



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

**I**když 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 dlouho 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 mé rodiny bych ji určitě nemohla dělat s takovým nasazením.

**Jste zaměřená pouze na ženskou klientelu?**



**LENKU 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 nezájem 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 tuzemského folku. „Nebudeme hledat novou zpěvačku, protože její hlas se nedá nahradit,“ sdělila kapela. (čtk)