým copíkom, čelenka, na ruke amulet, na krku kvety, netradičné predzápasové tanečné kreácie za zvukov rôznych bubnov, či písťaliek, ktoré následne znejú aj počas boja. Čo je vlastne thajský box?**

Áno, tento film bol ikonickým dielom. Všetci, ktorí sme sa zaujímali o bojové športy sme chceli byť tvrdí ako Tong Po, ale pekný ako Van Damme a samozrejme mať aj krásnu Thajku za frajerku :)

Oslovilo ma aj zobrazenie života - človek žijúci v súlade s prírodou, sloboda, ktorú Thajsko pre mňa vtedy reprezentovalo. Spôsob, akým bol Van Damme učený majstrom v džungli, kde vyžadoval absolútne sústredenie, koordináciu a presnosť, bez zbytočných emócií. Metafora myšlienky "tu a teraz" - moment, kedy sa prepája telo, myseľ a duch. O thajskom boxe z historického hľadiska vieme, že je to obranné, bojové umenie s viac ako 1000 ročnou tradíciou. Fascinujúci národný šport, ktorého základom sú najtvrdšie techniky. Význam slova „thai“ v preklade znamená „slobodný.“ Historické legendy hovoria o bojovníkoch, kráľoch a prostom ľude, ktorý chránil Thajské kráľovstvo vo vojnovom období krajiny. O hrdinoch slobody, ktorí za zvuku orchestra hrajúceho VAI-KRU v preklade „vypudíť strach zo srdca“, s noblesou pohybu víťazili nad súpermi.

■ **V ostatných rokoch priam raketovo rastie záujem o zmiešané bojové umenia MMA, thajský box je však akoby v tieni. Prítom z pohľadu toho, že zápasy prebiehajú výhradne v stoj a nedochádza tak k často nezáživnému boju na zemi, má veľké predpoklady byť pre diváka atraktívnejší. Prečo to tak podľa vás je?**

Dovoliť si tvrdiť, že thajský box je primárne atraktívny pre ázijskú kultúru, MMA oslovuje zasa európskeho diváka. Thajský box je jedno z najnáročnejších bojových umení, nie každý "falang" - ako nás cudzincov nazývajú Thajci, je schopný si ho dokonale osvojiť. Veľká motivácia, ukrátenie sa v iných aktivitách, ak sa rozhodnete venovať akémukoľvek športu profesionálne, sú nevyhnutné. Thajský box je dvojnásobná drina. Miestne "muaythai" komunity vychovávajú už 4 ročných profesionálov, v ovládaní vlastného tela. Treba vnímať rozdiel medzi thajboxerom z Ázie a "falangom". V MMA stačí ak zápasník ovláda z bojového umenia určitú časť, prejaví sa tam, kde si je istý. Preto sa domievam, že MMA je varianta atraktívnejšia iba pre konkrétne publikum. Iný divák by možno ocenil vidieť jednotlivé bojové umenia samostatne.

■ **Napriek relatívne krátkej histórii tohto športu u nás - prvé zmienky o muay thai sú z 13. storočia, na Slovensku vznikol prvý klub až v roku 1995 - sa naši zástupcovia nestarali ani na významných podujatiach. Slovenský thajský box má štyroch profesionálnych majstrov sveta a viacero majstrov sveta a Európy na amatérskej úrovni. Vy sám ste vicemajstrom Európy. Prečo sa Slovákovi v tomto športe darí?**

Ak človek nájde svoju cestu, spojí sa s duchom, vždy sa mu bude dariť. Robí to, čo má. Slováci sú úspešní aj v iných športoch, ako tímy alebo jednotlivci, práve vďaka cielavedomosti a húževnatosti.

Tí, ktorých oslovil thajský box, sú silné individuality. Tento šport si vyžaduje vysokú emočnú odolnosť, silu sebazapretia. Profesionalita znamená vedieť dobrovoľne prijať bolesť, znovu vstať a pokračovať.

■ **Muay Thai patrí medzi najtvrdšie športy sveta. Hovorí sa mu aj umenie ôsmich končatín, povolené sú nielen údery päsťami a nohami, ale aj laktami, či kolenami. To vzbudzuje minimálne rešpekt, pre mnohých asi aj strach. Je na mieste?**

Strach je obmedzujúci a to nie iba v športe, ale aj v ži-



WAY OF LIFE



vote. Limituje človeka v smerovaní do celistvosti. Okrem techník, vnímam tvrdosť aj v inom rozmere. V ringu oproti stoja dvaja muži, dve energie. Po rituálnom tanci - Wai Khru, vzdávajú úctu trénerovi, súperovi, dostávajú sa do tranzu sústrednosti. Zbavujú sa akéhokoľvek strachu. Údery sú v realite pre bežného nešportovca smrteľné. Pokoj ducha je namieste. Metafora ringu - života, ktorý prijímajú taký, aký je. Krutý a jemný zároveň. Vtedy, bez hodnotenia a predsudkov, vidno aj balet v podobe bojového umenia. Formu ako ovládať telo, v rýchlosti a tvrdosti.

■ **Vy sám tvrdíte, že vám thajský box pomohol v rozvoji ducha a mysle, našli ste vďaka nemu vnútorný pokoj a zároveň, že neznášate zlo a násilie. Ide to vôbec dokopy?**

Prešiel som si rôznymi fázami učenia, či už v podobe agresivity súpera alebo prehry v ringu.

Od bojových športov ma to neodradilo. Fascinovalo ma, ako sa telo formuje tréningom do obratnosti, rýchlosti, funkčnosti a univerzality. Z pozície trénera hodnotím, že techniky thajského boxu sú jedny z najprepracovanejších pri synchronizácii tela s myslou.

Na prvý pohľad boj, násilie a zlo sa dá transformovať v lásku k učeniu a spoznávaní seba samého. Po fáze tréningu zápasníkov, som prešiel k učeniu ľudí správneho pohybu. Pohybu, ktorý berie ohľad na dlhodobé venovanie sa bojovému umeniu počas celého života. Vypracovať sa ku komplexnej jemnocitnej fyzickej náuke, optimálnym univerzálnym pohybom, použitím techník „najtvrdšieho“ športu. Jin a Jang.

■ **Ste zakladateľom a trénerom Spartans klubu Bratislava, ktorý počas 11 rokov svojej existencie vychoval už niekoľkých úspešným reprezentantov. Kto všetko prešiel vašimi rukami a prečo ste zvolili práve meno Spartans?**

Som hrdý na to, že som sprevádzal počas športovej kariéry mená ako Viktor Maceják, Lukáš Horák, Michal Pecár, Michal Bally Baláž, Lucia Krajčovič, Viktória Lipianska, Roman Smitšik, či Jakub Benko. Chcel by som však povedať, že okrem profesionálov som trénoval aj ľudí, ktorí si thajský box zvolili ako svoju amatérsku záľubu. Pamätám si, keď prišiel do klubu mladý chalan, mohol mať do 30 rokov, odhodlaný trénovať, ako to len pôjde. Hýbať sa v rámci jeho možností, keďže bol na vozíku. Keď som videl radosť, nadšenie a tú chuť žiť, vždy som si v duchu povedal, toto je chlap.

Dlho som hľadal meno, ktoré by vystihlo myšlienku, že pohyb je dôležitý pre naše zdravie, či už fyzické, ale aj to mentálne. Že v sile nájde človek jemnosť a naopak. Oslovila ma filozofia, ktorú uvádzajú historické zdroje o fungovaní Sparty. Boli to bojovníci, technicky zdatní, odhodlaní brániť svoje rodiny a priateľov, nebojácni, pripravení po-

staviť sa čomukoľvek. Jemnosť prejavovaná v každodennosti života, rovnoprávnosti medzi všetkými. Preto som aj ja zástancom toho, že thajský box nie je boj, ale sloboda pohybu určená pre kohokoľvek.

■ **Mottom vášho klubu je Way of life, teda spôsob života. Medzi vašich zverencov patria nielen dospelí, ale aj deti už od šiestich, či siedmich rokov. Čo by malo presvedčiť rodičov, ktorí sa pri pohľade na súboje v ringu toho možno obávajú, že práve thajský box je cesta, po ktorej by ich deti mali ísť?**

Je prínosom, ak sa dieťa začne systematickému pohybu venovať v čo najskoršom veku. Ide o rozvoj jeho motorickej gramotnosti, prípravu na život vôbec.

Veľkú devízu vidím v thajskom boxe nielen pre komplexné prepájanie ľavej a pravej hemisféry, kedy sa podporuje rozvoj kognitívnych schopností, no najmä v psychologickom rozmeri. Je v našom záujme vychovávať z detí spokojné a naplnené bytosti, ktoré majú spracované črty vlastnej osobnosti. Bojovnosť, ak je potlačená, má tak priestor vyjsť na povrch. Dieťa sa stáva pribojnejším, sebavedomejším, naopak deti ktoré ňou prekypujú, sa učia ovládnuť svoje emócie. Energia je presmerovaná efektívne a zmysluplne správnym smerom, koordinovaná. Sústredia svoju myseľ do prítomnosti, pretože sú zodpovední za svojho partnera na tréningu.

V priamom prenose vzniká energetická harmónia jemnosti a sily. Balet dvoch protikladov, ktoré sa dopĺňajú v zmysluplný a vyvážený celok. Takýto vyrovnaný kolektív v neposlednom rade pomáha utužovať priateľské vzťahy, zdravé sociálne návyky a porozumie.

## Vincent Kolek (42 rokov) Headcoach Spartans Club Bratislava

■ Venoval sa kickboxu a boxu, v 90 - tých rokoch vyhral majstrovstvá Slovenska.

■ Už ako 20-ročný zbieral úspechy aj na medzinárodných súťažných turnajoch. Na majstrovstvách Európy neskôr získal bronz a striebro, na majstrovstvách sveta obsadil v kategórii Full Contact štvrté miesto.

■ Od svojich 20 rokov pôsobil aj ako tréner v Bratislave, neskôr v zahraničí.

■ Založil vlastný športový klub Spartans, ktorý ako headcoach vedie dodnes.

■ Pod trénerským vedením sa thajskému boxu začali profesionálne venovať dnes už známi športovci, ktorí získali tituly aj na súťažiach ako majstrovstvá sveta či Európy. Medzi nich patria Lucia Krajčovič, Michal Baláž, Jakub Benko, Roman Smitšik, Viktória Lipianska, Viktor Maceják, či Lukáš Horák.

■ Za svoj prínos športu a výchovu ľudí získal aj ocenenie Račianske srdce pre výnimočnú osobnosť, ktoré pomáhajú druhým a vedú ich k lepšiemu životu.

# OPERÁTOR BALIACEJ LINKY

4,59 € / hod.

## BENEFITY

- > stravné lístky v hodnote 3,83 €
- > 13. plat do výšky 600 €
- > príplatky nad rámec zákona
- > bezplatná doprava z viacerých smerov
- > vernosťná odmena pri pracovnom výročí
- > príspevok za odporúčenie zamestnanca
- > príspevok do III. piliera
- > mesačná prémie do výšky 10% základnej mzdy

**Do 15.3.2021 - nástupný bonus - 150 EUR**

**NA NAŠICH  
ZAMESTNANCOCH  
NÁM ZÁLEŽÍ**

KONTAKTUJTE NÁS

PRACA@FMLOGISTIC.COM

T: 0918 800 464



**FM** LOGISTIC

96-0012/T02



Správna voľba

**najzamestnávateľ 2019**  
1. miesto Obchod a služby

**Nájdí si  
stabilnú prácu  
v logistickom  
centre Sereď**

**ROZŠIRUJEME NAŠE TÍMY**

VIAC INFO NA: [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk) – sekcia Kariéra

52-0014

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA



PRIPRAVTE SA NA ZÁHRADKÁRSKU SEZÓNU UŽ V ZIME

**JEDNODUCHÁ MONTÁŽ MÔŽE BYŤ EŠTE JEDNODUCHŠIA!**

OBJEDNAJTE SI SKLENÍK DĹŽKY ASPOŇ 4 METRE DO 21. MARCA 2021. ZÍSKATE ZADARMO PREDMONTÁŽ POLYKARBONÁTU NA ČELNÉ STRANY SKLENÍKU, Vďaka čomu VÁŠ NOVÝ SKLENÍK ZLOŽÍTE NAJNESKÔR DO 2 HODÍN.

SKLENÍK VÁM PRIVEZIEME ZADARMO KAMKOEK NA SLOVENSKU

GNOM	1,64 x 1,66 x 2 m	249 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	100 EUR
GRETA	2 x 2 x 2 m	299 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	150 EUR
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	399 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	150 EUR
GENIO	3 x 2 x 2 m	349 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	150 EUR
GARANT	3 x 2 x 2 m	399 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	150 EUR
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	419 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	200 EUR
GOLIÁS	3 x 2 x 2 m	499 EUR	CENA PREDLŽENKA D 2 m	200 EUR

0948 00 00 50 | sklenik@prozahrada.sk | www.prozahrada.sk

## NEZVLÁDATE SPLÁČAŤ SVOJE DLHY?

Prinášame Osobný bankrot ONLINE...  
...aké má benefity?

- Ušetrenie** - Nebudete musieť nikam cestovať, ani do našich kancelárií
- Vyplňanie** - Pri komunikácii s našim špecialistom vybavíte všetko bez zdlhavých vyplňaní
- Rýchlosť** - Posudok vypracujeme do 7 pracovných dní, rovnako ako aj žiadosť na CPP
- Garancia** - Garantujeme Vám schválenie Osobného bankrotu, na základe posúdenia Vašej finančnej situácie
- Servis** - Sme prví, ktorí Vám oznamujeme správu o tom, že ste oddĺžený

Ozvite sa nám: [www.bonato.sk](http://www.bonato.sk) / 0800 221 331



PONUKY PRÁCE

**OSTRAVA**

OD 700€ - 900€  
NETTO/MESIAC

- OPERÁTOR VÝROBY
- OBSLUHA VZV
- ZVÁRAČ CO2
- možnosť pracovať na živnosť
- ubytovanie zabezpečené

**HRADEC KRÁLOVE**  
145 Kč/NETTO HODINA

- OPERÁTOR VÝROBY
- ubytovanie zabezpečené

VIAC INFO NA TEL. ČÍSLACH:

0800 500 091 - BEZPLATNÁ LINKA  
+420 702 193 121

ZABEZPEČÍME  
A ZAPLATÍME  
VÁM  
COVID  
TEST

Prijmem  
do SBS  
pracovníkov

na objekt v Siladiciach.  
Mzda 3,90 €/hod. brutto.

0918 535 195

**MONTER**

**TERASY ZIMNÉ ZÁHRADY ZASKLENIE**

Prípravte sa na leto už teraz a využite JARNÉ ZĽAVY

Stavíme tam,  
kde potrebujete.



ANTRACIT 7016

HNEDÁ 8003

BIELA 9016

HNEDÁ 8017

Zvýhodnená cena na tieto farby

Materiály:  
HLINÍK, DREVO

[objednavky@monter.sk](mailto:objednavky@monter.sk)

PRÍSTREŠKY - TERASY - RÁMOVÉ/BEZRÁMOVÉ ZASKLENIE - TIENENIE NA STRECHY - SKLENENÉ STRECHY - STAVEBNÉ PRÁCE

[www.monter.sk](http://www.monter.sk) • 0919 365 022 **NOVINKA** HLINÍK v DREVODEKORE, ZLATÝ DUB a ORECH

**ENVIROTHERM**  
PROFESIONÁLNI & KVALITNÍ

FOTOVOLTAICKÁ ELEKTRÁREŇ  
3000 W

ZÁRUKA OD VÝROBCU 25 ROKOV

- pozostáva z 10 panelov + menič + regulácia na zabránenie prietoku vyrobenej el. energie do siete
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3500 kWh

Zvyšok životnosti elektrárne viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

€ 2690 Aj na splátky 33,50 € mesačne vrátane montáže

ceny sú akciové pri objednávke do 31.01.2021

POTVRDENÉ NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!

Ako jediný na trhu Vám prinášame možnosť splatiť si Vaše nové zariadenie, ktoré Vám bude celý život šetriť Vašu peňaženku. Toto zariadenie si navyše splatíte z ušorených financií, ktoré by ste aj tak zaplatili za nákup elektrickej energie

- 3 ploché kolektory
- kompletná konštrukcia na strechu + pripojovacie potrubie
- 300 l bojler v cene
- spoľahlivo pokryje spotrebu teplej vody od marca do októbra
- návratnosť investície 2-3 roky

ZÁRUKA 10 ROKOV OD VÝROBCU

€ 1890 Aj na splátky 23,77 € mesačne vrátane montáže



VIADRUS ecodesign

- splyňovací kotol na drevo a brikety
- najmodernejší a ekologický liatinový kotol od Viadrusu
- dostupný vo výkonných radách 16, 21, 25, 30 kW
- vysoká účinnosť až 91 %
- nízka spotreba paliva
- vodou chladené pevné rošty



Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena bez montáže
16 kW	150 m <sup>2</sup>	1 €
21 kW	220 m <sup>2</sup>	35 €
25 kW	290 m <sup>2</sup>	79 €
30 kW	350 m <sup>2</sup>	150 €

[www.envirotherm.sk](http://www.envirotherm.sk) • [info@envirotherm.sk](mailto:info@envirotherm.sk) bezplatná infolinka 0800 909 909, 0951 909 909