



Správná volba!

Od čtvrtka 3. listopadu



Brokolice
500 g - balení
1 kg = 23,80 Kč

Super cena!

11,90



Cherry rajčata
250 g - balení
1 kg = 39,60 Kč

-44%

9,90
17,90

Smetanový jogurt

různé druhy, 150 g,
100 g = 3,67 Kč

-26%

5,50
7,50

**Pečená
masová
sekaná**

500 g,
1 kg = 39,80 Kč

-31%

19,90
28,90

Nabídka zboží platí od 3. 11. do 6. 11. 2011 nebo do vyprodání zásob.
Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace.Finalistka soutěže Era živnostník roku 2011 **Lenka Kožušníková** říká:

Každá žena může být krásná

Haviřovské podnikatelce **Lence Kožušníkové** se podařilo uspět v prestižní soutěži díky rozmanitému a stále se rozvíjícímu provozu ženského fitcentra.

LIBOR PRISTÁŠ

Ikdyž je Lenka Kožušníková mezi podnikateli v podstatě nováček, už se dokázala výrazně prosadit v soutěži Era živnostník roku 2011 Moravskoslezského kraje. Karvinské okresní kolo vyhrála a stala se finalistkou krajského klání.

Vyhrála jste okresní kolo soutěže o podnikatele roku. Co to pro vás znamená?

Ocenění si velice vážím. Jelikož podnikám teprve dva roky, tak jsem ve výraznější úspěch vůbec nedoufala. O to větší bylo potom moje překvapení. Vítězství v okrese a účast v krajském finále, toho si opravdu cením a povzbuzuje mě to do další práce.

Co si myslíte, že rozhodlo o vašem úspěchu?

Porota posuzovala podnikatelské záměry komplexně. Nešlo o ekonomické výsledky, ale o celkovou filozofii, životaschopnost, rozvoj a budoucnost firmy.

Jako byznys jste si vybrala provozování dámského fitcentra. Je to čistě výplod vaší fantazie, nebo jste to někde viděla?

Podnikat jsem začala díky znalostem, které jsem získala během studia na Vysoké škole podnikání v Ostravě. A potom jen stačilo navštívit jedno dámské fitcentrum v Karviné, které nabízelo různé druhy cvičení na strojích. Zájem tam byl tak veliký, že čekací doba byla dva měsíce. A právě tady jsem viděla příležitost.

Řekla jsem si, že určitě není dobré, abychom dojížděly do Karviné a ještě tak dlouhou čekaly. Chtěla jsem proto tuto službu nabídnout v našem městě i havířovským ženám. Jediné, co mě mrzí, je, že teď sama na cvičení nemám vůbec čas.

Začala jste hned s plnou výbavou, nebo jste pomalu firmu rozvíjela?

Provoz Studia Silueta jsme zahajovaly jen se dvěma stroji VacuShape, které slouží k odbourávání přebytečného tuku a celulitidy pomocí chůze v podtlaku, s vibrační plošinou, rekondičními křesly a masážními stroji. Během následujících dvou let jsem pořídila třetí VacuShape, přístroj pro lymfatické masáže, vibrosaunu, běžecký pás, váhu InBody pro analýzu těla a také jsem provozovnu rozšířila o komorní tělocvičnu, ve které momentálně nabízíme rozmanitá skupinová cvičení.

Když jste začínala, počítala jste s takovým vypětím a ziskem?

Určitě jsem to v počátcích neplánovala. Ale o zisku zatím ani nejde až tak hovořit. Stále splácím a dlouho ještě budu splácet úvěr, jednalo se totiž o opravdu velkou investici. Vlastně dodnes to beru hlavně jako službu a poslání. Do tohoto podnikání nejde jít s vídnou rychlého vydělku. Tato práce mě naplňuje, ale bez veliké podpory mě rodiny bych ji určitě nemohla dělat s takovým nasazením.

Jste zaměřená pouze na ženskou klientelu?



LENKA KOŽUŠNÍKOVU úspěch v soutěži povzbudil.
Snímky: Deník/Libor Pristáš

Momentálně ano. Ve studiu máme přístroje, které působí hlavně na ta místa postavy, kde mají problémy jen ženy. Myslím, že takové stroje by mužům nebyly nijak k užítku.

Takže na nezám si nemůžete stěžovat?

To určitě ne. I když v poslední době začala ve městě působit i jiná fitcentra zaměřená pouze na ženy. Naši výhodou je ale nejširší rozsah nabízených služeb. Kromě fitness mohou ženy v našich prostorách najít i výživové poradenství, doplňkový prodej sportovního oblečení a výrobků speciální výživy. Studio je součástí centra, ve kterém jsou poskytovány také kosmetické služby, nehtová modeláž a je vybaveno automatickou kabinou pro zdravé opálení těla. Můžeme

se pochlubit stálou klientelou, která se k nám vrací a chodí cvičit pravidelně. Denně se snažíme uspokojit až sto návštěvnic, které od nás odchází nejen krásnější, ale i šťastnější, což nám přináší největší radost a uspokojení. Myslím si, že každá žena může být krásná, a my jsme tady proto, abychom jim cestu k vysněnému cíli usnadnily.

Jaké máte vize do budoucna?

Jednou bych chtěla otevřít centrum, které bude poskytovat komplexní služby nejen ženám, ale i mužům. Představuji si, že přijde manželský pár a každý navštíví buď specializované oddělení, kde najde pro sebe to potřebné, nebo můžou trávit čas společně. Ale to je momentálně jen hudba budoucnosti.



V ŽENSKÉM centru je nejpopulárnější cvičení na přístrojích VacuShape, které slouží k odbourávání přebytečného tuku a celulitidy pomocí chůze v podtlaku.

Francouzský filmový komik Pierre Richard přiveze do Prahy své víno

Praha – Francouzský herec Pierre Richard, proslulý mj. jako Velký blondýn s černou botou, se vrátí do Čech. Stráví v Praze 7. a 8. listopad, ovšem výhradně jako vinař. Představí novou řadu červeného vína ze svého vinařství a slavnostně pokřtí restauraci Mon Rouge Pif, která nese název po jeho prvním víně z roku 1989. Podle svého výběru a receptů sestaví

i večeri o šesti chodech, kterou společně se šéfkuchařem restaurace připraví a nabídne hostům. Jeho nové červené víno se jmenuje Noces d'Argent (Stříbrná svatba) a jde o řadu, která vznikla na počest výročí Richardovy svatby s manželkou. (ska)

VELKÝ BLONDÝN se svými sudy vína. Foto: archiv



Jarmila Šuláková odchází do důchodu

Vizovice – Po 17 letech spolupráce odchází z vizovické folkrockové skupiny Fleret zpěvačka lidových písní Jarmila Šuláková. Dvaosmdesátiletá umělkyně, přezdívaná „valašská královna matka“, odchází do muzikantského důchodu poté, co s Fleretem odehrála ročně v průměru sto koncertů a natočila několik společných alb. Fleret je jakousi bigbítovou odnoží tužského folku. „Nebudeme hledat novou zpěvačku, protože její hlas se nedá nahradit,“ sdělila kapela. (čtk)