

STRÁŽSKÝ OBČASNÍK

č. 3

Září 2016



Príměstský tábor

ZPRÁVY Z „RADNICE“

Zastupitelstvo obce na zasedáních v květnu a červnu 2016 projednalo a schválilo:

- druhou změnu rozpočtu na rok 2016
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- na základě usnesení zastupitelstva obce ze dne 28.4. 2016 čj. 2016/4/1.6 uzavření veřejnoprávní smlouvy VP/52016/BI – poskytnutí neinvestiční účelové dotace **Nadaci pro záchranu a obnovu Jizerských hor**, IČ 46746030 a pověřilo starostu obce podpisem smlouvy.
hlasování: pro....7 proti....1 zdržel se....0
- na základě usnesení zastupitelstva obce ze dne 28.4. 2016 čj. 2016/4/1.7 uzavření veřejnoprávní smlouvy VP/62016/BI – poskytnutí neinvestiční účelové dotace **Územní sdružení Českého zahrádkářského svazu Liberec**, IČ 00433551 a pověřilo starostu obce podpisem smlouvy.
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- smlouvu o uzavření budoucí smlouvy o zřízení věcného břemene – služebnosti a smlouvu o právu provést stavbu č. IV-12-4014541 – p.p.č. 971 pro p.č. 939/4 v k.ú. Stráž nad Nisou a pověřilo starostu obce podpisem smlouvy.
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- rozšíření návrhu č. 20 do nového ÚP obce – pouze část p.č. 53/1 v k.ú. Svárov pro funkční využití výroba a skladování.
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- vyhlášení prodeje části p.č. 1108/1 v k.ú. Stráž nad Nisou (cca 40 m²) na základě žádosti
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- návrh do nového územního plánu za obec
- změna funkčního využití na p.č. 952 – plochy dopravy
- budoucí výstavba autobusové zastávky
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0
- návrh do nového územního plánu - změna funkčního využití pro p.č. 1333/1 v k.ú. Stráž nad Nisou – část u přístupové cesty bydlení v RD, zbytek louky a pastviny
hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- žádost o provedení prací v obecním bytě č. 1 na Bergerově nám. č. 30 s konstatováním, že stavební výbor provede místní šetření a s výsledkem seznání zastupitelstvo

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- žádost o vyjádření ke stavebnímu záměru f. Havos, s.r.o. s konstatováním, že bude provedeno místní šetření a na jeho základě zastupitelstvo rozhodne na dalším jednání

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- delegovalo dle § 84 odst. 2 písm. f) zákona 128/2000 Sb., o obcích v platném znění zástupce obce - starostu obce Mgr. Karla Jäschke na Valnou hromadu SVS, a.s., která se uskutečnila dne 16.6. 2016 v Teplicích.

hlasování: pro...8 proti...0 zdržel se...1

- v souladu se zákonem č. 239/2012 Sb., kterým se mění zákon 563/1991 Sb., o účetnictví, ve znění pozdějších předpisů, a další související zákony **řádnou účetní závěrku za rok 2015**

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- v souladu s § 17, zákona č. 250/2000 Sb., o rozpočtových pravidlech územních rozpočtů, ve znění pozdějších předpisů, **celoroční hospodaření a závěrečný účet obce Stráž nad Nisou za rok 2015 bez výhrad**

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

3. změnu rozpočtu na rok 2016

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0.

- a) poskytnutí neinvestiční účelové dotace ve výši =6.500,- Kč (1 dítě/školní rok) II. Mateřské škole Preciosa, o.p.s., se sídlem Puškinova 80, 463 12 Liberec 24, IČ 25027611

- b) uzavření veřejnoprávní smlouvy VP/72016/BI – poskytnutí neinvestiční účelové dotace II. **mateřské škole Preciosa, o.p.s.**, se sídlem Puškinova 80, 463 12 Liberec 24, IČ 25027611

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- smlouvu o budoucí smlouvě o zřízení věcného břemene, uzavřenou mezi Obcí Stráž nad Nisou a společností RWE GasNet, s.r.o., Ústí nad Labem, Klíšská 940, pro p.č. 989 v k.ú. Stráž nad Nisou – přípojka pro ČSPHM Stráž nad Nisou – Plnící stanice CNG, zároveň pověřilo starostu obce podpisem smlouvy

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- prodej části p.č. 1108/1 v k.ú. Stráž nad Nisou (cca 40 m²), vyhlášeného k prodeji, za cenu dle znaleckého posudku.

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- smlouvu o zřízení služebnosti – inženýrské sítě, uzavřenou mezi Obcí Stráž nad Nisou a SVS, a.s., Přítkovská 1689, 415 50 Teplice, pro p.č. 1342 a 1278 v k.ú. Stráž nad Nisou – vodovodní řád, zároveň pověřilo starostu obce podpisem smlouvy

hlasování: pro....8 proti....0 zdržel se....0

- odměnu ředitelce ZŠ a MŠ Stráž nad Nisou, p.o. za II. čtvrtletí roku 2016

hlasování: pro....6 proti....1 zdržel se....1

- na základě důvodové zprávy zařazení návrhu č. 20 do nového územního plánu obce Stráž nad Nisou

hlasování: pro...8 proti...0 zdržel se...0

- nabídku e-Aukce e-centre na dodávky elektrické energie a plynu s konstatováním, že obec uzavře smlouvy na dodávky se společnostmi ČEZ nebo RWE dle lepší nabídky.

hlasování: pro...7 proti...0 zdržel se...1

- žádost o řešení údajné havarijní situace na pozemku p.č. 615/1 s konstatováním, že obec tento stav nezavinila, bez projektu a stavebního řízení nelze opravovat a v případě zájmu bude příslušný pozemek nabídnut k odkoupení k většinovému vlastnictví.

hlasování: pro...8 proti...0 zdržel se...0

- žádost o vyjádření ke stavebnímu záměru f. Havos, s.r.o. s konstatováním, že předmětný pozemek lze vyhlásit k prodeji za předpokladu vyřešení příjezdu k němu.

hlasování: pro...8 proti...0 zdržel se...0

- nabídky na projektovou dokumentaci k výstavbě nového kanalizačního řádu vč. přípojek – „Nová Stráž“ v pořadí: 1. SČVaK – 650.000,- Kč, 3. Projekty Fiala – 700.000,- Kč, 2. KOINVEST, s.r.o. – 465.850,- Kč

hlasování: pro...8 proti...0 zdržel se...0

Mgr. Karel Jäschke, starosta

NAŠI JUBILANTI



Významná životní jubilea ve třetím čtvrtletí letošního roku oslavili tito naši spoluobčané:

Pan Kudláček Josef	95 let
Paní Šefflová Věra	92 let
Paní Dimlová Emília	92 let
Paní Vargová Helena	91 let
Paní Oberdörferová Marie	91 let
Paní Šmahelová Vlasta	89 let
Pan Brindzák Michal	85 let
Paní Brindzáková Zuzana	85 let
Paní Kolářová Kristina	85 let
Paní Janáková Helena	84 let
Paní Uřešová Alenka	83 let
Paní Pospíšilová Helga	83 let
Paní Konvalinková Vlasta	81 let
Pan Juračka Zdeněk	81 let
Pan Vyvadil Miroslav	80 let
Pan Hrůza Vlastimil	80 let
Pan Andraschko Jindřich	80 let

Všem jubilantům přejeme pevné zdraví a mnoho dalších let prožitých v kruhu svých blízkých.

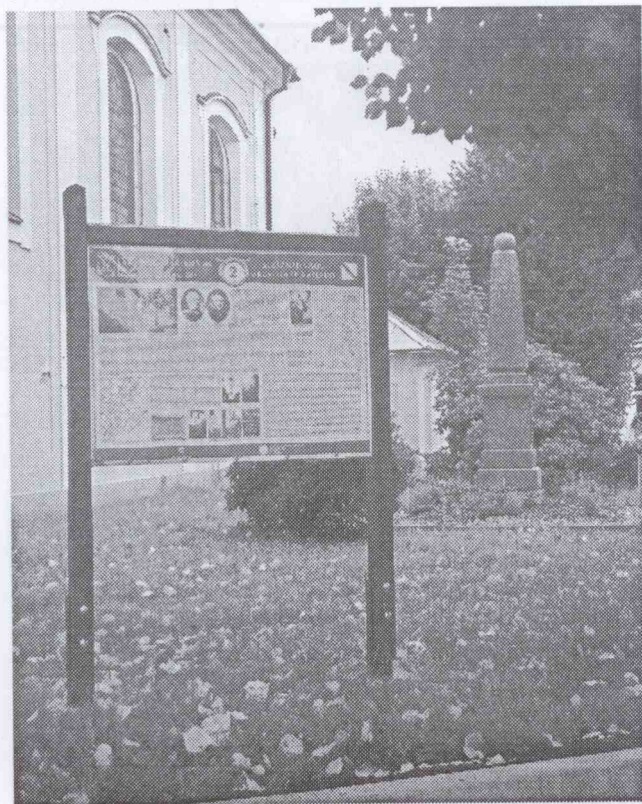


LETOŠNÍ VÝROČÍ

V tomto roce jsme si mohli připomenout některé významné události, které se v naší obci staly.

150. výročí

Před 150 roky byl v naší obci poblíž nynější školy smrtelně raněn Emerich Berta, který byl prvním padlým v prusko-rakouské válce v roce 1866. Tuto událost připomíná informační tabule poblíž kostela sv. Kateřiny Alexandrijské. Do 25. září lze také v Severočeském muzeu navštívit tematickou výstavu, kde je mimo jiné k vidění obraz ze sbírek Vojenského historického ústavu, na kterém je zmíněná tragická událost zachycena.



120. výročí

V roce 1896, tedy před 120 roky, byl na jižní straně kostela odhalen pomník padlým v prusko-rakouské válce v politickém okrese Liberec. Této slavnosti se zúčastnilo mnoho významných hostů. Jeho Jasnost princ Schaumburg-Lippe, polní maršál a protektor Spolku pro udržování válečných pomníků, velitel 58. pěší brigády generál-major šlechtic von Hablitschek, velitel 36. pěšího pluku plukovník Alfonz von Brůžek, čestná rota posledně jmenovaného pluku a další významní hosté. Slavnostního odhalení pomníku byli též přítomni oba bratři Emericha Berty. Tak mnoho a tak vážených hostů Habendorf (Stráž nad Nisou) sotva kdy hostil.



110. výročí

Další velkou událostí v naší obci byla návštěva císaře Františka Josefa I. Ta se uskutečnila při příležitosti návštěvy císaře na Německo-české výstavě v Liberci roku 1906. Císař navštívil továrnu Karla von Zimmermanna, kde ho majitel továrny i se svou manželkou Helenou uctivě pozdravil. Na dvoře továrny se shromáždilo velké množství lidí. K přivítání císaře se dostavily oba okresní výbory (Liberec a Chrastava) v čele se svými přednosty pány Boserem a Skanerem, zastupitelstva okolních obcí, duchovenstvo a učitelé se 4 000 školních dětí. Kapely spolků, které se tu shromáždily, zahrály národní hymnu a jedenáctiletá Neny, dcera Karla von Zimmermanna, přednesla při předávání kytičky básničku. Potom Jeho Majestát pronesl krátký projev, ve kterém vyzdvihl rozvoj libereckého okresu. Poté procházel špalíry, které stály po obou stranách cesty v parku. Přistupoval k jednotlivým osobnostem a vyznamenal je oslovením. Z místních oslovil starostu Franze Stärze, faráře Franze Schlupeka, továrníka Heinricha Karrera, Dr. Johana Siegmunda a představenou mateřské školy sestru Norbertine Löffelmann. Jménem školních dětí přednesla císaři pozdravnou báseň dcera pana hejtmana slečna Marga von Stoffek, poté mu zazpívaly děti jednu sloku písně. Návštěva Starého Habendorfu trvala téměř jednu hodinu. Za bouřlivých ovací se císař vracel přes Růžodol zpět do Liberce. Německo-české výstavě je v Severočeském muzeu v Liberci do 11. září věnována jedna z expozic. Do 25. září můžete též navštívit Oblastní galerii v Liberci kde jsou vystavena díla související s touto výstavou

100. výročí

Rok 1916 byl pro Starý Habendorf (Stráž nad Nisou) velmi významný. V tomto roce byla obec povýšena na „Trhovou obec“. Příslušný výnos zní: Jeho c. k. Majestát Jeho Veličenstvo rozhodlo, aby bylo vyhověno žádosti obce Starý Habendorf v politickém okrese Liberec a tato obec byla povýšena právem na trhovou. S výnosem c. k. místodržitelství ze dne 5. září 1916 bylo obecní zastupitelstvo seznámeno na mimořádném slavnostním zasedání 1. října 1916.

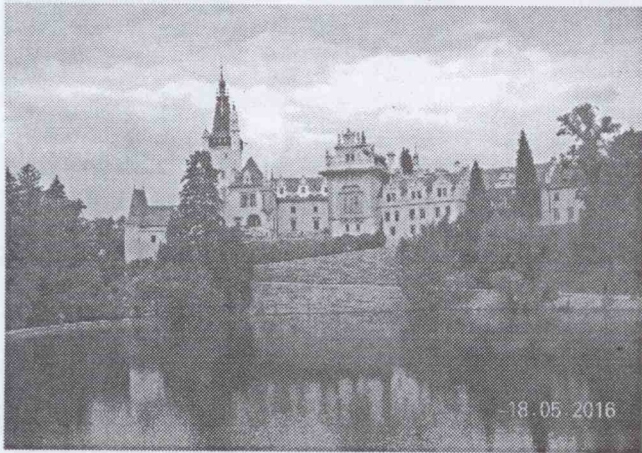
Rok 1916 byl také ve znamení stále probíhající války. Ceny potravin stále stoupaly, jelikož jich bylo velmi málo a musely se dovážet z Německa či Maďarska. Na nízké úrodě se podepsalo velmi deštivé počasí.

Za obětí válečným událostem padly i zvony z našeho kostela. Pro válečné účely byly 28. listopadu 1916 odebrány tyto zvony: malý vážící 157 kg, umíráček těžký 36 kg a sanktusový zvoneček vážící 7,5 kg. Zůstal zde pouze střední a největší zvon.

I. Zajíc

PODĚKOVÁNÍ

Děkujeme tímto Obecnímu úřadu za zájezd do Průhonic,



který se uskutečnil 18. května 2016. Zájezd byl velice vydařený, počasí nám přálo a průhonický park nádherný. Organizace zájezdu byla na velmi dobré úrovni a naše poděkování patří hlavně panu Farskému, který měl všechno perfektně zorganizované. Ještě jednou velmi děkujeme a těšíme se na příští zájezd.

H. a K. Lajnerovi

SPOLEK KOPEČÁCI

Ve Stráži nad Nisou vzniklo nové občanské sdružení Spolek Kopečáci, které se bude snažit prosazovat a aktivně podporovat obnovu a rozvoj části obce Stráž nad Nisou v oblasti ulic Stříbrný Kopec, Zlatý Kopec a Mezi Kopci. Jde nám o soulad se zásadami trvale udržitelného rozvoje v místě v návaznosti na celé katastrální území celé obce. To zahrnuje zlepšení stavu životního prostředí, uchování kulturních hodnot, kvality bydlení, inženýrských sítí, komunikací, dopravní dostupnosti a bezpečnosti v obci Stráž nad Nisou a to zejména v již zmíněných ulicích. Budeme prosazovat zachování a rozšíření zeleně a ostatních ploch pro aktivní trávení volného času občanů v uvedené oblasti a hájit zájmy občanů obce Stráž nad Nisou před neuváženými stavebními a jinými zásahy, které by mohli narušit kvalitu života nás všech. Naším zájmem je aktivně komunikovat se zastupci obce Stráž nad Nisou, Magistrátu města Liberce a členy zastupitelstva ve smyslu výše uvedených cílů a přispět tak ke kvalitnímu životu v této, dosud opomíjené, části obce.

Jan Pelant, člen výboru spolku

ČERVENCOVÉ PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY

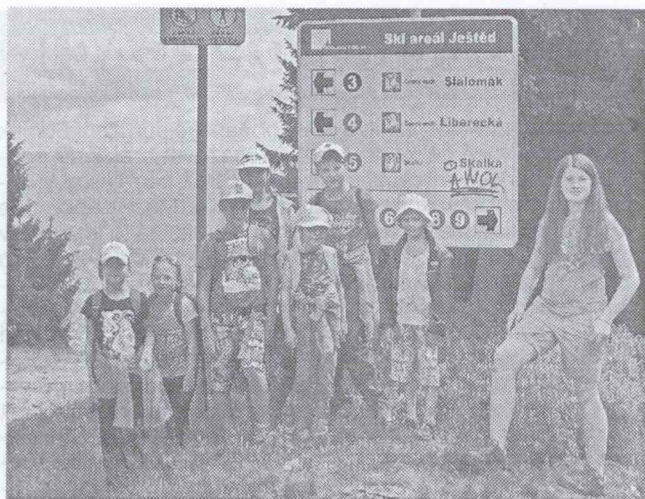
Sportovně a turisticky zaměřené (odvážné) děti měly v červenci možnost docházet na tři příměstské tábory. První tábor byl pro in-line bruslaře, druhý pro pěší turisty a třetí pro cyklisty.

Malí i trochu větší sportovci a turisté prožili většinu táborového času venku v přírodě nebo na hřišti. Pouze dva dny bruslařům skutečně lilo a sportovalo se v tělocvičně. Děti byly šikovné, hravé. Díky rodinnému charakteru táborů nikdo nebyl neviditelný, každému se dostalo patřičné pozornosti od ostatních dětí i od dozoru. Snad i proto se všechny tři tábory obešly bez úrazu, na klasické odřeně koleno a septonex ovšem došlo.



Bruslaři si vylepšili své dovednosti zejména spoustou her na in-line bruslích. Většina táborníků prošla podzimním nebo jarním in-line kurzem, tak šlo vše jako po másle. Většinu cvičení jsme zvládli na asfaltovém hřišti ve Stráži. Z blízkých cyklostezek jsme se projeli po té u jízdárny a u Nisy, další nám propřely. Polední oddech probíhal ve strážském fitness, hrály se společenské hry ve skupinkách a společné hry pro všechny. Tradiční středěcký odpolední výlet do wellness ve frýdlantské Antonii nemohl chybět. Poslední hodiny tábora děti prokázaly svoji šikovnost při jízdě zdatnosti. Každý zvládl slalom, zatáčení, zastavení, osmičku i jízdu vzad. Někdo jel klidným tempem, někdo si zazávodil s jinými bruslaři. Odměnou byl diplom se společnou fotografií i něco na doplnění energie. Za zvládnutá cvičení i další aktivity bruslaři sbírali smajlíky do táborového deníčku, nejlepší sběrači byli odměněni opět něčím na zub-když jsme za celý týden o žádný nepřišli...

Turisté využívali k přesunům zejména své nohy, dále MHD



a vlakovou dopravu (trochu smůla). Naštěstí lanovka na Ještěd jezdila vzhůru. Kam jsme se od pondělí do pátku vypravili? Na Dračí vrch, Fojtku, Ještěd, na překrásný zámek Lemberk a do Jablonného v Podještědí, do Frýdlantu na radniční věž a do wellness, prošli jsme novou naučnou stezkou z Oldřichovského sedla na Skalní hrad. Děti sbíraly do svých táborových deníčků nalepovací berušky a lištičky a turistická razítka. Na účastnickém diplomu mají společnou fotografii na památku na jeden prázdninový týden plný zážitků a našlapaných kilometrů.

Cyklisté trénovali dovednosti na asfaltovém obecním hřišti (paráda-rovinka), výjízdky do přírody byly pro nohy náročnější. Vlak už konečně jezdil, tak jsme z několika výletů mohli přijet vlakem. Někteří z nás jeli i autem. Jak to? Končily poslední minuty táborového dne, když se přímo nad námi rozpoutala očekávaná bouřka. Před blesky nás zachránil nejprve kostel a poté auta rodičů. Vícekrát jsme naštěstí nezmokli, i když bouřek bylo více. Jednu jsme sledovali z wellness ve Frýdlantě, kde skoro hodinu nešel proud, druhou jsme prostáli v kiosku pod Hřebínkem. Ve čtvrtek jsme se projeli ze Stráže až do Hejnic, vodoléčba nohou proběhla ve Stolpišském potoce. Poslední den jsme se svezli po cyklostezce podél Nisy do centra Liberce a vyzkoušeli cyklobus (a koblíhy u Bláhy). Ze sedla Maliníku následoval nejdelší výlet- Kanál s blátem a kořeny, Šámalka, Hřebínek, Olivetská hora, Závory, Radčice, Krásná Studánka, Stráž. Závěrem se zdatným a již unaveným cykloturistům rozdaly účastnické diplomy s fotografií na památku.



I když početně připomínáme spíše plodnější rodinu než příměstský tábor, bez vydatné pomoci Káti, Karla, Klauzie a Magdy by nešlo tábory uskutečnit. Bez zázemí tělocvičny a důvěry rodičů taky ne. Děkuji.

Fotografie najdete na Facebooku Fitness Stráž nad Nisou, také na www.marketa-raabova.cz.

Mgr. Markéta Raabová

DĚTSKÝ TÁBOR

V červnovém občasníku vyšla nabídka na letní dětský tábor v termínu od 14. do 21. srpna 2016 na chatě Stará škola v obci Zásada u Jablonce nad Nisou. Na tomto místě jsme tábor uspořádali již potřetí. Celkem se tábora zúčastnilo 29 dětí ve věku 5 – 13 let.



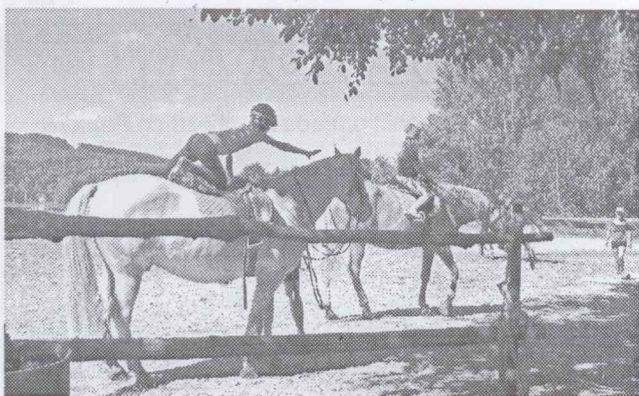
Tématem letošního tábora byly Hollywoodské filmy, takže na děti při příjezdu do tábora čekalo uvítání na červeném koberci a sklenička sektu (samozřejmě dětského). Během tábora děti hrály hry na motivy filmu Shrek, Šmoulové, Doba ledová, Ledové království, Univerzita pro příšerky, Hledá se Nemo, Mimoni a další. Děti si také vyrobily a domů odvezly vyrobeného Mimoně z ruličky od toaletního papíru a Šmoulu z kolíčku na prádlo. Jako na každém táboře byl i celodenní výlet, a to do výletního areálu Pěnčín, kde na děti čekala exkurze do brusírní skleněných perlí. Po obědě si již bez průvodce prošly muzeem zemědělských strojů, podívaly se na zvířata chovaná na farmě a nakoupily dárky pro rodiče.

Celý tábor jsme slavnostně ukončily večer před odjezdem předáním závěrečných diplomů, vyhodnocením celotáborové hry a diskotékou. Dětem i vedoucím se tábor moc líbil a už se všichni těší na příští rok.

Za táborový kolektiv Mgr. Alena Björke (hlavní vedoucí)

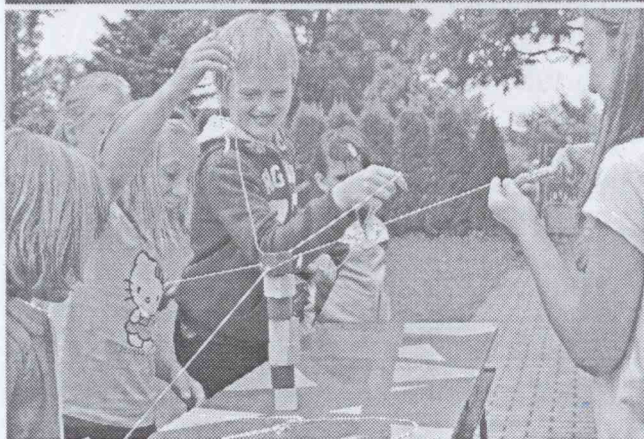
PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY 2016

V týdnu od 22. srpna proběhl v místní základní škole již třetí ročník příměstských táborů volnočasové organizace Musictime. I v letošním roce si děti mohly vybrat ze dvou táborových zaměření, obou se nakonec zúčastnilo přes čtyřicet táborníků. Koňský tábor se denně vydával do jízdní Pražný Dvůr, kde probíhal jezdecký výcvik. Při něm si děti



vyzkoušely jízdu na lonži, klus, cval a akrobacii. Asi půlhodinovou cestu do Machnína jim zkracovaly připravené hry. Koňská tematika prolínala také doprovodný program tábora. Děti si vyrobily a vyzdobily makety koní, se kterými uspořádaly dostihový závod, vytvořily si tričko s vlastním motivem, formou her upevňovaly nové nabyté vědomosti o oblíbených lichokopytnících.

Druhý z táborů se nesl ve znamení soutěží, výzev a hádank. Na motivy francouzské soutěže pevnost Boyard byl pro děti připraven týden týmového soutěžení, jehož cílem bylo získat co nejvíce klíčů potřebných k odemčení sálu s pokladem. Cestou do sálu čekaly na malé soutěžící záluďné hádanky otce Fury, museli zdolat náročné lanové překážky a utkat se s Pánem temnot, jenž neměl v úmyslu vzdát se bez boje. Jejich největším nepřítelem byl však čas, jehož



nebylo nikdy nazbyt. Po odhalení správného soutěžního slova chvíli napětí vydala pokladnice zasloužený poklad. Více fotografií a informací o letních táborech naleznete na www.musictime.cz

Pavel Bernát

25 SEZONA MOŠTÁRNY

Moštárna ve Stráži nad Nisou

Před 25 lety bylo zahájeno moštování ovoce pro zahrádkáře. Mošt je vylisován tradičním způsobem, není upravován, je neslazený. Sediment je důkazem původu nápoje. Ovocná složka tvoří 100 % ovoce, které si zákazník donese. Při tepelném ošetření (pasterizace) se zničí nežádoucí bakterie, ale vitamíny zůstávají neporušeny. Jablečný mošt je elixírem zdraví, jeho konzumace chrání před infarktem a nádor. Štáva obsahuje velké množství fenolických látek, vitamíny C a E, dále pektin snižuje hladinu cholesterolu v krvi. Jablečný mošt nás také osvěží, doplňuje železo a draslík, o které přicházíme pocením těla. Letošní sezona bude zahájena v pondělí 19. září a bude rozšířena o moštování ve středu. Záleží také na dozrání ovoce.

- Moštujeme pouze čisté ovoce
- Do PET lahví nenaléváme
- Za zapůjčení velkého barelu záloha 600,- Kč, za menší 100,- Kč
- Za ovoce uskladněné venku, přepravky a jiné obaly neručíme
- Mošt je vyroben zcela z ovoce doneseného zákazníkem
- Cena 6,- Kč za litr

Pracovní doba

Příjem ovoce: Pondělí 14 – 16 hod.
Středa 14 – 16 hod.
Sobota 8 – 10 hod.

Kontakt: Veškeré informace možno získat na
tel.: 728743485 – Adamec V.
728748455 – Linková J.
605380670 – Novotný I.

Předseda ZO ČZS Stráž nad Nisou F. Holčák
(tel. 704269365)



Územní rada územního sdružení Českého zahrádkářského svazu Liberec
ve spolupráci s
Territorialverband Zittau der Kleingärtner e.V.



Vás srdečně zvou na

18. ročník „Regionální výstavy ovoce a zeleniny“

který se koná ve dnech 19. – 23. října 2016
v Obecním domě ve Stráži nad Nisou
středa až sobota od 10,00 do 17,00 hodin
neděle od 10,00 do 13,00 hodin

Záštitu nad výstavou převzali, pan Josef Jadrný, náměstek hejtmána Libereckého kraje, pověřený vedením resortu životního prostředí a zemědělství a pan Mgr. Karel Jäschke, starosta Stráže nad Nisou.

Představeny budou odrůdy jablek a hrušní, pěstovaných zejména v oblasti Libereckého kraje.

Výstava bude spojena s prodejem konzumních jablek a možností objednávek ovocných dřevin a růží.

Pro zahrádkáře bude k dispozici odborná poradna,

V rámci výstavy bude uskutečněn „TEST ZNALOSTÍ“ pro děti a mládež, ze znalosti semen našich plodin, kde jako odměna bude vlastnoručně ozdobený perníček.

Vstupné dobrovolné

IN-LINE KURZ

Pozvánka na Podzimní sobotní
in-line kurz

pro děti od 5 let, úplní začátečníci
i různě pokročilí

8 lekcí, soboty 10:30-11:30,
asfaltové hřiště ve Stráži

dva instruktoři in-line
základní bruslařské dovednosti
formou her

při špatném počasí tělocvična

500,-Kč za kurz, od 10. září.

Přihlášky a informace:

www.marketa-raabova.cz

tel. 777 567 764

marketa.raabova@seznam.cz

FITNESS A WELLNESS STRÁŽ NAD NISOU

- POSILOVNA, TRX, ROTOPEDY, BĚŽECKÝ PÁS,
- VESLOVACÍ TRENAŽÉR
- SAUNA, VÍŘIVKA, MASÁŽE, FYZIOTERAPIE

- zdravotní cvičení: úterky a čtvrtky 9-10 a 10-11
- Pilates: pondělky, čtvrtky 19-20
- kondiční posilování: pondělky 17-18
- intenzivní posilování TABATA bude na webu
- TRX : středy 19-20
- cvičení pro těhotné úterky 11-12
- cvičení po porodu čtvrtky 11-12

Skupinové lekce se otevírají pro 4-8 klientů. Roční před-
platné 3 000,-Kč, jednotlivé lekce 100,-Kč.

Měsíční permanentka 500,-Kč, studenti 400,-Kč,
jednotlivě 100,-Kč.

Pondělí-pátek 16-19 hodin, další a dopolední hodiny
na webu nebo po tel. domluvě -již v ceně perm.

Individuální tréninky 350,-Kč, tréninky skupin 500,-Kč.

Areál u fotbalového hřiště TJ Sokol Tesla Stráž nad Nisou.

Děkujeme za přízeň. Instruktoři, masérky, fyzioterapeutka.

www.fitness-straz.cz

fitness-straz@seznam.cz

tel. 777 567 764

MASÁŽE

Nabídka masáží , peelingů a zábalů

Klasická sportovní, relaxační

Masáž lávovými kameny

Medová detoxikační masáž

Čokoládová masáž

Masáž plosky nohy – jemná

Masáž Reiki energetická

Kosmetická

Zábaly

Bahenní Rašelinový Skořicový

Medový Čokoládový Pomerančový

Parafínový

Peelingy

Peelingy celotělové nebo problematické
partie

Čokoládový, medový, vanilkový,
mentol, skořice, pivní

Techniky

Míčkování Baňkování Moxování

Dornova metoda

Od září nabízíme cvičení Thaj- ti

- deset základních lekcí

Navštivte nás a nechte se hýčkat

v příjemném prostředí Fitness centra

Stráž nad Nisou

Ceník jednotlivých úkonů

na www.fitness-straz.cz

Objednávky na tel: 723 646 213

studio-adel@email.cz

nebo přímo ve Fitness centru

IČ : 43230156 Kvapilová J.