č.3/2014

Fryčovický ZPRAVODAJ

Fryčovický zpravodaj vychází čtvrtletně. Datum, číslo a místo vydání: 15.9.2014, č.3, Fryčovice.
Vydává Obecní úřad ve Fryčovicích , Fryčovice č.83 , 739 45 FRYČOVICE .Registrační číslo MK ČR E 12361.

Vážení občané,

pomalu přichází podzimní období a s tím se blíží také komunální volby. To je čas, kdy starosta obce, rada a zastupitelstvo obce skládá své účty a za ně dostane vysvědčení od voličů.
Protože současná největší investice v obci, více než stomilionová stavba kanalizace, zastínila a zaprášila stavby, které vznikly po roce 1990, dovolím si připomenout alespoň ty největší, které se v naší obci podařilo postavit.

- Plynofikace obce a přemístění regulační plynové stanice od základní školy k Malému Sovinci.
- Stavba nové hřbitovní zdi, úprava chodníku a zeleně na hřbitově, výměna oken smuteční obřadní síně.
- Přístavba druhé a třetí části budovy základní školy.
- Výměna oken a zateplení celého objektu ZŠ a rekonstrukce kotelny.
- Stavba nové kolárny, víceúčelového hřiště s umělým povrchem a stavba venkovní učebny u ZŠ.
- Stavba Fry-relax centra s napojením na budovu ZŠ.
- Stavba obecní knihovny s napojením na budovu ZŠ.
- Rekonstrukce staré budovy základní školy na bytový dům s 22 byty a klubovnou pro seniory.
- Rekonstrukce hasičské zbrojnice, zakoupení nové cisterny TATRA a vozidla GAZELA.
- Stavba nového hřiště s umělým povrchem na tenis a odbíjenou v areálu TJ Sokol Fryčovice.
- Výměna oken a zateplení celého objektu SOKOLOVNY, výměna parket za novou palubovku a rekonstrukce kotelny.
- Stavba nového mostu přes řeku Ondřejnici u Žáčků a rekonstrukce lávky u Doležilů.
- Stavba rybníku u hájovny v Zámrklí.
- Rekonstrukce objektu obecního úřadu, výměna oken, zateplení budovy, nová kotelna, přistavěná pošta, nový kulturní sál, zdravotní středisko a nová lékárna.
- Rekonstrukcí budovy fary vznikly prostory klubovny pro matky s malými dětmi a klubovna pro skauty. V podkroví vznikl velký a hezký prostor pro výstavy.
- Stavba chodníků kolem krajské komunikace ve dvou úsecích – k restauraci Chamrad a od cukrárny k zastávce U Koupaliště.
- Ve středu obce byla vybudována sestava herních prvků pro děti včetně chodníků a laviček.
- Byla provedena výsadba náhradní zeleně a v katastru naší obce bylo vysazeno 20 tisíc stromů a keřů.
- Proběhla rozsáhlá rekonstrukce objektu mateřské školy, výměna oken, zateplení, nová kotelna, rekonstrukce sociálního zařízení, úprava vnitřního interiéru a úprava okolní zahrady s novým oplocením.

Tímto bych chtěl poděkovat všem spolupracovníkům, kteří se podíleli a byli účastni na těchto akcích od zajištění projektu, získání dotací, výběr zhotovitele až po samotnou kolaudaci.
Největší dík však patří členům rady obce, členům zastupitelstva obce, členům výboru a komisí a pracovnicím obecního úřadu, všem těm, kteří se na rozvoji naší krásné obce podíleli.

Ing. Jiří Volný
starosta obce

Usnesení z 19. zasedání Zastupitelstva obce Fryčovice konaného dne 25. června 2014

Zastupitelstvo obce Fryčovice

19/165
Schvaluje
program jednání 19. zasedání zastupitelstva obce, konaného dne 25. 06. 2014, rozšířený o bod 7a) Dohoda o financování projektu „Povodí Ondřejnice – odkanalizování obcí Fryčovice a Hukvaldy".

19/166
Volí
návrhovou komisi ve složení:
- Ing. Richard Kavka
- Ing. Ivan Bedrunka
- Ing. Jiří Zagora

19/167
Určuje
ověřovatele zápisu z 19. zasedání zastupitelstva obce konaného dne 25. 06. 2014
- p. Zdeněk Ranocha
- Ing. Zbyněk Adamovský, Ph.D.

19/168
Bere na vědomí
zprávu o činnosti rady obce

19/169
Schvaluje
závěrečný účet obce Fryčovice za rok 2013, jehož součástí je zpráva o přezkumu hospodaření za rok 2013 a vyjadřuje souhlas s celoročním hospodařením, a to bez výhrad

19/170
Schvaluje
na základě předložených podkladů dle § 5 vyhlášky č. 220/2013 Sb. účetní závěrku Obce Fryčovice sestavenou k rozvahovému dni 31. 12. 2013

19/171
Pověřuje
starostu Obce Fryčovice k podpisu Protokolu o schvalování účetní závěrky obce Fryčovice za rok 2013 dle přílohy č. 1 k usnesení

19/172
Bere na vědomí
závěrečný účet Sdružení měst a obcí povodí Ondřejnice za rok 2013

19/173
Rozhodlo
o zrušení Fondu rozvoje bydlení

19/174
Rozhodlo
o uzavření Dohody o financování projektu „Povodí Ondřejnice – odkanalizování obcí Fryčovice a Hukvaldy“ a pověřuje starostu Obce Fryčovice k jejímu podpisu

Ing. Roman Pecka
místostarosta

Ing. Jiří Volný
starosta

OBEC okr. Frýdek Místek FRYČOVICE

POZVÁNKA NA PŘÁTELSKÉ POSEZENÍ

Obec Fryčovice, komise sociální a občanských záležitostí, zve důchodce na již tradiční přátelské posezení, které se koná v pátek 3. října 2014 v 16:30 hodin v kulturním sále Obecního domu ve Fryčovicích. V programu vystoupí děti z mateřské školy, taneční skupina No Comment. K tanci a poslechu bude hrát Dechová hudba Fryčovice, zazpívá Hana Vyvialová, Blanka Hrubá a David Škařupa.

Je připraveno malé pohoštění a tombola.

V 16:00 hodin pojede autobus od koupaliště se zastávkami restaurace Chamrád, most u p. Slavíka, bývalá správní budova ZD, most u mateřské školy.

Srdečně zveme důchodce na tuto akci.

O Z N Á M E N Í

o době a místě konání voleb do Zastupitelstva obce Fryčovice
a
Senátu Parlamentu České republiky

Starosta obce Fryčovice podle § 29 zákona č. 491/2001 Sb., o volbách do zastupitelstev obcí a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů a podle § 15 zákona č. 247/1995 Sb., o volbách do Parlamentu České republiky a o změně a doplnění některých dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů

oznamuje:

1. Volby do Zastupitelstva obce Fryčovice a Senátu Parlamentu České republiky se uskuteční

v pátek 10. října 2014 od 14:00 hodin do 22:00 hodin
a v sobotu 11. října 2014 od 8:00 hodin do 14:00 hodin.

2. Místem konání voleb
   ve volebním okrsku č.1
   je volební místnost – v **Základní škole Fryčovice**, Fryčovice čp. 628
   pro voliče bydlící v horní části obce po most u mateřské školy

   ve volebním okrsku č.2
   je volební místnost – v **Základní škole Fryčovice**, Fryčovice čp. 628
   pro voliče bydlící v dolní části obce po most u mateřské školy.

3. Volby do zastupitelstva obce: Voliči bude umožněno hlasování poté, kdy prokáže svou totožnost a státní občanství České republiky, popřípadě státní občanství státu, jehož občané jsou oprávněni volit na území České republiky.

4. Volby do Senátu Parlamentu České republiky: Voliči bude umožněno hlasování poté, kdy prokáže svou totožnost a státní občanství České republiky (platným občanským průkazem, cestovním, diplomatickým nebo služebním pasem České republiky anebo cestovním průkazem).

5. Voliči budou dodány nejpozději 3 dny přede dnem konání voleb hlasovací lístky. V den voleb volič může obdržet hlasovací lístky i ve volební místnosti.

6. V případě konání II. kola voleb do Senátu se tyto uskuteční
   v pátek 17. října 2014 od 14:00 hodin do 22:00 hodin
   a v sobotu 18. října 2014 od 8:00 do 14:00 hodin.
   Volič obdrží hlasovací lístky ve volební místnosti ve dnech voleb.

7. Za pořádek ve volební místnosti a jejím bezprostředním okolí odpovídá předseda okrskové volební komise. Jeho pokyny k zachování pořádku a důstojného průběhu hlasování jsou závazné pro všechny přítomné.

Ve Fryčovicích dne 17. září 2014

Ing. Jiří Volný
starosta

1. oddíl Jelci Fryčovice

Středověký tábor Luboměř pod Strážnou 2014

Delší dobu jsem přemýšlela, jak moc se o takovém táboru rozepsat. Pak jsem si ale řekla, že jej nechám tak trochu tajemným, protože zážitky dětí a celý takový tábor se dost špatně popisuje. Třeba jak poprvé světlušky měly noční hlídku a tma okolo vydávala mnoho tajemných zvuků nebo bylo naopak hrobové ticho…. Nebo to, že pokud si sami neočistíte zeleninu, nerozděláte oheň a neuvaříte polévku, bude mít celá rytířská družina hlad…. Nejen já, ale také děti se již teď těší na další tábor. Školní rok uteče opravdu jako voda.

Na fotografie z tábora se můžete podívat na našich skautských stránkách www.skautifrycovice.cz

TP

Bližší informace o oddílu na www.skautifrycovice.cz

Plán činnosti KS ve Fryčovicích na září – prosinec 2014

Datum	Akce
3. září	Informace o zavedení místní dopravy
10. září	Promítání filmu „ŠMEJDI“ od 15.00 hodin.
11. září	Cyklovyjížďka – trasu si zvolí účastnici. Sraz v 11.00 hodin u KS.
17. září	Posezení v KS
24. září	Historie Fryčovic – přednáška Mgr. J. Poláška, od 15.00 hodin.
Září	Jednodenní zájezd do Ostravy
1. října	Cvičení pro zdraví – paní Moravcová, od 15.30 hodin.
8. října	Posezení v KS
9. října	Cyklovyjížďka – trasu si zvolí účastnici. Sraz v 11.00 hodin u KS.
15. října	Posezení v KS
22. října	Posezení v KS
29. října	Přednáška manželů Homolových – „BARMA“, buddhistické chrámy a příroda
5. listopadu	Posezení v KS
12. listopadu	Posezení v KS
19. listopadu	Posezení v KS
26. listopadu	Křeslo pro hosta – paní MUDr. Chalupová Marcelka
3. prosince	Posezení v KS
10. prosince	Posezení v KS
17. prosince	Předvánoční posezení u stromečku, vycházka do Zámrklí, sraz ve 13.30 u KS.
29. prosince	Předsilvestrovské posezení v KS, od 15.30 hodin.

FRY Relax Centrum

Vážení spoluobčané,

dne 25.8.2014 jsme opět otevřeli brány FRY Relax Centra. Po letní výluce vstupujeme do další sezony 2014/2015.

Seznam aktivit probíhajících ve FRY Relax Centru:

- *Od 29.08.2014 probíhá opět **plavání kojenců a batolat „ Plavání s mrňaty“ pod vedením Ester Olmové** (objednávky a informace na telefonu **tel.:604 672 514**).*
- *Od 02.09.2014„ **Plavání s žabičkou“ pod vedením Mgr. Pustkové Dagmar** (objednávky a informace na telefonu 776 022722)*
- *Od 07.10.2014 každé **úterý bude** od 19.00 hod. **vodní aerobic** pod vedením Gabriely Kleinové, objednávky na tel.: 558 668 058*
- *Od 29.08.2014 každé **pondělí a pátek** od 17.00 hod.**- masáže** Barbory Velartové (objednávky na tel.: 558 668 058 ,a **masáže Boženy Dlouhé** každou středu od 16.00 hod.*
- *Od 01.09.2014 v **pondělí a ve středu** 19.00 hod. - 20.30 hod. je možné si zacvičit **BODY STYLING** s Janou Nováčkovou. Objednávky na tel.: 558 668 058*
- *Od 28.08.2014 **každý čtvrtek** od 18.00 hod. **power joga** s Jarkou. Objednávky na tel.: 558 668 058*
- *Od 22.09.2014 **každé pondělí** od 18.00 hod. **pilates** s Pavlou. Objednávky na tel.: 558 668 058*
- *Od 12.09.2014 **každý pátek** cvičíme s paní Janou 18.00 – 19.00 hod.- **cvičení pro všechny ženy, které chtějí udělat něco pro své zdraví.***
- ***Od 26.08.2014** kurzy pro těhotné **TĚHOBIC** Bc. Barbora Konečná, **tel.: 777 672 090***
- ***Od. 28.8.2014** každý čtvrtek **19.00 - 20.00 hod.** BOXERCISE s Ivou. Objednávky na tel.: 558 668 058*
- *Od 16.9.2014 **každé úterý** od 18.00 hod. **Kruhový trenink** s Natálií. Objednávky na tel.: 558 668 058*

*Otvírací doba se může opět měnit v závislosti na plavání školních dětí a aktuální provozní dobu najdete na našich webových stránkách (**www.fryrelaxcentrum.cz**) nebo vyvěšenou v prostorách FRY Relax Centra.*

Ve vlastním zájmu se objednejte předem.

*Stále přijímáme poukazy: Compliments SPORT a KULTURA, Compliments MULTI, od firmy **ACCOR Services,** RelaxPass a FlexiPass, od firmy **SodexhoPASS,** UNIŠEK, UNIŠEK+, od firmy **Le Chègue Déjeuner s.r.o.***

*V recepci se rovněž můžete informovat na **slevové poukazy FRY Relax Centra**.*

Těšíme se na Vaši návštěvu!!!

Zastavte čas a navštivte nás ve FRYČOVICÍCH!!!!

10 let FRY Relax Centra - miniseriál

8. 1. 2015 uplyne 10 let ode dne, kdy byla v naší krásné vesnici slavnostně otevřena nová víceúčelová hala. Její stavba byla finančně i časově značně náročná. Výstavba celého komplexu trvala jen sedm měsíců a náklady ve výši 30 milionů korun byly uhrazeny částečně z rozpočtu obce (15 milionů) a ze státní dotace (15 milionů Kč). Od počátku provozu nabízí FRY Relax Centrum široké spektrum služeb. Pro svou téměř rodinnou atmosféru se postupem času stalo oblíbeným místem relaxace a odpočinku pro všechny věkové kategorie našich spoluobčanů.

Vedle relaxačního koupelového bazénu se dvěma protiproudy, chrličem a perličkou a vířivou vanou s hydromasážními tryskami byl vybudován velmi moderní squashový kurt s prosklenou zadní stěnou a příjemným diváckým zázemím.
Malá gymnastická tělocvična byla určena především žákům zdejší školy, ale badmintonový kurt, který je součástí tělocvičny, dával možnost využít tyto prostory i širokou veřejností. Horkovzdušná sauna byla vybavena nerezovými elektrickými kamny. Palubky byly vyrobeny ze skandinávského smrku. Na lavice, opěrky a další součásti sauny byla použita africká vrba abachi. Po saunovací proceduře se mohli návštěvníci ochladit ve venkovním ochlazovacím bazénku a relaxovat v prostorné odpočívárně.

Veškerý provoz centra byl a stále je řízen z recepce, která je, spolu se strojovnou, srdcem celého areálu. Podlahové topení a moderní vzduchotechnické zařízení udržuje ve všech prostorách optimální hodnoty, které jsou monitorovány a kontrolovány obsluhou. V recepci má zákazník možnost se občerstvit a posedět v příjemném prostředí, jehož atmosféru doplňuje originální výzdoba – ručně vypracovaná keramická mozaika. Originální druh výzdoby stěn může návštěvník centra vidět rovněž v bazénové hale, na vstupním schodišti ze školy a v odpočívárně sauny. V recepci se mohou zákazníci občerstvit, posedět v příjemném prostředí nebo si vybrat z velkého množství sportovního a jiného zboží.

Během let se centrum měnilo a vylepšovalo tak, aby byla zajištěna jak spokojenost návštěvníků, tak i technická vybavenost a konkurenceschopnost centra. Po silném zájmu široké veřejnosti, který se projevoval především v prvních letech provozování centra, se složení návštěvníků začalo postupně měnit.

Již v roce 2005 začala fungovat plavecká škola při ZŠ Fryčovice. Plaveckých kurzů pořádaných Základní školou ve Fryčovicích se až dosud účastní i Základní škola Hukvaldy. Nyní vedou výuku plavání instruktoři ZŠ Fryčovice (Jagrová Zuzana, Šefl Jiří a Kleinová Gabriela).

V dubnu roku 2005 jsme rozšířili nabídku služeb o cvičení vodní aerobic, tehdy ještě s instruktorkou Petrou Poláchovou. Později začal vodní aerobic fungovat pod záštitou ZŠ Fryčovice pod vedením instruktorky Marcely Jaškové, Lenky Nevludové a Lenky Ranochové. V roce 2012 se stal službou FRY Relax Centra pod vedením cvičitelky Gabriely Kleinové.

Příjemné prostředí našeho centra bylo pro nás velkým přínosem. Brzy si ho oblíbily především maminky s malými batolaty. V roce 2006 se u nás otevřel první kurz plavání kojenců a batolat s názvem "Hastrmánek" pod vedením paní Nikol Řihákové a v roce 2010 ˝Plavání s žabičkou´´ , jehož provozovatelkou je paní Dagmar Pustková. Od loňského roku provozuje „Plavání s mrňaty“ paní Ester Olmová, která vystřídala Nikol Dostálovou. Protože pro tak malinké děti platí zcela jiná pravidla, která byla dána tehdejší hygienickou vyhláškou č.135/2004 Sb. (nyní vyhláška č. 238/2011 Sb.), musela se výuka takto malinkých dětí soustředit do jednoho dne. V tuto dobu se voda začala více nahřívat, obsah dezinfekce byl menší a voda upravená tak, aby vyhovovala všem platným předpisům. Po čase jsme zjistili, že je výhodnější vodu udržovat na stálé teplotě a nyní máme v bazéně stálou teplotu 30-31°C a ve whirpoolu 34-35°C. Paní Pustková rozšířila výuku plavání o mateřské školky a nyní k nám dojíždějí školky z celé Ostravy (Dubina, Poruba, Vítkovice, Ostrava- centrum), Proskovic, Kateřinic.

Rovněž o nastávající maminky je u nás postaráno. Již několik let nabízí naše centrum předporodní lekce, které v současné době provozuje porodní asistentka Bc. Barbora Konečná pod názvem „Plavání a edukace těhotných žen TĚHOBIC od 25. týdne těhotenství“. Maminky si v lekcích zacvičí ve vodě a naučí se vše potřebné k porodu a poporodní péči o miminko. I o tuto službu je stále velký zájem.

Plavání škol a mateřských školek včetně Mateřské školy Fryčovice vyplňuje velkou část dopoledního provozu. V odpoledních hodinách a o víkendech se těšíme z přízně veřejnosti, která využívá široké nabídky našich služeb.
Malá tělocvična je přizpůsobena hře badminton. Kdo má zájem, může si zahrát stolní tenis. V posledních letech jsou stále oblíbenější různé druhy cvičení, které využívají jak ženy, tak muži.
Již několik let provozuje BODY STYLLING Jana Nováčková. Oblíbená je POWER JOGA s Lindou, PILATES s Pavlou Kovalčíkovou a v posledním roce i BOXERCISE s Ivou Matuškovou a Kruhový trénink s Natálií Uhlířovou.

V roce 2005, kdy bylo centrum otevřeno, byl squash naší nejvyužívanější službou. Tento zájem trval několik let. Bohužel v posledních dvou letech zájem o tuto hru docela klesá a my jsme nuceni uvažovat o lepším využití této části centra.

Stálému a dlouholetému zájmu se naopak těší naše sauna, která za 10 let provozu prošla několika změnami. Stará kamna jsme vyměnili za lepší nová s lávovými kameny, které je možné polévat vodou. Celá sauna byla nově obložena dřevem z českého topolu, který je odolnější a mnohem krásnější než původní dřevo abachi. Nově byly vyrobeny i lavice, ve kterých jsou zabudována led diodová světýlka.

Také odpočívárna je vybavená dřevěnými lehátky a dalšími doplňky. Je vymalovaná ručními kresbami a stejně jako saunu ji využívají i malé děti v době plavání batolat.

Stejnému zájmu jako sauna se těší masáže, které provozuje již mnoho let Barbora Velartová a od roku 2013 rovněž paní Božena Dlouhá.

Za deset let provozu navštívilo naše centrum asi 300 000 návštěvníků a my všichni pevně věříme, že si jejich zájem zasloužíme i v dalších letech.

V pokračování si řekneme něco o technickém zázemí, vybavenosti a financích FRY Relax Centra

Hlavatá Pavlína
správce FRY Relax Centra

LMK Fryčovice – soutěž větroňů modelů RC – V2

V sobotu 19. července 2014 se uskutečnil 20. ročník tradiční soutěže rádiem řízených termických větroňů modelů RC-V2. Za krásného letního počasí, které bylo téměř ideální, se z malého počtu 10 tradičních účastníků, kteří tuto náročnou kategorii ještě létají, stal vítězem Hlavinka Tomáš z LMK Litovel se ziskem 1554 bodů a na druhém místě s výsledkem o jeden bod nižším se umístil nestor těchto soutěží Matula Ondra z LMK Ikarus Ostrava a třetí příčku obsadil dřívější trojnásobný vítěz těchto soutěží Vojkůvka Zdeněk z LMK Prostějov. Vzhledem ke klesajícímu zájmu o tuto náročnou soutěž jsme se rozhodli po dlouhých letech tuto oblíbenou pohárovou soutěž ukončit. Děkujeme všem soutěžícím za dlouhotrvající přízeň, OÚ ve Fryčovicích za finanční podporu a všem příznivcům za pomoc při konání těchto akcí. Jedinou soutěž, kterou náš LMK ještě pořádá (kromě srazu vrtulníkářů "Funfly Trnávka", který proběhl v srpnu pod záštitou našeho klubu, je soutěž v kategorii mini-maket.

Za LMK Fryčovice Ing. Pavel Laník

NOVINKY Z CHARITY FRÝDEK-MÍSTEK

Dobrovolnice Anna Vyvialová získala cenu projektu Dobrá duše

Dobrá duše. Pouhá dvě slova, která však pro klienty seniorských zařízení znamenají nesmírně mnoho. Dobrými dušemi jsou dobrovolníci, kteří pravidelně docházejí za seniory a tráví s nimi kvalitně a smysluplně jejich volný čas. A protože obětavých lidí není nikdy dost, vznikl projekt Dobrá duše, který dobrovolníky za jejich nezištnou činnost oceňuje. V tomto roce byli z 50 nominovaných dobrovolníků z celé České republiky vybráni tři a mezi nimi také naše dlouholetá dobrovolnice **Anna Vyvialová** pocházející z obce Fryčovice.

Vyhlášení výsledků proběhlo 3. července v klášteře Minoritů v Praze, kterého se paní Vyvialová osobně zúčastnila.

Anna Vyvialová působí v Dobrovolnickém centru **Charity Frýdek-Místek** již 10 let a dochází za klienty Domu pokojného stáří u Panny Marie Frýdecké. Dokáže vnést do srdcí mnoha klientů radost a pokoj a svým lidským, trpělivým a humorným přístupem umí odlehčit mnohdy těžkou situaci našich seniorů. Setkávání se seniory se pro ni stalo takovým životním naplněním, že v roce 2008 dokonce absolvovala hospicový kurz, který jí umožnil vyprovázet těžce nemocné na jejich poslední cestě.

Srdečně jí gratulujeme k tomuto ocenění a přejeme spoustu sil a energie do její další dobrovolnické služby.

Za Charitu Frýdek-Místek
koordinátorka pro dobrovolnickou činnost
Mgr. Martina Petrová

Český zahrádkářský svaz, základní organizace Fryčovice.

Prázdniny, období dovolených jsou za námi. Klasik by řekl, že tento způsob léta zdá se poněkud nešťastný. Nejprve sucho a následné deště sužovaly naše zahrádky, s úrodou nemůžeme být spokojeni. Rozptýlení jsme našli při společné akci spojené s návštěvou zahrádkářů z družební organizace ve Stráňavách. Vycházka na Sovinec za chutnými mysliveckými specialitami byla velice ceněna.

Zahrádkáři ve Fryčovicích si v těchto dnech připomínají zahájení provozu svého svatostánku – „Moštárny“. V září roku 1984 se rozběhlo zařízení, které spolehlivě slouží pěstitelům ovoce nejen ve své obci, ale i z celého širokého okolí. Za dobu 30 let navštívili moštárnu stovky zákazníků, kteří ke zpracování dovezli neuvěřitelných 366 511 kg ovoce, což představuje při průměrné 70% výtěžnosti více než 250 000 litrů moštu. Výkon moštárny je přímo závislý na počasí v jednotlivých létech a úrodě ovoce. Byla léta, kdy bylo zpracováno jen okolo 2 tun ovoce. Byly však léta, a těch je podstatě více, kdy bylo zpracováno 20 – 25 tun ovoce. Rekord padl v roce 1997, kdy bylo zpracováno 35 394 kg ovoce. Na oslavu 30tin nebudou znít fanfáry ani nebude ohňostroj. Nejlepší oslavou je vlastní práce. Tudíž v sobotu 6. září 2014 zazněl hukot drtičky a kvílení hydraulického lisu, ze kterého vytéká lahodný a voňavý mošt pro sezónu 2014. Pokud se vám urodilo ovoce, jste všichni srdečně vítání. Chceme poděkovat vedení obce Fryčovice, které se zasloužilo o výstavbu a následně po celou dobu existence „Moštárny“ podporovalo provoz. Taktéž musíme poděkovat lidem, kteří zajišťují moštování, neboť je to práce fyzicky náročná a je ve volném čase.

Všechny příznivce zahrádkaření pozýváme na vlastní výstavu ovoce, zeleniny a květin, kterou připravíme ve dnech 31. 10. – 3. 11. 2014 v objektu fary. Výběr výstavních vzorků bude ve středu a čtvrtek před výstavou. Jako tradičně bude pro zpestření a poutavost připraven doprovodný program výstavy. Jako každoročně budou vystaveny ruční práce dětí fryčovické MŠ a ZŠ. Samozřejmě bude pro návštěvníky připraveno i občerstvení s chutnými koláčky. Věříme, že letošní atraktivní výstava přiláká nejširší veřejnost nejen z Fryčovic, ale i širokého okolí.

Ke společným akcím zve všechny občany výbor ZO.

Zpracoval př. Lubomír Oborný, Ing. Jaromír Ferdian

TRIATLON – KAMIL ADAMOVSKÝ

Rok 2014 byl mou devátou sezonou, kdy se systematicky a výkonnostně věnuji triatlonu. Zahájil jsem ji podstatně později, než v minulých letech, a to až od ledna. Většinou začínám systematický trénink od listopadu. Příčinou bylo zranění kotníku, kdy jsem si ho v přechodném období roku poměrně těžce podvrtl. Léčba si vyžádala mnohem více času, než je obvyklé při tomto typu poranění. K tomuto jsem ještě učinil zásadní změnu běžecké techniky, ale úplně nejvíce bylo asi to, že jsem nepodřídil tentokrát vše jedinému cíli - vybojování slotu na IRONMAN HAWAII. Mimo závodů v Česku jsem se sice přihlásil na kvalifikační závod IRONMAN ZURICH (3,8 - 180- 42 km), ale mým hlavním cílem bylo v něm napravit loňské nedokončení, kdy jsem vzdal ke konci maratonu vlivem totálního vyčerpání. Tento postoj jsem sice během sezony změnil, když jsem začal cítit, že se začínám dostávat do velmi dobré kondice. Velkou zásluhu na tom má trenér Jarda Hýzl, se kterým spolupracuji 3 roky. On sám se letos kvalifikoval po páté, tentokrát v kategorii 45 let. A druhým stejně důležitým členem mého podpůrného týmu je již dva roky výživová poradkyně Ing. Babeta Linhartová. Její zásluhou jsem cíleným jídelníčkem dokázal to, co se na růstu mé výkonnosti projevilo v posledních dvou letech nejvýrazněji. Oběma jsem za jejich ochotu pomáhat mi zvyšovat mou výkonnost moc vděčný, i když jsem vytyčený cíl zatím nesplnil. Do Curychu jsem tak odjížděl v perfektní kondici a psychickém rozpoložení, že pokud na to budu mít, tak se pokusím bojovat i o slot, ale prvořadé bylo dokončit po předvedeném kvalitním výkonu. A to jsem splnil, cíl jsem protnul v čase 10 h : 24 min na 57. místě z 520 v kategorii M 40 a celkově to stačilo na 320. místo z celkových 2100 startujících. Na slot to sice nestačilo, ale s předvedeným výkonem jsem byl tentokrát spokojen. Na víc jsem ten den neměl, chyběla i trocha toho štěstíčka, které mi nepřálo od počátku běžecké části. Hned na prvním km maratonu jsem dostal křeče do stehenního svalu, které mě nepustily po celý maraton. Byla to pro mě nová zkušenost, křeče občas dostávám, ale vždy je po čase přemůžu. Většinou to probíhá tak, že když se dostaví, tak po nějaké době odezní. Tentokrát se do mě " zakousla " a držela po celou dobu maratonu 42 km. I s tímto se mi podařilo maraton slušně zaběhnout za 3 h: 35 min. Věřil jsem si a cítil se na čas kolem 3 h, ale při každém zrychlení to začalo nesnesitelně bolet. Rychlost, která se dala s bolestí vydržet, se ustálila na 5 min/km. Toto si ale vybralo svou daň do dalších dnů. Druhý den se vytvořila velká modrofialová podlitina, chůze byla možná jen se zaťatými zuby a o zpáteční cestě v autě domů ani nemluvě. Bylo mi hned jasné, že to tentokrát nepřejde jen tak lehce. Po příjezdu domů jsem oslovil kamaráda Igora Horyla, který mi zařídil důkladné vyšetření u extraligových hokejistů Vítkovic. Diagnóza zněla natržení svalu. Když si zpětně uvědomím, co se mohlo stát, když jsem asi poslední 1/3, možná ale už 1/2 maratonu, běžel s natrženým svalem....? Že bych ale závod tentokrát vzdal, mě ani jednou nenapadlo. Nepřicházelo v úvahu, že bych 2x po sobě nedokončil stejný závod. Ironman je totiž i o umění trpět a odolávat bolesti. Ale i to špatné je téměř vždy k něčemu dobré a prospěšné. Ujal se mě fyzioterapeut Richard Stehlík, který stále ještě hraje za Vítkovice a slovenskou hokejovou reprezentaci v obraně. S jeho perfektním přístupem, který mě mile překvapil, nečekal jsem to, jsme sval asi po 1,5 měsíci vyléčili. K tak rychlému vyléčení poměrně těžkého zranění určitě přispěla možnost využívat nejmodernějších léčebných metod vrcholového sportu (hloubková oscilace, rázová vlna, léčba kolagenem, cílené svalové techniky atd.). Richardovi jsem za to moc vděčný, k tomu jsme se stali kamarády a do mého týmu přibyl další důležitý člen. Richard se bude starat o moje klouby a svaly jako fyzioterapeut a kompenzovat tak zátěž z tréninku, který bych chtěl ještě přitvrdit. Konkurence taky nespí a zlepšuje se. Má výkonnost se zatím každým rokem také zvyšuje, a dokud se tak bude dít, tak si budu stanovovat ty nejvyšší cíle, mezi které patří start na IRONMAN HAWAII, ta nejvyšší meta profesionálního i amatérského triatleta. Snad se mi to už konečně podaří v nadcházející, jubilejní 10. sezoně s pomocí podpůrného týmu složeného z kamarádů Jardy, Babet a Richarda. Po zranění v Curychu jsem už plánoval ukončení sezony a důkladně doléčil zraněný sval, abych po absolvování přechodného období začal o něco dříve přípravu na 10. sezonu Ironmana. Ale pár dnů po doléčení zranění mě oslovil známý, jestli bych nechtěl jít závod B7 (Beskydská sedmička), který kvůli zranění nemohl tentokrát absolvovat on. Chvíli jsem to zvažoval, přece jenom jsem byl po 2 měsíčním tréninkovém výpadku, ale mám rád výzvy, tak jsem souhlasil. A určitě toho nelituji, i když jsem zažil momenty, které mi daly zabrat. Je to extrémní závod v horském maratonu na 96 km přes 7 beskydských vrcholů (Velký Javorový, Ropice, Travný, Lysá Hora, Smrk, Čertův Mlýn, Radhošt', Velký Javorník) s převýšením 5 430 m. Závodí se ve dvojici, která musí dorazit do cíle společně, v opačném případě je diskvalifikována. Šel jsem do toho bez jakýchkoli ambicí, prostě si to vyzkoušet, závod si už vytvořil slušné jméno a respekt. Moc mě tento závod nadchnul a určitě se na start postavím znova, ale už s mnohem vyššími ambicemi na konečný výsledek. Bude třeba tomu ale přizpůsobit trénink, seběhy z prudkých kamenitých svahů, které dosahovaly někde až 1 h, daly svalům, kotníkům a kolenům pořádně zabrat, a na toto bude třeba se v tréninku zaměřit. Závěrem bych chtěl poděkovat všem, kteří mi věří a podporují, i když se stále ještě nedostavil ten hlavní výsledek, start na IRONMAN HAWAII. Je to rok od roku těžší si vybojovat slot na některém z kvalifikačních závodů. Každým rokem je jen 1 800 vyvolených, kteří musí vzejít z 30 kvalifikačních závodů po celém světě. Na každém se o to pokouší kolem 2000 startujících. Takže je zapotřebí, aby se sešlo spoustu věcí (zdraví, nebývat zraněný, kondice, štěstí) a mít prostě den D v den závodu. Odměněni v tomto sportu jsou jen ti, co jsou trpěliví a vytrvalí, ochotni tvrdě na sobě pracovat. A to já jsem. Cesta za tím mým sportovním snem je sice dost dlouhá

a bolestivá, ale o to to bude, až se to povede, pro mě sladší a radostnější. Největší pomoci se mi dostává od Obce Fryčovice, p. starosta Ing. Jiří Volný (hrazení nákladů na kvalifikační závod Ironman) Klub Krušnoman TT Litvínov (hradí mi náklady na závodech ČR a SR) Igor Horyl (roční permanentka plavecký bazén) Dušan Ivánek (cyklistický materiál) David Foltýn (autodoprava), Sběrné dvory s.r.o., Ing. Daniel Bumbala (zaměstnavatel - ideální podmínky k tréninku a cestování na závody) MUDr. Radan Gocal (www.sportovnimedicina.cz, www.nutristamina.cz) Jakub a Marek Šťastný (www.innerme.cz - sportovní výživa). A největší dík jako každým rokem patří mé rodině, která má se mnou největší strpení a někdy i utrpení a trpělivost!!

Kamil Adamovský

Kulturní a školská komise ve Fryčovicích
pořádá
z á j e z d do d i v a d l a J i ř í h o M y r o n a

na
muzikál

Noc na Karlštejně

Láska ženy je silnější než příkaz krále. Muzikál, jenž proslavila nesmrtelná hudba Karla Svobody.

26. října 2014

NEDĚLE Odjezd v 15.00 hod.

(zastávka U Konečných, most u Slavíka, přes vesnici se zastávkami u správní budovy ZD, mostu u mateřské školy a hostinec U Špeku, zastávka U Koupaliště.)

Vstupenky u paní Glombíčkové na tel. 739 133 949
CENA 215 Kč včetně autobusu

865012 Frýdek-Místek-Sviadnov-Staříč-Fryčovice-Brušperk

Platí od 31.8.2014 do 13.12.2014

Přepravu zajišťuje: ČSAD Frýdek-Místek a.s., Politických obětí 2238, 738 01 Frýdek - Místek, tel. 558 922 238, 558 922 111, www.3csad.cz

| km | | | | | | Tč | | | | | |

865012 Frýdek-Místek-Sviadnov-Staříč-Fryčovice-Brušperk

Platí od 31.8.2014 do 13.12.2014

Přepravu zajišťuje: ČSAD Frýdek-Místek a.s., Politických obětí 2238, 738 01 Frýdek - Místek, tel. 558 922 238, 558 922 111, www.3csad.cz

opačný směr

km				Tč			2	4	52	8	6		10	54	56	12	14		58	60	82	16	44	22		62	20	46	64	30	
									⚒	†⑥			⚒		⚒					⚒	†⑥		⚒			⚒	†⑥	⚒	⚒	†⑥	
0	0	0	0	28		od Brušperk,,Staroveská	...	...	...	4 50	4 54	...	...	5 30	...	5 59	...	...	...	...	7 00	7 06	...	7 19	...	...	8 00	8 22	9 09	10 20	10 22	...
1	1	1	1	27		Brušperk,,střed	...	...	...	4 52	4 56	...	...	5 32	...	6 01	...	...	...	...	7 03	7 08	...	7 22	...	...	8 02	8 24	9 11	10 22	10 24	...
2	2	2	2	26		Brušperk,,u Chamrádů	...	...	...	4 53	4 57	...	...	5 33	...	6 02	...	...	...	...	7 04	7 09	...	7 23	...	...	8 03	8 25	9 12	10 23	10 25	...
3	3	3	3	25		Fryčovice,,koupaliště	...	...	...	4 55	4 59	...	...	5 35	...	6 04	...	...	...	...	7 06	7 11	...	7 25	...	...	8 05	8 27	9 14	10 25	10 27	...
4	⟨	4	⟨	24		Fryčovice,,u bramborárny	...	...	...	4 57	5 00	...	...	5 37	...	⟨	...	...	...	⟨	⟨	7 12	...	⟨	...	...	8 07	8 28	⟨	10 27	10 28	...
5	⟨	5	⟨	23		Fryčovice,,u Konečných	...	...	...	4 59	5 02	...	...	5 39	...	⟨	⚒	...	...	⚒♿	⟨	7 14	...	⟨	...	...	8 09	8 30	⟨	10 29	10 30	...
6	⟨	6	⟨	22		Fryčovice,,Chamrád	...	...	...	5 01	5 04	...	...	5 41	...	⟨	6 21	...	...	7 00	⟨	7 16	...	⟨	...	...	8 11	8 32	⟨	10 31	10 32	...
7	⟨	7	⟨	21		Fryčovice,,u Konečných	...	...	...	5 03	5 05	...	...	5 43	...	⟨	6 23	...	...	7 02	⟨	7 17	...	⟨	...	...	8 13	8 33	⟨	10 33	10 33	...
8	⟨	8	⟨	20		Fryčovice,,u bramborárny	...	...	...	5 05	5 07	...	...	5 45	...	⟨	6 25	...	...	7 04	⟨	7 19	...	⟨	...	...	8 15	8 35	⟨	10 35	10 35	...
10	4	9	4	19		Fryčovice,,u kříže	...	②③	⚒	5 06	5 08	⚒	...	5 46	...	6 06	6 26	⚒	...	7 05	7 08	7 20	...	7 27	...	...	8 16	8 36	9 16	10 36	10 36	...
11	4	10	4	18		Staříč,,Na Kútách	...	④⑤	4 27	5 07	5 09	5 27	...	5 47	...	6 07	6 27	6 56	...	7 06	7 09	7 21	...	7 28	...	...	8 17	8 37	9 17	10 37	10 37	...
12	5	11	5	17		Staříč,,u Mičků	...	⑥	4 28	5 08	5 10	5 28	...	5 48	...	6 08	6 28	6 57	...	7 07	7 10	7 22	...	7 29	...	...	8 18	8 38	9 18	10 38	10 38	...
13	6	12	6	16		Staříč,,u Brunclíků	...	**31**	4 30	5 10	5 11	5 30	...	5 50	...	6 10	6 30	6 59	...	7 09	7 12	7 23	...	7 31	⚒⑥	...	8 20	8 39	9 20	10 40	10 39	...
0	⟨	⟨	⟨	15		Staříč,,Důl Staříč 3	...	2 04	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	...	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⚒	⟨	8 03	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...
1	14	7	13	7	14		Staříč,,kostel	...	2 09	4 32	5 12	5 13	5 32	...	5 52	...	6 12	6 32	7 02	...	7 12	7 15	7 25	7 32	7 34	8 08	...	8 22	8 41	9 22	10 42	10 41	...
3	15	8	14	8	13		Staříč,,u Hejdrycha	...	2 10	4 34	5 14	5 15	5 34	...	5 54	...	6 14	6 34	7 04	...	7 14	7 17	7 27	7 34	7 36	8 10	...	8 24	8 43	9 24	10 44	10 43	...
3	15	8	14	8	12		Staříč,,transformátor	...	2 11	4 36	5 16	5 17	5 36	...	5 56	...	6 16	6 36	7 06	...	7 16	7 19	7 29	7 36	7 38	8 12	...	8 26	8 45	9 26	10 46	10 45	...
5	⟨	10	16	⟨	11		Staříč,,Důl Staříč 2	...	2 15	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	6 03	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	8 16	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...
7	⟨	12	18	⟨	10		Staříč,,ubytovna	...	2 17	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	6 05	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	8 18	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...
8	17	12	18	10	9		Staříč,,mlýn	...	2 19	4 37	5 17	5 18	5 37	...	5 57	6 07	6 17	6 37	7 08	...	7 18	7 21	7 30	7 38	7 40	8 20	...	8 27	8 46	9 27	10 47	10 46	...
10	19	14	20	12	8		Sviadnov,,rozc.Staříč	...	2 21	4 39	5 19	5 20	5 39	...	5 59	6 09	6 19	6 39	7 10	...	7 20	7 23	7 32	7 40	7 42	8 22	...	8 29	8 48	9 29	10 49	10 48	...
10	19	14	20	12	7		Sviadnov,,Husinec ... MHD	...	2 23	4 41	5 21	5 22	5 41	...	6 01	6 11	6 21	6 41	7 12	...			7 34			8 24	...	8 31	8 50	9 31	10 51	10 50	...
12	21	16	22	14	6		Sviadnov,,ČSAD ... MHD	...	2 24	4 42	5 22	5 23	5 42	...	6 02	6 12	6 22	6 42	7 13	...			7 35			8 25	...	8 32	8 51	9 32	10 52	10 51	...
15	23	19	25	17	5		Frýdek-Místek,Místek,Anenská ... MHD	...	2 25	4 44	5 24	5 25	5 44	...	6 04	6 14	6 24	6 44	7 15	...	7 23	7 26	7 37	7 43	7 45	8 27	...	8 34	8 53	9 34	10 54	10 53	...
16	24	20	26	18	4		Frýdek-Místek,Místek,poliklinika ... MHD	...	2 26	4 46	5 26	5 27	5 46	...	6 06	6 16	6 26	6 46	7 17	...	7 25	7 28	7 39	7 45	7 47	8 29	...	8 36	8 55	9 36	10 56	10 55	...
17					3		Frýdek-Místek,Místek,Politických obětí... MHD	...	2 28	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
18					2		Frýdek-Místek,Frýdek,Na Veselé ... MHD	...	2 32	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
19					1	↓ př	Frýdek-Místek,Frýdek,Revoluční ... MHD	...	2 35	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

km				Tč			24	86	66	88	26		50	28	68	70	32		72	74	42	34	76	90		36	38	78	40	80	
								†⑥	⚒		⚒			†⑥	⚒♿		⚒			⚒	†⑥	⚒	⚒	†⑥		⚒♿	†⑥	⚒		⚒	
0	0	0	0	28		od Brušperk,,Staroveská	...	...	12 22	12 30	...	13 47	...	...	14 22	14 24	...	15 12	...	...	16 09	16 47	16 48	18 03	19 19	...	19 40	20 47	20 47	...	22 02	...
1	1	1	1	27		Brušperk,,střed	...	...	12 24	12 32	...	13 49	...	...	14 24	14 26	...	15 14	...	...	16 11	16 49	16 50	18 05	19 21	...	19 42	20 49	20 49	...	22 04	...
2	2	2	2	26		Brušperk,,u Chamrádů	...	...	12 25	12 33	...	13 50	...	...	14 25	14 27	...	15 15	...	...	16 12	16 50	16 51	18 06	19 22	...	19 43	20 50	20 50	...	22 05	...
3	3	3	3	25		Fryčovice,,koupaliště	...	...	12 27	12 35	...	13 52	...	...	14 27	14 29	...	15 17	...	...	16 14	16 52	16 53	18 08	19 24	...	19 45	20 52	20 52	...	22 07	...
4	⟨	4	⟨	24		Fryčovice,,u bramborárny	...	...	12 28	12 37	...	⟨	...	...	14 28	⟨	...	15 19	...	...	⟨	16 53	16 55	18 10	19 25	...	19 46	20 53	20 53	...	22 08	...
5	⟨	5	⟨	23		Fryčovice,,u Konečných	...	⚒	12 30	12 39	...	⟨	...	⚒	14 30	⟨	...	15 21	...	...	⟨	16 55	16 57	18 12	19 27	...	19 48	20 55	20 55	...	22 10	...
6	⟨	6	⟨	22		Fryčovice,,Chamrád	...	11 31	12 32	12 41	...	⟨	...	14 09	14 32	⟨	...	15 23	...	...	⟨	16 57	16 59	18 14	19 29	...	19 50	20 57	20 57	...	22 12	...
7	⟨	7	⟨	21		Fryčovice,,u Konečných	...	11 33	12 33	12 43	...	⟨	...	14 11	14 33	⟨	...	15 25	...	...	⟨	16 58	17 01	18 16	19 30	...	19 51	20 58	20 58	...	22 13	...
8	⟨	8	⟨	20		Fryčovice,,u bramborárny	...	11 35	12 35	12 45	...	⟨	...	14 13	14 35	⟨	...	15 27	...	...	⟨	17 00	17 03	18 18	19 32	...	19 53	21 00	21 00	...	22 15	...
10	4	9	4	19		Fryčovice,,u kříže	...	11 36	12 36	12 46	...	13 54	...	14 14	14 36	14 31	⚒	15 28	...	⚒	16 16	17 01	17 04	18 19	19 33	...	19 54	21 01	21 01	...	22 16	...
11	4	10	4	18		Staříč,,Na Kútách	...	11 37	12 37	12 47	...	13 55	...	14 15	14 37	14 32	15 12	15 29	...	15 52	16 17	17 02	17 05	18 20	19 34	...	19 55	21 02	21 02	...	22 17	...
12	5	11	5	17		Staříč,,u Mičků	...	11 38	12 38	12 48	...	13 56	...	14 16	14 38	14 33	15 13	15 30	...	15 53	16 18	17 03	17 06	18 21	19 35	...	19 56	21 03	21 03	...	22 18	...
13	6	12	6	16		Staříč,,u Brunclíků	...	11 40	12 39	12 50	...	13 58	...	14 18	14 39	14 35	15 15	15 32	...	15 55	16 20	17 04	17 08	18 23	19 36	...	19 57	21 04	21 04	...	22 19	...
0	⟨	⟨	⟨	15		Staříč,,Důl Staříč 3	...	⟨	⟨	⟨	...	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	...	⟨	...
1	14	7	13	7	14		Staříč,,kostel	...	11 42	12 41	12 52	...	14 00	...	14 20	14 41	14 37	15 17	15 34	...	15 57	16 22	17 06	17 10	18 25	19 38	...	19 59	21 06	21 06	...	22 21	...
3	15	8	14	8	13		Staříč,,u Hejdrycha	...	11 44	12 43	12 54	...	14 02	...	14 22	14 43	14 39	15 19	15 36	...	15 59	16 24	17 08	17 12	18 27	19 40	...	20 01	21 08	21 08	...	22 23	...
3	15	8	14	8	12		Staříč,,transformátor	...	11 46	12 45	12 56	†⑥	14 04	...	14 24	14 45	14 41	15 21	15 38	...	16 01	16 26	17 10	17 14	18 29	19 42	...	20 03	21 10	21 10	...	22 25	...
5	⟨	10	16	⟨	11		Staříč,,Důl Staříč 2	...	⟨	⟨	⟨	14 07	14 10	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	20 07	⟨	⟨	22 07	⟨	...
7	⟨	12	18	⟨	10		Staříč,,ubytovna	...	⟨	⟨	⟨	14 09	14 12	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	⟨	⟨	⟨	⟨	⟨	...	20 09	⟨	⟨	22 09	⟨	...
8	17	12	18	10	9		Staříč,,mlýn	...	11 47	12 46	12 57	14 11	14 14	...	14 25	14 46	14 42	15 22	15 39	...	16 02	16 27	17 11	17 15	18 30	19 43	...	20 11	21 11	21 11	22 11	22 26	...
10	19	14	20	12	8		Sviadnov,,rozc.Staříč	...	11 49	12 48	12 59	14 13	14 16	...	14 27	14 48	14 44	15 24	15 41	...	16 04	16 29	17 13	17 17	18 32	19 45	...	20 13	21 13	21 13	22 13	22 28	...
10	19	14	20	12	7		Sviadnov,,Husinec ... MHD	...	11 51	12 50	13 01	14 15	14 18	...	14 29	14 50	14 46	15 26	15 43	...	16 06	16 31	17 15	17 19	18 34	19 47	...	20 15	21 15	21 15	22 15	22 30	...
12	21	16	22	14	6		Sviadnov,,ČSAD ... MHD	...	11 52	12 51	13 02	14 16	14 19	...	14 30	14 51	14 47	15 27	15 44	...	16 07	16 32	17 16	17 20	18 35	19 48	...	20 16	21 16	21 16	22 16	22 31	...
15	23	19	25	17	5		Frýdek-Místek,Místek,Anenská ... MHD	...	11 54	12 53	13 04	14 18	14 21	...	14 32	14 53	14 49	15 29	15 46	...	16 09	16 34	17 18	17 22	18 37	19 50	...	20 18	21 18	21 18	22 18	22 33	...
16	24	20	26	18	4		Frýdek-Místek,Místek,poliklinika ... MHD	...	11 56	12 55	13 06	14 20	14 23	...	14 34	14 55	14 51	15 31	15 48	...	16 11	16 36	17 20	17 24	18 39	19 52	...	20 20	21 20	21 20	22 20	22 35	...
17					3		Frýdek-Místek,Místek,Politických obětí... MHD	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
18					2		Frýdek-Místek,Frýdek,Na Veselé ... MHD	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
19					1	↓ př	Frýdek-Místek,Frýdek,Revoluční ... MHD	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...

⚒ jede v pracovních dnech
† jede v neděli a státem uznané svátky
② jede v úterý
③ jede ve středu
④ jede ve čtvrtek
⑤ jede v pátek
⑥ jede v sobotu
⟨ spoj zastávkou projíždí
⟨ spoj jede po jiné trase
♿ spoj s bezbariérově přístupným vozidlem
MHD možnost přestupu na městskou hromadnou dopravu

31 nejede 29.10.14, 18.11.14

Nástup do autobusu jen předními dveřmi.Placení jízdného pomocí čipových karet, nebo v hotovosti u řidiče. Na lince platí tarif vyhlášený dopravcem ČSAD Frýdek-Místek a.s. Informace o tarifu a smluvních přepravních podmínkách jsou zveřejněny ve vozidlech na lince.

nextnet

Internet **pro každého**

AKCE 2 MĚSÍCE ZDARMA!

Měsíčně jen 399,- Kč s DPH
Aktivační poplatek 1,- Kč s DPH

tel.: **558 279 180** | www.nextnet.cz

Colemansi
materiály pro střechy a fasády

„Poradím Vám s každou střechou, fasádou a izolací“

„Je to jednoduché, přijedu k Vám, zaměřím objekt, navrhnu optimální řešení, spočítám cenu a když se Vám to bude líbit, rád vše dodám.“

Nejkvalitnější česká betonová taška za exkluzivní cenu! Pouze v Colemanu za cenu od 16,99 Kč/ks (vč.DPH)

BRAMAC STŘECHA NA CELÝ ŽIVOT

Nakupte u Colemanu a zapojte se do soutěže Smršť výher. Jen Coleman Vám vrátí za Vaše nákupy zpět až 20.000 Kč. Jen v Colemanu vyhrává každý zákazník.

Za své nákupy získáváte body - COLY a za ty můžete u nás nakoupit zdarma materiál z naší nabídky.

ZIMA SE BLÍŽÍ
Připravte na ni svou střechu
SNÍH NA STŘECHÁCH NEMUSÍ BÝT STRAŠÁKEM
V nabídce protisněhové zábrany pro všechny typy krytin

STŘECHA LAST MINUTE
Potřebujete zakrýt před zimou dřevo?
Zakrývací plachty, trapézové plechy, bitumenová krytina Onduline za výhodné ceny

Váš poradce: Tomáš Červený, mobil: 725 675 650
OBCHODNÍ CENTRUM OSTRAVA
Provozní 5560, 722 00 Ostrava-Třebovice, tel.: 596 940 640
ředitel obchodního centra Bc. Pavel Merenda, mobil: 725 675 606
www.coleman.cz prodáváme i na internetu - http://e.coleman.cz

Výrobky těchto partnerů u nás nakoupíte výhodněji.

BRAMAC STŘECHA NA CELÝ ŽIVOT | ROCKWOOL TEPELNÉ A PROTIPOŽÁRNÍ IZOLACE | SATJAM střechy·okapy·trapézy | TONDACH střecha dělá dům

www.INTERNET-FRYCOVICE.cz

VÁŠ SPOLEHLIVÝ PARTNER PRO VAŠE PŘIPOJENÍ

Pavel Bohušík 724 709 611, 608 561 516

WiFi

PROJEKČNÍ KANCELÁŘ

Ing. Jaromír Ferdian *ferdi*

- projekty novostaveb i rekonstrukcí
- statické výpočty a posudky

Kontakty: ferdian@mto-ok.cz, tel.: **603259826**, www.projektyostrava.cz

Kancelář: **Ruská 43, Ostrava-Vítkovice, tel.: 596693749, 596693751**

Konzultace: **Ptáčník 372, Fryčovice, 603259826** (po předchozí domluvě)

Projekty pro vaše stavby

SOŠ

STŘEDNÍ ODBORNÁ ŠKOLA,
Frýdek-Místek, příspěvková organizace

VAŠE ŠŤASTNÁ VOLBA VZDĚLÁNÍ

ODBORNOST JE JISTOTA UPLATNĚNÍ

Vyberte si z široké nabídky maturitních a učebních oborů strojírenských, zemědělských a autoopravárenských.

Dny otevřených dveří: 12. 11. a 10. 12. 2014

Pořádáme pro veřejnost rekvalifikační kurzy a kvalifikační zkoušky.

www.sosfm.cz

Pro pracoviště v Rychalticích hledáme pracovníky na pozici

Svářeč - Zámečník

Skládání svařenců v přípravku a následné svařování (metoda MAG)

Zámečník

Příprava podsestav do svařenců, apretura (čištění) a rovnání svařenců

VPAZ
Výroba přípravků a zařízení

V P A Z s.r.o.,
www.vpaz.cz
Kontakt: info@vpaz.cz,
tel. 732637326

Bezplatné Finanční poradenské služby

MP finanční servis, s.r.o. Zveme Vás do nově otevřené kanceláře, kde Vám nabízíme bezplatné, finanční poradenské služby.

Najdete nás v přízemí areálu Stross, 739 45 Fryčovice č.p. 720.

Út., St. - Od 13 do 16 hodin, nebo po telefonické domluvě.

Jedná se o tyto poradenské oblasti:

- *Hypotéky a refinancování*
- *Úvěry ze stavebního spoření*
- *Pojištění vozidel i majetku*
- *Investice a zajištění na důchod*
- *Pojištění života a nemoci*
- *Pojištění odpovědnosti i podnikatelů*
-

Spolupracujeme se všemi významnými bankami i pojišťovnami.

Kateřina Kowolowská

Tel.: 777 811 667

e-mail: katka.kowolowska@mpfs.cz

PALIVOVÉ DŘEVO

TVRDÉ DŘEVO - (buk, dub,habr) 1 prms **990,- Kč**

SMĚS LISTNATÝCH DŘEVIN
(olše, lípa, topol, javor) 1 prms **840,- Kč**
(bříza) 1 prms **930,- Kč**

- **nabízíme** Vám **zdravé** palivové dříví z listnatých dřevin
- prodáváme štípané palivové dříví v **délce 33 cm** (po telefonické domluvě je možno objednat i **jiné délky**)
- **množství** měříme na 1 **prms** (prostorový metr sypaný)
- dopravu máme vlastní – do 7 km ZDARMA !
- ostatní **doprava** 12,- Kč / Km
- místo skladu štípaného dřeva je v obci KRMELÍN
- KONTAKT na tel. 604 741724, 777 839 545

Zahrady Ostrava

www.zahradyOstrava.cz

Fa.Kozubek
Krmiva-zahrada-drogerie
Fryčovice 355
nabízí:

- Okrasné cibuloviny pro podzimní výsadbu od fy. JOŠT
- Možnost objednání zboží z eshopu: www.kozubek-krmiva.cz . Dodání do 48 hodin na prodejnu.
- U nás můžete platit kartou.

Prodejní doba: PO-PÁ 7 - 12, 13 - 17 hod.

SO 7 - 11 hod.

Tel.: 608 871 369, 606 726 651

Kamenictví

TRANAS spol. s r.o.

MLČOCH L. tel.605925932

Hřbitovní 74a , Nový Jičín

www.tranas.wz.cz, kamenictvi@post.cz

NYNÍ NABÍZÍ

DUŠIČKOVOU

SLEVU 20%

na rekonstrukci hrobu
(pomníky, rámy, krycí desky)

Nabízíme slušné a seriózní jednání, přijedeme za Vámi, vypracujeme Vám zdarma nezávaznou nabídku. Jsme tu pro Vás již více jak 35 let.

Ha.Da.Interier

Truhlářství Daniel Hamala

- Výroba kuchyní a nábytku na zakázku
- Prodej nábytkových dvířek

- Kontakt:

Tel: 605 551 668 Brušperská 58
Tel: 737 344 638 Stará Ves nad Ondřejnicí
www.hamala.cz (Areál stavebnin)

CHOVATELÉ DRŮBEŽE

DRŮBEŽÁRNA PŘÍBOR-KLOKOČOV

nabízí na podzim

Prodej zahájen

KUŘICE

- hnědé Bovans, mladé, levné kuřice vhodné pro domácí chov
začátek snášky koncem listopadu

Prodej Po-So 8.00-11.00 h.

Bližší informace na tel. č.:
602 78 77 79 nebo 724 15 44 15