



NAŠE MĚSTO STOCHOV

3/2015



BUTY

**EXKLUZIVNÍ TŘÍHODINOVÝ KONCERT PRO VŠECHNY FANOUŠKY
A FANYNKY LEGENDÁRNÍ SKUPINY, NA KTERÉM SE NEBUDETE NUDIT!**

DŮM KULTURY STOCHOV Čtvrtek 2. 4. 2015 od 19,00 hod
Naše předprodeje: Pokladna nebo kancelář DK Stochov tel. 312 651 355 nebo
724 929 698, nebo kulturastochov@seznam.cz; Prodejna Hračky – Papír
Komenského nám. N. Strašecí tel. 603 313 480 a Cestovní kancelář SUNRISE
Kladno tel. 312 249 300.

Cena v předprodeji je 260,- Kč v den představení v pokladně 300,- Kč
www.kulturastochov.cz

Cena 3 Kč

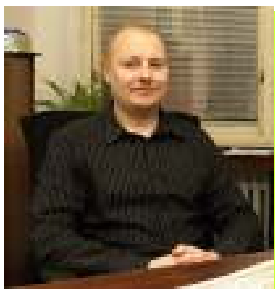
Nejdůležitější body:

- > Z kanceláře místostarosty
- > Anketa
- > Městská policie
- > Krušovický soudek
- > Vítání občánků

Uvnitř tohoto vydání:

Z kanceláře místostarosty	2
Vyhodnocení ankety	3
Třídíme odpad	
Z římskokatolické farnosti	4
Městská policie Stochov	
ZŠ, ZUŠ a MŠ Stochov	5
ITES spol. s r.o	
Inzerce	6
Kulturní zařízení	7
Členská schůze STP	
Futsal Stochov	8
Šachy	
Krušovický soudek	9
Fitness - Kickbox	10
Kamarádi Stochov	11
TJ Baník Stochov	
Vítání občánků	12

Z KANCELÁŘE MÍSTOSTAROSTY



V tomto březnovém vydání měsíčníku Naše město Stochov bych vás chtěl seznámit s novinkami ve Sportovních areálech města Stochova. Rada města na svém pravidelném únorovém zasedání schválila předložený návrh na úpravu mimosezónního ceníku pro sportovní halu.

Konkrétně dochází od 1. 5. 2015 k úpravě cen vybraných sportů směrem dolů, což určitě řada z vás uvítá. Nemusíte však čekat až na okamžik, kdy bude jaro v plném proudu. Již v březnu jsme pro vás připravili akci s názvem „Slevové tornádo“. Podrobnosti nejen této březnové akce jsou zveřejněny na webových stránkách www.sportstochov.cz. Můžete se s nimi však seznámit také v tomto březnovém vydání našich městských novin, na vývěsních plochách ve městě nebo přímo na recepci městské sportovní haly. V rámci zvýšení kvality služeb ve sportovní hale byl zakoupen druhý stojan pro spouštění bowlingových koulí, což využijí především naši nejmenší bowlingoví nadšenci. Těmto nově nabízíme další 6, 7 a 8 librové bowlingové koule. Nesedíte doma, přijďte využít našich akčních cen. Náš tým rád uvítá nové a samozřejmě i stávající sportovce.

*Ing. Roman Foršt
pověřený vedením SAMS*

UPOZORNĚNÍ

ZMĚNA ZÁKONA č. 250/2000 Sb.,

PŘEDPIS č. 24/2015 ZE DNE 20.1. 2015, § 10a-c.

Odsouvají se žádosti o příspěvky organizacím a spolkům do doby vypracování nových zásad.
Informace budou podány co možno v nejkratší době.

Mgr. Miloslava Becherová - starostka města

Galerie 90 - letých

Dne 6. 2. 2015 oslavil 91. narozeniny pan Milouš Kubát a 18. 2. 2015 oslavila 92. narozeniny paní Libuše Černá. K tomuto významnému životnímu jubileu jim popřály starostka města Mgr. Miloslava Becherová a paní Jana Suprunová, Komise pro mládež a seniory.

Ještě jednou gratulujeme a přejeme do dalších let hodně zdraví.

Redakce NMS



SPORTOVNÍ AREÁLY MĚSTA STOCHOVA



SLEVOVÉ TORNÁDO V BŘEZNU

BOWLING

pondělí – pátek (10:00 – 16:00)
za 99,- Kč/hodina/dráha





SQUASH

pondělí – pátek (10:00 – 16:00)
za 99,- Kč/hodina/kurt

**SLEVA 10% na permanentky zakoupené
v měsíci BŘEZNU**

platí pro
SQUASH, BADMINTON, BOWLING

REZERVACE na www.sportstochov.cz, na tel. číslo 312 652 599
nebo osobně na recepci sportovní haly.

INFORMAČNÍ MĚSÍČNÍK NAŠE MĚSTO STOCHOV

3/2015 bylo vydáno ve Stochově dne 9.3. 2015. Povoleno Ministerstvem kultury ČR pod č.j. MKČR - E 13398. Vydavatel: Město Stochov, J. Šípka 486, 273 03 Stochov, IČO: 234923. Chcete se i Vy podílet na tvorbě časopisu NMS? Jste příznivcem kulturního či sportovního spolku nebo jiné organizace? Využijte prostoru v časopisu NMS a pošlete nám své příspěvky, dotazy a připomínky. Děkujeme.

Redakční rada: Ing. Daniela Lišková tel.: 312 651 243 email: stochov@stochov.cz, Jana Suprunová tel.: 312 651 277 e-mail: sekretariat@stochov.cz, Tomáš Baroch tel.: 312 651 355 e-mail: kultura@stochov.cz. Odpovědná redaktorka

Ing. Daniela Lišková. Příspěvky jsou přijímány v elektronické podobě na e-mailové adrese kteréhokoliv redaktora nebo písemně v podatelně MěÚ. Doporučujeme, aby jejich součástí bylo jméno autora včetně kontaktu (e-mail, nebo tel. číslo).

Redakce si vyhrazuje právo nezveřejnit příspěvky, jejichž věrohodnost nelze dohledat. Termín uzávěrky je stanoven na 25. den každého měsíce, do prodeje se časopis dostává obvykle 10. den v měsíci. Příspěvky doručené po uzávěrce budou zveřejněny v následujícím čísle.

VYHODNOCENÍ ANKETY

Vyhodnocení ankety „Bezpečnost ve Stochově“

Po roce město Stochov opět uspořádalo anketu mezi obyvateli města Stochov na téma Bezpečnost ve městě.

Dotazníky byly distribuovány v měsíčníku Naše město Stochov a zájemci si mohli formulář stáhnout na webových stránkách města. Bylo distribuováno cca 2000 dotazníků a zpět se jich vrátilo 88. To vypovídá o zájmu, či spíše nezájmu obyvatel o tuto problematiku. I těchto několik navrátilivších se dotazníků o něčem vypovídá.

Ankety se zúčastnili občané ze všech částí města. Nejvíce jich bylo ze sídliště. Pokud jde o věkové složení respondentů, pak téměř polovina jich byla ve věku 41 – 65 let. A téměř ¾ bylo v produktivním věku 26 – 65 let.

V dotazníku nás nejvíce zajímaly otázky týkající se vnímání Městského kamerového dohlížecího systému (MKDS). Téměř všichni respondenti věděli, že město je monitorováno kamerami Městské policie (98%). Většina respondentů také souhlasí s jeho dalším rozšiřováním (85%), přičemž 76% si přeje rozšíření i do okolí svého bydliště. 75% dotazovaných vnímá MKDS, jako nástroj posílení bezpečnosti města, ale pouze 59% obyvatel se cítí na monitorovaném území bezpečněji.

Jako nejproblematictější skupinu vnímají respondenti mládež, případně jinou skupinu, do které zahrnují tzv. feťáky, opilce a bezdomovce a sociálně nepřizpůsobivé obyvatelstvo.

Nejproblematictější lokalita ve městě, pokud jde o páčání protiprávního

jednání, je dle dotazovaných oblast u Mírového náměstí a poblíž dětského domova. Tuto oblast a pak okolí hřbitova nejčastěji navrhovali na místo, kde by měla být kamera umístěna. Lokalita u dětského domova byla na základě zkušeností Městské policie a Policie ČR vytipována, jako nejvhodnější pro umístění další kamery MKDS.

64% respondentů využilo možnosti a vyjádřilo se ještě slovně. Většinou poukazovali na to, že kamerový systém není samospasitelný a musí být doplněn prací městské policie. Dále poukazovali na konkrétní problémy, které je trápí v okolí jejich bydliště. V některých případech se bohužel ukázalo, že občané mají zkreslené představy o možnostech městské policie, několik respondentů dokonce volalo po větším používání pendreků či po zavedení pomocné stráže VB.

V porovnání s šetřením, které se uskutečnilo před rokem, se podstatně zvýšila informovanost obyvatel o kamerovém systému. Na druhou stranu se nepatrně snížil pocit bezpečí na monitorovaném území. Především se však potvrdilo, že občané souhlasí s monitorováním města pomocí MKDS a podporují jeho další rozšiřování.

Ráda bych poděkovala všem, kteří se do ankety zapojili a věřím, že příště bude účast ještě větší.

Zpracovala Ing. Sylva Filipová

TŘÍDÍME ODPAD

Vážení spoluobčané,

v souvislosti s novelou zákona o odpadech bylo nutné provést novelu obecně závazné vyhlášky (OZV) o stanovení systému shromažďování, sběru, přepravy, třídění, využívání a odstraňování komunálních odpadů a nakládání se stavebním odpadem na území města Stochova. Novela č. 229/2014 obsahuje několik změn, přičemž nejdůležitější z nich, která se přímo dotýká obcí a měst, kterým stanovuje povinnost zajistit místa pro oddělené soustředování složek komunálního odpadu, minimálně nebezpečných odpadů, papíru, plastů, skla, a nově kovů a biologicky rozložitelných odpadů. Kovy již nyní můžete odkládat ve sběrném dvoře v Technických službách v Honicích a to pondělí – pátek v letním období (duben-říjen) - 6,00 - 14,30 hod, v zimním období (listopad- březen) - 7,00-15,30 hod. U bioodpadu povinnost zajistit oddělené soustředování platí každoročně vždy v intervalu duben až říjen. I tento odpad bude možné odkládat ve sběrném dvoře.

Plné znění Obecně závazné vyhlášky 1/2015, která tuto problematiku upravuje, naleznete na úřední desce a na stránkách města www.stochov.cz. Nově jsme pro občany připravili mapu s aktuálním rozmístěním jednotlivých kontejnerů na tříděný odpad. Tu naleznete na stránkách města v rubrice „Odpadové hospodářství“.

A jen pro připomenutí, jak odpad třídit:

Modrý kontejner je na papír

Žlutý kontejner je na plast

Zelený kontejner na sklo

Červený kontejner na elektroodpad

Zelenočervený kontejner na textil, obuv a hračky

Děkujeme, že třídíte odpad.

Ing. Ivana Dvořáková



Z ŘÍMSKOKATOLICKÉ FARNOSTI SMEČNO, PŘI KOSTELE SVATÉHO VÁCLAVA

Velikonoce

Postní doba, která právě probíhá je přípravou na Velikonoce. Ty jsou největšími svátky křesťanů, spjatými s památkou **smrti a zmrtvýchvstání Ježíše Krista, která přinesla světu spásu**. V církvi slavíme Velikonoce jako **svátky vykoupení z hříchu, svátky naděje**, znovuzrozené v dramatu Kristova kříže. Velikonoční slavností Zmrtvýchvstání Páně každoročně vrcholí liturgický rok křesťanů. Základem křesťanských Velikonoc, které představují výchozí a nejstarší bod i obřadní cyklus křesťanství, je biblická zvěst o ukřižování, smrti a zmrtvýchvstání Spasitele Ježíše Krista. Na tuto genezi Velikonoc poukazuje právě i název, odvozený od veliké noci. Tak byla pojmenovaná noc, po níž vstal Ježíš Kristus z mrtvých, noc největšího tajemství v duchovních dějinách.

Velikonocemi vrcholí a také nabývá smyslu biblický příběh o narození a životě Syna Božího. Velikonoční drama Ježíšovi oběti se podle evangelií odehrává na židovský svátek nekvašených chlebů (hod beránka, pesach – židovské Velikonoce). Příprava na Velikonoce začíná na Popelčnické středě. O páté neděli postní (Judica, Smrtná či Smrtelná neděle) se v katolickém obřadu poprvé připomíná Kristova smrt. Šestá postní neděle (poslední) se nazývá Květná (Palmarum) a počíná jí velikonoční Svatý týden (Velký, pašijový týden). Jeho obřady určuje liturgie: podle ní spočívá těžiště Velikonoc ve třech dnech – Zelený čtvrtek, Velký pátek a Bílá sobota. Velikonoce i liturgický rok vrcholí slavností Zmrtvýchvstání Páně na Bílou sobotu (nebo jako noční slavnost vyústí na Hod boží velikonoční).

V průběhu jednotlivých dní Svatého týdne si připomínáme klíčové události za života Ježíše Krista, od vjezdu do Jeruzaléma na Květnou neděli, přes Zelený čtvrtek, kdy Ježíš Kristus ustanovil eucharistii při poslední večeři se svými učedníky a kdy byl zrazen Jidášem a vydán do rukou Piláta, Velký pátek, kdy byl ukřižován, přes ticho Bílé soboty, kdy Pán Ježíš ležel v hrobě až po radost vzkříšení na Velikonoční neděli.

Převzato z www.ceskevelikonoce.cz a upraveno K. Lopatová

Světlo v temnotách (cesta postní doby)

Hluboko ve svém nitru chováme nesmírné bohatství – božský život.

Je třeba prokopat mnoho vrstev, než se k němu dopravujeme.

Jsme konfrontováni s věcmi, jež vypadají na první pohled docela jinak než poklad, který hledáme. Asi nás zaskočí, kolik nepořádku v sobě objevíme. Je důležité si uvědomit, co hledáme, abychom se tváří v tvář tomu, nač případně narazíme, nedali odradit. Hledáme světlo, ale nevyhneme se střetu se svou temnotou.

Dovolíme-li totiž světlu prozářit naše nitro, nutně si uvědomíme své temné stránky. Máme-li upřímnou snahu být dobří a plni lásky, rychle objevíme, kolik v sobě nosíme zla a nelásky. Čím usilovněji se snažíme žít pravdivým životem, tím neúprosněji se přihlašuje o slovo naše nepravdivost. Není třeba se zaměřovat na vyhledávání vlastních chyb. Hledáme-li Boha z celého svého srdce, nedostatky se ukáží samy od sebe. Jde o to nezavírat před nimi oči, ale statečně pohlédnout do tváře jejich ubohosti. Konfrontace s veškerou nečistotou, kterou v sobě nosíme, není zrovna povzbuzující. Přiblíží nás na kříž. Právě ten je ale cestou k ukrytému pokladu. Nezdřímáme se však u své ubohosti, ale upřeme pohled na Boha. Tím pokladem je ON.

Z knihy Wilfrid Stinissen: I dnes je den Boží

Kristus Ježíš, ačkoli má božskou přirozenost, nic nelpěl na tom, že je rovný Bohu, ale sám sebe se zřekl, vzal na sebe přirozenost služebníka a stal se jako jeden z lidí. Navenek byl jako každý jiný člověk, ponížil se a byl poslušný až k smrti, a to k smrti na kříži. Proto ho také Bůh povýšil a dal mu Jméno nad každé jiné jméno, takže při Ježíšově jménu musí pokleknout každé koleno na nebi, na zemi i v podsvětí a každý jazyk musí k slávě Boha Otce vyznat: Ježíš Kristus je Pán.

Flp 2, 6-11

Pravidelné bohoslužby v kostele:

Neděle - 9.30 hodin

Čtvrtek- letní období 18.00

zimní období 17.00

5.3. 2015 – 17:00 – mše svatá za obnovu farnosti s nověnou ke Svatému Václavu

29.3. Květná neděle – 9.30 hodin - mše svatá se svěcením ratoletí

Stále je možné přispívat na probíhající rekonstrukci varhan s možností vystavení potvrzení o finančním daru, které lze uplatnit ke snížení daňového základu u příslušného finančního úřadu.



MĚSTSKÁ POLICIE STOCHOV

Z rádků městské policie

Díky kamerovému systému a místní znalosti se podařilo městské policii dohledat skupinu dealerů nabízející našim občanům levnou energii. Při kontrole a následném ověření bylo zjištěno, že průkaz k oprávnění jednoho z nich není platný, čímž se dopouštěl protiprávního jednání.

Agresivita této skupiny neumožnila využít oprávnění strážníka městské policie k jeho předvedení, a proto byla na místo přivolána hlídka OO PČR Stochov. Osoba a celý případ jí byl předán na místě. Chceme touto cestou upozornit a varovat naše občany na obezřetnost, v případě kontaktu s těmito osobami nabízející podomní prodej. Současně budeme iniciovat úpravu vyhlášky, která by tento prodej umožnila jen s povolením městského úřadu.

Zdeněk Zaspal, vedoucí strážníků MP Stochov

ZÁKLADNÍ ŠKOLA, ZÁKLADNÍ UMĚLECKÁ ŠKOLA A MATEŘSKÁ ŠKOLA STOCHOV

Zápis do 1. tříd

Ve dnech 16. a 17. ledna 2015 proběhl ve 2. pavilonu ZŠ zápis do 1. tříd ZŠ pro školní rok 2015/16. Budoucí prvňáčci přicházeli za doprovodu rodičů natěšení plnit zadané úkoly. Většina zvládala poznat barvy, orientovat se v daném prostoru, poznat geometrické tvary, přednést báseň či zazpívat písničku.

Požadavky na "školní zralost" zvládlo 63 dětí, které zasednou ve dvou prvních třídách. 6 dětí bude mít odloženou školní docházku o jeden rok.

Školní rok 2015/2016 začíná v úterý 1. září 2015.

Mgr. Hana Doušová, zást. ředitele školy



ITES spol. s r.o.



ZÁPIS
DO MATEŘSKÉ ŠKOLY STOCHOV
J. Šípka 202 a J. Šípka 347
PRO ŠKOLNÍ ROK 2015/2016
se koná v úterý 24. března, ve středu
25. března a ve čtvrtek 26. března 2015
od 13.00 hodin do 16.00 hodin
v budově základní školy
/hlavní budova /.
Rodiče předloží rodný list dítěte a svůj
občanský průkaz.

Ve čtvrtek 19. března 2015 od 13.00
hodin do 16.00 hodin se uskuteční
v budovách mateřské školy
„Den otevřených dveří“.

Vážení nájemníci,

jak jsem uváděl již v předchozích příspěvcích, byla během měsíce února uvedena opět do provozu kogenerační jednotka na kotelně K1. V měsíci lednu, před uvedením do provozu, jsme zrealizovali úpravu rozvodny VN, abychom již nemuseli z tohoto důvodu provoz kogenerační jednotky přerušovat. Původně jsme uvažovali i o provedení výměny odtahových komponentů při této odstávce, ale toto se ukázalo jako nereálné, vzhledem k náročnosti na čas a technické zajištění. Výměnu části odtahové cesty tedy provedeme při další plánované odstávce v průběhu jarních měsíců. V duchu zákonné normy jsme, ve spolupráci s odbornými firmami, nechali provést autorizované měření množství a složení zplodin, které jsou provozem kotlen (plynové i uhlé) uvolňovány do ovzduší. V obou případech se naměřené hodnoty pohybují hluboko pod spodní hranici povolených limitů a ovzduší, ve Stochově a okolí, tedy není provozem kotlen znečišťováno. V souvislosti s popsáním měření jsme provedli rovněž měření hlukové zátěže, která vzniká provozem kotlen. Výsledky tohoto měření zatím nejsou k dispozici, budu vás o nich informovat v některém z dalších vydání tohoto měsíčníku a na webu města.

Foubík Ladislav, vedoucí provozu Stochov ITES spol. s r.o.

PODĚKOVÁNÍ

Děkujeme všem hodným lidem, kteří se finančně zapojili do Tříkrálové sbírky a ochotně tím podpořili dobrou věc. Moc si toho vážíme.

Lucie Valušová, MUDr. Markéta Voborská, Sam, Honza, Kuba

Děkuji paní Lucii Valušové za uspořádání Tříkrálové sbírky i všem, kteří přispěli. Výtěžek použijeme v rámci našeho projektu "Právo umírat bezbolestně" na nákup léků, které pomohou od bolesti těžce nemocným pacientům Hospice sv. Jana N. Neumanna v Prachaticích.

Hana Haráková předsedkyně správní rady nadačního fondu Umění doprovázet

Děkuji paní starostce a městskému úřadu za blahopřání k narozeninám.

Jan Feierfeil

Děkuji paní starostce a paní Staňkové za přání k mým narozeninám.

p. Tundrová

Děkuji městskému úřadu za milé blahopřání a dárky k mým narozeninám.

Marie Rousová

Děkuji paní starostce Mgr. M. Becherové a Městskému úřadu Stochov za blahopřání k mým narozeninám.

Libuše Janejová

Děkuji městskému úřadu a paní starostce Mgr. Miloslavě Becherové za blahopřání k mým narozeninám

Bedřich Hrabák

Děkujeme touto cestou za blahopřání a dárek k narozeninám, a to městskému úřadu, starostce Mgr. Miloslavě Becherové a Komisi pro mládež a seniory.

Jarmila a Miroslav Vodičkoví

Děkuji paní starostce a paní Mgr. Doušové za blahopřání a dárek, který mi předaly při příležitosti mých osmdesátých narozenin.

Karel Herink

REKLAMY A INZERÁTY

LÉKÁRNA NA NÁMĚSTÍ VE STOCHOVĚ

oznamuje, že je možno i v tomto roce možnost získat PRŮKAZ, který opravňuje pacienta k uplatnění **slevy 10% z celkové výše doplatku na recept.**

Tento průkaz mohou uplatnit rodiny s dětmi, důchodci, studenti a chronicky nemocní lidé. Slevy se nevztahují na antikoncepci.



Tento průkaz je možné vyzvednout v Lékárně Na Náměstí Mírové Náměstí 261 ve Stochově.

Staré průkazy se průběžně vyměňují za nové s platností 12/2016.

Otevírací doba
Po-Pá 7.30 - 17.30
So 8.00 - 11.00

!!! STŘECHY!!!

VLADIMÍR SKOŘEPA

U Stadionu 364, 273 03 Stochov.

Pokrývačské, klempířské

a tesařské práce, montáž střešních oken

a světlovodů. Tel.: 603 109 219, 605 858 983

E - MAIL: VLSKOREPA@CENTRUM.CZ



WÜSTENROT - úvěr ze stavebního spoření

chcete modernizaci, rekonstrukci bydlení?
Peníze předem-účty, faktury dokládáte do 6 měs.
i doklady max. 12 měsíců staré!! Lze dodat!!

Chcete koupit auto?-i to jde!!

Do 900 tis. Kč bez zajištění nemovitosti.

Po-ne volejte : 777 756 766, jsem tu kousek od Vás!!

Jana Kolmanová - odborný finanční poradce

Kačice



Relaxační centrum

Oáza klidu Stochov s.r.o.

specialista na léčebné masáže a psychické terapie

MASÁŽE - KOSMETIKA - PEDIKÚRA - PSYCHOTERAPIE



Děkujeme všem klientům za velký zájem o naše služby. Za leden až duben 2014 jsme díky Vám - spokojeným klientům, navýšili počet zákazníků měsíčně o 31 %.

Jme rádi, že naším společným cílem je kvalitně provedení odborné práce. Kvalitní procedurou Vám tak prodloužíme interval návštěv, díky kterému v konečném důsledku ušetříte své finance i čas. Souhlasíte-li, přijďte si nás vyzkoušet.

Z toho důvodu si můžeme dovést rozšířit náš tým terapeutů. **Hledáme proto dva masážníky - terapeuty** pro dlouhodobou spolupráci. Podmínkou je základní masérský kurz a příjemné vystupování. Pro přijetí do prac. poměru je nutné absolvovat náš náročný terapeutický výcvik se základy psychologie a alternativní medicíny. Zájemci o pohovor volejte 603 479 120.

Recepty na pracovní dobu:

pondělí až pátek 8:00 - 21:00 hodin
sobota 8:00 - 15:00 hodin

Telefon: 603 479 120

Oáza klidu Stochov s. r. o.
J. Šipka 488, Stochov

web: www.oaza-klidu.cz
e-mail: oazaklidu@gmail.com

ELEKTROINSTALACE

BEKIVO



Dodáváme, montujeme

- * Elektrické kotle
- * Přímotopné panely
- * Elektrické přípojky
- * Kompletní rozvody
rodinných domků
a průmyslových hal
- * Regulace ekvitermní,
prostorové domácí
telefony a videotelefony
- * Zabezpečovací systémy
objektů
- * Revize

36 měsíců záruka

F. Bečka	J. Kindl	M. Vodička
312/244089	312/658202	312/651893
602/155815	606/823732	602/332279

fax: 312244089

e-mail: bekivo@volny.cz



Nabízí tyto práce:

Opravy osobních automobilů
a dodávek

Opravy motorů

Opravy karosérií včetně
lakování

Auto-elektrika – prodej
baterií – TAB

(již od 1080,- Kč) s dvouletou
zárukou

Oprava startérů

Opravy hlav motorů

Prodej náhradních dílů na vozy
tuzemské i zahraniční

Prodej náhradních dílů Elit
Příprava automobilů na STK
včetně vyřízení

Nová služba: prodej a servis
pneu

Tel.: dílna – 312 651 207

Mobil: 602 327 946

Adresa: ul. Osvobození 524
273 04 Stochov (u kostela)

KULTURNÍ ZAŘÍZENÍ MĚSTA STOCHOV


Stochov
 kulturní přehled






WWW.KULTURASTOCHOV.CZ

DIGITÁLNÍ KINO 2D BŘEZEN DOLBY DIGITAL 7.1 J. Šipka 486, Stochov

2.3.	19:00	pondělí	PADEŠÁT ODSŤINŮ ŠEDI	erobický film USA	120 Kč
4.3.	19:00	středa	FOTOGRAF	film ČR	100 Kč
5.3.	19:00	čtvrtek	KOBRY A UŽOVKY	drama ČR	120 Kč
8.3.	19:00	neděle	FOCUS	krimi komedie USA	90 Kč
9.3.	19:00	pondělí	ŽENA V ČERNÉM 2 : ANDĚL SMRTI	horor USA	120 Kč
11.3.	17:00	středa	ASTERIX : SÍDLIŠTĚ BOHŮ	animovaný FR	110 Kč
13.3.	19:00	pátek	GHOUL	temný thriller ČR	120 Kč
16.3.	19:00	pondělí	MORTDECAI : GRANDIÓZNÍ PŘÍPAD	akční komedie USA	100 Kč
20.3.	19:00	pátek	CHAPPIE	film USA	120 Kč
23.3.	19:00	pondělí	AMERICKÝ SNIPER	akční film USA	100 Kč
27.3.	19:00	pátek	VYBÍJENÁ	komedie ČR	120 Kč
29.3.	17:00	neděle	KONEČNĚ DOMA	anim. so-fi USA	110 Kč

KULTURNÍ DŮM Tel. : 312 651 355, 724 929 698 e-mail : kultura@stochov.cz

15.3. neděle	Taneční odpoledne	14:00	50 Kč
Foyer DK	Pořádá ČČK s partnery. Tradiční odpoledne s hudbou Happy Band. Tombola, občerstvení.		
19.3. čtvrtek	RECITÁL - KAREL BLÁHA	18:00	100 Kč
Foyer DK	Klubový večer se sólistou Hudebního divadla v Karlíně. Přijďte si poslechnout nestárnoucí melodii a stravit příjemný večer při svíčkách a dobrém víně. Stolová úprava, občerstvení po celou dobu recitálu.		
22.3. neděle	MICHAL K SNÍDANI	15:00	165 Kč
Velký sál DK	Nový zábavní pořad pro děti s Michalem Nesvadbou.		
26.3. čtvrtek	FURLUFTDURCHTOUR	19:00	180 a 250 Kč
Velký sál DK	Nový zábavní pořad ZDENKA IZERA a ŠÁRKY VAŇKOVÉ.		
31.3. úterý	DO LOŽNICE VSTUPUJTE „JEDNOTLIVĚ“	19:00	250 a 300 Kč
Velký sál DK	Divadelní společnost HÁTA Praha. Vynikající komedie, která vás dostane! Hrají: Lukáš Vaculík, Adéla Gondíková, Mahulena Bočanová, Ivana Andrlíková, Kamila Špráchalová, Filip Tomša, Zbyšek Pantůček a další.		

PŘIPRAVUJEME PRO VÁS NA DUBEN

2.4.	BUTY – exkluzivní koncert – poprvé na Stochově!
16.4.	Marek Vašut – one man show
22.4.	KŠANDA – divadelní komedie s Jaroslavem Sypalem v hlavní roli
27.4.	MIROSLAV DONUTIL

Předprodej vstupenek
 Kancelář a pokladna DK Stochov : J. Šipka 486, Stochov, Tel. : 312 651 355, 724 929 698
 - rezervace vstupenek na e-mailu : kulturastochov@seznam.cz
 Cestovní agentura Sunrise : Váňova 576, Kladno, tel. : 312 249 300
 Prodejna Papír – hračky : Komenského nám., Nové Strašecí, tel. : 603 313 480

www.kulturastochov.cz www.stochov.cz www.divadla.cz www.kana.365dni.cz

MS ČERVENÉHO KŘÍŽE VE SPOLUPRÁCI S MĚSTSKÝM ÚŘADEM A PARTNERY POŘÁDÁ **POSEZENÍ S PŘÁTELI**

Dne 15. 3. 2015
od 14,00 do 18,00 hod.
v předsálí KD Stochov.
Přijďte se pobavit,
zatančit si a zazpívat
s HAPPY BANDEM.
Tombola vítána.
Vstupné 50,-Kč

VZPOMÍNKA



Dne 5. dubna uplyne 5 let, co nás navždy opustila naše maminka Alena Majerčíková. Kdo jste ji znali vzpomeňte s námi.

Synové s rodinami

Dne 21.3. 2015 uplyne 5 let od chvíle, kdy navždy odešel můj manžel Karel Svoboda. Vzpomeňte s námi.

Lenka Svobodová

Informace o konání členské schůze STP v ČR, m.o. Stochov

Dne 28. 1. 2015 se, v kinosále Domu kultury Stochov, konala, již po několikáté, výroční členská schůze STP, m. o. Stochov. Schůze se zúčastnilo 120 osob, z celkového počtu 221 registrovaných členů. Pro všechny bylo v úvodu schůze připraveno malé pohoštění. Jako host přijala pozvání starostka MÚ Stochov p. Mgr. Becherová a předsedkyně KV STP Praha p. Radoměřská.

Na programu jednání bylo především zhodnocení činnosti organizace v uplynulém roce. Týkalo se, jak průběhu rekondičních pobytů, klubové činnosti i ostatních aktivit organizace. Přítomní byli také seznámeni se zprávou revizní komise, která obsahovala informace o hospodaření a výsledky jednotlivých kontrol provedených v průběhu roku 2014. V rámci diskuse vystoupila se svým příspěvkem paní starostka Mgr. Becherová a paní Radoměřská. Velice nás potěšilo jejich pochvalné hodnocení činnosti.

Na závěr tohoto příspěvku bych chtěla ještě jednou poděkovat všem, kteří se na naší práci a potažmo na našich úspěších podíleli a zároveň oslovit ty, kteří by rádi rozšířili naše řady a nebo se jenom zúčastnili některých z našich aktivit.

Marie Staňková, předsedkyně STP, m.o. Stochov





FUTSAL STOCHOV

Stochovské Arvato ztrácelo s týmy ze dna tabulky

Únorové duely se nejlepšímu stochovskému celku příliš nevydařily. Přitom se stochovští utkali s celky z úplného dna tabulky, dokázali však porazit pouze rezervní celek kladenského Celticu. S posledními Kralupy i předposledními Slabci vydolovalo Arvato pouze remízy, v souboji o sedmou příčku pak stochovští prohráli v duelu s Rekreaou Třtice.

Rekrea Třtice – FC Arvato Stochov 2 : 0 (1 : 0) Branky: Vajnar, Urbanovič. Rozhodčí: Chadima, Šauer. 60 diváků.

AFC Celtic Kladno „B“ – FC Arvato Stochov 2 : 5 (1 : 2) Branky: Vašák, Malý P. – Kuthan 2, Kedroň Mk., Schrödl, Fonod. Rozhodčí: Chadima, Šauer. 10 diváků.

FC Arvato Stochov – TJ Slabce 2 : 2 (0 : 1) Branky: Fonod 2 – Vician, Černý. Rozhodčí: Douda, Šauer. 50 diváků.

FC Arvato Stochov – Jiko Kralupy n.Vl. 5 : 5 (3 : 3) Branky: Kapr, Kos, Kuthan, Zach, Schrödl – Ouřada 2, Lébr 2, Slavkovský. Rozhodčí: Kalík, Douda. ŽK: Kuthan, Zach, Schrödl (vš. Arvato). 60 diváků.

Šanci na účast ve finálové skupině nejnižší okresní soutěže mají dva stochovské celky

Naplnlo zabodoval během února v nejnižší okresní soutěži stochovský FK, čímž posílil svou naději na účast v tříčlenné finálové skupině, kde se bude hrát o dvě postupová místa do OS I. třídy. Především výhra v derby s Meteorem borce FK určitě potěšila, ostatní výhry byly víceméně povinné. Střelecky tým táhne především nejlepší střelec celé soutěže Jakub Mašek. Dařilo se i druhému zkušenému týmu FC Stochov, který si na své konto v únoru připsal tři výhry a jedinou remízu s Horním Bezděkovem. To byla spíše ztráta, kterou však vyvážilo vítězství nad, do té doby, druhým celkem tabulky Buštěhradem. Toto vítězství pak i borce FC Stochov nadále drží ve hře o postup do finále. Proměnlivé výkony předváděli borci Meteoru, kteří prohráli v derby s FK i duel se zkušenými futsalisty Velké Bukové, plný počet si připsali po měření sil se Stehelčevsi a Bratronicemi.

1. FC Horní Bezděkov – FC Stochov 2 : 2 (1 : 0) Branky: Linc Rm., Procházk – Burle, Matoušek. Rozhodčí: Hovorka, Hradecký. 50 diváků.

Jafrá FK Slaný – FC Stochov 1 : 2 (0 : 1) Branky: Krček – Kočí 2. Rozhodčí: Hovorka, Svoboda. ŽK: Bardoň (Jafrá). 60 diváků.

FC Stochov – Blevice 73 3 : 0 (1 : 0) Branky: Kočí, Vorbach, Burle. Rozhodčí: Šauer, Kalík. ŽK: Krejčík (Blevice). 100 diváků.

FC Stochov – FC Hornets Buštěhrad 2 : 1 (0 : 1) Branky: Velc, Kočí – Hrubý. Rozhodčí: Bázler, Šauer. 120 diváků.

FK Stochov – Ceresit Hvězda Kladno 4 : 3 (1 : 1) Branky: Mašek J. 2, Onofrej, Najer – Reichl, Netrefa, Malinský. Rozhodčí: Bázler, Vyhnanovský. 90 diváků.

R.S.C. Čechie Slaný „C“ – FK Stochov 1 : 5 (1 : 2) Branky: Mrština – Mašek J. 3, Pluhař, Jungmann. Rozhodčí: Vyhnanovský, Hovorka. 60 diváků.

FK Kačice – FK Stochov 0 : 7 (0 : 3) Branky: Najer 2, Maudr 2, Mašek J. 2, Jungmann. Rozhodčí: Vyhnanovský, Hovorka. ŽK: Moronga – Najer. ČK: Pluhař (Stochov). 90 diváků.

FK Stochov – Meteor Stochov 6 : 2 (2 : 0) Branky: Mašek J. 3, Najer 2, Smejkal – Hrtan, Pírka. Rozhodčí: Fejfar, Bázler. 100 diváků.

SK Stehelčevs – Meteor Stochov 1 : 2 (1 : 1) Branky: Šubin M. – Krovoza 2. Rozhodčí: Vyhnanovský, Fejfar. ŽK: Šubin M. – Vejražka. 90 diváků.

Meteor Stochov – FC Velká Buková 1 : 6 (1 : 2) Branky: Křtěn – Daniš 3, Zoul 2, Herink. Rozhodčí: Fejfar, Vyhnanovský. ŽK: Vejražka – Daniš. 10 diváků.

Meteor Stochov – TJ Sokol Bratronice 8 : 0 (6 : 0) Branky: Krovoza 3, Křtěn 2, Minichthaler 2, Slezák. Rozhodčí: Hovorka, Fejfar. 40 diváků.

Březnový futsalový program ve SH Stochov:

Středočeský krajský přebor:

Pátek 6.3.2015, 20.30 hodin: TJTZ Atlantic Rakovník – FK VIVA Příbram

Pátek 20.3.2015, 20.00 hodin: TJTZ Atlantic Rakovník – HFK Příbram

Okresní soutěž I. třídy:

Sobota 7.3.2015, 11.55 hodin: FC Arvato Stochov – F.C.B. Švermov

13.05 hodin: FC Arvato Stochov – MCE Slaný „B“

Sobota 21.3.2015, 11.20 hodin: FC Arvato Stochov – Sokol Řevničov

13.05 hodin: FC Arvato Stochov – FC Meiller Slaný

Okresní soutěž II. třídy:

Neděle 8.3.2015, 11.20 hodin: FC Stochov – SK Stehelčevs

11.55 hodin: FK Stochov – AFK Rozdělov

13.05 hodin: FC Stochov – FK Stochov

16.00 hodin: Meteor Stochov – FC Krakove

16.35 hodin: Meteor Stochov – Ceresit Hvězda Kladno

Neděle 22.3.2015, Finálový den – rozpis bude upřesněn po ukončení základní části.

Pavel Nepil



Dobrý den!

Tak nám uběhlo čtrnáct dnů a máme za sebou osmé kolo v regionální soutěži. Bohužel tentokrát se nám zvítězit nepodařilo, takže jsme opět spadli na druhé místo v tabulce. Na první šachovnici pan Červenka uhrál remízu, na druhé pan Kabát sehrál také remízu, na třetí šachovnici Tůma nedokázal soupeři odolat a prohrál, na čtvrtém postu pan Zoula podlehl mladému hráči, a situaci zachraňoval pan Vataha na páté šachovnici.

Konečný výsledek prohry 2 : 3. Hráli jsme v Buštěhradu, s jejich nejsilnějším družstvem, a tak jsme i trochu s tou prohrou počítali. Chybělo však opravdu málo a mohla to být remíza nebo i výhra. Snad příští kolo doma dopadne lépe. Hrajeme opět s družstvem Buštěhradu, tak nám držte pěsti.

Se šachovým pozdravem zdraví Tůma a Zoula

PŘESPOLNÍ BĚH O KRUŠOVICKÝ SOUDEK - 3. část

Bližil se rok 1990, první kulaté výročí a první organizační nepřijemnosti. V tomto roce s námi ukončila spolupráci sportovní komise Dolu Nosek. V této komisi již nepracoval nikdo z nás, kdo by měl zájem PB O krušovický soudek podporovat a navíc, já jsem dlouhodobě onemocněl a na Důl Nosek jsem nedocházel. Po revoluci nastala nová doba. Odbor turistiky zjistil, že z dotací, které budou docházet do Baníku Stochov, případně na turistiku jen velmi malá část. Proto v roce 1991 odbor turistiky z TJ Baník Stochov vystoupil a přidal se k nové samostatné organizaci Klub českých turistů. Bylo však nutné vyhledat nový zdroj financování Krušovického souduku. Povedlo se. Z Baníku Stochov k nám přestoupil oddíl horolezců, který podnikáním na výškových pracích, nám zajistil nemalý finanční obnos. Přihlásili se také stochové podnikatelé a každý dle možností přispěl k velké věci. Ano, Vodoeko Hůla – Pergner, Pergl, Houdek, zednické práce – Krejčí, demolice – Milan Beran, elektromontáže – Karel Beran, administrativa – Jirsa, řezbář a dýmkař – Kedroň, malíř a lakýrník – Zajíc, sklenář – Šmejkal, obchodní činnost – Tůma, lakýrník – Čížek, pomocné stavební práce, ti lidé nám pomohli v nesnázi a opět jsme s radostí připravovali další ročníky. Finanční výpomoc a spolupráce s těmito podnikateli trvala až do roku 1995. V tomto roce, také prvně od roku 1981, se zapojilo město Stochov a od této doby je naším každoročním sponzorem a spolupořadatelem. Došlo také ke změně v pořádání pochodu Krušovický vejšlap. Od této doby se stala tato turistická akce jen záležitostí KČT Stochov. Nikterak to další ročníky nenarušilo a jsou každoročně pořádány, ale s cílem v Lužné. Pochod je stále oblíben, což dokazuje i snímek turistů s transparentem: "Přicházíme zas a znova, na pochody do Stochova."



Nečekaná a velmi nemilá věc nás postihla při přípravě dvanáctého ročníku. Po naší republice se mezi sportovci rozesla fáma, že pivovar Krušovice již nebude nadále přespolní běh O krušovický soudek financovat a pořádat, a proto se dvanáctý ročník nekoná. Vzhledem k tomu, že se toto stalo krátce před přípravou, nebylo již možné tuto lež uvést na správnou míru. Na Stochov se dostavilo pouze 49 závodníků, nejméně od roku 1981. Přišli ty nejnějnější a nejrychlejší z nich byl Jirka Klesnil z Poldi Kladno. Kromě putovní ceny, Krušovický soudek s obsahem 10 l krušovického piva si odvezl i finanční obnos. Od tohoto ročníku jsme přestali závodníkům na prvních třech místech ve všech kategoriích předávat věcné ceny a nahradili je finančním obnosem. Prvně bylo takto předáno 9 000,- Kč. Je neděle 25. dubna 1993. Malá účast z minulého ročníku je zapomenutá. V tento den se dostavilo na Stochov osmdesát čtyři závodníků, z toho pět žen. Mezi nimi byl také reprezentant České republiky Jiří Čivrný ze Slovanu Liberec. Za krásného slunečného počasí a s novými startovními čísly, které nechal zhotovit pivovar Krušovice, se závodníci vydali přes Louštín do Krušovic. Tento 13. ročník PB O krušovický soudek v kategorii A, do 39 let, sice vyhrál již po druhé Jirka Klesnil z Poldi Kladno, ale vítězem se stal Jiří Čivrný z kategorie B 40 – 49 let v novém traťovém rekordu 1:07:02 hod. Překonal tak osm let starý rekord Jana Veselého. Tento výkon je o to cennější, že teploměr při doběhnutí závodníků do cíle ukazoval 24°C. Traťový rekord Jiřího Čivrného doposud nikdo nepřekonal, i když se o to dost výborných závodníků pokoušelo. Další příjemnou zprávou bylo, že nové Zastupitelstvo města Stochova zrušilo nesmyslný zákaz pořádání veškerých akcí v prostorách u památného dubu sv. Václava a od roku 1993 se stalo sponzorem a spolupořadatelem PB O krušovický soudek. Přivítat rozbíhající se závodníky v ulicích města Stochova, ale hlavně na start k dubu sv. Václava přichází i více občanů Stochova a lidí doprovázející účastníky běhu. Na start patnáctého ročníku se dostavili také ředitel pivovaru Krušovice Ing. Václav Kloub a starosta Stochova Ing. Jindřich Sybera. Od tohoto roku je účast zástupců města Stochova na zahájení závodu a vyhodnocení v Krušovicích pravidelná. V Krušovicích dochází také postupně k velké přestavbě pivovaru a změnil se i název - Královský pivovar Krušovice. Společně s městem Stochov jsou stálými sponzory a spolupořadatelé. Každou změnu, která vede k vylepšení závodu, vítáme s velkou radostí. Mezi ně patří i vylepšená finanční dotace od sponzorů. Další radostnou událost připravil Královský pivovar Krušovice. V sedmnáctém ročníku vyměnil dosavadní putovní cenu, dřevěný, deseti litrový soudek za kovový, s obsahem 30 l dobré krušovické dvanáctky. Dřevěný soudek, který si od roku 1982 až do roku 1997 předávali vítězové závodu, byl vedením Královského pivovaru věnován V. Čížkovi, jako zakladateli přespolního běhu O krušovický soudek. Ano, soudek je uložen na viditelném místě mého bytu, a je používán na propagaci závodu. Každým rokem vítá závodníky v Krušovicích velká slavnobrána a krásně vyzdobené nádvoří s občerstvením. Závodníci po vykoupání a převléknutí pospíchají zasednout do lavic a při dobrém pivečku a za zvuků kapely zpívají, známé písně, které jsou slyšet velmi daleko. Takto vyčkávají, až rozhodčí oznámí, že vše je připraveno k vyhlášení výsledků. Fanfáry oznamují všem, že před vyhlášením vítězů zazní hymna Krušovického souduku. Všichni účastníci berou do rukou partesy a vesele zpívají: „Krušovický soudek je jen jeden, každoročně v dubnu na něj jedem, jedem za ním do Stochova, schází se tu parta velmi dodrá..... atd. Toto se na nádvoří pivovaru Krušovice opakuje každým rokem. Proto snad se tento závod zapsal do srdcí tolika lidí, kteří milují sport a rádi se pobaví. Jeden ze závodníků nám napsal: „Krušovický soudek a v něm dobré pivo, putovní cena pro ty, co mají v těle živo. Já běžel jsem dost rychle, aspoň si to myslím, o tobě Krušovický soudku, stále jen přemýšlím“. Ano, dovedu si představit, tohoto běžce, jak sedí po závodě spokojeně na nádvoří, popijí dobré krušovické pivo a při předávání putovní ceny vítězi závodu, ho napadají takovéto myšlenky.

Připravoval se poslední ročník s jedničkou na začátku roku, konec tisíciletí. Čekala se velká účast, protože žádosti o zaslání propozic, přicházely daleko předem. V září se běžel Kladenský maraton a po jeho absolvování mne vyhledalo několik předních závodníků a dotazovalo se na náš Krušovický soudek. Po příjemném rozhovoru přislíbili účast. Neklamali a skutečně se dostavili. Mezi rozbíhajícími závodníky v ulicích města Stochova bylo mnoho nováčků, ale také přední reprezentanti České republiky v čele s několikanásobným účastníkem mistrovství světa do vrchu a medailistou běhu na dráze Zdeňkem Důbravčíkem z Baníku Stříbro. Přijel i Zdeněk Dostál ze stejného oddílu a mnoho dalších závodníků stejných kvalit. Celkem se na startovní čáře u dubu sv. Václava sešlo rekordních 110 závodníků. Bylo mezi nimi i dvanáct žen. Nejlepší z nich byly reprezentantky Petra Havlová, Olymp Praha a Karla Mališová z USK Praha. Závěrečného vyhodnocení a předání cen se zúčastnil i ředitel Královského pivovaru pan Ing. Pavel Gregorič, za přítomnosti bývalého ředitele a zakladatele Krušovického souduku pana Jaroslava Máši, dále pak pana Fencle a zástupců města Stochova. Na závěr krátké besedy s představiteli pivovaru prohlásil pan Fenc: „V roce 1981 jsme se rozhodli uspořádat přespolní běh O krušovický soudek. Udělali jsme velmi dobrou věc, je to krásný závod, dobře organizovaný a o propagaci krušovického piva ani nemluvě.“

Poslední ročník v tomto tisíciletí se opravdu vydařil. Na sobotu 8. 5. 1999 byl připraven i 19. ročník Krušovického vejšlapu, který byl stejně úspěšný jako přespolní běh. Tento pochod navštěvuje stále velké množství turistů, kteří se na různých dlouhých trasách vydávají chatovou oblastí u Buckého rybníku, přes Louštín a Krušovice na nádraží do Lužné. Je mezi nimi i parta stochovských turistů, účastníků prvního ročníku. Na hrudi se jim lesknou pamětní medaile, které obdrželi na památku právě na této akci v roce 1981. Takto pochodují každým rokem a doposud nevynechali ani jeden ročník. *Pokračování příště.*

Václav Čížek



FITNESS - KICKBOX

SPORT
HALA



SPORT VE MĚSTĚ

Sport Hala Stochov - 774 339 449 info 777 828 656

www.fitness-kickbox.cz

Zdravíme všechny přátele (i nepřátele) sportu!

Tááák, krizový měsíc pro věčně začínající sportovce je za námi a my musíme s uspokojením konstatovat, že spousta nových cvičenců :) vydržela a rozšiřuje řady „závisláků sportovních“. Jen tak dál !!!

Minule jsme nakousli téma – „bolesti zad“ – ať sportovců nebo nesportovců. Přidáváme tedy pár praktických rad:

- **tělo není stroj, vyměnit lze jen některé části (např. kyčelní klouby), páteř vyměnit nelze :(**

- s narůstajícím věkem se páteř opotřebovává a tomuto opotřebování je nutno se přizpůsobit (ve dvaceti je fungující organismus samozřejmě, ve třiceti je toto často obvyklé a po čtyřicítce je pro některé mnohdy obtížné i vstát z postele - určité potíže se nevyhnou nikomu, jen se jim zbytečně nepoddávat !!!)

- **v životě není nic zadarmo – na vlastní tělo, aby nebolelo a vypadalo podle našich představ, je nutno vydat hodně úsilí a i něco peněz**

- **nejjednodušší prevencí a zároveň i lékem je - správné držení těla** (správně stát a sedět při všech běžných činnostech) **aktivní život, zdravý životní styl a být v pohodě :) což znamená – hýbeme se** (nehýbání se vede k ochabnutí svalstva) – **udržíme si váhu** (nadbytečná kila zatěžují organismus, důsledkem jsou bolesti kloubů a páteře) – **posilujeme celý den** (s výjimkou hlubokého spánku lze posilovat a protahovat svalstvo neustále; drobné úklony hlavy děláme při psaní na PC, hýžďové svaly stahujeme při čekání na autobus a nácvik správného dýchání nenaruší ani naše řízení vozidla J)... a jen na okraj - vzhledem k všeobecné počítačové mánii doporučujeme už teď kontrolovat sezení či spíše hroucení dětí u tabletů, počítačů, herních konzolí apod., bolesti zad u dětí už bohužel nejsou výjimečnou záležitostí...

Dost bylo rad a návodů. Jsou to dobře míněné rady pro nás všechny, kteří ještě chceme a můžeme cokoli ohledně páteře zlepšit a uchovat v normě. Popřejme si tedy všichni hodně štěstí a pozor: všechny tyto výše zmíněné věci je nutno dodržovat a provádět opakovaně, dlouhodobě, nejlépe stále, jinak nemají valného významu!!!

Nezbytnou součástí navození správného stereotypu držení těla je aktivace tělesného jádra – CORE – středu těla.

Jak na to? Většina z nás prosedí přinejmenším půlku života. Moc nad tím nepřemýšlíme. Já sedím, on sedí, všichni sedíme. Ať už sedíme za stolem, ve školní lavici, v autě nebo za kasou, záda nás dříve nebo později začnou bolet. To není výhrůžka, to je bohužel realita. Dobrá zpráva však je, že se s tím dá správným cvičením něco dělat. Začneme svalem, který je ve středu zájmu mužů i žen J přímý sval břišní J znám jako six pack, břišní pekáč, břišáky... napíná se mezi hrudní kostí a stydkou kostí v pánvi; tento sval pomáhá při ohýbání páteře a také nám pomáhá s výdechem. Pozor, není součástí hlubokého stabilizačního systému páteře (HSSP), kam patří příčný břišní sval, ale k tomu se dostaneme třeba příště J. Jak tedy vymakat ty naše břišáky? Už před desítkami let se nejen na základní škole cvičily takzvané mrtvé cviky na břicho, a je tomu tak dodnes. Jedná se o cviky typu sklapovačky, sedlehy atd., nic proti nim, ale **při špatném provedení** a špatně zapojeném hlubokém stabilizačním systému (zjednodušeně řečeno **při chybném dýchání**), vyvolají nežádoucí zatížení jak krční páteře, tak dolní části zad (beder). Stejný problém nás čeká, pokud uvěříme návodům, které se nás snaží přesvědčit, že recept na všemi oblíbený „břišní pekáč“ zní asi takto: 3x denně vstát od stolu, zapnout televizi a začít dělat stovky sedlehy nebo po osmičce v práci sednout do auta a zapadnout do nejbližšího fitka na dvě hodiny sklapovaček.

Ptáte se, co nám takový recept přinese ve skutečnosti? **Místo vymakaného břicha nadměrně aktivujeme bedrokyčlostehenní sval (m. iliopsoas), který silně tlačí na meziobratlové ploténky, o kterých jste již jistě slyšeli přinejmenším v kontextu spojení „vyhřezlá ploténka“.** Pokud tedy cvičíme nesprávně a nárazově, je jen otázkou času, kdy nás začnou bolet záda nebo nám vyhřeznou meziobratlové ploténky. **Poradte se s námi :) „Chceme žít, chceme být zdraví, ale jen málokdo je ochoten pro to něco udělat.“ Tak tohle už pro nás neplatí, ne? Co je to vlastně ten KICKBOX?, slýcháváme často ... tak tady je odpověď:**

moderní bojový sport, který vychází z tradičních bojových stylů a používá obdobné kopy jako karate a údery známe z boxu - je vhodný pro muže i ženy - máme komerční i soukromé hodiny pod vedením špičkových trenérů - vyučujeme všechny styly závodního kickboxu (SEMI – LIGHT – FULL CONTACT, LOWKICK, K1 a FREESTYLE KARATE), ale kickboxu se můžete věnovat i jen jako kondičnímu sportu :) TĚŠÍME SE NA VÁS :).

Tak, vážení přátelé (i nepřátelé) sportu, TĚŠÍME SE NA VÁS !!! SPORTU ZDAR, KICKBOXU zvlášť za FITKO Carrie. KDO CHCE, HLEDÁ ZPŮSOBY – KDO NECHCE, HLEDÁ DŮVODY. ZAVOLEJTE – napište - SLEDUJTE náš WEB, FACEBOOK, NÁSTĚNKU.



...trénink KICKBOX děti



...trénink KICKBOX pokročilý



...odpočinek po drsném tréninku TABATA



KAMARÁDI STOCHOV

Ukázka spánkové obléčky na pedantu v roce 2015.

Burza jarního a letního dětského oblečení
17. a 18. dubna 2015
v sokolovně na Stochově

Sběr oblečení	PÁ 17. 4.	17 – 19 h
Prodej	SO 18. 4.	09 – 14 h
Výdej oblečení	SO 18. 4.	18 – 20 h

Prodej oblečení probíhá pod registračními čísly, které spolu s dalšími informacemi získáte na:
burza.stochov@seznam.cz

Prosíme vás o přesné dodržování předepsaného vzoru štítků u prodávaného oblečení. Na jedno číslo je možné prodávat 60 ks oblečení.

Jednorázový registrační poplatek 100,- Kč

Registrační číslo prodávajícího: 10
CENA 18
Poplatek číslo a označení

Příměstský tábor
DOBRODRUŽSTVÍ V ZEMI NEZEMÍ
3. – 8. srpna 2015

Blíže informace
peter.pan@seznam.cz
773 309 850

Tábor je určen pro děti od 5 do 10 let.
Čas a místo konání: 9 – 17 hodin (Stochov a okolí + výlety + z pá na so spaní v klubovně)
Počet dětí: 20
Přihlášky a zaplacení: do 30. června 2015
Cena: 1200,- Kč

PETER PAN A VILA ZVONILKA

petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850
petr.pan@seznam.cz	773 309 850

Tělovýchovná jednota Baník Stochov - oddíl kopané



V únoru začaly přípravy jednotlivých mužstev TJ Baník Stochov na jarní část fotbalové sezóny.

Jako první s přípravnými utkáními začali muži, kteří mají pro jarní část velmi těžkou pozici, na jaře je čeká boj o udržení v Okresním přeboru.

TJ Sokol Nové Strašecí (st. dorost) – TJ Baník Stochov 3:4 (1:3)

Branky: Lavička, Burle, Šubin, Hájek

V našem prvním přípravném utkání jsme otestovali dorostenecké mužstvo TJ Nového Strašecí, hrající krajský přebor dorostu, což je třetí nejvyšší soutěž v této kategorii. Na umělý povrch měli trenéři k dispozici 17 hráčů. Začátek utkání vyzněl lépe pro nás a v nejlepší možné sestavě jsme se rychle ujali dvoubrankového vedení, ve 14. minutě se krásně trefil J. Lavička a o 8 minut později D. Burle. V polovině prvního poločasu došlo k prostřídání našich hráčů a strašečtí mladíci se začali také čím dál více prosazovat a zaměřovat naši obranu a brankáře. Ve 38. minutě nás domácí potrestali brankou po nedůsledném bránění. V samém závěru prvního poločasu se prosadil J. Šubin. Vedení mohlo být ještě vyšší, kdyby naši hráči proměňovali vyložené šance, které si připravili, leč trestuhodně je zahodili. Druhý poločas přinesl pohledný fotbal spíše ze strany mladých strašeckých hráčů. Ve 47. minutě dokonale „rozebrali“ naši obranu a snížili na 2:3. Zpět do dvoubrankového vedení jsme se dostali v 53. minutě, když se k odraženému míči probojoval M. Hájek. Poté již plně ovládali hru domácí. V 62. minutě krásnou střelou z 20 metrů snížili na konečných 3:4.

FK Chmel Mutějovice – TJ Baník Stochov 3:1 (1:1)

Branka: Lavička

Druhé přípravné utkání jsme odehráli na UMT Tatraru Rakovník s účastníkem krajské I. B třídy FK Mutějovice. V prvním poločase jsme se soupeřem drželi krok a vypracovali několik slibných situací. Největší spálil v 21. minutě D. Burle, neproměnil samostatný útok. Ve 29. minutě jsme špatně rozehráli náš rohový kop a domácí nás z přecislení potrestali. Vyrovnaní přišlo ve 44. minutě J. Lavička propálil vše, co stálo v cestě. Druhý poločas jsme se od 60. minuty jen bránili a domácí dokonale využili naší špatné fyzické kondice a dvěma brankami otočili vítězství na svou stranu.

Nadále hledáme nové hráče ročníků 2005, 2006, 2007, v případě zájmu nás můžete kontaktovat na tel: 739309134 nebo na e-mail banik.stochov@seznam.cz

Štětina František
předseda klubu

Jsme na webu:
www.stochov.cz

VÍTÁNÍ OBČÁNKŮ

Dne 16. února 2015 se uskutečnilo v obřadní síni Městského úřadu ve Stochov vitaní občánek. Paní starostka Mgr. Miloslava Becherová přivítala mezi občánky Města Stochova 1 chlapečka a 6 holčiček (jména uvádíme se souhlasem rodičů): Františka Štillera, Karolínu Vševidovou, Denisu Ujkovou, Lauru Janu Neužilovou, Adélu Smitalovou, Andreu Kudrnovou a Terezu Olarescovou. Všem ještě jednou touto cestou přejeme hodně štěstí, zdraví a spokojenosti.

J. Suprunová

NMS vydává :



František Štiller



Denisa Ujková



Městský úřad Stochov
J. Šípka 486
273 03 Stochov
Telefon:
(+420) 312 679 111
Fax:
(+420) 312 679 132
E-mail:
stochov@stochov.cz

Foto: Jana Suprunová

Adéla Smitalová



Andrea Kudrnová



Tereza Olarescová



Laura Jana Neužilová



Karolína Vševidová

