

smartwings

CSA CZECH
AIRLINES

mywings

2 2024

Twój osobisty egzemplarz | Your copy to keep

PL/EN

MOMBASA
BRAMA DO AFRYKI
GATEWAY TO AFRICA



Największy aquapark w Czechach

Pobyty w Aquapalace Hotel Prague****



DRODZY PASAŻEROWIE,
WITAMY NA POKŁADZIE SAMOLOTU
SMARTWINGS GROUP.

DEAR PASSENGERS, WELCOME ABOARD
THIS SMARTWINGS GROUP FLIGHT.

Dziękuję, że wybraliście naszą linię lotniczą na dzisiejszą podróż. Wierzę, że niezależnie od tego, czy podróżujecie Państwo w celach turystycznych czy w interesach, Twoja podróż będzie przyjemnym doświadczeniem.

W niniejszym numerze magazynu pokładowego postanowiliśmy zwrócić Państwa uwagę na trzy popularne destynacje z naszej aktualnej oferty. Pierwszą z nich jest Gran Canaria, wyspa kanaryjska popularna wśród miłośników klasycznych wakacji na plaży. My jednak przedstawimy ją Państwu jako miejsce do aktywnego spędzania czasu. Ma naprawdę duży potencjał.

Drugą destynacją jest Dubaj. Przygotowaliśmy kilka wskazówek, jak cieszyć się z lotu ptaka widokiem tego dynamicznie rozwijającego się i obfitującego w perły architektury miasta. A jeśli preferujecie Państwo jeszcze bardziej egzotyczne miejsca, zabierzemy Was do Kenii w Afryce, a konkretnie do jej metropolii Mombasy.

Mogą Państwo również oczekiwać artykułu o sportach, których wspólnym mianownikiem jest deska. Albo wywiadu z Natalią Szroeder, dzięki któremu przedstawimy Państwu popularną piosenkarkę jako zapaloną podróżniczkę. Wierzę, że zainteresuje Was również artykuł o tym, jak różni się kultura kawy w różnych częściach świata. Ale w magazynie znajdują Państwo znacznie więcej. Życzę miłej lektury i niezapomnianych wrażeń z podróży.

Thank you for choosing our airline for your journey today. Whether you are travelling for leisure, a holiday or on business, I hope your trip will be a pleasant experience.

In this edition of our in-flight magazine we present three popular destinations to which we fly. The first of them is Gran Canaria, the Canary Island popular among those who love classic beach holidays. However, we examine the island from a different angle – as the ideal place for activity breaks. It really does have a lot of potential.

The second destination is Dubai where we have put together a few tips on how to enjoy a bird's eye view of this energetically developing city with a multitude of architectural wonders. But if you prefer even more exotic destinations, we bring you a piece that will teleport you to Kenya, to the capital Mombasa to be exact.

You can also look forward to an article about sports that have one common denominator – a board. And there's an interview with Natalie Szroeder which presents the popular singer as a keen traveller. I believe our article on how coffee culture differs in various parts of the world will also be a fascinating read. But naturally this edition contains much more besides. I wish you a pleasant read and many memorable travel experiences.

Best regards

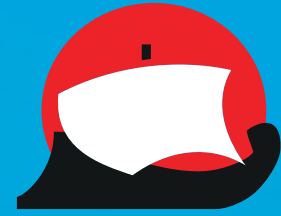
Z wyrazami szacunku



Michal Váňa

Dyrektor Handlowy Smartwings Group / Smartwings Group Commercial Director





ITAKA

WWW.ITAKA.PL

**O! LATO
25
JUŻ W SPRZEDAŻY**

SPIS TREŚCI CONTENTS

2 2024

- 8 **MOMBASA: BRAMA DO AFRYKI** / Gateway to Africa
- 16 **DUBAJ U TWOICH STÓP** / Dubai at your Feet
- 24 **GRAN CANARIA: ADRENALINA ZMIESZANA Z ENDORFINAMI** / Something to get the Pulse Racing
- 30 **NATALIA SZROEDER: SIŁA MUZYKI JEST NIEZWYKŁA** / The Extraordinary Power of Music
- 38 **SEKRET CZERWONYCH JAGÓD** / Secrets of the Bean
- 38 **BOARDING MIĘDZY NIEBEM, MORZEM I ŁĄDEM** / Sea, Sand and Surf
- 59 **NA POKŁADZIE** / On Board



DLA SPÓŁKI SMARTWINGS GROUP PRZYGOTOWUJE / PUBLISHED FOR SMARTWINGS GROUP BY: COT group s.r.o. Garden Eleven, Kubánské nám. 1391/11, 100 00 Praha 10-Vršovice. REDAKTOR NACZELNY / PROJECT MANAGER: Petr Manuel Ulrych, petr.ulrych@cot.cz. REDAKCJA / EDITORIAL BOARD: Vladka Dufková, Eva Frindtová, Peter Šujan, Petr Manuel Ulrych. TEKSTY / TEXTS: Lucie Bezoušková, Jakub Jukl, Petr Manuel Ulrych, Linda Cichra Pacourková, Violet Wilder. TŁUMACZENIE / TRANSLATION: Marie Sedláková, Jiří Sedlák, Marc Di Duca. ZDJĘCIA / PHOTOS: O ile nie podano inaczej, zdjęcia pochodzą z Shutterstock.com / Shutterstock.com – unless others copyrights. SZATA GRAFICZNA / GRAPHIC LAYOUT AND COMPOSITION: Markéta Weberová. PRODUKCJA / PRODUCTION: Julie Válková. DRUKARNIA / PRINT: Triangl a.s. OGŁOSZENIA / ADVERTISEMENTS: COT group s.r.o., tel.: +420735 177 676, e-mail: inzerce@cot.cz, Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń. / The publisher carries no legal responsibility for the content of any advertisements appearing in this magazine. Zamknięcie wydania z dniem: 3. 9. 2024 / Copy date September 3, 2024. Wydanie jest ważne przez listopad 2024 – maj 2025 / This issue is for the period November 2024 – May 2025

SPIS TREŚCI CONTENTS

2 2024

- 8 **MOMBASA: BRAMA DO AFRYKI** / Gateway to Africa
- 16 **DUBAJ U TWOICH STÓP** / Dubai at your Feet
- 24 **GRAN CANARIA: ADRENALINA ZMIESZANA Z ENDORFINAMI** / Something to get the Pulse Racing
- 30 **NATALIA SZROEDER: SIŁA MUZYKI JEST NIEZWYKŁA** / The Extraordinary Power of Music
- 38 **SEKRET CZERWONYCH JAGÓD** / Secrets of the Bean
- 46 **BOARDING MIĘDZY NIEBEM, MORZEM I ŁĄDEM** / Sea, Sand and Surf
- 59 **NA POKŁADZIE** / On Board



DLA SPÓŁKI SMARTWINGS GROUP PRZYGOTOWUJE / PUBLISHED FOR SMARTWINGS GROUP BY: COT group s.r.o. Garden Eleven, Kubánské nám. 1391/11, 100 00 Praha 10-Vršovice.. REDAKTOR NACZELNY / PROJECT MANAGER: Petr Manuel Ulrych, petr.ulrych@cot.cz. REDAKCJA / EDITORIAL BOARD: Vladka Dufková, Eva Frindtová, Peter Šujan, Petr Manuel Ulrych. TEKSTY / TEXTS: Lucie Bezoušková, Jakub Jukl, Petr Manuel Ulrych, Linda Cichra Pacourková, Violet Wilder. TŁUMACZENIE / TRANSLATION: Marie Sedláková, Jiří Sedlák, Marc Di Duca. ZDJĘCIA / PHOTOS: O ile nie podano inaczej, zdjęcia pochodzą z Shutterstock.com / Shutterstock.com – unless others copyrights. SZATA GRAFICZNA / GRAPHIC LAYOUT AND COMPOSITION: Markéta Weberová. PRODUKCJA / PRODUCTION: Julie Válková. DRUKARNIA / PRINT: Triangl a.s. OGŁOSZENIA / ADVERTISEMENTS: COT group s.r.o., tel.: +420735 177 676, e-mail: inzerce@cot.cz, Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń. / The publisher carries no legal responsibility for the content of any advertisements appearing in this magazine. Zamknięcie wydania z dniem: 3. 9. 2024 / Copy date September 3, 2024. Wydanie jest ważne przez listopad 2024 – maj 2025 / This issue is for the period November 2024 – May 2025



Your Airline
Welcome aboard!

smartwings 



MOMBASA

BRAMA DO AFRYKI

GATEWAY TO AFRICA

📷 Jakub Jukl | 📷 © Shutterstock.com



Wielu z nas może pamiętać dziką afrykańską Kenię i jej największe miasto portowe Mombasę z dzieciństwa, z historii małej Nel i jej rycerskiego opiekuna Stasia autorstwa słynnego pisarza Henryka Sienkiewicza.

Many of us perhaps remember wild Kenya and its largest port Mombasa from our childhoods and the story of little Nel and her knightly protector Stash by the famous author Henryk Sienkiewicz.

Aby dziś odwiedzić Mombasę, nie trzeba odbyć zmuśnej podróży przez „pustynię i puszcze”. Można się tam wygodnie dostać bezpośrednim samolotem z Warszawy i Katowic.

Kenia oferuje odwiedzającym różnorodną mieszankę doświadczeń: od pływania na pięknych plażach, przez zapierające dech w piersiach naturalne krajobrazy, po prawdziwe afrykańskie safari. Można tu podziwiać tradycyjne wioski tubylców i charakterystyczną kolonialną architekturę. To, co sprawia, że Mombasa jest wyjątkowa, to fakt, że można doświadczyć tego wszystkiego w mieście i jego bezpośrednim otoczeniu.

But to visit Mombasa today you don't have to hack your way through desert and wilderness – you can get there in comfort aboard a direct flight from Warsaw or Katowice.

Kenya offers visitors a colourful blend of experiences: from beach fun on golden grains to wonderful places of natural beauty and real safaris. There's also the chance to see traditional African villages and characterful colonial architecture.

Mombasa is also unique in that you can experience all this in the city and the immediate surroundings.



**Kolejną ciekawostką Mombasy jest stara kolonialna forteca Fort Jesus.
Another remarkable place in Mombasa is the old colonial Fort Jesus.**

WSPOMNIENIE O KRÓLOWEJ

Jedną z najbardziej znanych atrakcji Mombasy, a właściwie jednym z symboli miasta są „Kły Mombasy” – „Mombasa Tusks”. Jest to podwójna brama w formie skrzyżowanych kłów słonia, która wygina się w łuk nad Moi Avenue, jedną z głównych alei miasta. Oczywiście nie są to prawdziwe kły, wykonane są z aluminium. Pierwsza para kłów została tu umieszczona w 1952 roku, kiedy Kenia była jeszcze kolonią brytyjską, na cześć wizyty księżniczki Elżbiety. To tutaj dowiedziała się o śmierci swojego ojca, króla Jerzego VI. A tak młoda dziewczyna, która kilka dni wcześniej została powitana pod kłami Mombasy jako księżniczka, jechała pod nimi w drodze powrotnej jako królowa Elżbieta II. W 1956 roku, kiedy Moi Avenue poszerzyła się, dodano jeszcze jedną parę kłów, tworząc drugą bramę.

TAM, GDZIE AFRYKA MIESZA SIĘ Z EUROPĄ I ORIENTEM

Kolejną ciekawostką Mombasy jest stara kolonialna forteca Fort Jesus, zbudowana przez Portugalczyków pod koniec XVI wieku. Jest to wyjątkowy przykład portugalskiej architektury kolonialnej, która w 2011 roku trafiła nawet na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Armaty, które miały strzec cieśniny morskiej pod twierdzą, nadal są symbolicznie umieszczone na jej murach.

Na pewno warto wybrać się na spacer uliczkami sąsiedniego starego miasta, gdzie mieszają się Afryka i Orient. Domy mają elementy architektury suahili, arabskiej i kolonialnej, a wszystko to tworzy malowniczą mieszankę charakterystyczną dla Mombasy. Nie można ominąć lokalnego targu przypraw. Miasto jest w większości muzułmańskie,

MEMORIES OF A QUEEN

One of the best-known attractions in Mombasa and one of the symbols of the city is the Mombasa Tusks, a gateway formed by crossed elephant tusks that rise above Moi Avenue, one of the city’s main thoroughfares. Of course, these are not real tusks, but models made of aluminium. The first pair of tusks were erected here in 1952, when Kenya was still a British colony, to mark the visit of princess Elizabeth. It was during this sojourn that she learnt of the death of her father, King George VI. And so the young girl who entered Mombasa via the tusks as a princess left through them as queen Elizabeth II. In 1956, when Moi Avenue was widened, another pair of tusks was added creating a second gateway.

WHERE AFRICA, EUROPE AND THE ORIENT ENTWINE

Another remarkable place in Mombasa is the old colonial Fort Jesus, built by the Portuguese in the late 16th century. This is a unique example of Portuguese colonial architecture which was added to UNESCO’s list of world cultural heritage sites in 2011. To this day, cannons which once guarded the strait below the fortress are symbolically positioned on its battlements.

Another must is a stroll through streets of the adjacent old town, a blend of Africa and Asia. The houses here sport elements of Swahili, Islamic and colonial architecture creating a picturesque blend so typical for Mombasa. Nor should you miss the local spice market. The city is the largely Muslim, hence number of mosques and minarets, but you’ll also find Christian

DESTYNACJE DESTINATION



Plaża w Mombase / Beach in Mombasa



DESTYNACJE DESTINATION

co przypomina wiele meczetów i minaretów, ale jest tu też wiele kościołów chrześcijańskich, a nawet świątyń hinduistycznych zbudowanych przez indyjskich imigrantów, gdy Kenia, podobnie jak Indie, była częścią brytyjskiego imperium kolonialnego.

W POSZUKIWANIU CZERWONYCH SŁONI

Ale do Kenii nie jedzie się ze względu na zabytki, nawet jeśli są ciekawe. Turystów przyciąga przede wszystkim różnorodna fauna afrykańska. Z Mombasy można wybrać się na klasyczne safari. Na przykład do Parku Narodowego Tsavo, słynącego z czerwonych słoni. Oczywiście trąbowce te same w sobie nie są czerwone, to ubarwienie nadaje im czerwony pył, który osadza się na ich skórze. Czegoś takiego nie zobaczysz nigdzie indziej na świecie. Można też zobaczyć żyrafy, antylopy i bawoły biegające po stepie wśród ogromnych baobabów. Popularnym rezerwatem jest również Salt Lick, w którym można obserwować zwierzęta bezpośrednio przy wodopoju lub podziwiać widok na najwyższą górę Afryki, Kilimandżaro. Jej szczyt pokryty jest śniegiem nawet w środku lata.

Ale safari może też wyglądać zupełnie inaczej. W Kenii można również odwiedzić safari morskie, takie jak Pilli Pipa Dhow Safari na południe od Mombasy. Zamiast sawanny podczas snorkelingu można obserwować piękne rafy koralowe, a zamiast słoni i żyraf żółwie, płaszczki i mureny. A nawet delfiny!

ZĘBATY TATUSZ

Nawet nie musisz wyjeżdżać z Mombasy, aby spotkać się z dzikimi afrykańskimi zwierzętami. Krokodyle można spotkać na ulicach miasta. Na szczęście tylko na zdjęciach! W rzeczywistości można je znaleźć na farmie krokodyli Mamba Village w dystrykcie Nyali. Jest to największe zoo z krokodylami w Afryce Wschodniej, w którym można zobaczyć setki krokodyli, od młodych po dorosłe. Główną atrakcją jest gigantyczny krokodyl o imieniu Big Daddy, który mierzy 5 metrów i waży prawie tonę! Aby zoo zasłużyło na swoją nazwę, można tu również zobaczyć różne węże

churches and even Hindu temples that were built by Indian immigrants when Kenya and India were both British colonies.

RED ELEPHANTS

Although interesting enough, people usually don't travel to Kenya to see the sights. Tourists are mainly attracted here by Africa's colourful wildlife. From Mombasa you can go on a classic safari, to the Tsavo National Park for instance, famous for its red elephants. These animals aren't naturally red – they get their rusty hue from red dust that sticks to their skin. There's nothing quite like it anywhere else on earth. You can also spot giraffes, antelopes and buffaloes galloping across the steppe among huge baobab trees. Salt Lick is also a popular reserve where you can watch animals at a watering hole or admire the view of Africa's highest peak, Kilimanjaro. Even in summer the summit is dusted with snow.

But safari can be completely different. In Kenya you can go on a sea safari with Pilli Pipa Dhow Safari south of Mombasa. Instead of savannah you can snorkel to see amazing coral reefs, and in place of elephants and giraffes observe turtles and rays. And if you are really lucky, dolphins!

BIG DADDY

But to see African wildlife you don't even have to leave Mombasa. You can encounter crocodiles in the streets of the city. Luckily only on pictures! You'll find the real things at the Mamba Village crocodile farm in the Nyali neighbourhood. This is the largest crocodile zoo in East Africa where you can see hundreds of crocodiles, from babies to full-grown adults. The main attraction here is a huge crocodile by the name of Big Daddy who is 5m long and weighs almost a ton! And so that the zoo lives up to its name, you can also see various African snakes. The crocodile farm also boasts its own restaurant where you can try a local speciality – crocodile meat.



Czerwone słonie / Red elephants

**Turystów przyciąga przede wszystkim różnorodna fauna afrykańska.
Tourists are mainly attracted here by Africa's colourful wildlife.**



afrykańskie. Na farmie krokodyli znajduje się również restauracja, w której można skosztować lokalnego specjału – mięsa z krokodyla.

A kto się boi węży, z pewnością będzie wolał odwiedzić pobliski Haller Park. Pod tą nazwą skrywa się ogród zoologiczny. Na terenie dawnego kamieniołomu żyją tu żółwie, hipopotamy, a zwłaszcza żyrafy, które można tu nawet nakarmić, co jest popularną rozrywką zwłaszcza dla dzieci.

NAD BRZEGIEM OCEANU

Kenia oczywiście oferuje mnóstwo naturalnego piękna. Więc po co wybierać się akurat do Mombasy? Powód jest jasny: morze! A dokładniej Ocean Indyjski. Tutaj, w pobliżu równika, panuje bardzo przyjemna temperatura i można się w nim kąpać praktycznie przez cały rok. Mombasa ma piękne plaże, z których najstynniejsza nazywa się Nyali. Możesz po prostu pływać lub opalać się, ale także nurkować lub cieszyć się odrobina adrenaliny podczas surfowania. Plaża jest otoczona hotelami i restauracjami, więc w ciągu dnia można zjeść posiłek, a wieczorem zorganizować romantyczne spotkanie.

A dla miłośników snorkelingu i nurkowania prawdziwym rajem jest Mombasa Marine National Park, który leży u północnych wybrzeży miasta. Pod wodą można zobaczyć ławice kolorowych ryb pływających między rafami koralowymi, a także żółwie morskie. ■

For those who are afraid of reptiles, it might be better to visit the nearby Haller Park, a great zoo in a former quarry featuring turtles, hippos and giraffes which you can feed, great fun for the kids.

FUN BY THE OCEAN

Of course, Kenya boasts a lot of natural beauty so why come to a big city like Mombasa? The reason is simple: the sea! Or to be more exact, the Indian Ocean. Near the Equator the water temperature is very pleasant, and you can swim practically all year round. In Mombasa there are amazing beaches, the most celebrated of which is Nyali. Here you can swim or just work on your tan as well as snorkel or, for a bit of excitement, try surfing. The beach is backed by hotels and restaurants meaning refreshments and romantic evening dinners are easy to organise.

For snorkelling and diving fans the Mombasa Marine National Park on the northern coast of the city is a real subaquatic nirvana. Under the water here you can see sea turtles and shoals of multi-hued fish darting among the coral reefs. ■

Karlovy Vary – cel Twojego wspaniałego urlopu

Karlovy Vary – A Rewarding Holiday Destination

✍️ Josef Slunečko | 📷 © František Konopa, David Švehla, Aleš Vopat, Martin Vrbický

Poznaj największe i najsłynniejsze uzdrowisko w Czechach, wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO.

UZDROWISKO

Gorące źródła termalne oczyszczą Twój organizm i dodadzą Ci nowej energii. Pobyt w spa przyczyni się do profilaktyki Twojego zdrowia.

ARCHITEKTURA UZDROWISKOWA

Spaceruj wzdłuż słynnych kolumnad i daj się oczarować wyjątkowej architekturze miasta.

WSPANIAŁA GASTRONOMIA

Zafunduj sobie najlepszą gastronomię i skosztuj specjałów piwnych z regionalnych browarów.

HUTA SZKŁA MOSER /

Dowiedz się o pracy szklarzy w hucie szkła i podziwiaj piękno szkła artystycznego Moser.

DOM BECHEROVKI

Twoja wizyta w muzeum znanego na całym świecie producenta likierów ziołowych zakończy się pyszną degustacją.

MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL FILMOWY

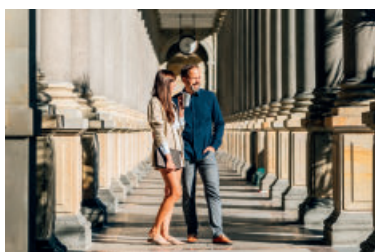
W dniach 4 – 12. 07. 2025 roku odbędzie się 59. edycja tego święta miłośników filmów Dni pełne kultury, sztuki i rozrywki z udziałem gwiazd filmowych zamieniają miasto w „gorący tygiel”.

Odkrywaj piękno regionu z kartą Karlovy VARY REGION CARD. ■

WWW.KARLOVYVARYCARD.CZ



Cesarskie uzdrowisko / Imperial Baths



Kolumnada Mlýnská / Mill Colonnade



Ręcznie dmuchane szkło / Moser Blowing Moser glass



Źródło Svoboda / Svoboda Spring

Come and see the largest and most illustrious spa town in the Czech Republic, now a UNESCO-listed site.

CURATIVE SPAS

Hot thermal springs cleanse your body and recharge your batteries. A break at a spa is good at preventing all kinds of ailments.

SPA ARCHITECTURE

Stroll along the famous colonnades and let yourself be amazed by the town's very special architecture.

GREAT FOOD

Treat yourself to some top-notch dishes and sample beer specials at regional breweries.

MOSER GLASSWORKS

See the glassblowers at work at the glassworks and admire the beauty and artistry of Moser glass.

THE HOME OF BECHEROVKA

Your visit to the museum belonging to the famous herb liqueur producer ends with a tasting session.

INTERNATIONAL FILM FESTIVAL

The 59th celebration of all things film will take place 4.-12. 7. 2025. Days packed with culture, art and entertainment in the company of film stars turns the town into a real melting pot.

Discover the beauty of the region with the Karlovy VARY REGION CARD. ■

WWW.KARLOVYVARYCARD.CZ



Karlovy Vary Region

WWW.VISITVARYREGION.COM



ZIMA 24/25

**MALEZJA | BALI | BRAZYLIA |
MALEDIWY | TAJLANDIA | MAURITIUS |
DOMINIKANA | MADAGASKAR | KENIA |
ZJEDNOCZONE EMIRATY ARABSKIE |
WYSPI ZIELONEGO PRZYLĄDKA |
OMAN | SRI LANKA | ZANZIBAR |
HISZPANIA | CYPR | EGIPT |
PORTUGALIA | TUNEZJA**

WWW.ITAKA.PL

Dubaj w najlepszym wydaniu / Dubai in all its glory



DUBAJ U TWOICH STÓP DUBAI AT YOUR FEET

Gdyby dziś powstała lista siedmiu cudów współczesnego świata, Dubaj z pewnością byłby jednym z nich. Sam pejzaż miejski zapiera dech w piersiach i bije wszelkiego rodzaju rekordy świata.

If today someone put together a list of the seven wonders of the modern world, Dubai would have to be on it. Just the city skyline is spectacular enough, a place that holds several world records.

📷 Jakub Jukl | 📷 © Shutterstock.com



Aby w pełni wykorzystać widok na miasto z lotu ptaka, zabierzemy Cię do trzech najbardziej zapierających dech w piersiach punktów widokowych Dubaju, których nie można pominąć. Każdy z nich jest w jakiś sposób wyjątkowy.

BURDŻ CHALIFA CZYLI NAJ, NAJ, NAJ

Mówi się, że w Dubaju życie jest na wysokim poziomie. I to prawda. Nawet na najwyższym poziomie. To właśnie w Dubaju znajduje się najwyższy budynek na świecie, wieżowiec Burdż Chalifa. Od 2008 roku, kiedy został ukończony, jest głównym punktem orientacyjnym całego miasta. Ze swoimi 828 metrami wysokości znacznie przewyższa otaczające go dubajskie drapacze chmur. Brakowało niewiele, a znajdowałby się na zupełnie innym kontynencie. Pierwotne plany zakładały Melbourne w Australii, ale budowa została anulowana. Ostatecznie jednak architekci otrzymali możliwość zrealizowania najwyższego budynku na świecie w Dubaju.

Ale Wieża Khalifa (jak brzmi nazwa wieżowca po arabsku) służy nie tylko do podziwiania jej z ziemi. Jest to również miejsce, z którego można obserwować Dubaj z góry. Zapierające dech w piersiach widoki na całe miasto oferuje platforma widokowa o nazwie At the Top, która znajduje się na 124 piętrze na wysokości 452 metrów. W swoim czasie była to najwyższa platforma widokowa na świecie. Ponieważ jednak Burdż Chalifa stracił ten prymat w 2011 roku na rzecz chińskiego wieżowca Canton Tower, otwarto kolejny punkt widokowy w Dubaju na 148 piętrze (At the Top Sky), dzięki któremu ponownie zdobył pierwsze miejsce. A potem, dla pewności, od 152 do 154 piętra „The lounge observatory”, skąd z wysokości 584 metrów można podziwiać Dubaj. Nic wyżej na świecie nie istnieje – przynajmniej na razie.

Oczywiście nie trzeba się martwić o konieczność wchodzenia po schodach, aby dostać się na punkty widokowe – na 189 piętro prowadzą windy, w produkcji których brała również udział czeska firma Pega Hoist z Pardubic. W Burdż Chalifa, można naliczyć w sumie 57 wind. Na 158 piętrze znajduje się również najwyższy meczet – nie zapominajmy, że jesteśmy w kraju muzułmańskim. Polecamy jednak zatrzymać się na 76 piętrze w drodze do punktu widokowego. Znajduje się tam najwyższej położony basen na świecie... Witamy w Dubaju!

DUBAI EYE

Kiedy zaprosimy Cię na inny słynny punkt widokowy w Dubaju, możesz powiedzieć: „Nie, dziękuję, już to widziałem”. Ale nigdy wcześniej tego nie przeżyłeś. Co powiesz na widok na miasto z gigantycznego diabelskiego młyna? A kiedy mówimy gigantyczny, mamy na myśli największy na świecie!

To really get that truly bird's eye view, we take you to three of the most amazing Dubai viewing points which no visitor should miss. Each of them is unique in some way.

BURJ KHALIFA – TOWER OF SUPERLATIVES

It's said that in Dubai people really do live the high life – and it's true. In fact, they live the highest possible. In Dubai you'll find the tallest building in the world – the Burj Khalifa. Since it was completed in 2008, it has dominated the skyline. At 828m it completely overshadows all the surrounding skyscrapers. But did you know it almost stood on a different continent? The original plans were drawn up for Melbourne, but things didn't work out for Australia, and in the end the architects got the chance to build the world's tallest structure in Dubai.

The Khalifa Tower (as the name translates in Arabic) isn't just a building you can admire from the ground. It is also a place from where you can see Dubai from above. Amazing views of the entire city can be enjoyed from the viewing platform called At the Top on the 124th floor at a height of 452m. In its day it was the highest viewing gantry in the world. But as the Burj Khalifa lost this title in 2011 to a Chinese skyscraper called Canton Tower, in Dubai they opened another viewing platform on the 148th floor (At the top Sky) which brought the title back home. Then, just to make absolutely sure, on the 152nd to 154th floor The Lounge Observatory was created which enables visitors to look down from a height of 584m on the UAE largest city. For now, at least, there's no higher manmade place on earth.

Have no fear – to enjoy the views you don't have to climb any stairs – there are elevators up to the 189th floor, lifts partially installed by the Czech company Pega Hoist from Pardubice. There are 57 such lifts in the Burj Khalifa. On the 158th floor there's the highest mosque anywhere on earth – don't forget we are in a Muslim country. However, we recommend you make a halt on the 76th floor where you'll discover the highest swimming pool on earth... Welcome to Dubai!

DUBAI EYE

You might be tempted to turn down another invitation to view Dubai from above, having already seen it from various vantage points. But we have saved the best till last. How about viewing the city from a giant Ferris wheel? And when we say giant, this is actually the world's biggest! The slowly revolving wheel with capsules,

Najwyższy budynek na świecie oferuje nie tylko widoki, ale także restauracje, meczet i basen.

In addition to views, the tallest building in the world offers restaurants, a mosque and a swimming pool.



The Dubai Eye



Dubai Frame



Diabelski młyn z kabinami obserwacyjnymi nazywa się Ain Dubai, na wzór swojego mniejszego, ale starszego londyńskiego brata. Podczas, gdy diabelski młyn w Londynie ma 135 metrów wysokości, Dubai Eye sięga prawie dwa razy wyżej, ma 250 metrów (tak, dobrze liczysz, to ćwierć kilometra). To wysokość, na którą wywiezie Cię diabelski młyn i będziesz mógł podziwiać panoramę Dubaju podczas 38-minutowej przejażdżki. A jeśli znudzi Ci się dzień, możesz skorzystać z przejażdżki po zmroku i obserwować metropolię lśniącą milionami świateł.

Diabelski młyn jest naprawdę ogromny, z czego zdasz sobie sprawę dopiero stojąc pod nim. Aby dać ci wyobrażenie: wieża katedry św. Wita w Pradze ma 97 metrów wysokości. Jedna szprycha dubajskiego młyna mierzy 126 metrów... Dubai Eye może przewozić jednocześnie 1750 pasażerów w 48 kabinach. Są one oczywiście klimatyzowane. Diabelski młyn Dubaju znajduje się bezpośrednio nad turkusową powierzchnią morza, na sztucznej wyspie, nazwanej Bluewaters Island.

SPOJRZENIE W PRZESZŁOŚĆ I PRZYSZŁOŚĆ

Właśnie w tym duchu zaprojektowano kolejny z dosłownie kultowych punktów widokowych Dubaju – Dubai Frame. Czy to nie dość dziwna nazwa? Być może. I jeszcze dziwniejsza architektura! Ten budynek naprawdę ma formę zdobionej ramy obrazu. W rzeczywistości są to dwa budynki przypominające wieże, które są połączone na dole i na górze. Dubai Frame wznosi się w parku miejskim Zabeel na granicy starego miasta i nowoczesnej zabudowy. Jeśli spojrzysz przez tę „ramę”, zobaczysz stary historyczny Dubaj z jego alejkami, meczetami i bazarami z jednej strony, a nowym hipernowoczesnym miastem z drugiej.

Ale to nie wszystko. W Dubaju możesz obejrzeć obraz a także wejść do jego ramy. I tak w Dubai Frame można wjechać windą do górnej, poziomej części budynku. Symbolicznie w jednej z wież mieści się muzeum, które przybliży starożytne oblicze Dubaju. W ten sposób można dostać się do przeszklonego korytarza łączącego dwie wieże wieżowca. Z tego miejsca można podziwiać widok na obecne oblicze miasta. Jednym z naprawdę niezapomnianych przeżyć jest widok na Park Zabeel przez szklaną podłogę ramy – Dubaj jest dosłownie pod stopami. Następnie zjeżdża się windą w dół w drugiej wieży, gdzie znajduje się muzeum, pokazujące wizję tego, jak Dubaj będzie wyglądał za kolejne pół wieku. To, co w innych miejscach wyglądałoby jak czcze fantazje, w Dubaju ma obiecujące perspektywy, by stać się rzeczywistością. I całkiem możliwe, że szybciej niż nam się wydaje. ■

just like its (older!) little London brother, is called the Dubai Eye (Ain Dubai). But while the London Eye is 135m tall, the Dubai Eye rises twice as high – 250m (yes, that's right, a quarter of a kilometre). The Eye will take you up to that height and during the 38-minute ride you can admire the Dubai cityscape. And if you don't find this too exciting by day, you can take a ride after dark and see the city lit up by millions of lights.

The Eye is truly enormous, a fact people usually appreciate best when standing under it. For comparison's sake, the spire of Prague's Cathedral of St Vitus is 97m tall but one spoke of the Dubai Eye is 126m long... The wheel can take 1,750 passengers at a time in 48 capsules, all with air-con as you would expect. The Dubai Eye looks out across the turquoise sea on a manmade island, aptly called Bluewaters Island. A short distance from here lies the best-known artificial island in Dubai – the Palm Jumeirah with its luxury resorts, beaches and promenades. And the best view is from the top of the Eye as only from here can you actually see that the island was built in the shape of a huge palm tree.

VIEWS OF THE PAST AND FUTURE

This is exactly what another iconic Dubai viewing point – the Dubai Frame – provides. Bit of a strange name? Well, this piece of odd architecture deserves an odd name! The building looks like a picture frame. In fact, it's made up of two towers that are connected at the top and bottom. The Dubai Frame rises in Zabeel Park where the old town meets the modern city. If you look through the 'frame' from one side you see old, historical Dubai with its lanes, mosques and bazars, from the other the new, hypermodern city.

But that's not all. In Dubai you can see the picture and enter the frame as well. Take the lift to the upper, horizontal part of the building. In one of the wings there is a museum which tells the story of old Dubai. From there a glazed corridor links both of the towers offering views of the city in its current form. Another memorable experience is the view down onto Zabeel Park through the glass floor of the frame – the UAE capital literally lying at your feet. You can then take the lift down in the other tower where another museum showcases the vision of how Dubai will look in another half a century. What might seem like sheer fantasy everywhere else has a good prospect of becoming reality in Dubai. And perhaps sooner than you think. ■

**GALERIA
SZTUK PIĘKNYCH
W OSTRAWIE**

**GALLERY
OF FINE ARTS
IN OSTRAVA**



**PRZYJDŹ
I ODWIEDŹ**

**COME
AND VISIT**

**Jedna z najbardziej znaczących
kolekcjonerskich galerii
w Czechach.**

**Dom sztuki, zabytkowy budynek
z roku 1926 należy do klejnotów
architektury ostrawskiej.**

**One of the most significant
art gallery in Czechia
with own collection.**

**The House of Art from 1926 is a fine
example of modern architecture
and belongs to the major
architectural gems of Ostrava's.**

GVUO

Galeria sztuk pięknych w Ostrawie /
Gallery of Fine Arts in Ostrava
Dom sztuki / House of Art
Jurečkova 9, 702 00 Ostrava, CZ

Godziny otwarcia / Open hours
WT-NIE / TUES-SUN 10:00-18:00
W każdy piątek wstęp bezpłatny. /
Free entrance on every Friday.

GVUO.CZ



Memorable events. Exceptional location.

DESTINATION NORTH MORAVIA

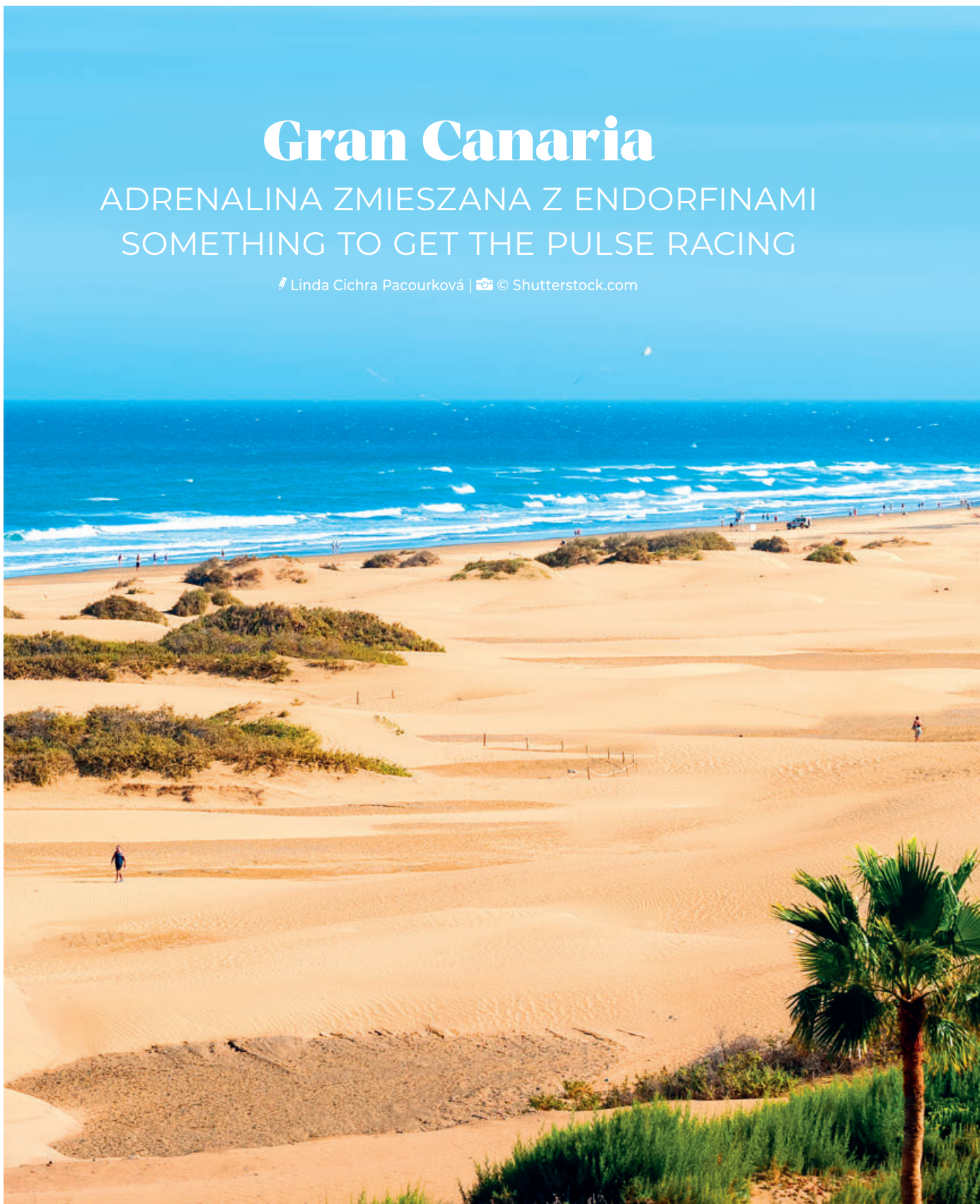
Najlepsze miejsce na niezapomniane wydarzenia.
MORAWY PÓŁNOCNE I ŚLĄSK



Gran Canaria

ADRENALINA ZMIESZANA Z ENDORFINAMI
SOMETHING TO GET THE PULSE RACING

✍️ Linda Cichra Pacourková | 📷 © Shutterstock.com



Co powiesz na windsurfing na falach oceanu, sandboarding na wydmach lub jazdę konną w dzikiej naturze? Na trzeciej co do wielkości wyspie Wysp Kanaryjskich, Gran Canaria, pogoda jest idealna do aktywnego spędzania wolnego czasu przez cały rok. Po prostu spakuj walizkę i ruszaj w drogę.

What about trying out windsurfing on the ocean waves, sandboarding the sand dunes or horse-riding in the wilds? The third largest of the Canary Islands, Gran Canaria has the ideal weather for any activity all year round.



Wydmy piaskowe w Maspalomas /
Sand dunes in Maspalomas

Dość już było stereotypowych dni, podczas których spędzasz czas między spotkaniami w pracy a domem. Potrzebujesz wakacji! I choć na Gran Canarii możesz przeżyć luksusowe chwile relaksu, tym razem swoje zdrowie psychiczne wspomóż aktywnością fizyczną. Na pewno na chwilę zapomnisz o wszystkich codziennych troskach. Wiemy, jaki sport sprawi, że poczujesz przypływ adrenaliny i na którym szlaku otaczająca przyroda uwolni endorfiny.

JAZDA NA SNOWBOARDZIE LATEM? PRAWIE

Podczas gdy zimą masz wystarczająco ciepłe ubrania do jazdy na snowboardzie, na wydmach Maspalomas pomyśl bardziej o kremie przeciwsłonecznym o wysokim współczynniku SPF. Czy jesteś gotowy na sandboarding? To będzie jazda bez trzymanki. Chociaż w końcu znajdziesz piasek we włosach i pod kostiumem kąpielowym, przeżycie będzie całkowicie wyjątkowe.

ZWIEDZAJ WYSPĘ Z SIODŁA

W północnej i południowej części wyspy znajdziesz niezliczone stajnie i szkoły jazdy konnej, które oprócz wypraw w siodle oferują lekcje jazdy konnej. Może Ci się wydawać, że to nie do końca dla Ciebie, ale poczekaj, aż pięćsetkilogramowe zwierzę pogalopuje z Tobą po plaży, a doświadczysz zupełnie nowego wymiaru wolności.

Everyone sometimes has enough of the same old days when all you do is spend time between work meetings and home. Everyone needs a holiday! And although you can experience wonderful days of relaxation on Gran Canaria, this time give your mental health a boost with physical activities. All those every-day cares will simply evaporate in the sun. And we know what sports will get your pulse racing, and what trails to take to get that heart rate up.

SUMMER SNOWBOARDING? ALMOST...

While in winter you require warm clothing for snowboarding, in the sand dunes of Maspalomas you'll be more in need of sunscreen with a high SPF. Are you prepared for sandboarding – slithering down dunes on a board? It's a fun ride, though you'll be finding sand in your hair and in your swimwear forever more – but the experience is worth it.

ISLAND FROM THE SADDLE

In the north and south of the island you'll discover countless stables and riding schools offering riding lessons and guided outings. Perhaps you might think this isn't really for you but just wait until you feel that 500kg animal galloping along the beach – it's like a completely new dimension of freedom.

Od listopada do lutego temperatura wody wynosi około 20°C.

From November through to February the water temperature is around 20°C.





SURFING, WINDSURFING

Co myślisz, gdzie można znaleźć jedno z najlepszych fal dla surferów w Europie? Tak, właśnie tutaj! Zimą, od września do kwietnia, można spodziewać się największych fal, które przyciągają na Gran Canarię surferów z całego świata. Sportowcy szczególnie chwalą sobie plaże El Confital, El Altillo, La Caleta i Playa de Las Canteras, w okolicy Las Palmas. Możesz spodziewać się mocnych i wysokich fal – idealnych dla doświadczonych surferów. Jeśli chcesz spróbować surfing, południowe plaże Playa del Inglés i Maspalomas mają fale o wysokości do dwóch metrów, co czyni je idealnymi dla początkujących.

SOLIDNE BUTY, WODA I PLECAK

Spakuj się na wycieczkę i udaj się na obserwację kanaryjskich endemitów – takich jak roślina Żmijowiec –Tajinaste Blanco, na którą natkniesz się w drodze do krateru Caldera de Bandama. Wokół tego krateru wulkanicznego prowadzi okrężna ścieżka o długości około 4 km, która ma średni stopień trudności, nie tylko ze względu na wysokość nad poziomem morza. Na dnie krateru znajduje się również ciekawostka archeologiczna (jaskinie pierwotnych mieszkańców wyspy – Guanczów).

Kolejnym miejscem idealnym na trekking jest zdecydowanie Tamabada, gdzie będziesz spacerować po kaniach i najlepiej zachowanym sosnowym gaju na północy wyspy. Tambada jest domem dla 25% endemicznych roślin na wyspie i 20% całego archipelagu. A jeśli nie masz dość dziewiczej przyrody, wąwóz Barranco de Los Cernicalos powinien być Twoim następnym przystankiem – tutejsze

(WIND)SURFING

Where do you think you might find some of the best surfing waves in Europe? Yes, right here in the Canary Islands! Over the winter you can expect the biggest waves that attract surfers from across the globe to Gran Canaria. Wave riders rave about beaches like El Confital, El Altillo, La Caleta and Playa de Las Canteras, all around Las Palmas. You can look forward to strong, tall waves, ideal for experienced surfers. But if you are a first-time surfer, the south-coast beach called Playa del Inglés and Maspalomas have 2m-high waves, great for beginners.

STURDY FOOTWEAR, WATER AND RUCKSACKS

Pack your rucksack and head out to discover Canarian endemic species. There's a plant called Tajinaste Blanco for instance, which you may encounter on your way to the Caldera de Bandama. The 4km-long trail leads around the volcano crater and is quite hard going and not only due to the elevation. At the bottom of the crater you'll find an archaeological site (caves belonging to the original inhabitants of the island – the Guanche).

Puerto de Mogán z popularną plażą /Puerto de Mogán with its popular beach





Szlak pieszy obramowany smoczymi drzewami /
Hiking trail lined with dragon trees

wodospady na zawsze zapiszą się w Twojej pamięci. Siedmiokilometrowy spacer zajmie Ci około trzech i pół godziny. Zalecamy spacer w dzień powszedni, jest wtedy mniej turystów.

BOGATE ŻYCIE NA DNIE OCEANU

Niezależnie od tego, czy chcesz odwiedzić centrum nurkowe (jest ich kilka na wyspie) i przeżyć nurkowanie pod doświadczonym nadzorem, czy po prostu wypożyczyć sprzęt do nurkowania i obserwować lokalne podwodne życie spod powierzchni wody, na wyspie masz idealne warunki. Nurkować można w zasadzie wszędzie – widoczność jest większa w miejscach, gdzie nie ma płytkiego piaszczystego wybrzeża. Trzeba jednak uważać na fale i przybrzeżne skały. Zobaczyć podwodne jaskinie, rafy i piaszczyste dno z płaszczkami? Można tego doświadczyć również na Gran Canaria. Rafa koralowa El Cabrón to zdecydowanie najlepsze miejsce do nurkowania. Oprócz płaszczek można tu zobaczyć także koniki morskie, ośmiornice, barakudy, tuńczyki, mątwy, a nawet mureny. Krótko mówiąc, otaczające dno Atlantyku wyróżnia się różnorodnością fauny i flory. ■



Another great hike is around Tamabada where you pass through canyons and pristine pine woods in the island's north. Tamabada is home to 25% of the endemic plant species on the island and 20% of the whole archipelago. And if you don't get your fill of unspoiled nature there, the Barranco de Los Cernicalos gorge should be your next stop – the waterfalls here are a memorable sight. The 7km-long hike takes around 3.5 hours. We recommend heading here on a weekday when there are fewer people around.

LIFE ON THE SEABED

Whether you want to dive under the watchful eye of a guide, or just rent snorkelling gear and observe the sea life from the surface, this island has several dive centres. You can snorkel almost anywhere. The best visibility is in places where there is no sand. Just watch out for waves and rocks. Dream of diving to subaquatic caves, rock faces and the sandy bottom where rays dwell? You can make it a reality on Gran Canaria. The El Cabrón rock wall is the best diving site in these parts. In addition to rays, you can also spot seahorses, octopi, barracuda, tuna, squid and even moray eels. ■



Jeśli dopiero zaczynasz surfować, Playa del Ingles to idealny wybór /
If you are new to surfing, Playa del Ingles is the ideal choice

Najlepsze narty z POLSKI!

NO LIMITS

by **ITAKA**





Natalia Szroeder

Siła muzyki jest niezwykła

The Extraordinary Power of Music

Jest jedną z najbardziej utalentowanych polskich wokalistek. Każdy jej występ przyprawia o dreszcze, a głosu zazdrości jej wielu. Natalia Szroeder w rozmowie opowiada o swoich ulubionych kierunkach podróży i nowej płycie.

She is one of the most talented Polish singers around. Her performances give audiences goosebumps and there are many who envy her voice. In this interview Natalia Szroeder talks about her favourite travel destinations and her new album.

✍️ Magdalena Barczyk | 📷 © Dagmara Szewczuk

Natalia, jesteś jedną z najbardziej zapracowanych polskich artystek. Czy w tym roku miałaś już okazję odpocząć?

Ten rok jest rzeczywiście intensywny, z czego bardzo się cieszę, kocham swoją pracę. Ale uwielbiam też podróżować. Pod koniec sierpnia wyskoczyłam z rodziną na parę dni do Toskanii.

Skąd pomysł na ten kierunek?

Uwielbiam włoską kuchnię, krajobrazy i wszechobecny luz. Włosi to też bardzo muzyczny naród. Przebywając w okolicy Montalcino, poznaliśmy ludzi, z którymi wieczorami śpiewaliśmy włoskie, polskie i kaszubskie przyspiewki.

Od lat podziwiam Twoją miłość do podróży. Która część świata zajmuje w Twoim sercu wyjątkowe miejsce?

Podróże to jedna z moich pasji. Mam to szczęście, że rzeczywiście udało mi się zobaczyć wiele pięknych miejsc na mapie świata. Kocham egzotyczne kierunki, świetnie czuję się w Tajlandii, bardzo podobała mi się Kostaryka czy Kuba, ale cenię również Europę. Uważam, że to niesamowicie barwny, różnicowany i fascynujący kontynent.

Wymarzony kierunek podróży?

Chciałabym zobaczyć Brazylię, Peru, Chile, ale mam też w planach Transylwanię.

Wielu artystów na urlopie stara się choć na chwilę zapomnieć o terminach, umowach i innych ważnych kwestiach. Potrafisz odpocząć?

Natalia, you are one of the busiest stars in Poland. Have you had a chance to take a break this year?

This year has been really intense which I am happy about – I love my work. But I also like to travel. In late August I snatched a few days in Tuscany with the family.

What made you choose that destination in particular?

I love Italian food, the landscapes, the relaxed atmosphere. Italians are a very musical nation. While staying in the Montalcino area we met people with whom we sang Italian, Polish and Kashubian songs in the evenings.

I've admired your love for travel for a long time now.

Which part of the world has a special place in your heart?

Travel is a true passion for me. I've been lucky to see so many beautiful places around the globe. I adore exotic destinations – I feel so good in Thailand, Costa Rica and Cuba are great, but Europe is extra special. It's such an incredibly vibrant, diverse and fascinating continent.

And your dream travel destination?

I'd love to go to Brazil, Peru and Chile. But Transylvania is on my list, too.

Many musicians on holiday attempt to forget all those deadlines, contracts and other matters at least for a moment. Are you able to switch off?

I think I'm just learning to. In my profession it's hard to switch off completely. Often things happen that are difficult

Myszę, że wciąż się tego uczę. W moim zawodzie ciężko jest się zupełnie odciąć. Często dzieją się rzeczy, które trudno wcześniej przewidzieć, zaplanować. Podczas urlopu staram się zminimalizować moją zawodową aktywność na tyle, na ile to możliwe. Bywa różnie, ale nie przeszkadza mi to. Kocham swoją pracę.

A co robi Natalia, która ma dzień wolny?

Dzień wolny to często dla mnie jedyny moment na porządku. Nie lubię odpoczywać w bałaganie, więc gdy mam chwilę na oddech, zaczynam od sprzątanania. W wolne dni nadrabiam też towarzyskie zaległości, czytam, oglądam filmy, spędzam czas z moimi zwierzakami.

Pochodzisz z pięknego regionu Polski - Kaszub. Jak często wracasz w rodzinne strony?

Z Warszawy do mojej rodzinnej miejscowości jedzie się trochę ponad 5 godzin. Przyzwyczałam się do tej trasy i czasem odwiedzam dom rodzinny nawet, gdy nie mam dużo czasu, na przykład na jedną noc. Tęsknię za Kaszubaми, za domem rodzinnym, a przede wszystkim za Rodziną, więc gdy tylko jest możliwość, nie zastanawiam się długo i wsiadam w samochód.

Przed Tobą intensywny czas. Wracasz z nową płytą.

Czy towarzyszy Ci ekscytacja czy czujesz raczej pewien spokój i rutynę w życiu artysty?

Och, totalna ekscytacja. Płyta to proces, który często ciągnie się latami. To suma wydarzeń, doświadczeń i emocji. Bardzo intymna opowieść. Jestem przeszczęśliwa i przerażona równocześnie podczas każdej premiery.

Na nowym krążku „REM” nie brakuje osobistych tekstów. Słyszymy o niepewności, pewnym rozrachunku poprzednich lat, pojawiają się obawy o przyszłość i pytania. To nie jest płyta, której posłuchamy z szerokim uśmiechem, ona skłania do głębszych refleksji. Z pewnością. Dzielę płytę na dwa rozdziały. Pierwszy, który zwiastuje koniec pewnego etapu w moim życiu i drugi, w którym próbuję się zaadaptować do nowej rzeczywistości, w którym uczę się samej siebie na nowo. To tekstowo gorzki album, ale co ciekawe- w warstwie muzycznej całkiem taneczny.

Jedna z piosenek zapowiadających płytę to singiel „Sama na planecie”. Piękny tekst, przyjemna melodia i wyjątkowy teledysk nagrywany w czarujących okolicznościach.

„Sama na planecie” to jedna z moich ulubionych piosenek na tej płycie. Słodko-gorzki tekst i wzniosłe harmonie

to foresee or plan ahead for. On holiday I try to keep my professional activities to a minimum. It's different each time, but it's not really a problem. I like what I do.

And what does Natalia do when she has a free moment?

A day off for me often means a chance to tidy up. I don't like to relax in a messy house, so when I have some down time I start cleaning. On my free days I do all the things I haven't managed to - I read, watch films and spend time with my pets.

You come from the Polish region of Kashubia. How often do you return to your home town?

The journey from Warsaw to my hometown takes just over 5 hours. I've got used to doing the trip and I often visit my family at home, although I don't have much time so it's often for just one night. I miss Kashubia, my home and, of course, my family most of all, so whenever I get a chance I don't hesitate to get in the car.

You are approaching a very busy time. You're coming back with a new album. Is this an exciting time or do you feel a certain calm and routine in your artistic life?

It's so exciting. An album is a process that often takes years. It's the sum total of many events, experiences and emotions, a very intimate story. Every release causes happiness and anxiety

The new album 'REM' has no lack of personal lyrics. They speak of uncertainty, a certain reckoning up with years gone by, fears for the future and questions.

It's not exactly an album anyone will listen to with a huge smile on their faces. It's thought-provoking. Definitely. I divide the album into two chapters. The first, which heralds the end of a certain stage of my life, and the second where I attempt to get used to a new reality, one in which I learn. Lyrically it's a bittersweet album but an interesting thing is that it's also quite dancey.

One of the numbers that define the album is the single Alone on the Planet. Beautiful lyrics, nice melody and a great video shot in wonderful surroundings.

Alone on the Planet is one of my favourite songs on this album. The bittersweet lyrics and the soaring harmonies in the refrain are my own. The director on the video was Nastka Gonera. We shot it on the beautiful island of Fuerteventura. It was my first time in the Canary Islands. We were looking for a moonscape and Fuerteventura turned out to be just the place!

“ Podróże to jedna z moich pasji. Mam to szczęście, że rzeczywiście udało mi się zobaczyć wiele pięknych miejsc na świecie.

Travel is a true passion for me. I've been lucky to see so many beautiful places around the globe.





w refrenie to cała ja. Reżyserką teledysku jest Nastka Gonera. Kręciliśmy na pięknej Fuertaventurze. To był mój pierwszy raz na Wyspach Kanaryjskich. Szukaliśmy kosmicznych, księżycowych krajobrazów, Fuerta okazała się strzałem w 10!

Jakie jest najdziwniejsze miejsce, w którym napisałaś tekst piosenki na swój nowy krążek? Być może był to pokład samolotu?

Co ciekawe - w samolocie z Londynu do Warszawy zaczęłam pisać powieść! To moje wielkie marzenie od lat, zawsze bardzo lubiłam pisać. Podczas pracy nad płytą musiałam odłożyć to na drugi plan, ale to właśnie na pokładzie powstały pierwsze rozdziały książki, którą mam nadzieję dokończyć i w przyszłości wydać.

Wydaniu nowej płyty towarzyszy trasa koncertowa. To wymaga pełnego skupienia i zaangażowania w pracę. Jak dużo energii czerpiesz od swoich fanów? Masz z nimi znakomity kontakt.

“ Siła muzyki jest niezwykła, wciąż robi to na mnie ogromne wrażenie.

Music has an extraordinary power that never ceases to impress me.

What's the strangest place you have ever written lyrics for a new CD? On board a plane perhaps?

On a plane between London and Warsaw I began to write a novel! For years it had been a dream and I've always enjoyed writing. When working on the album I had to put it aside, but not long ago, on board a plane, I wrote the first chapter of my book which I hope I'll finish and publish sometime in the future.

You are going on tour with the album. That demands focus and dedication. How much energy do your fans give you? You have an amazing relationship with them...

Spotkania z słuchaczami podczas klubowych tras to emocje, których nie da się opisać. Ze wzruszeniem obserwuję, jak moje intymne historie nabierają zupełnie nowych wymiarów, kształtów, form. Jak odnajdują swoje miejsca w innych sercach i rezonują z nimi równie mocno. Siła muzyki jest niezwykła, wciąż robi to na mnie ogromne wrażenie. Czekam na te trasy z ogromną radością i wdzięcznością.

Twoi fani kochają Cię za Twoją twórczość, ale także za dystans i poczucie humoru. Czy tak pozytywnego sposobu bycia można się nauczyć?

To miłe, bardzo dziękuję! Lubię, gdy ludzie czują się przy mnie dobrze, bo ja naprawdę ludzi lubię. Warto chyba przede wszystkim stawiać na, wprawdzie do granic oklepane, ale jednak wciąż tak kluczowe, bycie sobą. Poza tym staram się też, w poczuciu własnego komfortu, nie zapominać o komforcie ludzi, którzy mnie otaczają.

Czego życzy sobie Natalia na najbliższe miesiące?

Chciałabym, by ludzie odnaleźli siebie na tej płycie, tak, jak stało się to przy płycie Pogłos. No i niech to będzie piękna trasa koncertowa! ■

Meeting audiences on a club tour evokes emotions you can't describe. I watch with excitement how my intimate stories take on completely new dimensions, shapes and forms. How they find a place in the hearts of others and resonate with them just as strongly. Music has an extraordinary power that never ceases to impress me. I am looking forward to this tour with happiness and gratitude in my heart.

Fans love you for your work, but also for your detachment and sense of humour. Is it possible to learn how to be positive?

That's nice to hear, thanks! I feel good when people around me feel good as I really like people. I think it pays to focus on being yourself which may seem obvious but is important, nevertheless. I always try not to forget about the feelings of the people around me.

What do you wish for yourself in the coming months?

I really hope that people will find themselves on this album as they did with Reverb. And I hope it's a great tour! ■

**VOJENSKÝ
HISTORICKÝ
ÚSTAV PRAHA**

**Od prehistorii do współczesności
From prehistory to the present**

**Tysiące eksponatów w wyjątkowych przestrzeniach
Thousands of exhibits in unique premises**

**Wystawy o tematyce militarnej
Expositions with military themes**

**MUZEUM
WOJSKOWE
ŽIŽKOV**

**ARMY MUSEUM
PRAGUE**

WSTĘP WOLNY / ADMISSION FREE

www.vhu.cz

MORAWY WSCHODNIE – WELLNESS NA ŁONIE NATURY

EAST MORAVIA – WELLNESS AMID NATURAL BEAUTY

✍️ Petra Zítková | 📷 © Archiv CCRVM

Bogactwo tego regionu jest nieskończone, a jego niepowtarzalny urok podkreśla piękna przyroda, wyjątkowe doświadczenia kulturalne i wspaniała gastronomia. Miejsce idealne do wypoczynku.

Dla najlepszego relaksu i odpoczynku warto wybrać się na Valašsko. W kilku ośrodkach znajdziesz wszystko, co potrzebne do aktywnego wypoczynku i szerokiej oferty luksusowego wellness. Dodajmy do tego świeże górskie powietrze, głębokie lasy i wspaniałe tradycyjne potrawy. Tutaj możesz cieszyć się spokojnym, relaksującym wypoczynkiem, ale także aktywnymi wędrówkami, jeśli tego zechcesz. Uwierz nam, długie wędrówki po grzbietach i widoki na okolicę są tego warte.

Lub zafunduj sobie odpoczynek w największym morawskim uzdrowisku – w Luhačovicach. Ich malowniczą atmosferę kształtuje przede wszystkim wyjątkowa architektura, na którą zasadniczy wpływ miał słowacki architekt Dušan Samo Jurkovič. Największym bogactwem są tu naturalne źródła lecznicze, które należą do najskuteczniejszych w Europie. Jest ich w sumie 13, a najbardziej znane to Vincentka, Aloiska i Ottovka.

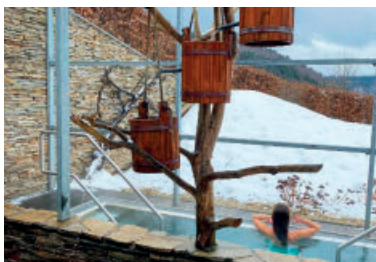
Również w innych miejscach na Morawach Wschodnich można się zrelaksować i nabrać sił życiowych w wellness. Regiony Kroměříž i Slovácko podbijają Twoje serce. Właśnie tutaj, w pięknym pagórkowatym krajobrazie gór Chřiby, przeżyjesz przyjemne chwile. A jeśli tęsknisz za miastem i kulturą, w pobliżu znajdują się Kroměříž lub Uherské Hradiště. ■



Kroměříž – Ogród Kwiatowy / Flower Garden



Jesień w Luhačovicach / Autumn in Luhačovice



Valašsko – odpoczynek w wellness / Wellness in Wallachia



Velké Karlovice

The variety of this region is endless, its unmistakable magic enhanced by wonderful natural beauty, unique cultural experiences and great food. This is a place where you can really unwind.

It's worth travelling to the Wallachia Region for some of the best rest and relaxation. There are several resorts where you'll find everything you need for an active break and a wide range of luxury wellness facilities. Fresh mountain air, dense forests and superb traditional food – what more could you want? Here you can enjoy a calm, restful break as well as physical activity if you wish. Believe us when we say that a long ridge hike and the views from up there are really worth it.

Or what about a break in the largest of the spas in Moravia – Luhačovice? The town's architecture, heavily influenced by Slovak architect Dušan Samo Jurkovič, forms a picturesque ambience. However, the greatest treasure comes in the form of natural curative springs, some of the most effective in Europe. A total of 13 rise here with some of the best known being Vincentka, Aloiska and Ottovka.

You can also take it easy and recharge at wellness facilities in other places in East Moravia. The Kroměříž and Slovácko areas are sure to steal your heart. It's here, in the wonderfully undulating landscape of the Chřiby Hills, that you can truly unwind. And if you begin to miss the city and culture, Kroměříž and Uherské Hradiště are nearby. ■



WWW.VYCHODNI-MORAVA.CZ

📱 VYCHODNIMORAVA



JESENÍKY



GÓRY, KTÓRE JADA



SKUPINA ČEZ
GENERÁLNÍ PARTNER



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR



Projekt Jesenícká lyžařská magistrála - pořízení sněžného vozidla včetně příslušenství na úpravu lyžařských běžeckých tratí v Olomouckém a Pardubickém kraji byl realizován za příspěví prostředků státního rozpočtu České republiky z programu Ministerstva pro místní rozvoj.



www.jeseniky.cz

Zelená linka: 800 022 840



ZNAMY KAWĘ
OD IX WIEKU.
WE HAVE KNOWN
ABOUT COFFEE
SINCE THE 9TH
CENTURY.

Sekret czerwonych jagód

Secrets of the Bean

W IX wieku, gdzieś w środku Etiopii, żył sobie pasterz Chaldi. Każdego dnia wypędzał swoje stado kóz na pastwisko i pewnego popołudnia zauważył, że kozy niezwykle baraszkują. Skosztowały owoców krzewu, którego Chaldi nigdy nie widział.

Somewhere in 9th-century Ethiopia there lived a shepherd by the name of Chaldi. One afternoon he noticed his sheep had become unusually frolicsome. The reason was they had nibbled at the fruit of a plant that Chaldi had never seen before.

✍️ Lucie Bezoušková | 📷 © Shutterstock.com

Jeśli myślisz, że kozy Chaldiego spróbowały czerwonych jagód drzewa kawowego, masz rację. Jagody wyglądały tak kusząco, że sam pasterz ich spróbował. Ku jego zdumieniu, po chwili zaczęła go rozpierać energia. Ze swoim odkryciem zwierzył się opatowi z pobliskiego klasztoru. Ten uznał jednak, że owoce muszą być dziełem diabła i postanowił spalić je w klasztorze. Jednak z czerwonych owoców w ogniu zaczął wydobywać się przyjemny odurzający zapach, więc opat wyjął je i zaczął z nimi eksperymentować. Nie zajęło mu dużo czasu, aby odkryć napój o nazwie kawa.

CENNE ZIARNA

Czy pochodzenie napoju kawowego było rzeczywiście takie bajkowe, trudno powiedzieć. Z zachowanych źródeł wiemy jedynie, że kawa tak naprawdę pochodzi z Etiopii, gdzie drzewo kawowe nadal rośnie dziko. W XIII i XIV wieku kawę przywieźli wojownicy z Etiopii do Jemenu. Jej uprawa stała się na wiele wieków przywilejem Półwyspu Arabskiego, a eksport ziaren kawy stamtąd był kategorycznie zabroniony. Za potajemny eksport kawy byli odpowiedzialni Holendrzy i to dzięki nim napój rozprzestrzenił się na resztę świata. Ziarna kawy to nasiona owoców rośliny zwanej drzewem kawowym. Wewnątrz twardej czerwonej jagody znajdziemy dwa nasiona umieszczone naprzeciwko siebie – zielone ziarna kawy, które następnie są palone. Drzewo kawowe, które w rzeczywistości jest owocem, najlepiej rozwija się w strefie tropikalnej. Jego plantacje znajdują się w Azji Południowej, Afryce oraz Ameryce Środkowej i Południowej. W kawiarniach najczęściej spotykamy się z mieszanką dwóch najpopularniejszych rodzajów kawy – robusty i arabiki.

If you think Chaldi's goats might have eaten some raw coffee beans, you'd be right. The beans looked so tempting that the shepherd himself tried them. To his surprise, he was suddenly full of energy. He told the abbot from a nearby monastery about what had happened, but he regarded the beans as the devil's work and decided to burn them. However, the red beans in the flames started to give off a pleasant aroma, so the abbot pulled them out again and started to experiment – and it wasn't long before he invented a drink called coffee.

PRECIOUS SEEDS

It's hard to say how true this story might be. From various sources we know that coffee did first appear in Ethiopia where coffee bushes still grow wild. In the 13th and 14th centuries, coffee was brought by warriors from Ethiopia to Yemen. For centuries the Arabian Peninsula had a monopoly on growing beans and exporting coffee was forbidden. It was the Dutch who spirited it out, and thanks to them it reached the rest of the world. Coffee beans are the fruit of the coffee bush. Inside the hard red outer layer we find two seeds – green coffee beans that are roasted. The coffee plant grows best in the tropics – plantations are found in southern Asia, Africa, Central America and South America. In cafes we normally encounter blends of the two most common types – robusta and arabica.

IMPORTANT COMMODITY

According to statistics, coffee is on a par with water as the world's most popular beverage. Each day over a billion people drink it. Annual production comes to over nine

WAŻNY TOWAR

Według statystyk kawa jest jednym z najpopularniejszych napojów obok wody. Każdego dnia pije ją ponad 1 miliard ludzi. Rocznie na świecie produkuje się ponad 9 miliardów kilogramów kawy, a w 2022 roku kawa była drugim najczęściej sprzedawanym towarem na świecie. Wyprzedziła ją tylko ropa naftowa.

W krajach o średnim spożyciu kawy na osobę przypadają 4 filiżanki kawy dziennie. Możesz być trochę zaskoczony, gdy dowiesz się, że Finlandia jest światowym liderem w konsumpcji kawy. Przeciętny Fin wypija około 8 filiżanek dziennie, najbardziej oddani miłośnicy wypijają nawet 30. Fińska kawa nie jest żadnym cudem. W rzeczywistości jest to zwykła kawa filtrowana, którą przelewa się z czajnika do dużego kubka. W smaku dość kwaśna, ponieważ Finowie preferują lekko palone ziarna kawy. W Finlandii kawa jest częścią kultury narodowej i mają tu nawet obowiązkowe przerwy na kawę co najmniej dwa razy dziennie. To wcale nie brzmi źle, prawda?

NAPÓJ NARODOWY

Francuzów można określić mianem miłośników kawy, którzy rezerwują dwa dni w roku na celebrowanie napoju z kofeiną. To naprawdę spektakularne wydarzenie. Od 19 do 20 października cała Francja pachnie kawą i popijają ją w tych dniach wszyscy. We francuskich kawiarniach najczęściej spotkasz się z określeniem café au lait. Jest to kawa przygotowana we francuskim zaparzaczu zalana ciepłym mlekiem. Kawa jest raczej słabsza, ale Francuzi delektują się nią kilka razy dziennie. Na wakacjach w Grecji spotkasz się z terminem frappé. Popularny napój powstał na targach gastronomicznych w Salonikach w 1957 roku. Yannis Dritsas przygotował dla dzieci napój z czekolady, mleka i lodu. Kiedy chciał zrobić kawę rozpuszczalną podczas przerwy, dowiedział się, że nie ma gorącej wody. Więc po prostu zastąpił ją zimną wodą i kostkami lodu. Tak narodziła się Frappé, narodowa kawa Grecji. Z Grecji podróżowała następnie do innych krajów świata. Jednak prawdziwe frappé składa się wyłącznie z kawy rozpuszczalnej, lodu i wody. Jeśli dostaniesz ją z mlekiem, to błąd. W tym przypadku jest to już napój o nazwie frapógalo. Podczas wizyty w Turcji dostaniesz również specjalną kawę. Tutaj przygotowuje się ją w miedzianym naczyniu zwanym dżezwa. Drobnio zmielone ziarna kawy gotuje się w dżezwie razem z cukrem i różnymi przyprawami – najczęściej z kardamonem i cynamonem. Cukier jest dodawany do kawy automatycznie. Zamawiając w kawiarni, obsługa zapewne zapyta Cię, czy kawa ma być „orta” – lekko słodka, czy “sekerli” – standardowo słodka.

billion kilos of coffee globally and in 2022 coffee was the second most commonly traded commodity on earth after oil.

In countries with an average coffee consumption each person drinks four cups a day. Something of a surprise is that the world's number one coffee drinkers are the Finns. The average Finn downs eight cups a day, the most devoted disciples of the bean up to 30. And Finnish coffee is really nothing special, just ordinary filter coffee that they pour into a large mug. It's a quite bitter affair as the Finns prefer light roasts. In Finland, coffee is a part of national culture and they even have at least two obligatory coffee breaks a day at work. Not bad, eh?

LE CAFÉ

The French are also big coffee fans, and a nation that dedicate two days of the year to caffeine. On 19th and 20th of October, the aroma of coffee envelopes the country with absolutely everyone taking a sip. In French cafes you will mostly encounter café au lait. This is coffee prepared in a French press with hot milk added. The result is pretty weak, but the French can drink several cups of the stuff a day.

On holiday in Greece, you may encounter the frappé. This popular beverage was chanced upon at a food trade fair in Thessaloniki in 1957. Yannis Dritsas was preparing a drink for children using chocolate, milk and ice. On his break, he wanted to brew some instant coffee but realised he had no hot water. So he simply used cold water and ice cubes, and the frappé, Greece's national coffee, was born. From Greece the drink found its way to other parts of the world. A real frappé is made exclusively from instant coffee, ice and water. Adding milk is a big no-no – that would make it into a frapógalo. Turkey also has its own type of coffee made in a copper pan called a cezve. Finely ground coffee is brewed with sugar and various spices, most often cardamom and cinnamon, in the cezve. Sugar is added to coffee automatically, and when ordering in a cafe the waiter is likely to ask whether you would like “orta” – lightly sweetened, or “sekerli” – just plain sweet.

COFFEE REVOLUTION

Italian coffee is a chapter unto itself. The first beans were brought to Italy from the east by the famous botanist Prospero Alpini in 1570. Coffee was initially considered a medicine and was only available from chemists. Only much later did the first cafes appear. And it was

**W 2022 roku kawa była drugim najczęściej sprzedawanym towarem na świecie.
In 2022 coffee was the second most commonly traded commodity.**



Miedziany dzbanek zwany dżezwą /
A copper pan called a cezve



Frappé, grecka kawa
narodowa / The frappé,
Greece's national coffee



Café Americano



French press



KAWOWA REWOLUCJA

Włoska kawa to rozdział sam w sobie. Pierwsze ziarna zostały przywiezione do Włoch ze Wschodu przez słynnego botanika Prospero Alpini w 1570 roku. Kawa była początkowo uważana za lek i była dostępna tylko w aptekach. Dopiero znacznie później zaczęły powstawać pierwsze kawiarnie. To również z Włoch pochodziły pierwsze ekspresy do kawy. Jeden z ważniejszych został skonstruowany przez Angelo Moriondo w 1884 roku. Znana jest również marka Bialetti. Z ich warsztatu pochodzą małe dzbanki do herbaty znane jako mokka, wykorzystujące wysokie ciśnienie pary wodnej. W 1933 roku umożliwiły rewolucję w domowym przygotowywaniu kawy.

ZASADY POPIJANIA KAWY

Samo picie kawy we Włoszech rządzi się swoimi ścisłymi zasadami. Włosi delektują się kawą z mlekiem, czyli cappuccino, tylko do godziny 11. Później piją wyłącznie kawę bez mleka, najczęściej espresso. Podawane jest w małych filiżankach, silnie pachnie i ozdobione jest gęstą pianą. Ale nie popełnisz błędu, jeśli zamówisz espresso lungo (espresso z większą dawką wody) lub espresso doppio (podwójna dawka kawy). ■

Kawa włoska to prawdziwe pojęcie. Italian coffee is a chapter unto itself.

Italy that gave the world its first coffee machines. One of the most significant was pieced together by Angelo Mariondo in 1884, later undergoing many alterations. The design was improved by Desiderio Pavoni who went on to found the La Pavoni company, still in business to this day. The Bialetti brand is also well-known as producers of the small mocha pots that use steam under high pressure. In 1933 this led to a revolution in the way people made coffee at home.

DRINKING RULES

In Italy, coffee drinkers adhere to strict rules. Coffee with milk, aka cappuccino, is only consumed until 11am. After that coffee should only come without milk – the espresso. This is served in tiny cups, is highly aromatic and has a firm head. You could also order an espresso lungo (espresso with hot water) or an espresso doppio (double espresso). ■

Debaty nad filiżanką

Najstarszej kawiarni w Europie nie znajdziemy nigdzie indziej niż w kolebce europejskiej kawy. W Wenecji we Włoszech możesz odwiedzić Caffé Florian. Została założona w 1720 roku i jest jedną z najbardziej luksusowych kawiarni w całej Europie. W przeszłości toczyły się tu liczne debaty polityczne.

Over a Cuppa

Europe's oldest café is located in the country that loves coffee most. In the Italian city of Venice be sure to pay a visit to Caffé Florian, established in 1720 and one of the most opulent in all Europe. In years gone by many a political debate has taken place here.





SKIAREÁL ŠPINDLERŮV MLÝN

www.skiareal.cz

REGION HRADEC KRÁLOVÉ: RAJ NA ZIMOWY I LETNI URLOP

THE HRADEC KRÁLOVÉ REGION: GREAT FOR WINTER AND SUMMER BREAKS

Hradec Králové Region Tourist Board | © Hradec Králové Region Tourist Board



Region Hradec Králové w północno-wschodniej części Republiki Czeskiej to idealne miejsce dla miłośników aktywnego wypoczynku i przyrody. Oferuje szeroką gamę atrakcji zimowych i letnich, niezależnie od tego, czy szukasz relaksu, sportu czy kultury.

ATRAKcje ZIMOWE

Największą atrakcją są bez wątpienia Karkonosze, nad którymi góruje majestatyczna Śnieżka, czyli najwyższa góra Republiki Czeskiej. Nowoczesne ośrodki narciarskie, takie jak Szpindlerowy Młyn czy Pec pod Śnieżką, oferują przygotowane stoki dla narciarzy na każdym poziomie zaawansowania. Świetnym wyborem są również Góry Orlickie z ośrodkami wypoczynkowymi w miejscowościach Deštné lub Orlické Záhoří. Na tym nowym obszarze znajduje się m.in. najdłuższa oświetlona trasa do narciarstwa biegowego w Republice Czeskiej. Jeśli jesteś bardziej fanem spokojniejszych zimowych atrakcji, docenisz zróżnicowaną ofertę pobytów wellness lub romantycznych spacerów po zaśnieżonych górskich szlakach. Nie zapomnij odwiedzić kilku lokalnych schronisk górskich, gdzie rozgrzejesz się doskonałym grzanym winem lub zupą.

LETNIA PRZYGODA

Sezon letni w regionie Hradec Králové oferuje szeroki wachlarz możliwości dla miłośników turystyki pieszej

The Hradec Králové Region in the Czech Republic's northeast is the ideal destination for those who love active breaks and nature. It offers a wide range of winter and summer activities, whether you are looking for relaxation, sport or culture.

WINTER FUN

The biggest attraction in the region is without doubt the Krkonoše Mountains which are dominated by the highest peak in the Czech Republic, the mighty Sněžka. Modern ski centres such as Špindlerův Mlýn and Pec pod Sněžkou offer well-maintained slopes for skiers of all abilities. The Orlické Mountains are another excellent choice with ski centres at Deštné and Orlické Záhoří. The latter is a new resort boasting the longest illuminated cross-country skiing circuit in the Czech Republic. But if you prefer more tranquil winter activities you are sure to like the range of wellness facilities and romantic hikes through along snowy mountain trails that the region offers. Don't forget to visit the local alpine chalets where you can warm up with mulled wine or soup.

SUMMER ADVENTURE

The summer in the Hradec Králové Region offers a wide array of possibilities for hikers and cyclists. The best-known hiking trail in the region is the Czech-Polish Friendship Trail that

i rowerowej. Najbardziej znaną trasą turystyczną jest Szlak Przyjaźni Polsko-Czeskiej, który prowadzi przez grzbiety Karkonoszy i oferuje zapierające dech w piersiach widoki.

Dla rodzin z dziećmi lub mniej doświadczonych turystów przygotowano również mniej wymagające trasy, takie jak wycieczka na Skały Adršpach czy Těplické Skały lub Broumovské Skały. Aby kupić bilet na Skały Adršpach, należy skorzystać z systemu rezerwacji online. Dla rowerzystów region Hradec Králové jest doskonałym wyborem ze względu na rozległą sieć tras rowerowych, które prowadzą przez piękne krajobrazy, wioski i miasta. Popularną trasą jest Szlak Łabski, który biegnie wzdłuż rzeki Łaby, dzięki temu jest płaski i łatwy.

KULTURA I HISTORIA

Region Hradec Králové jest również bogaty w zabytki historyczne i kulturowe. Hradec Králové, stolica regionu, słynie z wyjątkowej architektury. Miasto oferuje również bogaty program festiwali i imprez kulturalnych, takich jak Rock for People, Jazz Goes to Town czy REGIONS – Międzynarodowy Festiwal Teatralny w Hradcu Králové.

Oprócz Hradca Králové warto zwiedzić takie zabytki, jak zamek Kost, pałac w Novém Městě nad Metují czy barokowy szpital Kuks. Te perełki czeskiej architektury przeniosą Cię w czasie i pozwolą Ci poznać czeską historię i kulturę.

Niezależnie od tego, czy przyjeżdżasz zimą, czy latem, region Hradec Králové jest idealnym miejscem na aktywny i spokojny wypoczynek. ■

Jazda na nartach w Karkonoszach /
Skiing in the Krkonoše Mountains



runs along the ridge of the Krkonoše Mountains affording breath-taking views of the surrounding landscapes.

Families with children and less-experienced hikers can head for easier trails such as those around the Adršpach Rocks, the peaceful Těplické Rocks or the Broumov Cliffs. You must use the online reservation system to buy tickets to Adršpach. The Hradec Králové Region is a great choice for cyclists thanks to its extensive network of trails that pass through wonderful landscapes, tiny villages and towns. One popular trail is the Elbe Way that traces the River Elbe and is therefore flat and easy.

CULTURE AND HISTORY

The Hradec Králové Region also boasts a wealth of historical and cultural attractions. The regional capital Hradec Králové is known for its architecture. The city also offers a great programme of festivals and cultural events such as Rock for People, Jazz Goes to Town and the REGIONY – International Theatre Festival.

In addition to Hradec Králové, Kost Castle, the chateau in Nové Město nad Metují and Baroque Kuks hospital are also well worth visiting. These local architectural gems teleport visitors back in time and reveal a lot about Czech history and culture.

So, no matter whether you come in winter or summer, the Hradec Králové Region is the ideal destination for active and relaxing breaks. ■





Boarding między niebem, morzem i lądem

Sea, Sand and Surf

Czy wiesz, czym są „board sports”? W dosłownym tłumaczeniu „sporty na desce”. Ale spójrzmy prawdzie w oczy, to trochę drewniane tłumaczenie. I tak w języku polskim używa się terminu «sporty deskowe». I prawdą jest, że nie można ich uprawiać bez „deski”.

We've all heard of board sports, but do you know them all? There are more than you might imagine so here we bring you a comprehensive list. Some may come as a surprise.

✍️ Jakub Jukl | 📷 © Shutterstock.com

Niezależnie od tego, czy chodzi o surfing, jazdę na deskorolce, czy snowboardzie, wszyscy sportowcy nazywają swój podstawowy sprzęt po prostu „deską”. Niezależnie od tego, że każda z nich wygląda zupełnie inaczej.

TRZEJ KSIĄŻĘTA HAWAJÓW

Surfing był pierwszym sportem deskowym. Jego ojczyzną są wyspy Pacyfiku, zwłaszcza Tahiti i archipelag Hawajów. Pierwsze wieści na ten temat przywieźli europejcy odkrywcy w XVIII wieku, ale tubylcy już od wieków pływali na falach na drewnianych deskach. Deski były wysokości dorosłego człowieka, a zwinni Polinezyjczycy unosili się na falach na stojąco. I to jest istotą sportu do dziś. Ale mimo że rozprzestrzenił się na cały świat, mówi się, że Wyspy Hawajskie, a konkretnie Oahu, nadal mają najlepsze fale do surfowania.

Deski surfingowe kojarzą się jednak głównie z kalifornijskimi plażami w USA. I słusznie. Kalifornia to swoista mekka dla surferów. A jak Ci się wydaje, że ten sport się tu dostał? W 1885 roku trzech młodzi hawajscy książęta, którzy uczyli się w prestiżowej lokalnej szkole w San Mateo, kazali sobie wykonać na zamówienie trzy deski surfingowe z sekwoi i w wolnym czasie jeździli na nich na falach u ujścia rzeki San Lorenzo. I tak pomysł się przyjął...

Whether we are talking about surfing, skateboarding or snowboarding, anyone who does these sports refers to their main piece of kit simply as a board – regardless of the fact that each of them looks completely different.

THREE HAWAIIAN PRINCES

The first board sport to appear was surfing. Its spiritual home is the Pacific, in particular Tahiti and Hawaii. The first reports of this sport came from 18th-century European seafarers, though the locals had been riding waves on wooden boards for centuries before they arrived. The boards were the height of an adult, and skilful Polynesians rode the waves in standing. And that's essentially how the sport looks these days. Although it has spread across the globe, it's still said that the Hawaiian Islands, in particular Oahu, still have the best surfing waves.

Of course, most people associate surfboarding with the beaches of California. And rightly so. California is a kind of mecca for surfers. But just how did this sport get there? In 1885, three young Hawaiian princes who were studying at a prestigious school in San Mateo had three redwood surfboards made, and in their spare time rode the waves in the bay of the San Lorenzo River. And that's how it all began...

BEZ FAL TEŻ MOŻNA

Ale co zrobić z deską surfingową, gdy nie ma fal? W Kalifornii poradzono sobie również z tym. Minęło kilka dekad, zanim pod koniec lat 60. miejscowi surferzy wpadli na pomysł, aby wyposażyć swoje „deski” w żagiel. I nagle narodził się zupełnie nowy sport – windsurfing, czyli „surfing z wiatrem”. Choć jest nieco trudniejszy niż klasyczna przejażdżka na fali, plasuje się na pograniczu surfingu i żeglarstwa, można windsurfing uprawiać nie tylko na morzu, ale także na spokojnych powierzchniach zapór i większych stawów.

Z DESKĄ NA ULICY

W środowisku kalifornijskich surferów powstał kolejny, dziś chyba najpopularniejszy sport deskowy – skateboarding. Kiedy surfowanie na morzu było niemożliwe, przymocowano kółka do drewnianych desek i ścigano się po ulicach Los Angeles. Wydarzyło się to w latach 50. XX wieku i w tamtym czasie nazywano to „surfowaniem po chodniku”. Wielki rozwój skateboardingu nastąpił w latach 70-tych, kiedy firmy zaczęły produkować deskorolki ze specjalnymi osiami i kołami poliuretanowymi.

Deskorolka może być używana na dwa podstawowe sposoby. Pierwszym z nich jest przejazd przez miejski krajobraz pełen rozmaitych przeszkód. Zwinność i doświadczenie jeźdźcy mają decydujące znaczenie dla tego, jak sobie z nimi radzi. Można jeździć po ulicach miasta, ale jest to ryzykowne ze względu na ruch uliczny i obecność innych osób, albo jeździć w specjalnym skateparku, który symuluje różne przeszkody, jakie jeźdźcy może napotkać podczas jazdy przez miasto.

To doprowadza nas do drugiej gałęzi, którą możemy nazwać „akrobatyczną jazdą na deskorolce”. W ciągu ponad pół wieku rozwoju tego sportu amerykańscy „skatebordziści” (na czele z Rodneyem Mullenem) wymyślili długą listę różnych trików, które można wykonywać na deskorolce. Tak więc dzisiaj skatebordziści mogą skakać na różne sposoby, obracać deskę wokół różnych osi i ogólnie tworzyć naprawdę fajne widowisko, które pozornie przeczy prawom fizyki.

OD MORZA DO ŚNIEGU

Snowboard, czyli „deska”, która służy do jazdy po śniegu, również pochodzi z USA i również ma swoje korzenie w społeczności surferów. Rzeczywiście, w pierwszej połowie XX wieku wielbiciele tego sportu wodnego naprawdę próbowali surfować w zaśnieżonych górach. Jednak sport w tej formie zbytnio się nie przyjął. Ale w latach 70. kilka firm w Ameryce zaczęło opracowywać specjalne „deski” do narciarstwa zjazdowego.

NO WAVES? NO PROBLEM...

What do you do with a surfboard when there are no waves? Well, in California they soon came up with an answer. In the late 1960s, local surfers had the idea of attaching a sail to their board. And hey presto, the sport of windsurfing was born. It's a little bit more difficult than the original wave surfing – in fact you could say it sits somewhere between surfing and yachting, but you can practice it on the sea, as well as on tranquil lakes – that means in the Poland, too.

BOARD FOR THE STREETS

It was among California's surfers that another, and today the most widespread kind of board sport emerged – skateboarding. When you simply couldn't surf in the sea, the kids just added skate wheels to wooden boards and hit the streets of Los Angeles. That was in the 1950s when the term “sidewalk surfing” could be heard. The 1970s saw the biggest boom in skateboarding when companies began producing skateboards featuring special sets of polyurethane wheels.

Skateboards can be used in two basic ways. The first is to ride through the urban landscape full of obstacles. How they deal with these depends on the skill and experience of the skateboarder. You can skateboard the city streets, but traffic and people make this slightly risky so some head to skateparks that simulate the urban environment using various obstacles.

And that brings us to the second way which we might call acrobatic skateboarding. Mostly US skateboarders (first and foremost Rodney Mullen) have developed the sport over half a century and there's a long list of tricks you can do on a skateboard. Today skateboarders can jump in various ways, spin their board around different axes and in general create a real spectacle that appears to go against the laws of physics.

SEA TO SNOW

“A board that travels across snow” – That's how the dictionary might define the word snowboard. This also originated in the USA and again among the surfing community. In the first half of the 20th century surfers tried to use their board on snowy slopes in the mountains. It is still water after all, just in a different form!

However, in this form the sport didn't really take off. In the 1970s several US companies began to develop special boards for riding the white stuff. When the problem of which binding to use was solved, the snowboard was born. At first, ski resorts wouldn't let snowboarders onto ski



**SURFING ISTNIEJE
OD WIEKÓW
SURFING
HAS EXISTED FOR
CENTURIES**

A kiedy problem z wiązaniami został rozwiązany, narodziła się deska snowboardowa. Początkowo właściciele stoków narciarskich nie chcieli wpuszczać snowboardzistów na wyciągi czy stoki, od lat 90 popularność deski gwałtownie wzrosła i dziś snowboardziści w górach rywalizują z narciarzami. Na snowboardzie można robić to samo, co na nartach, czyli downhill, slalom czy „freeride” – jeździć poza trasami, ale też robić mnóstwo trików, które znamy ze świata skateboardingu. I tak snowboardziści mają swoje własne ośnieżone u-rampy, na których popisują się swoimi umiejętnościami akrobatycznymi.

OKIEŁZNAĆ WIATR

Myślisz, że dotarliśmy do końca listy sportów deskowych? Że nie ma już kombinacji, której „skateboardziści” by nie wymyślili? Ależ nie! Niezależnie od tego, czy jesteś na wodzie, śniegu czy łądzie, możesz okiełznać wiatr na swojej desce! Tak, rozmawialiśmy o windsurfingu... Ale to nudne dla dzisiejszych entuzjastów sportów adrenalinowych. Dlatego nie używają żagla do napędu wiatru, a latawca (po angielsku „kite“). Jeśli zaczeprisz latawiec do deski surfingowej, to jesteś kitesurfingowcem, jeśli zaczeprisz go do mountainboarda, to jest to landkitingowcem, a jeśli na deskę snowboardową, to wtedy uprawiasz snowkiting. Zaletą jest to, że można również jeździć po płaskich lub spokojnych terenach. A jeśli wieje wiatr, to naprawdę jest to jazda adrenalinowa.

Ale jeśli chcesz doświadczyć największej adrenaliny, jest tu jeszcze skysurfing. Sporty deskowe zawojowały morze, śnieg, góry, plaże, ulice miast a teraz zdobywają niebo. Można wsiąść do samolotu lub helikoptera, przypiąć spadochron do pleców, a do nóg specjalną deskę i skakać. Podczas swobodnego spadania skysurferzy wykonują różnego rodzaju figury akrobatyczne, tak jakby unosili się na falach ze swoim „surfem”. Na odpowiedniej wysokości otwierają spadochron by miękko wylądować. Chociaż nie byłoby złym pomysłem wylądowanie na zaśnieżonym stoku i kontynuowanie jazdy jak na snowboardzie... Jeśli skysurferzy jeszcze tego nie rozgryźli, z pewnością stanie się tak wkrótce. Krótko mówiąc, adrenalina przede wszystkim. Trzeba tylko zaznaczyć, że skysurfing to naprawdę wymagający i niebezpieczny sport. Wystarczy najmniejszy błąd, by wylądować, jak to się mówi po polsku, na grobowej desce... ■

lifts or on the slopes, but since the 1990s its popularity has grown enormously and in today's mountains snowboarders compete with skiers for the powder. You can do the same things on a snowboard as on skis – downhill, slalom or freeride – off-piste snowboarding but involving stunts that we know from the world of skateboarding. Snowboarders also have their own U-ramps where they can show off their acrobatic talents.

Snowboarding has also developed into several other sports. And they don't even need snow. Sand behaves in much the same way – hence sandboarding which involves slithering down dunes in the desert or backing beaches. And for those who love high places there's mountainboarding which uses wider boards fitted with bigger wheels than skateboards. On these you can whizz across alpine meadows, along trails and through forests, even when the mercury heads north.

GO FLY A KITE!

Can't think of any more board sports? Surely there are no more combinations surfers and snowboarders could come up with. Well, you'd be wrong to think so! Whether on water, snow or land, you can be pulled along by the wind! Yes, we've already covered windsurfing... but for today's extreme sports fans that's yesterday's news. But what if you attached a kite to a board and let the wind pull you along? Yes, we are talking about kitesurfing, and if you use a mountainboard, then it's landkiting, and on a snowboard it becomes snowkiting. The advantage is that you can ride on any surface. And if the wind is strong enough, that's quite a ride!

But for those who want to experience a real adrenalin rush there is skysurfing. Board sports have conquered the sea, snow, hills, sand, city streets and now the air. All you need is to “board” a plane or helicopter, strap on a parachute and a special board and jump out at the right altitude. During freefall, skysurfers perform all manner of acrobatics as if they are surfing waves. At the right moment they open the parachute for a soft landing. And if they touch down on a snow-covered slope, they could in theory just continue as snowboarders... If skysurfers haven't had this idea yet, they probably will soon. It has to be said that skysurfing is a challenging and quite dangerous sport, and the slightest mistake can mean the end of you, and your board... ■

**Niezależnie od tego, czy jesteś na wodzie, śniegu czy łądzie,
możesz być napędzany przez wiatr!**

Whether on water, snow or land, you can be pulled along by the wind!



TWOJA ZIMA NA HORYZONCIE...

Góry pełne śniegu
i rodzinny urlop pełen przygód.
W Pecu nie siedzi się za piecem.

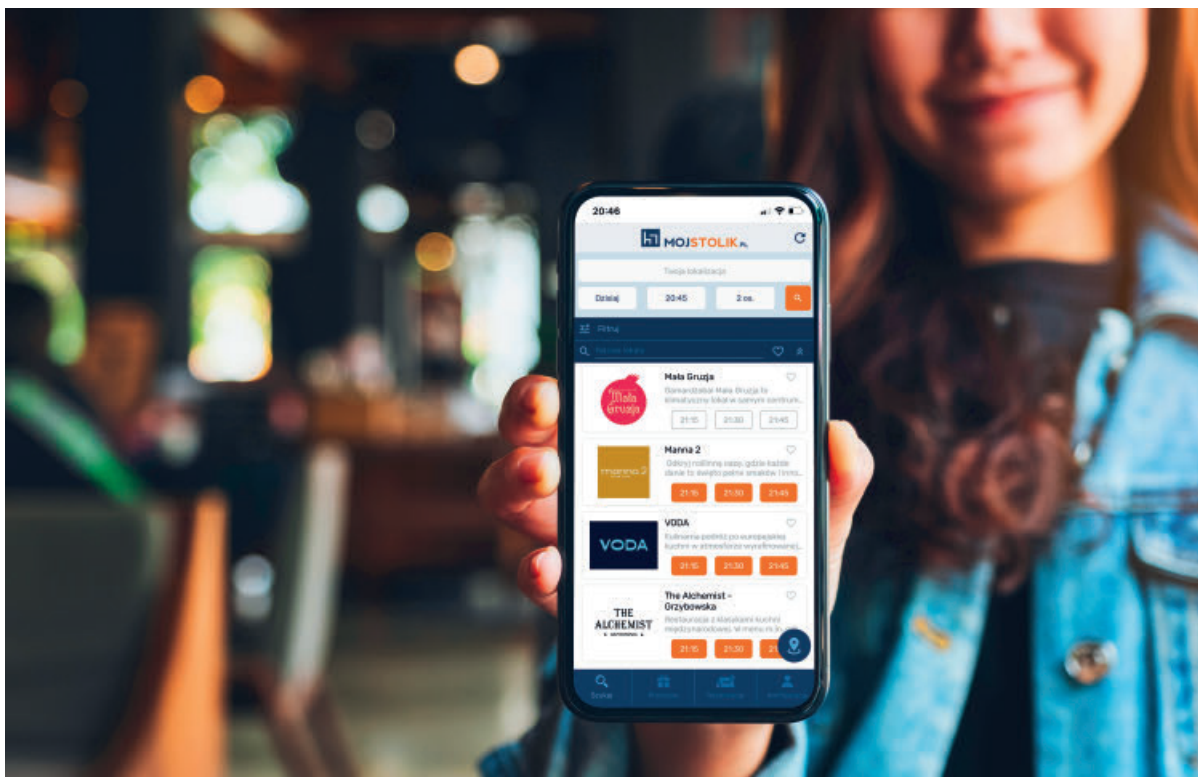
YOUR WINTER AT HORIZONT...

Mountains heaped with snow
and a family getaway full of fun.
Nobody gets bored in Pec.



★★★★
HOTEL HORIZONT
PEC POD SNĚŽKOU

+420 499 861 111
www.hotelhorizont.cz



MojStolik.pl – tajna broń w poszukiwaniu wolnego stolika w restauracji

MojStolik.pl – a secret weapon in finding a free restaurant table

✍ Iwona Sobczak | 📷 © AdobeStock

Zdarzyło Ci się kiedyś, że chciałeś zjeść w dobrej restauracji, a po kilku telefonach okazało się, że wszystkie stoliki są już zajęte? W takiej sytuacji nietrudno trafić do kiepskiej restauracji i wyjść z niej z niesmakiem w ustach. Całe szczęście, że takie problemy można dziś rozwiązać w dosłownie kilka kliknięć. Oto platforma, która całkowicie zmieni podejście do rezerwowania stolików niezależnie od okazji.

NAJLEPSZE RESTAURACJE W ZASIĘGU RĘKI

Urodziny, rocznica, spotkanie ze znajomymi lub też ważna kolacja biznesowa, która wyskoczyła w ostatniej chwili to często kłopot, który stawia przed niełatwym wyborem – dokąd pójść? Jaka restauracja w okolicy jest obecnie ciekawa, no i co najważniejsze – ma wolne miejsca? Z pomocą przyjdzie MojStolik.pl. I nie, nie jest to kolejna strona do rezerwacji stolików, przez którą wysyłamy zapytanie, a na odpowiedź czekamy godzinami. MojStolik.pl działa

Has it ever happened to you that you wanted to eat in a good restaurant, and after a few phone calls it turned out that all tables were already taken? In such a situation, ending up in a bad restaurant and leaving with a nasty taste in your mouth is not difficult. So it's fortunate that today such problems can be solved in literally a few clicks. Here's an app that will completely change your approach to booking a table regardless of the occasion.

THE BEST RESTAURANTS AT YOUR FINGERTIPS

A birthday, an anniversary, a meeting with friends or an important business dinner that has popped up at the last minute is often a hassle that poses an uneasy choice – where to go? What restaurant in the area is currently interesting, and most importantly, has free seats? The mojstolik.pl app has the answers. And no, this is not another website for booking tables, through which we

całkowicie inaczej. Wszystko, co widzimy na platformie lub w aplikacji, jest pokazywane w czasie rzeczywistym. Wystarczy sprawdzić, czy są wolne stoliki na określoną godzinę – i już! Bez rozczarowań, bez problemu. Wystarczy kilka kliknięć i rezerwacja czeka na nas dosłownie za chwilę.

To właśnie ta opcja rezerwacji „na teraz” jest największym plusem. Zwłaszcza gdy jest się w obcym mieście, zwiedzanie trochę się przeciągnęło, wszyscy są głodni, a do restauracji czekają tłumy. Zamiast stać w kolejce, w kilka chwil można zarezerwować stolik przez stronę lub aplikację i wejść do środka jak VIP.

ODKRYWANIE NOWYCH SMAKÓW

MojStolik.pl to nie tylko narzędzie do szybkich rezerwacji. To także skarbnica restauracji, którą warto odwiedzić. W ten sposób można odkryć prawdziwe perełki. To szczególnie przydatne w nowym mieście, gdy nie chce się ryzykować przypadkowego wyboru. MojStolik.pl daje gwarancję, że trafia się do miejsca, gdzie jedzenie i obsługa są na najwyższym poziomie, tym bardziej, że platforma współpracuje tylko z wybranymi restauracjami. Oznacza to, że nie znajdziemy tu przypadkowych lokali. Każde miejsce przeszło staranną selekcję, co jest ogromnym plusem zwłaszcza dla tych, którzy nie mają ochoty na eksperymenty, a chcą dobrze zjeść.

REKOMENDACJE DLA WSZYSTKICH

Platforma jest prosta w obsłudze i w kilku językach, co sprawia, że korzystanie z niej jest wyjątkowo łatwe. To ważne zwłaszcza dla turystów, którzy nie zawsze wiedzą, gdzie szukać wolnych stolików. Więc jeśli jeszcze nie korzystałeś z MojStolik.pl, warto sprawdzić możliwości tej platformy. To oszczędność czasu i najlepsze kulinarne doświadczenia nawet dla najbardziej wymagających. ■



**Dzięki MojStolik.pl znajdziesz idealne miejsce na biznesowy lunch lub kolację.
With MojStolik.pl you will find the perfect place for a business lunch or dinner.**



send an inquiry and wait hours for a response. MojStolik.pl works completely differently. Everything we see on the site or in the app is shown in real-time. All you have to do is check if there are free tables for a certain hour – and that's it! No disappointments, no problems. Just a few clicks and the reservation is made in a flash.

It is this “right now” booking option that is the biggest plus. Especially when you're in a foreign city, sightseeing has dragged on a bit, everyone is hungry and crowds are waiting to get into a restaurant. Instead of standing in line, you can book a table through the website or app in a few moments and walk in like a VIP.

DISCOVERING NEW FLAVOURS

MojStolik.pl is not only a tool for quick reservations. It's also a treasure trove of restaurants worth visiting. This will enable you to discover real gems. It is especially useful in a new city when you don't want to risk a random choice. MojStolik.pl guarantees you get to a place where the food and service are of the highest level, especially since the platform works only with selected restaurants. This means that you won't find random establishments here. Each place has gone through a careful selection process which is a huge plus, especially for those who don't feel like experimenting but want to eat well.

RECOMMENDATIONS FOR EVERYONE

The platform is easy to use and comes in several languages, which makes it extremely easy to use. This is important, especially for tourists who don't always know where to look for free tables. So if you haven't yet used MojStolik.pl, it's worth checking out the possibilities the app offers. It saves time and offers the best culinary experience for even the most demanding diner. ■

całkowicie inaczej. Wszystko, co widzimy na platformie lub w aplikacji, jest pokazywane w czasie rzeczywistym. Wystarczy sprawdzić, czy są wolne stoliki na określoną godzinę – i już! Bez rozczarowań, bez problemu. Wystarczy kilka kliknięć i rezerwacja czeka na nas dosłownie za chwilę.

To właśnie ta opcja rezerwacji „na teraz” jest największym plusem. Zwłaszcza gdy jest się w obcym mieście, zwiedzanie trochę się przeciągnęło, wszyscy są głodni, a do restauracji czekają tłumy. Zamiast stać w kolejce, w kilka chwil można zarezerwować stolik przez stronę lub aplikację i wejść do środka jak VIP.

ODKRYWANIE NOWYCH SMAKÓW

MojStolik.pl to nie tylko narzędzie do szybkich rezerwacji. To także skarbnica restauracji, którą warto odwiedzić. W ten sposób można odkryć prawdziwe perełki. To szczególnie przydatne w nowym mieście, gdy nie chce się ryzykować przypadkowego wyboru. MojStolik.pl daje gwarancję, że trafia się do miejsca, gdzie jedzenie i obsługa są na najwyższym poziomie, tym bardziej, że platforma współpracuje tylko z wybranymi restauracjami. Oznacza to, że nie znajdziemy tu przypadkowych lokali. Każde miejsce przeszło staranną selekcję, co jest ogromnym plusem zwłaszcza dla tych, którzy nie mają ochoty na eksperymenty, a chcą dobrze zjeść.

REKOMENDACJE DLA WSZYSTKICH

Platforma jest prosta w obsłudze i w kilku językach, co sprawia, że korzystanie z niej jest wyjątkowo łatwe. To ważne zwłaszcza dla turystów, którzy nie zawsze wiedzą, gdzie szukać wolnych stolików. Więc jeśli jeszcze nie korzystałeś z MojStolik.pl, warto sprawdzić możliwości tej platformy. To oszczędność czasu i najlepsze kulinarne doświadczenia nawet dla najbardziej wymagających. ■



**Dzięki MojStolik.pl znajdziesz idealne miejsce na biznesowy lunch lub kolację.
With MojStolik.pl you will find the perfect place for a business lunch or dinner.**



send an inquiry and wait hours for a response. MojStolik.pl works completely differently. Everything we see on the site or in the app is shown in real-time. All you have to do is check if there are free tables for a certain hour – and that's it! No disappointments, no problems. Just a few clicks and the reservation is made in a flash.

It is this “right now” booking option that is the biggest plus. Especially when you're in a foreign city, sightseeing has dragged on a bit, everyone is hungry and crowds are waiting to get into a restaurant. Instead of standing in line, you can book a table through the website or app in a few moments and walk in like a VIP.

DISCOVERING NEW FLAVOURS

MojStolik.pl is not only a tool for quick reservations. It's also a treasure trove of restaurants worth visiting. This will enable you to discover real gems. It is especially useful in a new city when you don't want to risk a random choice. MojStolik.pl guarantees you get to a place where the food and service are of the highest level, especially since the platform works only with selected restaurants. This means that you won't find random establishments here. Each place has gone through a careful selection process which is a huge plus, especially for those who don't feel like experimenting but want to eat well.

RECOMMENDATIONS FOR EVERYONE

The platform is easy to use and comes in several languages, which makes it extremely easy to use. This is important, especially for tourists who don't always know where to look for free tables. So if you haven't yet used MojStolik.pl, it's worth checking out the possibilities the app offers. It saves time and offers the best culinary experience for even the most demanding diner. ■

Brama Pravčická / Pravčická Gate



ODKRYJ PIĘKNO REGIONU ÚSTECKIEGO

DISCOVER THE BEAUTY OF THE ÚSTECKÝ REGION

Bez przesady można powiedzieć, że region Ústecki jest jednym z najpiękniejszych obszarów Czech. Choć turystom krajowym i zagranicznym dopiero powoli zaczyna się odkrywać, jest to jeden z regionów, który nie cierpi z powodu overturizmu.

Without overstating things, the Ústecký Region is one of the most beautiful areas of the Czech Republic. Domestic and foreign tourists are only slowly becoming aware of the region, but that means the threat of overtourism here is lowest.

 -red- |  © Ústecký kraj

Niezależnie od tego, czy jesteś miłośnikiem przyrody, historii czy aktywnego wypoczynku, region Ústecki z pewnością ma Ci wiele do zaoferowania. Jest swoistą złotą czterolistną koniczyną składającą się z Rudaw, Łabskiego Szlaku Rowerowego, Czeskiej Szwajcarii i historycznych miast nad rzeką Ohře. I nie tylko! Na Światową Listę Dziedzictwa UNESCO wpisane są dwa obszary – Rudawy i region Žatec.

GÓRY I DOLINY

Rudawy są popularnym celem turystycznym nie tylko ze względu na piękny krajobraz, ale także ze względu na ich unikalne zabytki, przypominające historię wydobywania minerałów. W 2019 roku Rudawy po obu stronach granicy państwowej zostały wpisane na Światową Listę Dziedzictwa UNESCO jako „Górnicy krajobraz kulturowy Erzgebirge/Rudawy“. Przez wieki obszar ten był ważnym ośrodkiem wydobywania srebra i innych metali, pozostawiając bogatą spuściznę w postaci starych szybów, miast górniczych i zabytków techniki. W Rudawach zobaczysz, że górnictwo może również wzbogacić krajobraz.

Ponadto Rudawy oferują szeroki wachlarz możliwości uprawiania turystyki pieszej i sportu. Miłośnicy pieszych wędrówek mogą wspiąć się na szczyty gór lub wędrować po gęstych lasach, a rowerzyści docenią gęstą sieć ścieżek rowerowych i nowo wybudowane trailparki, takie jak Klíny i Klínovec. Zimą góry zamieniają się w narciarski raj, zarówno dla miłośników stoków narciarskich, jak i narciarzy biegowych, którzy mają do dyspozycji przygotowane i oznakowane trasy biegowe. Najbardziej znane ośrodki narciarskie to Klíny, Telnice czy Bouřňák.

Whether you are a fan of nature, history or sport, the Ústecký Region certainly has a lot to offer. The Krušné Mountains, the Elbe Trail, the Czech Switzerland and historical towns on the River Ohře form a glorious quartet of attractions. And that's not all! There are two places UNESCO lists as world cultural heritage sites – the Krušné Mountains and Žatec.

MOUNTS AND MINES

The Krušné Mountains are popular with tourists not only for their wonderful landscapes, but for some pretty unique sights that recall the area's mining past. In 2019, the Krušné Mountains on both sides of the border were recognised by UNESCO as the “Erzgebirge/Krušnohoří Mining Region”. For centuries this was an important silver (and other metals) mining area which left a rich heritage in the shape of old mines, mining towns and industrial heritage sites. In the Krušné Mountains you'll see that mining can actually bring benefit to a landscape.

In addition to mining heritage, the Krušné Mountains offer a wide range of opportunities for hiking and other sports. Hikers can climb the many peaks or wander the dense forests, while cyclists love the network of trails and newly-created trail parks such as those at Klíny and Klínovec. In winter the mountains are transformed into a skiers' paradise both for lovers of the slopes and well-maintained cross-country trails. The best-known ski centres are Klíny, Telnice and Bouřňák.

GATEWAY TO BOHEMIA

The Elbe Trail is one of the most popular cycling trails in this country and in all Europe. The Ústecký Region section passes

BRAMA DO CZECH

Łąbski Szlak Rowerowy jest jedną z najpopularniejszych tras rowerowych nie tylko w Czechach, ale i w całej Europie. W regionie Ústeckim przebiega przez malowniczy krajobraz wzdłuż rzeki Łaby, który oferuje piękne widoki, zwłaszcza w rejonie Porta Bohemica – Bramy Czech. Tu tejsze wzgórza słyną z winnic, a wizyta tutaj podczas zbioru winogron jest prawdziwym przeżyciem. Centrum tutejszego winiarstwa jest piękne zabytkowe miasto Litoměřice. Łąbski Szlak Rowerowy biegnie z nurtem rzeki i prowadzi w zasadzie po płaskim terenie, dlatego jest idealny zarówno dla dużych, jak i małych rowerzystów.

PRZYRODA WRACA DO ŻYCIA

Park Narodowy Czeska Szwajcaria wraz z Niemiecką Szwajcarią Saksońską tworzy niemal bajkową krainę skalnych miasteczek z piaskowca, głębokich wąwozów i malowniczych rzek. Jego symbolem jest Brama Pravčická, największy most skalny z piaskowca w Europie, z którego roztacza się zapierająca dech w piersiach panorama. Czeska Szwajcaria to idealne miejsce do uprawiania turystyki pieszej i wspinaczki. Popularne są spływy łódkami po rzece Kamenice, która płynie przez romantyczne wąwozy i kończy się w Hřensku. Dzięki dobrze oznakowanym szlakom turystycznym park jest dostępny również dla rodzin z dziećmi i mniej doświadczonych turystów. Wizyta w Czeskiej Szwajcarii jest tym bardziej interesująca, że zwiedzający mogą obserwować, jak przyroda odbudowuje się po niszczycielskim pożarze, który dotknął region w 2022 roku.

KRÓLEWSKIE MIASTA NAD RZEKĄ OHŘE

Przez region Ústecký przepływa rzeka Ohře, a wzdłuż niej znajdują się trzy wyjątkowe historyczne miasta: Louny, Žatec i Kadaň. Louny słyną z późnogotyckiego kościoła św. Mikołaja, który dominuje w pejzażu miasta. Žatec, założony na miejscu grodziska obronnego Przemysłidów, zachował swój średniowieczny układ, w tym charakterystyczną dzielnicę żydowską. Słynie również jako centrum chmielarstwa, dlatego w 2023 roku został wpisany na listę UNESCO jako część „Krainy žateckého chmielu”. Kadaň otoczony jest dobrze zachowanymi murami, z bramą i uliczką kata. Tutejsza dominanta, zamek Kadaň, przypomina o tej ważnej średniowiecznej siedzibie.

Niezależnie od tego, czy przyciąga Cię naturalne piękno Czeskiej Szwajcarii, jazda na nartach i rowerze z odrobiną adrenaliny w Rudawach, relaksująca rodzinna wycieczka Łąbskim Szlakiem Rowerowym, czy historia miast nad rzeką Ohře, jest to idealne miejsce na wakacje. Nie wahaj się i odkryj region Ústecký we wszystkich jego postaciach – i o każdej porze roku! ■

through a picturesque landscape along the River Elbe with some wonderful scenery, especially around the so-called Porta Bohemica – the Gateway to Bohemia. The banks are carpeted in vineyards and the local wine festival is a real experience. The centre of the wine industry is the historical town of Litoměřice. The Elbe Trail traces the river and is therefore flat, ideal for cyclists big and small.

NATURE'S RENEWAL

Along with the Saxon Switzerland, the Czech Switzerland National Park forms a fairy-tale landscape of sandstone rock formations, deep gorges and picturesque valleys. The symbol of the area is the Pravčická brána, the largest natural sandstone arch in Europe. The Czech Switzerland is an ideal place for hiking and rock climbing. Another popular activity is the boat ride along the River Kamenice through idyllic gorges which end in Hřensko. Well-marked hiking trails mean the park is suitable for families with children and less experienced hikers. These days a visit to the Czech Switzerland has added interest as you can watch how nature is returning to areas affected by the huge forest fires of 2022. The absence of tree cover has opened up previously unseen views of rock formations that were once hidden in the vegetation.

ROYAL TOWNS ON THE OHŘE

Flowing through the Ústecký Region, the River Ohře boasts a trio of unique historical towns: Louny, Žatec and Kadaň. Each of them has a rich history and many pieces of precious architecture. Louny is known for its late Gothic Cathedral of St Nicholas which dominates the skyline. Founded on the site of a Přemyslid fortress, Žatec has kept its medieval layout including a characterful Jewish quarter. The town is also famous as the centre of the hop growing industry which earned it a UNESCO listing in 2023 as the “Landscape of Žatec Hops”. Kadaň is encircled by well-preserved defensive walls, including gates and so-called “executioner’s alleyways”. Dominating the town is Kadaň Castle, a reminder of the importance of this medieval settlement.

The Ústecký Region really does have a lot to offer visitors all year round. Whether you are attracted by the beauty of the Czech Switzerland, skiing and mountain biking in the Krušné Mountains, an easy-going trip on the Elbe Trail or history in the Ohře towns, this is the ideal place for a break. Come and discover the Ústecký Region in all its forms – and in all seasons of the year! ■



WWW.BRANADOCECH.CZ



Muzeum ChmĚlu Zatec / Hop museum in Zatec



Punkt widokowy Marii, Skaly Jetřichovice / St. Mary's peak Lookout, Jetřichovice rocks



Noc LitomĚřice / Litomerice at night



Meandry nad zalezem Fláje / Meanders at the Fláje reservoir



Kanion Łaby / Elbe Canyon



Velké Žernoseky, winnica / Velké Žernoseky, vineyard

morawy południowe

#VisitCzechia

niespodziewany

spektakl
barw

Wycieczka do barokowej perły
Vranov nad Dyjí, w Parku Narodowym
Podyjí, i widok z punktu widokowego
zakochanych poprawią ci nastrój.

Zobacz więcej
na naszej stronie:
morawypoludniowe.pl



WITAMY NA POKŁADZIE
WELCOME ABOARD

smartwings 

 CZECH
AIRLINES

NA POKŁADZIE ON BOARD



FLY & BUY

Towary z katalogu FLY & BUY można kupić tylko na wybranych lotach. Rodzaje i ilości towarów zależą od długości lotu i dlatego mogą się różnić z roku na rok. Jest więc możliwe, że wybranego rodzaju towaru nie będzie na pokładzie Państwa lotu, za co z góry przepraszamy.

FLY & BUY

Items from the FLY & BUY catalogue can only be purchased on selected flights. Both cash and contactless payments, i.e. credit or debit cards, are accepted aboard our aircraft. The assortment and quantity of goods depend on the length of the flight. It is therefore possible that goods you have selected are not available during your flight, for which we apologise in advance.

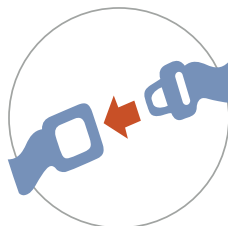


POSILKI

Posiłki można kupić bezpośrednio na pokładzie samolotu. Asortyment może się różnić na poszczególnych trasach. Jedzenie może nie być podawane podczas lotu, jeżeli jest to niemożliwe ze względów eksploatacyjnych lub z powodu braku miejsca.

REFRESHMENTS

You can purchase refreshments on board our planes. The range of refreshments available may differ from service to service. On-board refreshments may not be provided on flights if this is not possible for technical or capacity reasons. Passengers on Smartwings and Czech Airlines scheduled flights can also choose refreshments from an on-line menu when purchasing their flight tickets from smartwings.com, czechairlines.com, thus adding a little more enjoyment to their journey.

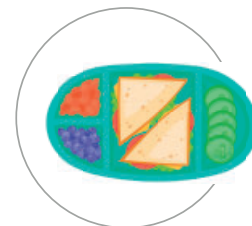


BEZPIECZEŃSTWO

Na pokładzie jest zabronione wykonywanie połączeń telefonicznych. Ze względu na bezpieczeństwo prosimy o przestrzeganie podświetlonych komunikatów „Prosimy zapiąć pasy” i instrukcji członków załogi. Przede wszystkim należy zwrócić pełną uwagę na pokaz użycia środków ratunkowych i ostrzeżenia o wyjściach awaryjnych. Należy się także upewnić, czy przy starcie i lądowaniu mają Państwo prawidłowo zapięte pasy bezpieczeństwa oraz, że oparcie i stolik przy fotelu znajdują się w pozycji pionowej. Zalecamy pozostawienie zapiętych pasów bezpieczeństwa podczas całego lotu.

SAFETY

Passengers are forbidden to make calls while on board. In the interests of safety, we ask you to respect the signs requesting you to fasten your seat belts, and to obey all instructions given to you by the cabin crew. Please pay full attention to the safety demonstration and where the emergency exits are located. Make sure your seat belt is fastened for take off and landing, and that the back of your seat and folding table are in the upright position. We recommend you to keep your seat belt fastened throughout the flight.



WYMAGANIA SPECJALNE

Specjalne posiłki (wegetariańskie, dietetyczne) serwowane są tylko wtedy, gdy są zamówione z wyprzedzeniem (call center, biuro podróży). Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr. 1169/2011, informacje na temat potencjalnych alergenów zawartych w nieopakowanych produktach spożywczych, które są serwowane na pokładzie naszych samolotów, są dostępne u załogi każdego samolotu odlotującego z lotniska znajdującego się na terytorium Unii Europejskiej, Szwajcarii i Norwegii.*

SPECIAL NEEDS

Special menus (vegetarian, diet) are only served if ordered in advance (through our call centre or a travel agent). In accordance with the European Parliament and EU Council Regulation No. 1169/2011 all information about possible allergens contained in non-wrapped food items we serve on board our planes is available from cabin staff on flights taking off from all EU countries, Switzerland and Norway.*

NA POKŁADZIE ON BOARD



POSIŁKI NA LOTACH CHARTEROWYCH

Klienci lotów czarterowych mogą skorzystać z szerszej oferty zakupu posiłków w biurze podróży. W przypadku, gdy serwis pokładowy na połączeniach czarterowych różni się od standardowego, jest to spowodowane specjalnym zamówieniem biura podróży lub klienta.

CHARTER FLIGHTS REFRESHMENTS

Clients can also purchase refreshments on charter flights through a travel agent. In the event the in-flight service during a charter flight differs from that normally provided, this is due to special demands made by the respective travel company or client.



SPOKÓJ I WYGODA

Nad fotelem znajdują się przyciski do sterowania oświetleniem, wentylacją i do przywoływania personelu pokładowego. Pod fotelem z przodu znajduje się miejsce do przechowywania ciężkiego bagażu podręcznego, lżejszy bagaż należy umieścić w schowku nad głową.

FOR YOUR COMFORT

The switch for your reading light, ventilation control and cabin crew call button are situated above your seat. You can stow heavier hand luggage below your seat. Lighter items should be placed in the lockers above.

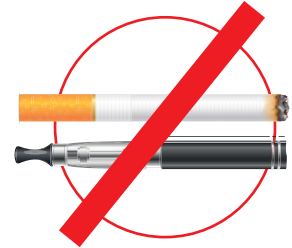


ZAKAZ SPOŻYWANIA WŁASNEGO ALKOHOLU

Personel pokładowy nie może podawać alkoholu osobom poniżej 18 roku życia. Na pokładzie można spożywać tylko napoje alkoholowe/destylaty podane przez personel pokładowy lub zakupione na pokładzie samolotu.

PROHIBITION OF YOUR OWN ALCOHOL!

Cabin staff are not permitted to serve alcohol to anyone below the age of 18. The passengers are requested to only consume alcoholic drinks and spirits served by cabin crew or which have been purchased on board.



ZAKAZ PALENIA

Na wszystkich rejsach obowiązują zakaz palenia. Palenie tytoniu, używanie jakichkolwiek elektronicznych papierosów lub ich substytutów oraz używanie wyrobów tytoniowych jest zabronione na pokładzie samolotu.

NO SMOKING!

All services are no smoking. Smoking, using e-cigarettes, their alternatives or tobacco products are not allowed aboard flight.

* Należy wziąć pod uwagę, że nie możemy zagwarantować wykluczenia wszystkich alergenów z posiłków, podawanych na pokładzie samolotu (np. orzeszki ziemne, pochodne orzeszków ziemnych). Klienci, którzy cierpią na niebezpieczne alergie zdrowotne powinni posiadać na pokładzie leki na alergię lub osobę towarzyszącą. Aby uzyskać więcej informacji na temat alergenów zawartych w jedzeniu, należy się skontaktować z obsługą samolotu. Pragniemy poinformować pasażerów, którzy cierpią z powodu nietolerancji pokarmowej lub alergii zagrażających zdrowiu, lub których stan zdrowia wymaga ścisłej diety, że dania serwowane na pokładzie samolotu, nie są przygotowane w placówkach medycznych i nie spełniają parametrów diety zdrowotnej.

* Please note that we cannot guarantee that any particular foods or ingredients (such as peanuts or peanut derivatives) will be excluded from our catering. Customers with potentially dangerous allergies should ensure they carry appropriate emergency medication and that someone who can administer it accompanies them. Please ask a member of our crew for more information on allergens our refreshments may contain. We would like to inform passengers suffering from food intolerances or allergies that could be life-threatening, or whose health condition requires adherence to a strict diet, that the food served on board our planes is not prepared in a healthcare setting and does not fulfil the requirements of special healthcare diets.

FLOTA SMARTWINGS GROUP FLEET OF SMARTWINGS GROUP

BOEING 737-700

148 | 33,6 m | 828 km/h



BOEING 737-800

189 | 39,5 m | 828 km/h



BOEING 737 MAX 8

189 | 39,5 m | 828 km/h






BOEING 737-900ER

212 | 42,1 m | 828 km/h






FLOTA SMARTWINGS GROUP FLEET OF SMARTWINGS GROUP

CESSNA 680 CITATION SOVEREIGN

 9 |  19,4 m |  848 km/h






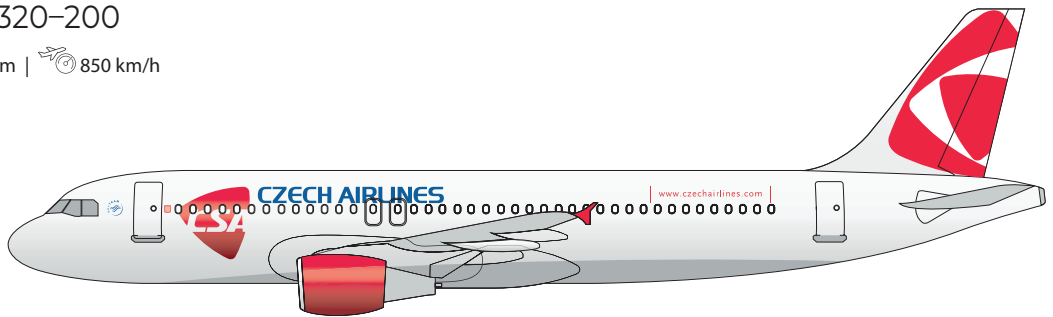
CESSNA 700 CITATION LONGITUDE

 9 |  22,3 m |  895 km/h



AIRBUS A320-200

 180 |  37,6 m |  850 km/h



Ilość miejsc | Seating Capacity



Długość samolotu | Length of Aircraft

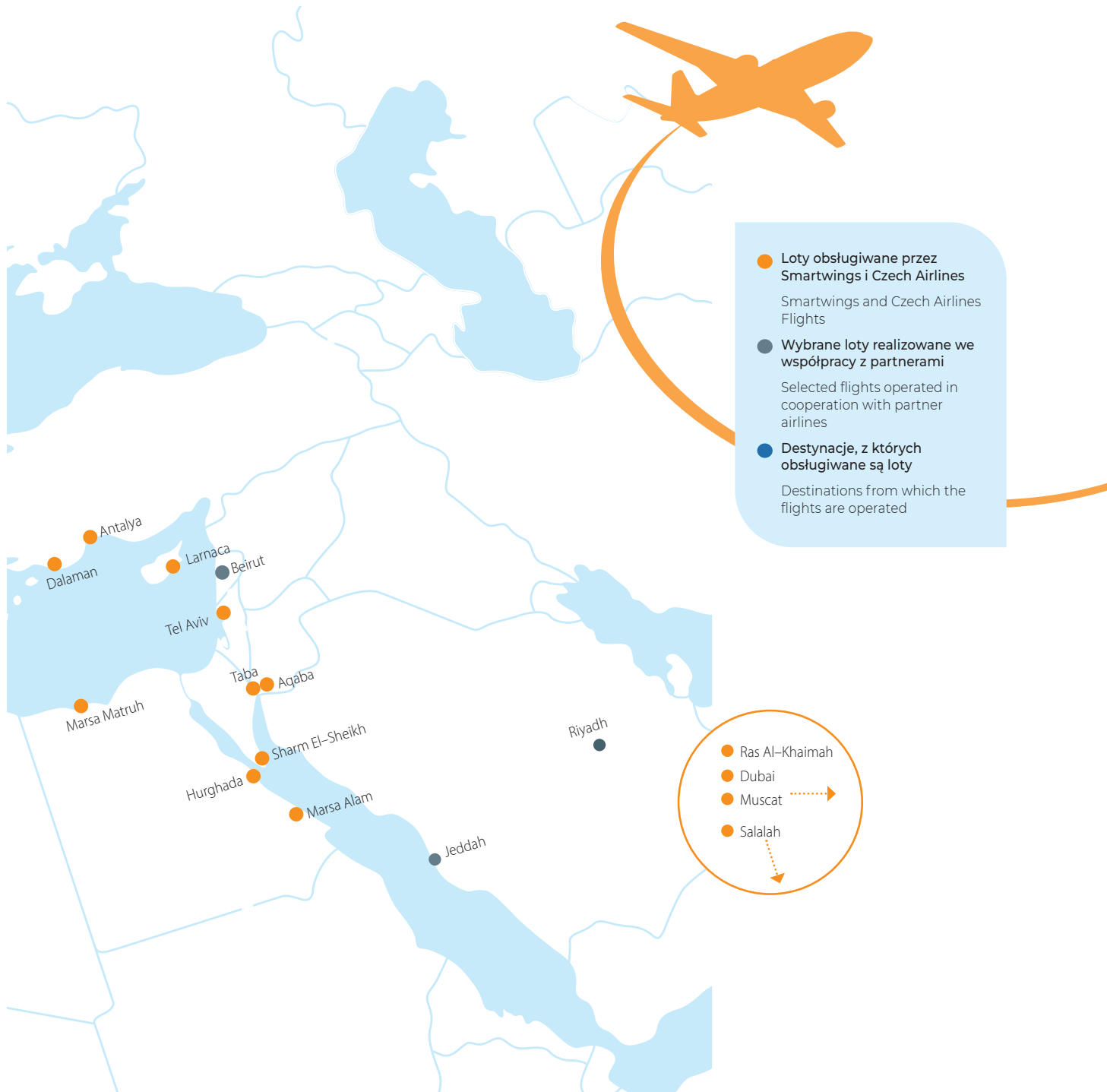


Maksymalna prędkość | Cruising Speed

INFLIGHT



DESTYNACJE DOCELOWE DESTINATIONS



FORMULARZE PODRÓŻY

TRAVEL DOCUMENTS

EGIPT EGYPT

INSTRUKCJA OGÓLNA

Zanim wjadą Państwo na terytorium obcego państwa i zanim je opuszczą, tak jak obywatele wielu innych krajów powinni Państwo wypełnić i oddać Kartę Przylotu (tzw. landing card) lub Kartę Odlotu (departure card), w niektórych regionach również deklarację celną. Formularze otrzymają Państwo w trakcie lotu od naszego personelu pokładowego, który będzie również służył pomocą w razie niejasności i pytań.

KARTY PRZYLOTÓW

- » obowiązkiem każdego podróżnego jest wypełnienie kart
- » jeśli dziecko ma własny paszport, musi również wypełnić własny formularz
- » formularze wypełnia się piśmem drukowanym
- » rodzice lub osoby dorosłe, będące opiekunami dzieci, podpisują karty w ich imieniu
- » formularze należy przedłożyć razem z ważnym paszportem przy przejściu przez kontrolę na lotnisku.

GENERAL INSTRUCTIONS

Before you enter another country and before you leave you have to just like other countries' citizens fill in and hand in landing cards or departure cards and in some cases also a customs declaration. You receive forms from our stewards during the flight and they can help you with various problems you might encounter or answer your questions.

LANDING CARDS

- » each passenger is obligated to fill out a landing card
- » if the child has his / her own passport, he / she must have completed his / her own form
- » fill out the form in block letters
- » parents or adults who are responsible for child passengers sign a card on behalf of the child
- » the form shall be handed over together with valid travel documents when passing through airport security

جمهورية مصر العربية وصول غير المصريين A . R . E NON EGYPTIAN ARRIVAL رقم الرحلة TRIP NO : قادم من ARRIVING FROM		ختم الوصول ARABSKA REPUBLIKA EGIPTU (A.R.E) PRZYJAZD SPOZA EGIPTU NUMER REJSU PORT WYLOTU
FAMILY NAME (CAPITAL LETTER) NAZWISKO (Drukowanymi literami)		الاسم /
FORE NAME IMIĘ		التاريخ ومكان الميلاد DATA I MIEJSCE URODZENIA
NATIONALITY NARODOWOŚĆ		الجنسية
PASSPORT NUMBER & TYPE ADRES POBYTU W EGIPCIE ADDRESS IN EGYPT		رقم الجواز ونوعه العنوان في مصر
الغرض من الوصول (ضع علامة ✓) <input type="checkbox"/> نقالي <input type="checkbox"/> مؤتمرات <input type="checkbox"/> دراسة <input type="checkbox"/> سياحة <input type="checkbox"/> أخرى <input type="checkbox"/> تدريب <input type="checkbox"/> أعمال <input type="checkbox"/> علاج		
CEL WIZYTY PURPOSE OF ARRIVAL : <input type="checkbox"/> TOURISM <input type="checkbox"/> STUDY <input type="checkbox"/> CONVENTION <input type="checkbox"/> CULTURE <input checked="" type="checkbox"/> turystyczny <input type="checkbox"/> naukowy <input type="checkbox"/> kongres <input type="checkbox"/> kulturowy <input type="checkbox"/> leczenie medyczne <input type="checkbox"/> biznesowy <input type="checkbox"/> szkoleniowy <input type="checkbox"/> inny (✓) <input type="checkbox"/> MEDICAL TREATMENT <input type="checkbox"/> BUSINESS <input type="checkbox"/> TRAINING <input type="checkbox"/> OTHER		
ACCOMPANIED ON THE PASSPORT & DATE OF BIRTH		أسماء المرافقين وتاريخ الميلاد
1 - OSOBY WPISANE DO PASZPORTU ORAZ ICH MIEJSCE & DATA URODZENIA - 1		
← Head Of Queen Nefertiti		رأس نفرتيتي

MyWings TV

Za pomocą swojego urządzenia połącz się z pokładowym systemem rozrywki i ciesz się ponad **100 godzinami** treści premium.

Connect to the Inflight Entertainment from your device and enjoy over **100 hours** of premium content.



Filmy
Movies



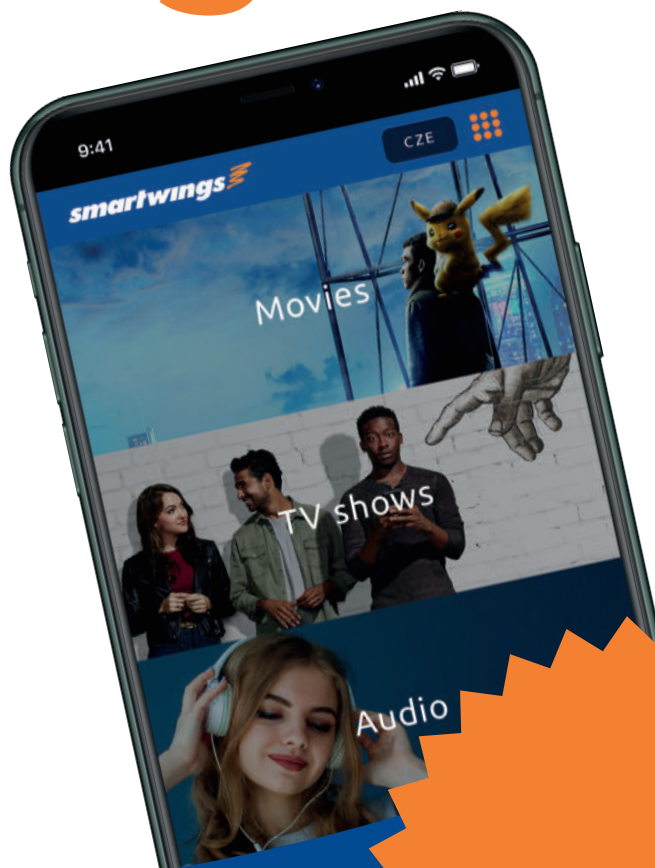
**Programy
telewizyjne**
TV Shows



Muzyka
Music



Airshow
Airshow



**BEZPŁATNIE
FREE**

Gdy będziesz na pokładzie... While on board...

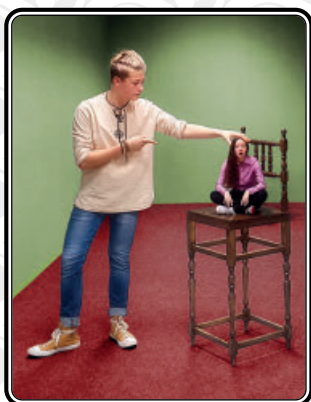
- 1** **Włącz na swoim urządzeniu tryb samolotowy.**
Switch your device to airplane mode.
- 2** **Włącz Wi-Fi i połącz się z siecią MyWings.**
Turn on Wi-Fi and connect to MyWings Network.
- 3** **Otwórz przeglądarkę internetową. W celu uzyskania najlepszych wrażeń z MyWings TV, zalecamy korzystanie z przeglądarki internetowej Chrome lub Safari.**
Open a browser on your device. We recommend using Chrome or Safari browsers for the best MyWings TV experience.
- 4** **Wprowadź adres: mywingstv.aero i możesz korzystać z rozrywki!**
Navigate to mywingstv.com and enjoy!

smartwings



MUZEUM FANTASTYCZNYCH ILUZJI

MUSEUM OF FANTASTIC ILLUSIONS



Najzabawniejsze muzeum w całej Pradze!

The funniest museum in Prague!



www.muzeumfantastickychiluzi.cz

