

2026 Jaro Spring

Magazín

Leo Express

CZ

TÉMA

Zvuk známý
i neznámý

DESTINACE

Vlakem
po Moravském
Slovácku

EN

TOPIC

Sound: Familiar
and Mysterious

DESTINATION

By Train Through
Moravian Slovakia

Jeden den nestačí!

Aquapalace Hotel Prague *****





Milí cestující,

CZ Svět kolem nás je plný melodií, rytmů a tónů, které nás provázejí nejen na cestách. Proto jsme jarní vydání našeho magazínu věnovali právě zvuku. Tomu, který nás inspiruje, probouzí vzpomínky a dodává jim jedinečnost.

Možná už tento magazín čtete na některé z našich nových tras, které na jaře a v létě spouštíme. Ať už na palubě našich vlaků míříte do Varšavy, Bratislavy, do Frankfurtu, nebo třeba do Starého Města, můžete se těšit na maximálně pohodlnou, příjemnou a bezpečnou cestu. A pokud vás zajímá, v jakých vlacích se na nových trasách svezete, přečtěte si rozhovor s naším kolegou Janem Rencem, který má na starosti rozvoj naší flotily kolejových vozidel.

V novém čísle magazínu se vlakem vydáme po Moravském Slovácku, kraji folkloru, tradic a samozřejmě i vína. O pár stránek dál zase společně vyrazíme na výpravu po stopách českých hudebních skladatelů – vždyť slavnou Dvořákovu Humoresku inspiroval zvuk železničních vagonů. Podíváme se i na současnou hudební scénu a popovídáme si s kapelou Lake Malawi, jejíž skladba Chinese Trees neodmyslitelně patří k cestování s Leo Express.

Věříme, že si rytmus cestování s námi zamilujete. •

Vaše Lea

Dear passengers,

EN The world around us is full of melodies, rhythms, and tones that accompany us not only on the road. That's why we have dedicated this spring issue of our magazine to sound – the kind that inspires, awakens memories, and gives them a unique colour.

You may already be reading this magazine on one of our new routes launching this spring and summer. Whether you are heading to Warsaw, Bratislava, Frankfurt, or Staré Město aboard our trains, expect a comfortable, pleasant, and safe journey. If you are curious which trains will run the new routes, read our interview with Jan Renc, who is in charge of the development of our rolling stock.

In this issue we travel by train through Moravian Slovakia, a region of folklore, traditions and, of course, wine. A few pages on, we follow the footsteps of Czech composers – after all, even Dvořák's famous Humoresque was inspired by the sound of railway carriages. We also look at today's music scene and talk to Lake Malawi, whose song Chinese Trees is now closely associated with journeys on Leo Express.

We hope you'll love the rhythm of travel with us. •

Your Lea

DESTINACE | DESTINATION

- 10 Vlakem po Moravském Slovácku |
By Train Through Moravian Slovakia

TÉMA | TOPIC

- 18 Zvuk známý i neznámý |
Sound, Familiar and Mysterious

ROZHOVOR | INTERVIEW

- 26 Albert Černý: Hudbu dnes vnímám jinak |
Albert Černý: I Experience Music Differently Now

TÉMA | TOPIC

- 34 Jak hudba ovlivňuje naši náladu a produktivitu |
How Music Shapes Our Mood and Productivity

TÉMA | TOPIC

- 46 Ticho, které léčí |
Silence That Heals

TÉMA | TOPIC

- 58 Po stopách hudebních skladatelů |
In the Footsteps of Composers

PŘEDSTAVUJEME | INTRODUCTION

- 72 Jan Renc: Je skvělé vidět na kolejích
výsledky společné práce |
Jan Renc: Great to See Our Joint
Efforts Materialised on Tracks

**CZ Bezpečná tiskovina**

Obálka Magazínu Leo Express je ošetřena anti-mikrobiálním lakem, který z něj dělá bezpečnou tiskovinu. Časopis si tak mohou bezpečně prohlédnout všichni cestující, aniž by se stal přenašečem bakterií, plísní nebo virů.

EN Safe printout

The cover of this magazine is treated with anti-microbial coating, which makes it a safe printout. In this way, all passengers can look safely through it without the magazine becoming a carrier of bacteria, fungi and viruses.

Magazín Leo Express**Pro Leo Express vydává |
Published for Leo Express by:**

COT group s.r.o.
Garden Eleven
Kubánské nám. 1391/11
100 00 Praha 10 – Vršovice
IČO: 25098853

Redakční rada | Editorial board:

Eva Frindtová, Emil Sedlařík,
Lea Macíková, Petr Manuel Ulrych

Texty | Texts:

Jakub Jukl, Petr Manuel Ulrych,
Bibiana Munková

Překlad | Translation:

Michaela Buchtelová

Korektury | Proofreading:

Táňa Holasová

Foto | Photos:

Není-li uvedeno jinak,
jsou fotografie z Shutterstock.com |
Shutterstock.com – unless others
copyrights.

Foto na titulní straně | Cover photo:

Shutterstock.com

Grafická úprava a sazba |**Graphic Layout and Composition:**

Eva Zilvarová

Produkce | Production:

Julie Válková

Tisk | Print: Triangl, a.s.**Inzerce | Advertisements:**

COT group, s.r.o.
Tel.: +420 735 177 676
E-mail: inzerce@cot.cz
Vydavatel neručí za obsah inzerátů. |
The publisher carries no legal
responsibility for the content of
any advertisements appearing
in this magazine.

Registrace Ministerstva kultury České
republiky | Registration of the Ministry
of Culture of the Czech Republic:
MK ČR E 20950

Vychází 4x ročně |
Published 4 times a year

Místo vydávání | Place of publication:
Praha | Prague

Vydání | Publication:

březen 2026 – květen 2026
March 2026 – May 2026

Uzávěrka příštího vydání |**Copy Date of the Next Issue:**

20. 4. 2026 | 20 April 2026

Když se Alpy mění za oknem:

panoramatický okruh Gotthard Bernina Round Trip

 **Rhätische Bahn**

TEXT: Jan Ursíny
FOTO: Swiss Travel System AG
www.rhb.ch

CZ Cesta začíná v Curychu, odkud se vlak vydá jižním směrem do Lugana skrz ikonický Gotthard Base Tunnel, nejdelší železniční tunel světa o délce 57 kilometrů. Tento úsek představuje technický zázrak a zároveň vás během krátké chvíle přenesení z kontinentálního severu do středomořské atmosféry italsky mluvícího kantonu Ticino.

V Luganu je ideální prostor na krátkou zastávku a nasátí italské atmosféry – úzké uličky, kavárny, pizza, gelato i výhledy na jezero přímo vybízejí k prvnímu zpomalení dne. Odtud pokračuje cesta přes náhorní plošiny a státní hranici až do italského Tirana, a to na palubě Bernina Express Bus.

Vrchol celého okruhu přichází při jízdě panoramatickým vlakem Bernina Express z Tirana zpět do Švýcarska a dále až do Churu, nejstaršího města ve Švýcarsku. Tato část trasy je zapsána na seznam světového dědictví UNESCO díky svému jedinečnému charakteru: tratě Bernina a Albula stoupají přes alpské průsmyky až do

Pokud uvažujete o zimním výletu, který spojuje dechberoucí alpská panoramata s pohodou železničního cestování, pak Gotthard Bernina Round Trip patří mezi nejpůsobivější zážitky, které můžete letos zažít. Tato panoramatická trasa propojuje severní a jižní části Švýcarska – od pulzujícího Curychu až do srdce Graubündenu – a během jediného dne nabízí pestrou paletu kulturních i přírodních kontrastů.



5
ADVERTORIAL

nadmorské výšky přes 2 250 metrů, přičemž se před vámi otevírají výhledy na ledovce, horské vrcholy i hluboká údolí s malebnými vesnicemi.

Z Churu se okruh uzavírá návratem kolem jezer Walensee a Zürichsee zpět do výchozího bodu v Curychu. Díky této kombinaci panoramatických úseků získáte komplexní představu o mimořádné rozmanitosti švýcarské krajiny – od kosmopolitního Curychu přes středomořské břehy Ticina až po divoké alpské hřebeny a horské velikány Graubündenu, které v zimě halí sněh.

Gotthard Bernina Round Trip není jen vlakový okruh, ale ucelený cestovatelský příběh, který propojuje různé kultury, jazyky a krajiny do jednoho nezapomenutelného putování. Je ideální volbou pro ty, kdo chtějí během zimní dovolené poznat Švýcarsko jinak – pomalu, pohodlně a s výhledy, které se mění za každou zatáčkou. Přesvědčte se sami na www.rhb.ch. •

TEXT: -red-
FOTO: Shutterstock.com,
SHERWOOD Digital

TIPY TIPS



1

OLOMOUC
OLOMOUC

6
TIPY



2

OSTRAVA
OSTRAVA

MAJÁLES OSTRAVA 2026

Několik stages s multižánrovým programem v areálu Dolní oblasti Vítkovic slibuje letošní oslava Majálesu v Ostravě. Na festivalu vystoupí Calin, Ben Cristovao, Sara Rikas, Stein27, Mikolas, PTK, Cashanova Bulhar, Grey256, Kojo, Simlivilinlife, G1nter, Kontrafakt, Chinaski, David Koller, Jiří Korn, Martina Pártlová, Vypsaná fiXa a Horkýže slíže.

MAJÁLES OSTRAVA 2026

This year's Majáles festival in Ostrava promises several stages with a multi-genre programme in the Dolní oblast Vítkovice complex. The festival will feature performances by Calin, Ben Cristovao, Sara Rikas, Stein27, Mikolas, PTK, Cashanova Bulhar, Grey256, Kojo, Simlivilinlife, G1nter, Kontrafakt, Chinaski, David Koller, Jiří Korn, Martina Pártlová, Vypsaná fiXa, and Horkýže Slíže.



16. 5. 2026

<https://ostrava.majales.cz/>



OLOMOUCKÝ TVARŮŽKOVÝ FESTIVAL

Centrum Olomouce bude v dubnu dějištěm 9. ročníku festivalu na počest typické hanácké speciality – Olomouckých tvarůžků. Návštěvníci ochutnají tvarůžky v teplé i studené kuchyni v široké nabídce místních restaurací. Nebudou chybět ani takové speciality jako tvarůžkové zákusky, burgery či zcela jedinečná tvarůžková pralinka.

OLOMOUC TVARŮŽKY FESTIVAL

In April, the centre of Olomouc will host the 9th annual festival honouring a typical Haná cheese curd – Olomoucké tvarůžky. Visitors will be able to taste them in both hot and cold dishes offered by a wide range of local restaurants. The event will also feature unique cheese-curd specialities such as tvarůžky desserts, burgers, and the completely exclusive tvarůžky praline.



18.–19. 4. 2026

<https://tvaruzkovyfestival.olomouc.eu/>

3

PRAHA
PRAGUE

MOTÝLI: KOUZLO PŘITAŽLIVOSTI

Letošní přehlídka pestrobarevných exotických druhů motýlů ve skleníku Fata Morgana v Botanické zahradě Praha se zaměří na téma vábení – jak rostliny lákají tyto jemné opylovače. Díky spolupráci s motýlí farmou ve Stratfordu nad Avonou dorazí do zahrady postupně na 5 000 kukel několika desítek druhů motýlů. Součástí přehlídky v Troji bude také interaktivní výstava Tajemství motýlího života.

BUTTERFLIES: THE MAGIC OF ATTRACTION

This year's exhibition of colourful exotic butterfly species in the Fata Morgana Greenhouse at the Prague Botanical Garden will focus on the theme of attraction – how plants lure these delicate pollinators. Thanks to cooperation with a butterfly farm in Stratford-upon-Avon, the garden will receive up to 5,000 chrysalises of several dozen butterfly species. The exhibition in Troja will also include an interactive display titled the Secrets of Butterfly Life.



2. 4. – 17. 5. 2026

www.botanicka.cz



7
TIPS

KOLEKCE CIRCUIT

**ZAŽIJ CELÝ ZÁVOD
BEZ PŘERUŠENÍ**



VELO NIKOTINOVÉ SÁČKY
DESIGN INSPIROVÁN McLaren RACING
ODLEP, NASKENUJ A ZJISTI VÍCE NA VELO.COM



URČENO
PRO DOSPĚLÉ

Vyobrazení produktu je pouze ilustrativní. Skutečný vzhled výrobku se může lišit v závislosti na regionálních specifikacích.



TENTO VÝROBEK OBSAHUJE NIKOTIN, KTERÝ JE VYSOCE NÁVYKOVOU LÁTKOU



**CESTA UTÍKÁ RYCHLEJI,
KDYŽ MÁŠ DO ČEHO KOUSNOUT**



LEON JERKY: CHUŤ, KTERÁ CESTUJE S TEBOU.



Vlakem po Moravském Slovácku

Moravské Slovácko má spousta lidí spojené hlavně se sluníčkem a vínem. Ale tenhle kraj toho má v sobě mnohem víc. Právě tady je totiž kolébka našeho státu, právě tady najdete stále živé folklorní tradice i významnou památku UNESCO.

CZ Vydejte se tedy objevit krásy Moravského Slovácka na palubě vlaků Leo Express na trase mezi Starým Městem u Uherského Hradiště a Břeclaví. Po cestě je toho k vidění opravdu hodně.

VÝLET DO HISTORIE

Na počátku našich dějin stojí Velká Morava. Historikové se dodnes přou, kde stálo její sídelní město Velehrad. Většina z nich se kloní k tomu, že se rozkládalo na území Uherského Hradiště s centrem v přilehlém Starém Městě. Na velkomoravské památky tu narazíte na mnoha místech. Třeba na výšině Sady, kde jsou odkryté pozůstatky →



11
DESTINATION

By Train Through Moravian Slovakia

For many people, Moravian Slovakia evokes sunshine and wine. But this region offers far more. It is the cradle of Czech statehood, a place where living folklore traditions thrive, and home to a UNESCO World Heritage Site.

.....
TEXT: Jakub Jukl
FOTO: Shutterstock.com, Palickap / Wikimedia Commons (CC BY-SA 4.0), volné dílo / Wikimedia Commons
.....

EN Set off to discover the beauty of Moravian Slovakia aboard Leo Express trains running between Staré Město near Uherské Hradiště and Břeclav. There's plenty to see along the way.

A JOURNEY INTO HISTORY

At the dawn of Czech history stands Great Moravia. Historians still argue about where its capital, Velehrad, was located. Most agree it lay in the area of today's Uherské Hradiště, with its centre in nearby Staré Město. →



→ mohutné baziliky. Nejspíš právě ona byla sídelním chrámem arcibiskupa Metoděje a prohlubeň v jižní části kněžiště naznačuje, že zde mohl být tento světec pohřben, přesně tak, jak líčí velkomoravské legendy.

Další starobylé památky najdete přímo ve Starém Městě na druhém břehu řeky Moravy. Pozoruhodný je dodnes funkční kostel sv. Michaela, stojící na velkomoravských základech. Ale minout určitě nesmíte ani Památník Velké Moravy. Jeho starší část je vybudována kolem archeologických vykopávek starobylého kostelíka, druhá, nově postavená část Památníku klade důraz především na moderní prezentaci archeologických nálezů a kulturní souvislosti velkomoravské epochy.

Jen pár kilometrů odtud leží současný Velehrad – poutní místo s monumentálním barokním chrámem, které udržuje dědictví Velké Moravy i věrozhvěstů Cyrila a Metoděje dodnes. Ve Velehradě se nachází také archeoskanzen Velehrad – replika velkomoravského hradiště, kde můžete nahlédnout do života dávných Moravanů.

HODONÍN VE ZNAMENÍ TGM

Další zastávkou je Hodonín. Na rozdíl od Uherského Hradiště se nemůže pyšnit takovou přehlídkou památek, má ale slavného rodáka. A dokonce toho nejslavnějšího. Právě v Hodoníně se narodil náš první prezident T. G. Masaryk. Není divu, že mu hrdí občané věnovali celé muzeum. To není ovšem v rodném domku, protože ten byl na konci 19. století zbořen, ale na zámku. Stálá expozice pod názvem Cesta Masarykovým životem přibližuje osudy TGM od dětství až po působení v prezidentském úřadu. Je tu vystavena řada Masarykových osobních

věcí včetně kovadliny z kovárný v Čejči, kde se pozdější prezident vyučil svému prvnímu řemeslu.

Hodonínské muzeum spravuje i neda- leké velkomoravské hradiště v Mikulčicích, které určitě stojí za vidění. Na rozdíl od Starého Města jej totiž nepřekryla pozdější zástavba, ale archeologové je odkryli na volném prostranství na břehu Moravy. Přímo v terénu jsou dobře viditelné pozůstatky přibližně desítky velkomoravských kostelů.

BŘECLAV – MĚSTO MNOHA TVÁŘÍ

Pokud vystoupíte z vlaku v Břeclavi, čeká vás hned několik možností, kam se podívat. Břeclav je centrem národopisné oblasti Podluží, součásti Moravského Slovácka. Folklorní tradice jsou i zde stále živé a jedním z jejich center je Havlíčkova vila v Břeclavi – Poštorné. Tu spravuje nadační fond Moravská krása a konají se zde nejrůznější



→ Traces of Great Moravia appear throughout the region. One example is on the Sady hill, where the remains of a massive basilica have been uncovered. It was probably the seat of Archbishop Methodius.

Other ancient monuments await in Staré Město on the opposite bank of the River Morava. The still-active Church of St. Michael, built on Great Moravian foundations, is particularly noteworthy. And you should definitely not miss the Great Moravia Memorial. Its older part is built around the excavations of an ancient church, while its newer part focuses primarily on modern displays of archaeological finds and the cultural context of the Great Moravian era.

Just a few kilometres away lies today's Velehrad – a pilgrimage site with a monumental Baroque basilica



národopisné a umělecké výstavy, workshopy a další kulturní akce.

A protože i v Břeclavi jsme stále na území někdejší Velké Moravy, najdete i zde dávné hradiště. Jmenuje se Pohansko a leží jen kousek za městem, v malebné Chráněné krajině oblasti Soutok. Pozůstatkům hradiště vévodí empírový lovecký zámek s expozicí věnovanou velkomoravské době.

Pro mnoho turistů je ale Břeclav především bránou k jedné z nejvýznamnějších pamětihodností Jihomoravského kraje: k Lednicko-valtickému areálu, zapsanému v seznamu UNESCO. Je to světově unikátní krajinářský komplex mezi dvěma zámky v Lednici a Valticích, vybudovaný rodem Lichtenštejnů. Lednicko-valtický areál je dokladem kulturní krajiny, vzniklé staletým působením lidského ducha a lidských rukou. →



Na Slovácko se pohodlně svezete vlaky Leo Express.

You can travel to Moravian Slovakia comfortably by Leo Express trains.



that preserves the legacy of Great Moravia and the missionaries Cyril and Methodius to this day. Velehrad is also home to the Veligrad archaeological open-air museum – a replica of a Great Moravian stronghold.

HODONÍN IN THE FOOTSTEPS OF MASARYK

Your next stop is Hodonín. It cannot boast such a wealth of monuments, but it does have a famous native son. The most famous one. Hodonín is the birthplace of the first president of Czechoslovakia, T. G. Masaryk. Unsurprisingly, the proud townspeople have dedicated an entire museum to him. However, it is not located in his birthplace, demolished in late 1800s, but in the local castle. The exhibition titled A Journey Through Masaryk's Life traces his story from childhood to his presidency. A number of Masaryk's personal belongings are on display, including an anvil from the smithy in Čejč, where the future president learned his first trade.

The Hodonín Museum also manages the nearby Great Moravian stronghold in Mikulčice, which is definitely worth seeing. Unlike Staré Město, it was never covered by later development; instead, archaeologists uncovered it in open countryside along the River Morava. Out in the landscape, you can clearly see the remains of roughly ten Great Moravian churches.

BŘECLAV – A TOWN OF MANY FACES

Step off the train in Břeclav and you'll find several tempting places to visit. Břeclav is the centre of the Podluží ethnographic region, part of Moravian →

CZ → HODY, HODKY, VINOBRANÍ

Uherské Hradiště, Hodonín, Břeclav... To všechno je krajina vína, jak už jsme zmínili v úvodu. A tak se sem můžete vypravit nejen za zajímavostmi a památkami, ale prostě jen za vínem. A k vínu patří dobré jídlo a dobrá muzika. Toho všeho je Moravské Slovácko plné.



A zvláště o hodech neboli hodkách – slavnostech, které se konají v každé dědině v průběhu prakticky celého roku. Je to moravská obdoba českého posvícení. To se celá vesnice slavnostně vyzdobí, sjedou se sem lidé z celého okolí, vyhrává muzika (nejčastěji tradiční cimbálka), vsí prochází krojovaný průvod a všude je spousta vína a dalších dobrot. Zážitek, který se nedá popsat – ten prostě musíte zažít. Přitom se hody plánují tak, aby pokud možno byly v každé dědině jindy a lidé se mohli navštěvovat.

Jedním z vrcholů roku je pak vinobraní, jež se koná většinou na počátku září, když už jsou hrozny sklizeny a v sudech dozrává „burčák“. Na vinobraní můžete ochutnat víno z mnoha místních vinohradů – od velikých až po ty malé, které mají místní vinaři třeba na zahradě. A pokud nestihnete vinobraní, nevádí – můžete přijet na degustaci vína do zdejších sklípků. Prostě zažít jižní Moravu všemi smysly. •

14

DESTINACE

EN → Slovakia. Folklore traditions remain vibrant here, and one of their key hubs is Havlíček Villa in Břeclav – Poštorná. Managed by the Moravská krása endowment fund, it hosts a variety of ethnographic and art exhibitions, workshops and other cultural events.

And because Břeclav also lies in the territory of the former Great Moravia, you'll find another ancient stronghold here. Called Pohansko, it sits just beyond the town, in the picturesque Soutok Protected Landscape Area. The site is dominated by an Empire-style hunting lodge that houses an exhibition dedicated to the Great Moravian era.

For many visitors, Břeclav is primarily a gateway to one of South Moravia's most remarkable landmarks: the

Lednice-Valtice Cultural Landscape, a UNESCO World Heritage Site. It is a globally unique landscape complex between two castles in Lednice and Valtice, built by the Liechtenstein family. It stands as an example of a cultural landscape shaped by human spirit and craftsmanship across generations.

FEASTS, FESTIVITIES, GRAPE HARVEST

Uherské Hradiště, Hodonín, Břeclav... this entire region is wine country. You can come here not only for its history and sights, but simply for the wine itself. And with it, you'll find good food and good music – all of which Moravian Slovakia has in abundance.

Especially during feasts, or hodky – village festivals held throughout the year in every village. The whole village is festively decorated, visitors arrive from near and far, music (most often traditional cimbalom band) fills the streets, a parade in traditional costumes passes through the village, and there are wine and other delicacies everywhere. It's an experience that defies description – you simply have to live it.

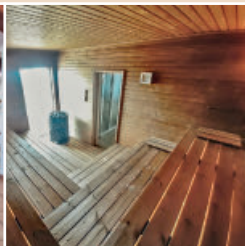
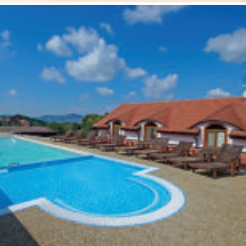
One of the highlights of the year is the wine harvest festival, usually held in early September, once the grapes have been picked and the first young wine – burčák – is maturing in barrels. At the festival, you can sample wines from many local vineyards. And if you miss the grape harvest, don't worry – come for wine tasting in the local cellars. Simply experience South Moravia with all your senses. •



ZÁŽITKOVÁ DOVOLENÁ | FIREMNÍ ŠKOLENÍ
TEAM BUILDING | OSLAVY | SVATBY
DEGUSTACE VE SKLEPĚ | MORAVSKÉ VEČERY
S CIMBÁLEM | SEZÓNŇÍ RESTAURACE

Kapacita školící místnosti i ubytování až 70 osob

Resort v Zaječí nabízí ubytování v klimatizovaných pokojích a bungalovech, krásný výhled na Pálavu, vyhřívaný přelivový bazén i privátní saunu.



Vinařská 479, 691 05 Zaječí | recepce@zajicizezajeci.cz | +420 725 936 624

www.zajicizezajeci.cz

Elitní muzikanti na unikátních místech

Zámky Frýdek, Kunín nebo Nová Horka, Muzeum nákladních automobilů Tatra v Kopřivnici, řetízkové šatny Dolu Michal v Ostravě a mnoho dalších zajímavých míst celoročně rozeznávají prvotřídní interpreti na Hudebních výletech.



16

ADVERTORIAL



TEXT: Eva Františáková

FOTO: Ivan Korč

www.hudebnivylety.cz

CZ Čeká na vás skvělá příležitost objevit genia loci Moravskoslezského kraje podtržené ho mimořádným zážitkem z klasické hudby, folkloru nebo jazzu!

ZNĚJÍCÍ INDUSTRIÁL

Řetízkové šatny ostravského Dolu Michal jsou autenticky dochovaným prostorem, kde se ještě nedávno oblékali horníci. Na jeden večer se díky Hudebním výletům promění v nečekaný hudební salon, kde Sylvie Bee & Band odhalí svět francouzského šansonu (11. 4.), v následujícím měsíci zde pak můžete objevit folklorní stopy v klasice díky MusEquality, který spojuje kultivovanou virtuozitu klasické hudby s přirozenou energií lidové tradice v obsazení houslí, cimbálu či akordeonu (10. 5.).

ZPÍVEJTE NA KONCERTU I VY!

Velikonoční koncert nabídne nejen hluboký duchovní zážitek, ale také výjimečnou možnost aktivní účasti publika a sborů. V doprovodu Slovenského komorního orchestru pod vedením legendárního houslisty Ewala Danela zazní Biblické písně Antonína Dvořáka, jež se promění v duchovní událost, kterou nebudete pouze poslouchat, ale také spoluvytvářet (28. 3., Ostrava).

EVROPSKY UZNÁVANÍ SÓLISTÉ NA ZÁMCÍCH

Klarinetové kvintety Mozarta a Webera v podání Wihanova kvarteta a Igora Františáka promění Rytířský sál zámku ve Frýdku-Místku či zahradní sál zámku Nová Horka u Studénky v prostor, kde se čas zpomalí a hudba získá svůj původní význam: být potěšením, reprezentací i vnitřním prožitkem (14. a 16. 5.). Rané italské baroko pak rozezná andělský soprán Hany Blažikové s teoristou Janem Krejčou na nádvoří frýdeckého zámku či zámku v Kuníně (6.–7. 6.). V atmosféře aristokratických sálů se posluchači mohou cítit jako zámečtí páni, jimž je hudba nabízena v té nejvyšší možné kvalitě – zblízka, osobně a bezprostředně.

Společné cestovatelské chvíle si můžete ještě více vychutnat ve spojení s dokonalým servisem – ochutnávkou oceňovaného vína, prohlídkou památky, krásným koncertem i moderovanou debatou s umělci. •

Tajemná Třebíč



unesco

Památka
světového dědictví
Židovská čtvrť
a hřbitov na Pokoopa
v Třebíči

Objevíte
příběhy
a UNESCO



visittrebic.eu

Příběhy ukryté v zámeckém areálu



MÍSTO, KAM CHODIL I ALFONS MUCHA

- Prvorepubliková atmosféra
- Domácí moučníky a limonády
- Mikulovská vína
- Letní terasa
- Ubytování

Náměstí 208/18,
692 01 Mikulov
nevinnakavarna@seznam.cz

WWW.NEVINNAKAVARNA.CZ



ZVUK



Známý i neznámý

18

TÉMA

Zvuk je fenomén, který nás obklopuje od narození a který většinou vnímáme jako samozřejmost. Uvědomujeme si ho obvykle jen tehdy, když nás ruší, těší nebo děsí. Ale co kdybychom se do něj zaposlouchali trochu hlouběji?

CZ 1 KDE SE ZVUK RODÍ?

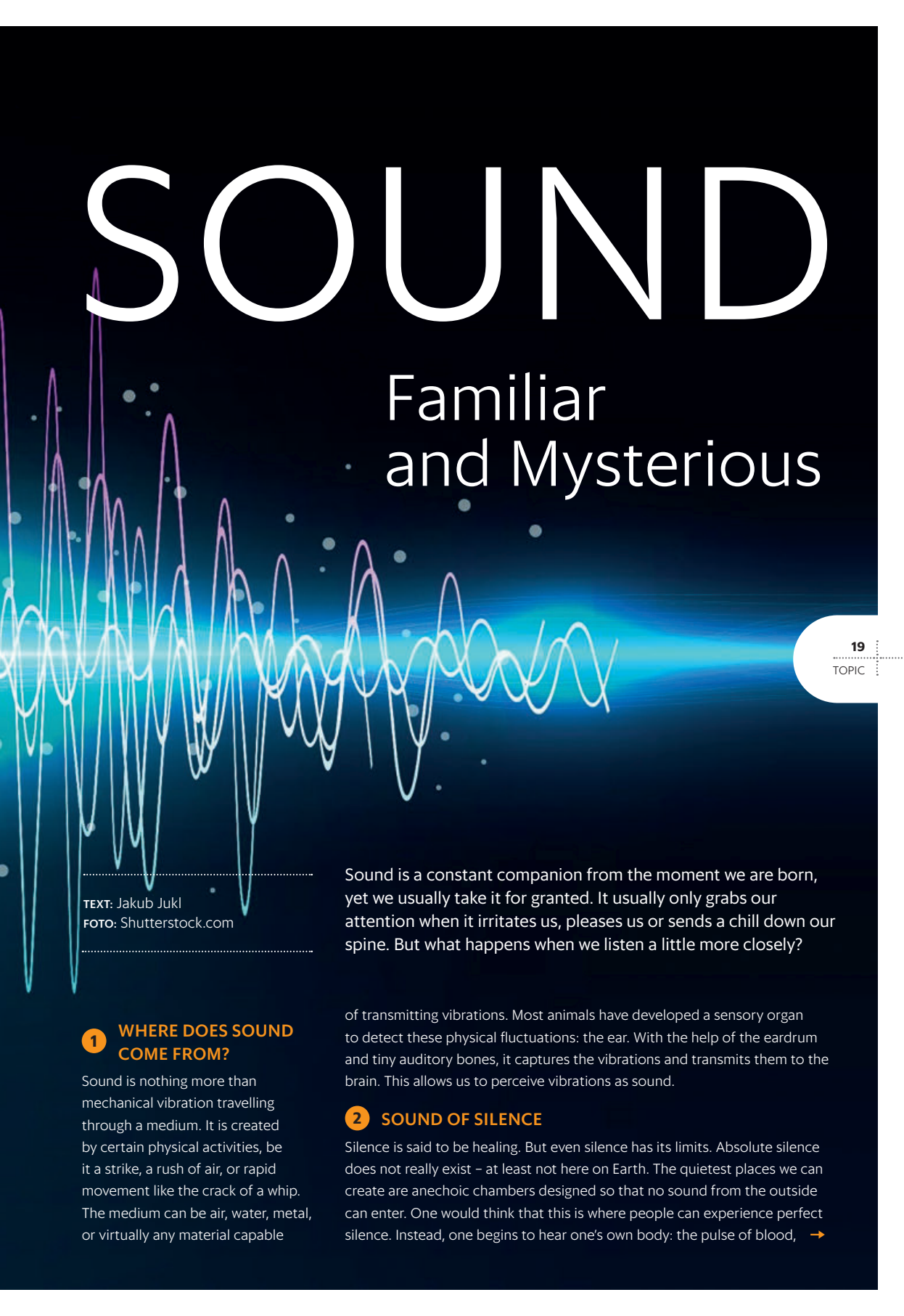
Zvuk není nic jiného než mechanické vlnění šířící se prostředím. Vzniká při určité fyzické aktivitě, ať už je to úder, proudění vzduchu, nebo rychlý pohyb (prásknutí bičem). Nosičem může být vzduch, voda, kov – zkrátka jakýkoli materiál schopný vibrace přenášet. Většina živočichů si pak pro vnímání těchto fyzikálních

výkyvů vyvinula smyslový orgán, kterému říkáme ucho. To za pomoci bubínku a sluchových kůstek zachycuje vlnění a předává je do mozku. Díky tomu vibrace vnímáme jako zvuk.

2 NIKDY NESLYŠÍME „NIC“

Ticho prý léčí. Ale ani s tichem se to nesmí přehánět. Tedy ono absolutní ticho vlastně ani neexistuje – alespoň na Zemi ne. Nejtišší místa jsou uměle vytvořené tzv. anechoické komory navržené tak, aby do nich nepronikl zvenčí žádný zvuk. Člověk by mýsl, že právě v nich uslyší absolutní ticho. Jenže ve skutečnosti začne slyšet vlastní tělo: proudění krve, zvuky vnitřních orgánů, nervový šum mozku. Navíc tohle skoro úplné ticho není pro člověka přirozené

SOUND



Familiar and Mysterious

19
TOPIC

TEXT: Jakub Jukl
FOTO: Shutterstock.com

Sound is a constant companion from the moment we are born, yet we usually take it for granted. It usually only grabs our attention when it irritates us, pleases us or sends a chill down our spine. But what happens when we listen a little more closely?

1 WHERE DOES SOUND COME FROM?

Sound is nothing more than mechanical vibration travelling through a medium. It is created by certain physical activities, be it a strike, a rush of air, or rapid movement like the crack of a whip. The medium can be air, water, metal, or virtually any material capable

of transmitting vibrations. Most animals have developed a sensory organ to detect these physical fluctuations: the ear. With the help of the eardrum and tiny auditory bones, it captures the vibrations and transmits them to the brain. This allows us to perceive vibrations as sound.

2 SOUND OF SILENCE

Silence is said to be healing. But even silence has its limits. Absolute silence does not really exist – at least not here on Earth. The quietest places we can create are anechoic chambers designed so that no sound from the outside can enter. One would think that this is where people can experience perfect silence. Instead, one begins to hear one's own body: the pulse of blood, →

CZ → a zdravé – většina lidí brzy začne mít sluchové halucinace a ztrácet rovnováhu.

3 ZVUK VE VAKUU NEEXISTUJE

Mimo Zemi se však rozprostírá říše absolutního ticha. Na rozdíl od světla, které je elektromagnetická vlna, totiž zvuk potřebuje ke svému šíření fyzické prostředí. V kosmickém vakuu tedy vládne naprosté ticho. A tak různé sci-fi filmy s hlasitými výbuchy vesmírných lodí jsou naprosto mimo realitu. Takový výbuch by měl v kosmu jen optický efekt.

4 ZVUK UTVÁŘEJÍCÍ STRUKTURU HMOTY

Víte, že zvuk může ovlivňovat uspořádání hmoty? Experimenty s tzv. cymatikou to dokazují. Pokud na vibrující povrch nasypete jemný prach nebo nalijete kapalinu, různé



EN → the sounds of internal organs, the neural noise of the brain. Moreover, this almost complete silence is not natural or healthy for humans – most people quickly develop auditory hallucinations and lose their sense of balance.

3 THERE IS NO SOUND IN A VACUUM

Beyond Earth, however, lies a realm of true silence. Unlike light – an electromagnetic wave – sound needs a physical medium to travel through. Therefore, there is complete silence in the vacuum of space. That's why loud explosions of spaceships in many science fiction films are pure fiction. A real explosion in space would be a visual spectacle only.

4 SOUND THAT SHAPES MATTER

Did you know that sound can influence the structure of matter? Experiments with cymatics prove this. If you sprinkle fine powder or pour liquid onto a vibrating surface, different frequencies create various patterns. Sound frequency can also influence the shape of water flowing from a tap. Sound is therefore more than a subjective auditory experience – it has the power to shape the physical world.

5 MUSIC IS NOT A UNIVERSAL LANGUAGE

Music is said to be a universal language. That is not quite true. To a certain extent, it is – within a shared cultural sphere, Germans and Frenchmen can understand each other thanks to music. But Swedes and Tuaregs, for example, cannot. This is because the specific scales, rhythms and harmonic

systems differ quite dramatically across distant cultures. African polyrhythms or Arabic micro-intervals may sound “out of tune” to a European ear, yet within their own cultures, they are natural.

6 OUR HEARING AND LISTENING DIFFER

The human brain filters incoming sound based on what we pay attention to. This allows us to focus on a single voice in a noisy environment and ignore everything else. Such selective listening has evolutionary roots: it protects us from sensory overload. It also means that we are often unaware of the things we hear. You have probably experienced that moment when someone suddenly asks “Do you hear that?” – and only then do you become aware of a noise that's been present for quite a while.



frekvence vytvářejí odlišné obrazce. Zvuková frekvence může ovlivňovat i tvar vody tryskající z vodovodního kohoutku. Zvuk tedy není jen subjektivní sluchový vjem, ale má schopnost utvářet fyzický svět.

5 HUDBA NENÍ UNIVERZÁLNÍ JAZYK

Říká se, že hudba je univerzální jazyk. Ale není to pravda. Do jisté míry to platí v rámci jednoho civilizačního okruhu. Ano, díky hudbě si mohou porozumět Němci a Francouzi. Ale už třeba ne Švédové a Tuaregové. Konkrétní stupnice, rytmy a harmonie se totiž u tak vzdálených národů dost radikálně liší. Africké polyrytmy nebo arabské mikrointervaly mohou znít pro evropské ucho „falešně“, ale pro dané kultury jsou přirozené.

6 SLYŠÍME JINAK, NEŽ POSLOUCHÁME

Lidský mozek filtruje zvukové vjemy podle pozornosti. To nám umožňuje soustředit se na jeden hlas v hlučném prostředí a ignorovat ostatní. Tento selektivní poslech má i evoluční význam: chrání nás před přetížením smyslů. Znamená to také, že si často neuvědomujeme věci, které slyšíme. Určitě i vám se stalo, že vás uprostřed hovoru někdo upozornil: „Slyšíš?“ – a vy jste si najednou uvědomili zvuk, který vám v uších zněl už dlouho.

7 FREKVENCE MĚNÍ BIOCHEMII MOZKU

Vědci zjistili, že různé typy zvuků nebo přímo hudby vyvolávají v těle různé biochemické reakce. Například poslech hudby s pomalým tempem a pravidelným rytmem snižuje hladinu kortizolu (stresový hormon) a zvyšuje produkci →

7 FREQUENCIES CAN ALTER BRAIN'S BIOCHEMISTRY

Scientists have found that different types of sounds or music trigger distinct biochemical reactions in the body. Slow steady rhythms, for example, can reduce cortisol, the stress hormone, while boosting dopamine production. That is why sound is used not only in therapy but also to help calm patients before surgery.

It probably comes as no surprise that music can change your heart rate, but few people realise that it can also influence your perception of taste. Studies suggest that high-pitched tones enhance sweetness, while deeper frequencies intensify bitterness. Some restaurants are already using this to create acoustic →



CZ → dopaminu. Proto se zvuk používá nejen v terapii, ale i při přípravě pacientů na operaci.

Nikoho asi nepřekvapí, že hudba dokáže měnit tepovou frekvenci, co ale málokdo tuší, je skutečnost, že hudba umí ovlivnit i vnímání chutí. Studie ukazují, že vysoké tóny zesilují sladkost, zatímco hlubší frekvence posilují hořkost. Restaurace to už dnes využívají při tvorbě akustických „menu“. A vysoce citliví lidé dokonce při různých tónech dokážou vidět barvy či cítit vůně.

8 ZVUK, KTERÝ NESLYŠÍME

Lidský sluch dokáže slyšet zvuk ve spektru od cca 20 Hz do 20 000 Hz.

Ale zvuky existují i mimo toto rozpětí: infrazvuk (pod 20 Hz) i ultrazvuk (nad 20 kHz). Někteří živočichové jsou schopni tyto zvuky nejen slyšet, ale i produkovat. Sloni dokážou slyšet infrazvuk, delfíni, psi nebo netopýři naopak ultrazvuk. Netopýři se podle odrazu vlastního ultrazvuku dokážou velmi dobře orientovat. Mohli bychom to přirovnat k tomu, když člověk podle odrazu vlastního hlasu pozná, zda se nachází ve velkém sále nebo v malé místnosti.

9 ZVUK JAKO ZBRAŇ I LÉK

Zvuk lze použít jak k ničení, tak k léčbě. Armády například testují akustické zbraně – systémy schopné paralyzovat dav ostrým zvukem. Na druhou stranu zejména s ultrazvukem pracuje i medicína – a to nejen při diagnostice, ale také třeba při rozbíjení ledvinových kamenů.

10 ZVUK JE SOUČÁSTÍ PAMĚTI A IDENTITY

Zvuky jsou spjaté s našimi vzpomínkami více, než si uvědomujeme. Písnička, kterou jsme slyšeli v dětství, nebo hlas blízké osoby se vryjí hluboko do paměti. Zvuková paměť může být hlubší než vizuální – možná si už nepamatujete, jak vypadaly dveře na chalupě, kam jste jezdili v dětství, ale vzpomínáte si na jejich zvuk při zavření. Někdy opravdu stačí jediný tón nebo útržek melodie a mozek aktivuje celou síť vzpomínek a obrazů. •



EN → “menus”. And highly sensitive individuals can even see colours or smell scents when exposed to different tones.

8 SOUNDS WE CANNOT HEAR

Human hearing can detect sounds in the spectrum from approx. 20 Hz to 20,000 Hz. But sounds also exist outside this range: infrasound (below 20 Hz) and ultrasound (above 20 kHz). Some animals can not only detect these sounds, but also generate them. Elephants can hear infrasound, while dolphins, dogs, and bats can hear ultrasound. Bats are able to navigate with precision through echoes of their own ultrasound. We could compare this to our ability to tell whether we are in a grand hall or a small room by hearing how our voice bounces back.

9 SOUND AS WEAPON AND MEDICINE

Sound can both harm and heal. Armies, for instance, are testing acoustic weapons – systems capable of paralysing crowds with piercing, high-intensity sounds. Yet, medicine also works with ultrasound – not only in diagnostics, but also in breaking apart kidney stones, for example.

10 SOUND IS PART OF MEMORY AND IDENTITY

Sounds are woven into our memories more deeply than we often realise. A song we heard in childhood or the voice of a loved one is deeply engraved in our memory. Sound memory can outlast visual memory – you may not remember what the old cottage door from your childhood looked like, but you remember the sound it made. Sometimes a single tone or fragment of melody is enough to unlock a whole network of memories and images. •



NIVEA

NIVEA KOLEKCE 2026

RITUÁL PRO VAŠI POKOŽKU

**OBJEVTE
TEN SVŮJ**

**29,90
KČ**



**49,90
KČ**



**99,90
KČ**

Svatováclavský hudební festival

Chránová atmosféra & nadčasový zvuk

CZ Mezinárodně respektovaný Svatováclavský hudební festival vytváří jedinečnou koncertní mapu Moravskoslezského kraje, která propojuje cestování s mimořádnými projekty především staré a duchovní hudby v akusticky i architektonicky jedinečných kostelích Ostravska. Špičková interpretace, promyšlená dramaturgie a genius loci činí z festivalu ideální cíl pro kulturní turisty: letos s hvězdami světové scény, jako jsou VOCE8, Collegium 1704, Adam Plachetka, Radek Baborák nebo Lukáš Vondráček.

24

ADVERTORIAL

TEXT: Eva Františáková
FOTO: Ivan Korč, Marek Olbrzymek, Andy Staples

www.shf.cz



EN St Wenceslas Music Festival Sacred Atmosphere & Timeless Sound

The internationally respected St Wenceslas Music Festival creates a unique concert map of the Moravian-Silesian Region, blending travel with outstanding projects focused primarily on early and sacred music, presented in acoustically and architecturally remarkable churches of the Ostrava area. Top-level performance, thoughtful programming, and a strong sense of place make the festival an ideal destination for cultural travellers. This year's edition features world-class artists such as VOCE8, Collegium 1704, Adam Plachetka, Radek Baborák, and Lukáš Vondráček.

CZ KONCERT V KOSTELE JE ZÁŽITEK

Svatováclavský hudební festival si za 23 let své existence vydobyl renomé největšího mezinárodního svátku duchovní a staré hudby v ČR. Velkolepé festivalové dění nabízí vždy více než 20 koncertů v průběhu měsíce září, které vrcholí na svátek sv. Václava (aktuálně 2.–28. září 2026). Těšit se můžete na opravdové hudební lahůdky – ať už monumentální projekty, které hostí filharmonie se sbory a sólisty, ale i prvotřídní projekty specializovaných pěvců a ansámbľů dobových nástrojů. ←



ADAM PLACHETKA ↑

CZ ŠPIČKOVÍ INTERPRETI NA DOSAH

Kombinace zvučných jmen s promyšleným programem garantuje mimořádný hudební zážitek – jedním z prvních bude basbarytonista Adam Plachetka (6. 9.), jehož domovskými scénami jsou obvykle Vídeňská státní opera a MET New York. Laureáty prestižních soutěží, světově uznávané interprety, ale i talenty mladé generace můžete potkat jak v Ostravě, tak i v těch nejmenších obcích regionu – letos za všechny uvedme britský vokální soubor VOCES8 nominovaný na Grammy (17. 9.). Tradičně sváteční atmosféru nabídne závěrečný koncert se čtveřicí top zahraničních sólistů věnovaný majestátnímu dílu 19. století – oratoriu Eliáš Felixe Mendelssohna, které se ponese katedrálou Božského Spasitele (28. 9.).

Náš tip: U zmíněných koncertů nabízí SHF nově exkluzivní VIP kategorii, která otevírá dveře do světa, kam běžně nenahlédnete – čeká vás nejlepší místo k sezení a následně osobní setkání s umělci na společném večeru.

CZ NOVOGOTICKÉ PERLY KRAJE →

SHF nestaví jen na jménech interpretů, ale především na myšlence vracet duchovní hudbě její původní význam tím, že zní v sakrálních prostorech a v akustice, pro kterou byla často komponována. V praxi to znamená, že se z běžného koncertu stává něco mnohem intenzivnějšího – navíc, pokud se jedná o opravdové architektonické skvosty. Jediné dva koncerty v ČR v nich uskuteční prvotřídní ukrajinský soubor Orpheus, který svým provedením pravoslavných mužských sborů proměňuje poslech v osobní a hluboký prožitek (3.–4. 9.), nedaleko Ostravy pak vystoupí andělsky éterická i zemité živelná varhanice Katta, a to s mezinárodně uznávaným dětským sborem Permoník (12. 9.). Buďte u toho.



ALBERT ČERNÝ

Hudbu dnes vnímám jinak

TEXT: Petr Manuel Ulrych
FOTO: Anežka Horová,
Lukáš Dvořák

Frontman kapely Lake Malawi se na dva měsíce vzdálil festivalovým pódíím i digitálnímu hluku. Místo velkých hal zamířil s kapelou na horské chaty, kde se hraje bez efektů, bez signálu a bez spěchu. O návratu k organické hudbě, významu ticha, životě v horách, offline koncertech i cestování vlakem jsme si povídali s Albertem Černým.

CZ VZHŮRU DO HOR, ZPĚT KE KOŘENŮM

S oblíbeným hudebníkem jsme se setkali zhruba měsíc před tím, než se s kapelou vydal na netradiční únorovo-březnové akustické turné po horských chatách. Projekt naHoru.tv Acoustic Tour 2026, který na české scéně nemá mnoho paralel, nosil Albert v hlavě dlouhá léta. „Jsou to horské chaty, kam se často nedá dojet autem. Kapacita třicet až padesát lidí, venku sníh, člověk si musí pro hudební zážitek pár kilometrů vyšlápnout. Pak sundáte bundu, dáte si čaj nebo pivo a kapela vám zahraje akusticky. Ten kontrast zimní krajiny a intimního koncertu je strašně silný," popisuje s nadšením. →

I Experience Music Differently Now

The frontman of Lake Malawi withdrew from festival stages and digital noise for two months. Instead of large arenas, he and the band decamped to mountain huts to play without effects, without signal and without rush. We spoke with Albert Černý about the return to organic music, the role of silence, life in the mountains, offline concerts, and train travel.

EN HEADING FOR THE MOUNTAINS, BACK TO THE ROOTS

We met the musician about a month before he and the band set off on an acoustic tour of mountain huts in February–March. The naHoru.tv Acoustic Tour 2026, a rare project on the Czech scene, had been on Albert's mind for years. "These are huts you often can't reach by car. Capacity is thirty to fifty people, there's snow outside, and you have to hike a few kilometres for →





Myšlenka už jednou dostala reálné obrysy před dvěma lety, tehdy ale spíš spontánně a „na koleně“. Letos se jí podařilo dotáhnout do promyšlené podoby – i díky spolupráci s horským nadšencem Lukášem Havránkem, který má osobní vazby na chataře v Beskydech, Jeseníkách, Krkonoších i Jizerkách. „Ti lidé tím opravdu žijí. Píšeme si, voláme, jeden z chatařů nám dokonce složil písničku o tom, že se u něj bude hrát koncert. To jsou momenty, které vás utvrdí, že to celé dává smysl.“

Akustické turné úzce souvisí se změnou Albertova vztahu k hudbě. Po zkušenostech s Eurovizí a maximálně precizní digitální produkcí si uvědomil, že mu začíná chybět lidskost a přirozenost. „Dlouho jsme pracovali s hudbou hlavně v počítači, všechno bylo takzvané ‚na mřížku‘, dokonalé. Dneska se vědomě vracím k tomu, jak zní hlas v místnosti. Dvojhlasy, trojhlasy, prostor. To, že slyšíte smích ve studiu nebo drobnou nepřesnost, která ale nese emoci.“ Inspirací mu jsou současní indie umělci, kteří pracují se zvukem místnosti jako s plnohodnotným nástrojem. Například americký skladatel, zpěvák a multiinstrumentalista Dijon.

Právě proto s kapelou vyráží na chaty v menším obsazení. Spolu s ním vystupují vokalistka Natálie Míšová, s kterou Albert pracuje na vícehlasech, kytarista Karol Komenda a dlouholetý parták, baskytarista Jeroným Šubrt. „Nechceme se pořád schovávat za mikrofony. Nástroje necháváme znít jen tak, v prostoru. A to si můžeme dovolit právě tehdy, když máme před sebou třicet lidí, a ne tři tisíce.“

NOVÁ DESKA I ČESKÉ PÍSNÍČKY

Tato Albertova změna přístupu k hudbě se přirozeně promítá i do nové tvorby. Poslední album The Great Video Game Crush vyšlo v roce 2022, další deska Lake Malawi by měla následovat příští rok. „Už teď je slyšet, kam míříme. První singl Primal Therapy jsme nahrávali společně ve studiu. Je tam slyšet místnost, lidi, taková žádoucí ‚špína‘, která mě baví,“ vysvětluje Albert, který paralelně pracuje i na českých písních pod vlastním jménem – a některé z nich si plánoval „otestovat“ právě na horských koncertech, v přímém kontaktu s publikem.

Rok 2026 bude pro kapelu mimořádně intenzivní. Čeká ji husté koncertní léto po celé republice (termíny najdete na adrese



the musical experience. Then you take off your jacket, have a tea or a beer, and the band plays acoustically. The contrast between the winter landscape and the intimate concert is incredibly powerful,” he says.

The idea first took shape two years ago, more spontaneously than this year it became a well-thought-out concept – helped by mountain enthusiast Lukáš Havránek, who has ties to hut keepers in the Beskydy, Jeseníky, Krkonoše, and Jizera ranges. “Those people really live it. We write, we call, and one hut keeper even composed a song about hosting a concert. Those moments convince you the whole thing makes sense.”

The tour reflects a shift in Albert’s approach. After Eurovision and years of ultra-precise digital





schopnosti být delší dobu na jednom místě.

„Neustálé cestování se dnes strašně glorifikuje, ale pořád balit a vybalovat kufr není takový luxus, jak se zdá,“ říká. Právě hory jsou pro něj úzce spojené s tichem – fenoménem, který považuje za zásadní nejen pro hudebníka. „Ticho a samota jsou komodity, o které se civilizací ochuzujeme. Hluk působí na nervový systém, i když si to neuvědomujeme. Ticho léčí.“ I proto jezdí rád na chatu do Beskyd a zajímá se o iniciativy, které chrání místa bez hlukového smogu. Třeba o projekt Quiet Parks.

Zmíněné hodnoty stojí i za projektem Vlnění, který Albert s Bářou rozvíjejí – jeho principem jsou offline setkávání, pobyty bez telefonů, společný čas venku. „Zjistili

jsme, jak těžké je dnes se s někým opravdu potkat. Ne přes aplikaci, ale normálně – jít spolu na hory, povídat si. Chceme tyhle možnosti znovu otevřít.“

Podobné principy se Albert snaží přenést také do hudby. Vy tak můžete už 17. dubna vyrazit do pražského Paláce Akropolis na offline koncert Lake Malawi, kde budou zakázány mobilní telefony. Koncert, z kterého na Instagramu nevidíte jediné storičko. „Chci, aby lidé nebyli jak zombíci koukající do displeje. Aby byli tady a teď. Stejně jako my. Hudba se pak dostane úplně jinak a všichni si to mnohem víc užijeme,“ věří Albert.

NA KOLEJÍCH

Patříte-li mezi fanoušky Lake Malawi, určitě vám nedalo práci identifikovat písničku, kterou používáme ve vlacích. Ostatním prozradíme, že se jedná o skladbu Chinese Trees. „Je krásné, že moje písnička se hraje jako znělka ve vlaku. Málokdo tohle může říct,“ směje se frontman Lake Malawi a dodává, že kapela je na partnerství s Leo Express hrdá. A Albert sám má k cestování vlakem jednoznačný vztah. „Když to jde, jedu vždycky vlakem. Je to pro mě ideální prostor pro zpomalení. Dívám se z okna, přemýšlím. Je to meditace. Mám pocit nadhledu a odstupu od městského shonu.“ A pokud byste náhodou Alberta na palubě našich vlaků potkali, má pro vás jednoduchý vzkaz: váháte-li, jestli ho můžete oslovit kvůli podpisu nebo fotce, klidně to udělejte. „Nevadí mi to. Naopak, je to hezké. Rád si s vámi chvíli popovídám,“ uzavírá s úsměvem Albert Černý. •



2026 will be an unusually intense year for the band.

A packed summer tour across the country awaits (dates on www.lakemalawimusic.com) and they're preparing a special live recording inspired by the Tiny Desk format. "We want to capture the sound exactly as it is in the room. Maybe at our chalet, maybe elsewhere in the mountains. It will be another step toward a rawer expression," Albert says.

VLNĚNÍ PROJECT AND THE POWER OF SILENCE

Digital hygiene and the relationship with social media is a strong theme for Albert. Born in Třinec, he now lives with his wife in the Krkonoše mountains. After years in Prague and a two-year stay in Portugal, they chose the mountains deliberately. "We realised how

www.lakemalawimusic.com)
a také příprava speciálního živého
záznamu inspirovaného formátem
Tiny Desk. „Chceme natáčet zvuk
tak, jak skutečně zní v místnosti.
Možná u nás na chatě, možná
jinde v horách. Bude to další krok
k syrovějšímu projevu,” říká Albert.

VLNĚNÍ A SÍLA TICHÁ

S výše řečeným úzce souvisí
i pro Alberta silné téma digitální
hygieny a vztahu k sociálním
sítím. Rodák z Třince dnes žije
s manželkou v Krkonoších. Po le-
tech v Praze a dvouletém pobytu
v Portugalsku zvolili hory vědomě.
„Uvědomili jsme si, jak důležité
je jít se projít do lesa. Vstát ráno,
jít se psem na louku, nikde žádné
budovy, jen světlo a klid. To je pro
nás obrovský luxus.“ Surfování na
vlnách Atlantiku mu sice chybí, ale
aktuálně si ještě víc váží →



production, he realised he missed humanity and naturalness. “For a long time, we worked with music mainly in the computer; everything was ‘on the grid’, perfect. Today, I consciously return to how a voice sounds in a room. Two-part, three-part harmonies, the space. Hearing laughter in the studio or a small imperfection that still carries emotion.” He cites contemporary indie artists who use the room’s sound as a full-fledged instrument – for example the American composer, singer, and multi-instrumentalist Dijon.

That is why the band heads to the huts in a smaller line-up. Joining him are vocalist Natálie Míšová, with whom Albert develops the harmonies, guitarist Karol Komenda, and longtime partner, bassist Jeroným Šubrt. “We don’t want to hide behind microphones all the time. We let the instruments ring naturally in the space. And we can afford that precisely when we’re playing for thirty people, not three thousand.”

NEW ALBUM AND CZECH SONGS

Albert’s shift in approach naturally shows up in his new material. The last Lake Malawi album, *The Great Video Game Crush*, came out in 2022; the band’s next record is due next year. “You can already hear the direction we’re heading. We recorded the first single, *Primal Therapy*, together in the studio. You can hear the room, the people – that desirable ‘grit’ that I enjoy,” Albert explains. At the same time, he’s working on Czech songs under his own name, some of which he planned to test on the mountain shows, in direct contact with the audience. →



important it is to go for a walk in the woods. To get up in the morning, take the dog to the meadow, with no buildings in sight – just light and quiet. That’s an enormous luxury for us.” He misses surfing the Atlantic waves, but today he values more the ability to stay in one place for a longer time. “Constant travelling is glorified these days, but packing and unpacking all the time doesn’t seem such a luxury,” he says. For him the mountains are closely tied to silence, something he sees as essential not only for musicians. “Civilisation deprives us of silence and solitude. Noise affects the nervous system even when we don’t notice it. Silence heals.” That’s why he likes to retreat to his Beskydy mountain cottage and supports initiatives that protect places from noise pollution, such as the Quiet Parks.

Those values also underpin Vlnění, a project Albert and Bára are developing – its principle is offline gatherings, stays without phones and shared time outdoors. “We discovered how hard it is today to really meet someone. Not via an app, but properly – to go to the mountains together and talk. We want to reopen those possibilities.”

Albert tries to bring the same principles into his music. On 17 April you can head to Prague’s Palác Akropolis for an offline Lake Malawi concert where mobile phones will be banned. A show you won’t see a single story from on Instagram. “I want people not to be like zombies staring at screens. To be here and now. Just like us. The music then goes somewhere completely different and everyone enjoys it so much more,” Albert believes.

ON THE RAILS

If you’re a Lake Malawi fan, you probably recognised the song we use on trains – for everyone else, it’s Chinese Trees. “It’s lovely that my song sounds like a train jingle. Few people can say that,” the band’s frontman laughs, adding that the band is proud to partner with Leo Express. Albert himself has a clear relationship with train travel. “Whenever I can, I take the train. It’s the perfect space to slow down. I look out the window and think. It’s a meditation. I gain perspective and distance from the city rush.” And if you happen to spot Albert on board, he has a simple message: if you’re hesitating about asking for a signature or a photo, go ahead. “I don’t mind. On the contrary, it’s nice. I’m happy to chat for a bit,” he smiles. •

ZLÍN Cihlové město výjimečné nejen svou architekturou

Zlín je jediným promyšleně vybudovaným funkcionalistickým městem ve střední Evropě. Už při první procházce poznáte, že tu nic nevzniklo náhodou. Architektura, veřejný prostor, bydlení i okolní příroda na sebe přirozeně navazují a tvoří harmonický celek.

CZ Město plné zeleně, architektonických zajímavostí a historie vás překvapí svou osobitou atmosférou. Tomáš Baťa jej postavil se svým dvorním architektem Františkem Lýdií Gahurou na principech „továrny v zahradách“. Funkcionalistické stavby, typické cihlové domky, široké ulice i množství zeleně dávají městu nezaměnitelný charakter.



32
ADVERTORIAL

Zlín. Brick City Exceptional Not Only for Its Architecture

Zlín is the only deliberately designed functionalist city in Central Europe. Even on your first walk, you'll notice that nothing here was created by chance. Architecture, public space, housing, and the surrounding landscape flow naturally into one another, forming a harmonious whole.

EN A city full of greenery, architectural gems, and history will surprise you with its distinctive atmosphere. Tomáš Baťa built it together with his chief architect, František Lýdie Gahura, on the principles of a “factory in gardens”. Functionalist buildings, the iconic brick houses, wide streets, and abundant greenery give the city its unmistakable character.

In 2026, Zlín marks 150 years since the birth of Tomáš Baťa, the shoemaker, entrepreneur, visionary, and mayor whose ideas shaped both the world of footwear and the city itself. The anniversary will bring exhibitions, conferences,

Rok 2026 je pro Zlín zcela výjimečný – připomíná si 150 let od narození Tomáše Bati, ševce, podnikatele, vizionáře a starosty Zlína, jehož myšlenky ovlivnily nejen obuvnický svět, ale i podobu celého města. Jubilejní oslavy přinesou bohatý program – výstavy, konference, přednášky, koncert i další zajímavé akce. Putovní City modul vám přiblíží Baťovu filozofii, která inspiruje i dnes.

Přijďte poznat Zlín – baťovskou architekturu, příběh slavné značky i jedinečnou atmosféru města. •



TEXT: město Zlín

FOTO: Dušan Tománek

www.visitzlin.eu, www.bata150.cz

www.batuvregion.cz

lectures, concerts, and more. A traveling City Module will introduce you to Baťa's philosophy, which continues to inspire even today.

Come and discover Zlín – Baťa architecture, the story of a world-famous brand, and the city's unique atmosphere. •



ZAŽIJTE

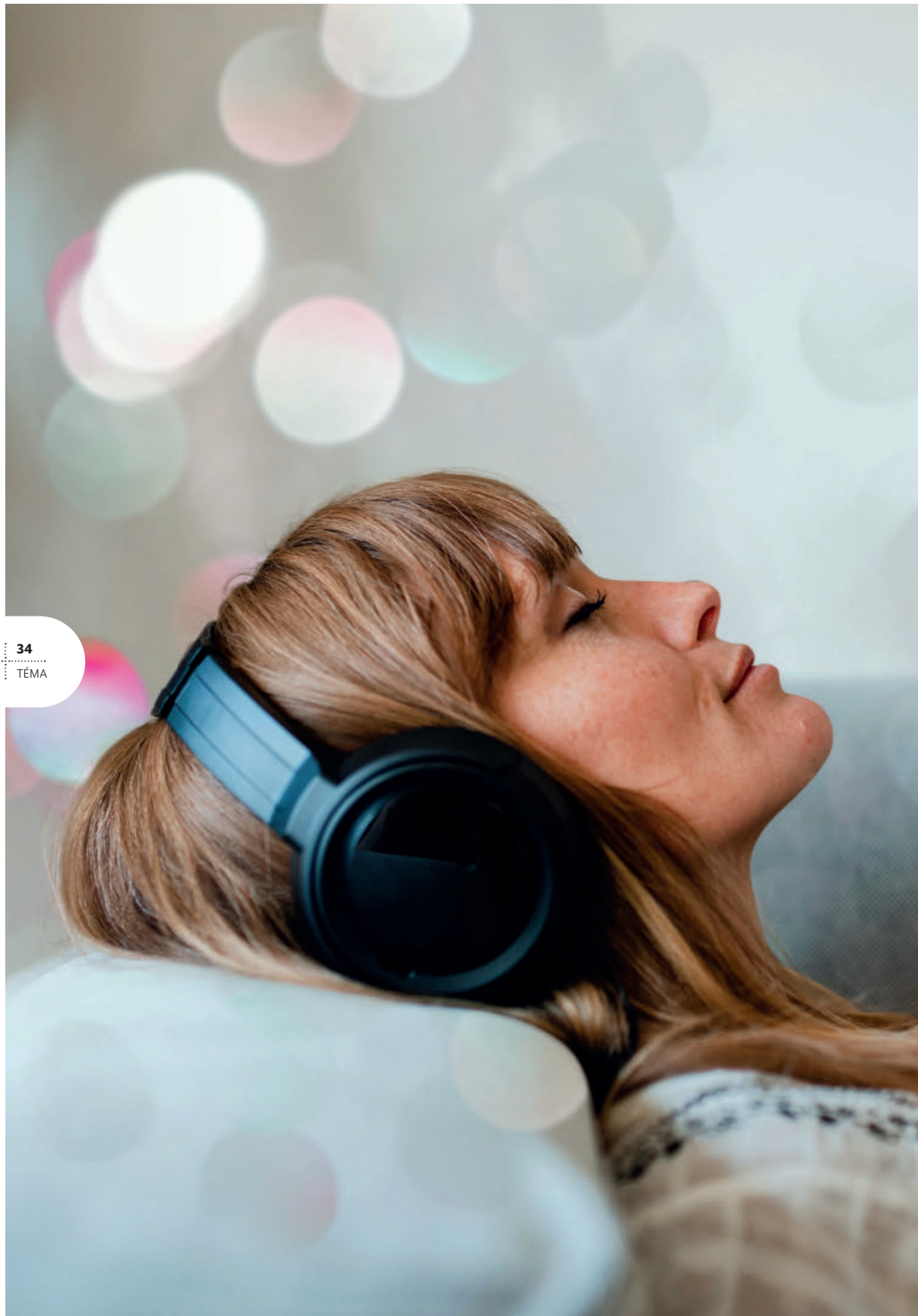
PŘÍRODU

NAPLNO

S jarem přichází chuť zase vyrazit ven. Provětrá vám hlavu, rozhýbe tělo a přepne mysl.

Kolekce NORDBLANC vás podrží na každém kroku. Ať jdete, běžíte nebo šplháte výš. Protože čerstvý vzduch je ten nejlepší plán.

www.nordblanc.com



Jak hudba ovlivňuje naši náladu a produktivitu

TEXT: Bibiana Munková
FOTO: Shutterstock.com

Někdy stačí pár tónů a den se rázem zdá lehčí. Jindy nás ale i oblíbená písnička vytrhne ze soustředění tak dokonale, až zapomeneme, co jsme vlastně chtěli udělat. Hudba je naším neviditelným společníkem – na cestách, při práci, sportu i při večerním odpočinku. A právě během jízdy vlakem se často ukazuje, jak moc dokáže ovlivnit, zda dorazíme do cíle nabití energií, nebo naopak vyčerpaní. Proč tomu tak je? A dá se hudba využít jako nástroj, který nás posune k lepší náladě a k vyšší produktivitě?

How Music Shapes Our Mood and Productivity

Sometimes just a few notes can make the day feel lighter. Other times, even a favourite song pulls us out of focus so completely that we lose track of what we were doing. Music is our invisible companion – on the road, at work, during a workout, or while winding down. And it's often on a train ride that we realise just how much it can influence whether we reach our destination energised or drained. Why does this happen? And can we use music to lift our mood and boost our productivity?

CZ Hudba aktivuje v mozku centra odměny – podobná těm, která reagují na chutné jídlo nebo chvíle euforie. Když posloucháme sklادbu, která se nám líbí, stoupá hladina dopaminu, hormonu spojeného s motivací a dobrou náladou. Mozek zároveň zpomaluje či zrychluje podle tempa hudby, což ovlivňuje i naše tělo: tep, dech i schopnost soustředění.

RŮZNÉ ŽÁNRY, RŮZNÉ EFEKTY

Klasická hudba bývá spojována s vyšší koncentrací. Jemná dynamika a absence zpěvu nechávají mozek prostor na mentální práci.

Elektronika s nižším BPM (kolem 60–90) podporuje plynulé myšlení a může uklidňovat – proto funguje při studiu nebo při cestování vlakem, kdy chceme „vypnout“.



EN Music activates the brain's reward centres – the same ones that respond to delicious food or moments of euphoria. A song we love boosts dopamine, lifting our motivation and spirits. Brain also syncs with the music's tempo, which in turns shapes our heartbeat, breathing, and even our ability to concentrate.

DIFFERENT GENRES, DIFFERENT EFFECTS

Classical music is often linked to better focus. Its gentle dynamics and lack of vocals leave the mind free for deeper thinking.

Electronic music with a lower BPM (around 60–90) helps the mind flow smoothly and can be calming – great for studying or train rides when we want to switch off.

Faster tracks (120 BPM and above) boost energy and speed up our pace. They work well for workouts, physical tasks, or moments when we need to push through fatigue.

Nature sounds – rain, wind, rustling trees – are among the most universal helpers. They don't demand attention, yet they lower stress levels. No wonder they appear even in car infotainment systems.

AND WHAT ABOUT LYRICS?

Songs with vocals carry strong emotions, but they can distract during analytical work. The brain has to process both lyrics and melody, which slows language-based tasks like writing emails or learning vocabulary. For repetitive activities, though, vocals can provide a welcome lift.

MUSIC AND PRODUCTIVITY ON THE MOVE

A train is the perfect testing ground. Surrounding sounds shift, the scenery changes, and our attention drifts. The right music can create a stable “acoustic cockpit” that makes it easier to think or relax. Studies show that people who listen to music while traveling often rate their mood higher than those who ride in silence – and they switch between rest and work modes more easily.

HOW TO CHOOSE THE RIGHT PLAYLIST FOR EVERY MOMENT

FOR WORK: CREATE YOUR OWN SOUND SPACE

For writing, planning, or deepfocus tasks, instrumental tracks work best. Try lo-fi beats, modern classical, film

Rychlejší hudba (120 BPM a víc) stimuluje energii a zvyšuje tempo práce. Skvěle se hodí při sportu, fyzických úkolech nebo když potřebujeme překonat únavu.

Zvuky přírody – déšť, vítr, šumění lesa – patří mezi nejuniverzálnější pomocníky. Nepoutají pozornost, a přesto snižují hladinu stresových hormonů. Proto se ostatně objevují třeba i v infotainmentech automobilů...

A CO TEXTY?

Písň se zpěvem přinášejí emoce, ale pro analytické úkoly mohou být rušivé. Mozek musí zpracovávat slova i melodie zároveň, což zpomaluje práci s jazykem – například psaní e-mailů nebo učení sloviček. Naopak při monotónní činnosti mohou být vokály vítaným povzbuzením.

scores, or ambient music. Keeping a steady tempo helps your brain stay in one rhythm instead of adjusting to constant dynamic shifts.

TIP: On a train, use headphones with passive noise isolation. The music becomes a stable backdrop rather than a battle with surrounding noise.

FOR RELAXATION: SLOW DOWN ON A MUSICAL WAVE

After a demanding day, the right melody can signal your body to unwind. Choose instrumental tracks with a low BPM (ideally 50–70), gentle piano motifs, or nature sounds. They ease shoulder tension and slow your heartbeat.

TIP: Slowed-down versions of favourite songs (“lo-fi remixes”) blend familiar melodies with calming tempo.

FOR SPORTS: RHYTHM AS YOUR ENGINE

Music is one of the most effective (and probably cheapest) legal stimulants in the gym. A faster tempo raises adrenaline, improves coordination, and even reduces the feeling of fatigue. For running or dynamic workouts, rhythmic genres work best – electronic music, hiphop, rock, and pop in the 120–150 BPM range.

TIP: Choose a playlist that builds gradually. Tracks with rising energy help you push through moments when you’d normally slow down.

HUDBA A PRODUKTIVITA BĚHEM CESTOVÁNÍ

Vlak je ideální laboratoří. Okolní zvuky mění intenzitu, krajina se střídá a naše pozornost kolísá. Dobře zvolená hudba může vytvořit stabilní „akustický kokpit“, ve kterém se lépe přemýšlí i odpočívá. Studie ukazují, že lidé, kteří poslouchají hudbu na cesty, často hodnotí svou náladu jako lepší než ti, kteří cestují v tichu – a zároveň se jim snáze přepíná mezi odpočinkem a pracovním režimem.

JAK SI VYBRAT PLAYLIST NA RŮZNÉ SITUACE?

NA PRÁCI: VYTVOŘTE SI ZVUKOVÝ PROSTOR

Pro psaní, plánování nebo soustředěné úkoly fungují nejlépe skladby bez zpěvu. Vyzkoušet můžete lo-fi beaty, moderní klasiku, filmové soundtracky nebo ambient. Dobré je držet se jednotného tempa, aby se mozek nemusel přizpůsobovat každé nové dynamické vlně.

TIP: Pokud jste ve vlaku, použijte sluchátka s pasivním odhlučněním. Muzika se pak stává stabilním pozadím, a ne bojem s hlukem okolí.

NA RELAX: ZPOMALTE NA HUDEBNÍ VLNĚ

Po náročném dni může být melodie skvělým způsobem, jak tělu naznačit, že má odpočívat. Sáhněte po instrumentální hudbě s nízkým BPM (ideálně 50–70), jemných klavírních motivech nebo přírodních zvucích. Ty snižují →

FOR STUDYING: MUSIC THAT DOESN'T DISTRACT

If you're learning texts, studying a foreign language, or preparing a presentation, opt for music without vocals. Your brain won't waste capacity processing words. Minimalism (Max Richter, Nils Frahm), film scores, or gentle electronic textures are great choices.

TIP: Try experimenting with “white”, “pink”, or “brown” noise. Each filters ambient sound differently, and some people find it boosts deep concentration.

MUSIC AS A PERSONAL COMPASS

We each have our own musical threshold – what soothes one person may tire another. →



napětí v ramenou a zpomalují srdeční rytmus.

TIP: Zpomalené verze oblíbených písní (tzv. „lo-fi remixes“) spojují známou melodii s uklidňujícím tempem.

NA SPORT: RYTMUS JAKO MOTOR

Hudba je nejvýkonnějším (a zřejmě i nejlevnějším) legálním stimulantem ve fitku. Rychlejší tempo zvedá hladinu adrenalinu, zlepšuje koordinaci, a dokonce snižuje vnímání únavy. Pro běh a dynamické sporty se hodí rytmické žánry – elektronika, hip-hop, rock nebo pop mezi 120–150 BPM.

TIP: Vyberte si playlist, který graduje. Skladby s narůstající energií motivují překonat i momenty, kdy byste normálně zpomalili.

NA UČENÍ: HUDBA, KTERÁ NERUŠÍ

Pokud se učíte texty, cizí jazyk nebo připravujete prezentaci, dejte přednost hudbě bez zpěvu. Mozek pak neodčerpává kapacitu na zpracování slov. Dobrymi druhy jsou minimalismus (Max Richter, Nils Frahm), filmová hudba nebo jemné elektronické plochy.

TIP: Zkuste experiment s tzv. „bílým“, „růžovým“ nebo „hnědým“ šumem. Každý typ filtruje okolní zvuk trochu jinak a některé lidi vede k hlubšímu soustředění.

HUDBA JAKO OSOBNÍ KOMPAS

Každý máme jiný hudební práh – co jednoho uklidní, jiného může unavovat. Zkuste proto experimentovat. Vnímejte, při které hudbě píšete rychleji, kdy se vám nejlépe přemýšlí a co vám pomáhá „zavřít dveře“ mezi hektickým dnem a klidným večerem.

Ať už právě míříte na pracovní schůzku, do školy, nebo na víkendový výlet, dobře zvolený playlist může být stejně důležitý jako pohodlné sedadlo. Hudba totiž není jen kulisa. Je to nástroj, který dokáže změnit, jak se cítíme – i jak jsme výkonní.

Tak si nasadte sluchátka, otevřete playlist a nechte další kilometry ubíhat v rytmu, který vám právě sedí nejlépe. •



So experiment! Notice which music helps you write faster, think more clearly, or close the door between a hectic day and a calm evening.

Whether you're heading to a meeting, to class, or on a weekend trip, the right playlist can matter as much as a comfortable seat. Music isn't just background noise; it's a tool that can shift how we feel and how well we perform.

So put on your headphones, open your playlist, hit play, and let the next few miles unfold in the rhythm that suits you best. •



SPORT JE JENOM JEDEN

SVĚTOVÝ POHÁR V PARA ATLETICE ŽEN



2. - 4. 7. 2026

Stadion TJ Lokomotiva Olomouc



VSTUP ZDARMA

WWW.GRANDPRIXOLOMOUC.COM

PROMĚNY MODERNÍ HUDBY

ANEB Od gramodesky ke gramodesce

Za posledních 150 let prošel svět hudby radikální změnou. Nová média i nové hudební styly. A protože se vývoj často odehrává ve spirále, navrátila se hudba zase tak trochu do bodu, kde byla před více než stoletím. Alespoň v něčem.

TEXT: Jakub Jukl

FOTO: Shutterstock.com

40

TÉMA



CZ Ale samozřejmě ne ve všech aspektech. Kdo před sto lety slyšel
o elektrické kytáře, internetu nebo metalu? Přesto je dnešní situace
v hudbě trochu podobná tomu, co znali naši předkové.

ŽIVÁ HUDBA

Ještě na konci 19. století to bylo tak: když jste chtěli slyšet hudbu, museli jste si zajít na koncert. Nebo alespoň na hudební matinée do nějakého měšťanského či šlechtického salonu. Na venkově milovníci hudby navštěvovali pohřby, jen aby slyšeli vyhrávat vesnickou kutáčku. Jinak než na živo jste hudbu slyšet nemohli – to si dnes už ani nedokážeme představit. My žijeme v čase reprodukované hudby, která se na nás valí doslova na každém kroku: z rádia, televize, počítače, ale i v obchodních centrech nebo ve výtazích. Žijeme v čase inflace hudby.

MARY MÁ JEHŇÁTKO

Ano, tak se jmenovala první písnička na světě zaznamenaná na zvukový nosič. Stalo se tak roku 1877 v USA a za touto novinkou stál vynálezce Thomas Alva Edison, jehož přístroj se jmenoval fonograf. Zvuk snímal velkou troubou, která měla na užším konci membránu z rybího měchýře. Ta zachycovala zvukové vibrace a přenášela je na jehlu, která zvuk zaznamenávala na voskový váleček.

Při přehrávání pak naopak jehla podle záznamu na válci rozechvívala membránu a trouba vibrace zesilovala. Geniální, jednoduché. Přesto se fonograf neprosadil.

KRÁL GRAMOFON

Nakonec jej vytlačil vynález Emila Berlinera z roku 1887, zvaný gramofon. Ten využíval stejného principu záznamu zvuku, jen ho zapisoval na šelakovou desku. Je důležité si uvědomit, že jak gramofon, tak fonograf nepotřebovaly elektřinu. Staré přístroje se natahovaly klikou, později byly poháněny elektricky, ale způsob reprodukce zvuku zůstává dodnes mechanický. →

Transformations in Modern Music: From Record to Record – The Vinyl Revival

Over the past 150 years, the world of music has undergone a radical transformation. New media and new musical styles have emerged. And because development often moves in cycles, music has in some ways returned to where it was more than a century ago – at least in certain respects.

EN But not in all, of course. Who had heard of electric guitars, the internet or metal a hundred years ago? Nevertheless, the situation in music today is somewhat similar to what our ancestors were used to.

LIVE MUSIC

At the end of the 19th century, if you wanted to hear music, you had to go to a concert. Or at least to a musical matinée in a bourgeois or aristocratic salon. In the countryside, music lovers attended funerals just to hear the village band play. Otherwise, you couldn't hear music live – something we can't →





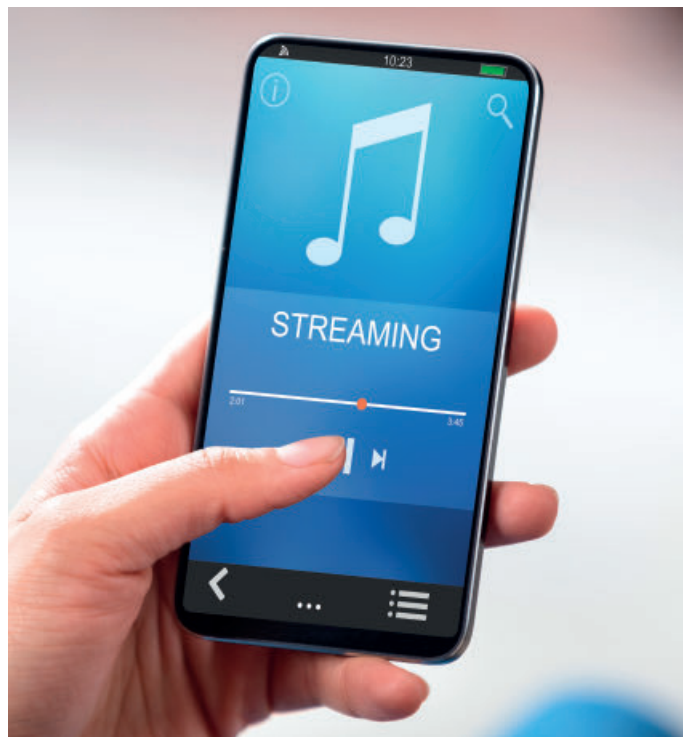
Gramofon se tak stal hlavním přístrojem, na kterém se přehrávala hudba. Teprve v 80. letech jej z trůnu sesadily audiokazety. Jenže zatímco ty skončily na smetišti dějin, zažil gramofon velký návrat. O tom ale později.

KAZETY MĚNÍ PRAVIDLA

Původ audiokazet sahá až do roku 1899, kdy si nechal Dán Valdemar Poulsen patentovat záznam zvuku na zmagnetizovaný drát. Později byl drát nahrazen zmagnetizovaným páskem a první magnetofon byl vyroben v Německu v roce 1935. Magnetofony se rozšířily po 2. světové válce, nikdy se ale nestaly vážnější konkurencí gramodesek. To se podařilo až audiokazetám, které fungují na stejném principu, jsou ale menší. Od 60. let nastoupily audiokazety své (dočasně) vítězné tažení světem. S nimi ale přišel pro hudebníky problém, který dosud neznali. Zatímco na gramodesku bylo možné záznam zvuku přenést jen v továrně, záznam zvuku na kazetu šlo nahrát i doma – a to nejen z kazety na kazetu, ale i z gramodesky nebo z rádia. A tak se začalo vesele kopírovat. Hudebnímu průmyslu tak utíkaly obrovské zisky.

HUDBA V DIGITÁLNÍM VĚKU

Nadvláda kazet ale vydržela sotva víc než jedno desetiletí. Od 90. let 20. století je začaly vytlačovat CD – kompaktní disky, na které se hudba zaznamenávala digitálně. Přehrávat je bylo možné ve speciálních přehrávačích i v počítačích. Pravá revoluce ale přišla s vynálezem MP3 digitálního záznamu, který umožnil nahrát na jediné CD daleko víc hudby než dosavadní formáty. A co bylo ještě důležitější – formát MP3 ani „cédéčko“ nepotřeboval. Šlo ho nahrávat na flashdisky, na internet i přímo do počítače. A tak éře



even imagine today. We live in a time of reproduced music, which literally floods us at every turn: from the radio, television, computers, but also in shopping centres and lifts. We live in a time of music inflation.

MARY HAD A LITTLE LAMB

Yes, that was the name of the first song in the world recorded on an audio medium. It happened in 1877 in the US, and the inventor behind this innovation was Thomas Alva Edison, whose device was called the phonograph. The sound was picked up by a large horn, which had a membrane made of fish bladder at the narrow end. This captured the sound vibrations and transmitted them to a needle, which recorded the sound on a wax cylinder. During playback, the needle vibrated the membrane



hudebních nosičů jako takových během prvních dvou desetiletí třetího tisíciletí odzvonilo. Hudbu lidé poslouchají online nebo si ji stahují z internetu.

JENŽE...

Jenže tak vznikla pro muzikanty nová situace. Desítky let byli zvyklí, že velkou část jejich příjmu tvořily zisky z prodeje gramodesek, kazet či CD. To teď končí. Došlo tak k úplnému obrácení dosavadního způsobu fungování hudebníků: zatímco dlouhá léta byly koncerty vlastně promoakce k prodeji hudebních nosičů, dnes je hudba na internetu spíš reklamou na živé koncerty. Ale je tohle opravdu nová situace? Vždyť přesně takhle fungovali muzikanti v celé historii až do vynálezu gramodesek. Veškeré příjmy měli pouze z toho, co odehráli na živo. Jiná možnost nebyla. Takže se zase vracíme na začátek. →

according to the recording on the cylinder, and the horn amplified the vibrations. Ingenious and simple. Nevertheless, the phonograph did not catch on.

THE KING: THE GRAMOPHONE

It was eventually pushed aside by Emil Berliner's 1887 invention, the gramophone. It used the same principle of sound recording, only it recorded it on a shellac disc. It is important to remember that neither the gramophone nor the phonograph required electricity. Early devices used a hand-cranked motor; later they were powered electrically, but the method of sound reproduction remains mechanical to this day.

The gramophone thus became the main device for playing music.

It was not until the 1980s that it was dethroned by audio cassettes. Yet while cassettes eventually ended up on the scrap heap of history, the gramophone made a major comeback. But more on that later.

CASSETTES CHANGE THE RULES

The origins of audio cassettes go back to 1899, when Danish inventor Valdemar Poulsen patented the recording of sound on a magnetised wire. The wire was later replaced by a magnetised tape, and the first tape recorder was manufactured in Germany in 1935. Tape recorders became widespread after World War II, but they never became serious competitors to vinyl records. That only happened with audio cassettes, which work on the same principle but are smaller. From the 1960s onwards, audio cassettes began their (temporary) triumphant march around the world. But with them came a problem that musicians had never faced before. While sound could only be transferred onto a vinyl record in the factory, sound could be recorded onto a cassette at home – not only from cassette to cassette, but also from vinyl or from the radio. And so, copying flourished. The music industry started losing huge profits.

MUSIC IN THE DIGITAL AGE

However, the dominance of cassettes lasted barely more than a decade. From the 1990s onwards, they began to be replaced by CDs – compact discs on which music was recorded digitally. They could be played on special players and on computers. But the real revolution came with the invention of MP3 digital recording, which made it possible to record far more music →

CZ → VELKÝ NÁVRAT

Pokud mluvíme o konci hudebních nosičů, existuje tu jedna výjimka. Bouřlivý vývoj 20. století totiž přežila kupodivu gramodeska. A právě díky mechanickému záznamu zvuku. Ten je sice nejprimitivnější, ale zároveň nejkvalitnější. Gramodesky totiž uchovávají zvuk jako souvislý záznam – na rozdíl od záznamu magnetického a digitálního, který je tvořen řadou jednotlivých bodů. Mohli bychom to přirovnat k digitálnímu obrazu, složenému z pixelů. A milovníci hudby dokážou na jednu stranu vnímat nesouvislost digitálního

záznamu a na druhou stranu ocenit dokonalost záznamu mechanického. A tak se kvalitní hudba dodnes vydává na vinylových gramodeskách. A jedna zajímavost: velká část světové produkce gramodesek se vyrábí v Čechách, v závodě v Loděnicích u Berouna. ●



44

TÉMA

EN → on a single CD than previous formats. And what was even more important – the MP3 format did not need a CD at all. It could be recorded on flash drives, on the internet and directly onto a computer. And so, during the first two decades of the third millennium, the era of music carriers as such came to an end. People listen to music online or download it from the internet.

BUT...

But this created a new situation for musicians. For decades, they had been accustomed to a large part of their income coming from the sale of records, cassettes or CDs. That is now coming to an end.

This has led to a complete reversal of the way musicians used to work: while for many years, concerts were essentially PR events for the sale of music recordings, today music on the internet tends to be more of an advertisement for live concerts. But is this really a new situation? After all, this is exactly how musicians worked throughout history until the invention of records. All their income came from what they played live. There was no other option. So, we are back to where we started.

THE BIG COMEBACK

When we talk about the end of music carriers, there is one exception. Surprisingly, what survived the turbulent developments of the 20th century were vinyl records! This is thanks to mechanical sound recording. Although it is the simplest form of recording, it boasts the highest quality. Vinyl records store sound as a continuous signal, unlike magnetic and digital recordings, which are made up of a series of discrete points. It's similar to a digital image composed of pixels. Music lovers can perceive the discontinuity of digital sound while also appreciating the perfection of mechanical recordings. And so, high-quality music is still released on vinyl records today. And here's an interesting fact: a large portion of the world's records is produced in the Czech Republic, at a factory in Loděnice near Beroun. ●

★★★★★
ALEXANDRIA
Spa & Wellness hotel



UŽIJTE SI WELLNESS VÍKEND V LUHAČOVICÍCH

wellness centrum | saunový svět | venkovní whirlpools | spa rituály |
Francouzská restaurace

HotelAlexandria.cz



TICHO, které léčí

46

TÉMA

Zní to jako klišé, že? Ale ona je to pravda. Pokud jste se učili základy zdravotní péče, určitě jste narazili na zásadu pěti T. A první T, které máte poskytnout raněnému, není nic jiného, než právě „ticho“.

TEXT: Jakub Jukl

FOTO: Shutterstock.com

CZ Možná si to neuvědomujete, ale dnes na nás všude působí hluk nejrůznějšího druhu a původu. Život ve městě, jízda vlakem nebo domov plný civilizačních zvuků – to vše znamená, že jsme často vystaveni stálé zvukové kulise. I když si na ni zvykneme, podprahově ovlivňuje naši náladu, pozornost a psychiku.

ZAHLCENÍ DUŠE I TĚLA

A takový neustálý přísun zvukových vjemů je unavující. Uši musí stále něčemu naslouchat, jsou zahlceny přemírou zvuků. Mozek pak vjemy bez ustání zpracovává, filtruje, vyhodnocuje. Je to náročné nejen pro naši psychiku a podvědomí, ale klade to nároky i na naše smyslové orgány – v tomto případě uši.

To potvrzují i neurovědecké a psychologické poznatky. Například nadměrné vnímání hluku je spojováno s vyšším stresem, zvýšenou aktivací sympatického nervového systému a s obtížnější regenerací – a to i když má člověk pocit, že je vše v pořádku. Hluk může rušit kvalitu spánku i snižovat naše mentální schopnosti.

Ostatně sami znáte tu úlevu, když vyjdete z města do přírody. Vypnete všechna elektronická zařízení a kráčíte lesem. Ano, nejste v absolutním tichu, ale slyšíte jen šumění stromů a zpěv ptáků. Rytmus vašeho srdce i vašeho života se zklidní... Jak to funguje?

TICHO A REGENERACE MOZKU

Studie týmů vedených vědci z European Space Agency (ESA) ve spolupráci s neurovědci v roce 2013 popsala, že byť jen několikaminutový pobyt v tichém prostředí podporuje schopnost mozkových buněk regenerovat se. Ticho tedy přímo aktivně působí na zdraví naší psychiky i nervového systému. Další klinické výzkumy ukazují, že prostory s nízkou hladinou hluku (méně než -35 decibelů) snižují produkci stresového hormonu kortizolu, zpomalují srdeční tep a podporují hlubší a klidnější dech, což má reálný dopad na psychickou pohodu a regeneraci. Není tedy divu, že podle dalších studií lidé žijící v prostředí s nízkou hladinou hluku vykazují větší míru spokojenosti, méně úzkostí a lepší schopnost relaxace. →

Silence That Heals

Sounds like a cliché, doesn't it? Yet it's true. If you ever took a basic first-aid course, you've heard of the five basic things you need to provide to the injured, one of which is "silence."

EN What we rarely notice is how much noise of every kind and origin surrounds us every day: city traffic, train rides, or the domestic buzz of appliances and media. Even when we think we've tuned it out, that constant backdrop subliminally impacts our mood, focus, and mental well-being.

OVERLOADED BODY AND MIND

A constant stream of sound is deeply tiring. Our ears are always on duty, forced to register and decode an excess of noise, while the brain works nonstop to process, filter, and evaluate every impulse. This strain affects not only our psyche and subconscious but also the sensory organs themselves – in this case, the ears.

Neuroscience and psychology confirm the link: excessive noise exposure is associated with higher stress, increased activation of the sympathetic nervous system and slower regeneration, even when we feel perfectly fine. Noise can disrupt sleep quality and blunt our mental performance.

And we all know the moment of relief when we leave the city behind, switch off all our electronic devices and walk into the woods. It's not absolute silence, but the rustle of trees and birdsong gently calms the rhythm of both heart and life. How does that work?

SILENCE AND BRAIN RECOVERY

A 2013 study led by researchers from the European Space Agency (ESA) in collaboration with neuroscientists found that even a few minutes in a quiet environment supports the ability of brain cells to regenerate. Silence therefore has a direct, active effect on the health of our psyche as well as our nervous system.

Other clinical research shows that low-noise spaces (under -35 decibels) reduce production of cortisol, the stress hormone, slow the heart rate and encourage deeper, calmer breathing – with measurable benefits for mental →

CZ → Další studie ukázala, že už po 15–20 minutách strávených v tichém zeleném prostoru se účastníkům experimentu významně snížil krevní tlak a pocit stresu.

V psychologické literatuře se opakovaně objevuje, že právě ticho dává mozku možnost přebrat si podněty, utřídit myšlenky a podpořit originální nápady. Spisovatelé, umělci i vědci často popisují momenty hluboké inspirace právě ve chvílích, kdy byli sami, bez vnějšího hluku. Třeba v noci.

Tyto studie, pozorování a experimenty ukazují, že ticho není jen absence zvuku, ale aktivní prostředí, které může náš mozek a tělo vrátit do rovnováhy, snížit stres a podpořit kreativitu.

TICHÁ ZKUŠENOST: SILENT RETREAT A DIGITÁLNÍ DETOX

I když většina dat vychází z výzkumů a laboratorních studií, existují i příběhy a zkušenosti lidí, kteří si ticho aktivně vyhledali – například prostřednictvím tzv. silent retreat či digitálního detoxu. Oč se jedná?

Silent retreat – pobyt bez mluvení, bez vnějších podnětů, obvykle v klidném přírodním prostředí. Účastníci popisují, že během pár dní se jim podařilo v hlavě nastolit klid: myšlenky se uklidnily, emoce vyjasnily, vnímání vlastní osoby a okolí se stalo ostřejší. Někteří říkají, že jim ticho pomohlo vyřešit vnitřní napětí, přehodnotit starosti i objevit nové nápady. Jiní uvádějí, že zpočátku zažívali určitý diskomfort a ticho pro ně bylo překvapivě ve své intenzitě, ale překonání tohoto stavu jim přineslo pocit svobody.

Digitální detox – vypnout telefon, omezit notifikace, sociální sítě, zvuky „digitálního chaosu“. Lidé, kteří se k detoxu odhodlali, často zmiňují, že po

pár dnech měli jasnější myšlenky, lepší schopnost soustředění a cítili větší klid.

TIPY: JAK SI DOPŘÁT CHVILKU TICHY BĚHEM DNE

Na základě výzkumů i zkušeností existují způsoby, jak ticho systematicky zakomponovat do běžného života a využít jeho blahodárný vliv pro psychiku, produktivitu a klid:

Plánujte malé „tiché pauzy“ alespoň 2–5 minut denně. I krátká doba ticha může pomoci mozku se uklidnit, snížit stresové hormony a podpořit regeneraci. Už dvouminutové ticho je dostatečné pro aktivaci regeneračních procesů v mozku.

Omezte digitální hluk. Vypněte notifikace, odložte telefon, ztlumte obrazovky. Digitální podněty jsou pro mozek obdobou drobného, ale neustálého hluku, i ony ubírají

EN → well-being and recovery. Unsurprisingly, further studies suggest that people living in quieter environments report higher life satisfaction, less anxiety, and a better ability to relax. Another experiment found that just 15-20 minutes spent in a quiet, green setting significantly lowered participants' blood pressure and perceived stress.

Psychological literature repeatedly notes that silence gives the brain room to sort stimuli, organise thoughts, and foster original ideas. Writers, artists, and scientists often describe moments of deep inspiration when alone and free from external noise, sometimes late at night.

Taken together, these studies and observations suggest that silence is more than the mere absence of sound: it is an active environment





energii a odvádějí pozornost. Vědomě hledejte klidná místa. Může to být park, tichá ulička, balkon, tichá kavárna nebo kostel, kde bývá ticho, i když stojí uprostřed města. Doma si zkuste vyhradit pokoj, kde se budete moci alespoň na chvíli izolovat od hluku. Vytvořte si rituál ticha, například ráno po probuzení, před spaním, během cesty vlakem nebo po práci. Pomáhá, když je ticho spojeno s vědomou rutinou; mozek si navykne, že je to prostor pro odpočinek, soustředění nebo regeneraci. V rušivém prostředí zkuste imaginární ticho. Zavřete oči, několik minut se soustřeďte na svůj dech, představte si prostor bez zvuků, nechte hlavu vydechnout. •

that restores balance of our brain and body, reduces stress, and fuels creativity.

QUIET EXPERIENCE: SILENT RETREAT AND DIGITAL DETOX

Although most evidence comes from research and lab studies, many personal stories confirm the benefits of deliberately seeking silence – notably through silent retreats or a digital detox. What do these involve? Silent retreat – a stay without speaking or external stimuli, usually set in a tranquil natural environment. Participants report that within days, a calm settles in their minds: thoughts quiet, emotions clarify, and awareness of self and surroundings sharpens. Some say silence helped them resolve inner tensions, reassess worries and spark new ideas. Others admit initial discomfort – the intensity of silence

can be surprising – but overcoming it often brings a liberating sense of freedom. Digital detox – switching off phones, restricting notifications and stepping away from social media and the noise of digital chaos. People who try it commonly describe clearer thinking, improved ability to concentrate, and a deeper sense of calm after just a few days.

TIPS: HOW TO CARVE OUT MOMENTS OF SILENCE DURING THE DAY

Research and lived experience suggest simple ways to weave silence into daily life and reap its benefits for mental health, productivity, and calm: Schedule short silent breaks for at least 2–5 minutes per day. Even brief silence helps the brain settle, lowers stress hormones, and supports recovery; just two-minute silence is sufficient to trigger regenerative processes in the brain. Cut digital noise. Turn off notifications, put your phone away, and mute your screens. Digital stimuli act like a constant low-level racket for the brain, draining energy and fragmenting attention. Seek out quiet places. Find a park, a quiet side street, a balcony, a low-traffic café or a church where – even in the city centre – silence is possible. At home, designate a room where you can isolate yourself from noise for a short while. Create a silence ritual, for example, after waking up, before bed, on the train or after work. It helps when quiet is tied to a deliberate routine; the brain learns that this is a space for rest, concentration, or recovery. Try imagined silence in noisy settings. Close your eyes, focus on your breath for several minutes, picture a soundless space, and let your mind exhale. •

DOVOLENÁ V KRÁLOVÉHRADECKÉM KRAJI:



ROZHLEDNA VELKÁ
DEŠTNÁ / VELKÁ DEŠTNÁ
LOOKOUT TOWER

hory, kultura, zážitky na dosah



KRKONOŠSKÁ PIVNÍ
STEZKA / KRKONOŠE
BEER TRAIL

50

ADVERTORIAL

CZ Královéhradecký kraj nabízí pestrou mozaiku zážitků, které lze objevovat vlastním tempem – ať už dáváte přednost aktivním dnům v přírodě, nebo pomalejšímu cestování s kulturními zastávkami. Díky své poloze na severovýchodě Česka je navíc region snadno dostupný nejen z ostatních krajů republiky, ale i z Polska a Německa, a představuje tak ideální cíl pro dovolenou či prodloužený víkend.

Krkonoše lákají na ikonická místa i na klasické horské túry, zatímco Orlické hory nabízejí klidnější trasy, dlouhé hřebeny a lesní cesty vhodné pro pěší i cyklisty. Pohodové putování pěšky nebo na kole umožňují také Labská stezka, která vede podél řeky Labe a propojuje přírodní scenérie s městy, historickými památkami i místy ideálními pro krátké zastávky.

Silnou stránkou kraje je i jeho historie. Hrad Pecka, barokní hospital Kuks a zámek Náchod se snadno stanou součástí celodenního výletu, aniž by bylo nutné absolvovat dlouhé přesuny. Při návštěvě Kuksu se můžete zastavit v místním informačním centru a koupit si například výborný med nebo čaj od regionálních výrobců.

Letní měsíce patří v regionu kultuře. Hradec Králové hostí hudební festival Rock for People, který patří k největším ve střední Evropě, a město ožívá i během Divadelního festivalu Regiony.

Specifickou atmosféru má festival Jičín – město pohádky, během kterého se celé město promění v hravý svět příběhů a pohádek.

Když přijde čas zpomalit, nabízí Královéhradecký kraj i pestrou gastronomickou scénu. Regionální chutě můžete objevovat například na Krkonošské pivní stezce, která přirozeně doplňuje výlety po horách o ochutnávky místních piv. Na městskou gastronomii pak láká Hradec Králové, kde stojí za návštěvu restaurace Šatlava, oceněná Bib Gourmand v průvodci Michelin.

Královéhradecký kraj spojuje hory, města, kulturu i místní chutě do jednoho snadno dostupného celku, který stojí za to poznat.

Inspiraci při plánování dovolené můžete hledat na turistickém portálu Královéhradeckého kraje www.hkregion.cz. •

HOLIDAY IN THE HRADEC KRÁLOVÉ REGION:

Mountains, Culture, Experiences within Reach

EN The Hradec Králové Region offers a rich mosaic of experiences to enjoy at your own pace – from active days in nature to slower travel with cultural stops. Thanks to its location in the northeast of Czechia, the region is easily accessible from other regions as well as from Poland and Germany, making it ideal for a holiday or long weekend.

The Krkonoše Mountains provide iconic viewpoints and classic hikes, while the Orlické Mountains offer quieter trails, long ridgelines, and forest paths for walkers and cyclists. You can also enjoy easy exploration on foot or by bike along the Elbe Trail, which follows the river through natural scenery, towns, historic sites, and inviting spots for a break.

The region's history is another of its strengths. Pecka Castle, the Baroque Kuks Hospital, and Náchod castle can easily be combined into a full-day trip without long transfers. When visiting Kuks, stop by the local information centre, where you can pick up excellent honey, tea, and other products from regional makers.



The summer months in the region belong to culture. Hradec Králové hosts Rock for People, one of the largest music festivals in Central Europe, and the city comes alive again during the Regions Theatre Festival.

A very special atmosphere awaits at the festival Jičín – the Town of Fairy Tales, when the entire town transforms into a world of stories and fairy tales.

When it's time to slow down, the Hradec Králové Region offers a vibrant gastronomic scene. Explore local flavours on the Krkonoše Beer Trail, which naturally complements mountain trips with tastings of regional brews. For urban dining, Hradec Králové tempts visitors with Šatlava, a restaurant awarded the Bib Gourmand in the Michelin Guide.

The Hradec Králové Region links mountains, towns, culture, and local flavours into one inviting, easily accessible destination.

For inspiration when planning your holiday, visit the region's tourism portal at www.hkregion.cz.

TO NEJDŮLEŽITĚJŠÍ ROZHODNUTÍ

občas neuděláte pro sebe.



Rodiče. Prarodiče. Vaši blízcí.

Lidé, kteří se celý život starali o vás.

Dnes mohou potřebovat vaši pomoc.

S přibývajícím věkem lidé často řeší zdravotní obtíže, které berou jako přirozenou součást stárnutí.

Bolesti, únavu, omezení pohybu, potíže se srdcem.

Ne vždy ale vědí, že **lázeňská léčba může být součástí zdravotní péče** a že je u řady diagnóz **hrazená zdravotní pojišťovnou**. Právě tady můžete sehrát důležitou roli vy. Můžete pomoci víc, než si myslíte.

Stačí mít správné informace:

- co je lázeňská léčba a kdy dává smysl
- jak funguje návrhová péče
- že samotný proces není složitý
- a že na to vaši blízcí nemusí být sami



www.ltnb.cz

KDYŽ VÍTE, KAM SE OBRÁTIT, může být cesta k léčbě jednodušší.

Lázeňská léčba je často hrazená pojišťovnou. Mnoho lidí o ni ale nikdy nepožádá, protože neznají postup.

Právě proto v Lázních Teplice nad Bečvou a Léčebných lázních Bohdaneč zajišťujeme návrhovou péči.

Pomáháme zorientovat se v možnostech léčby, připravit se na jednání s lékařem a projít procesem klidně a srozumitelně. Vy můžete dát první impuls. My se postaráme o odbornou část.

Stačí mít správné informace:

- léčba není rekreace, ale součást zdravotní péče
- u vybraných diagnóz je hrazena pojišťovnou
- s návrhovou péčí pomůžeme – pacient na to není sám
- cílem není pobyt, ale výsledek léčby



Pardubický kraj zní hudbou

**PŘIJEĎTE SI JI
POSLECHNOUT**

V období 13. 4. až 30. 5. 2026 ožívají Pardubice sérií koncertů, které přinášejí nejen klasickou hudbu. Festival Pardubické hudební jaro nabízí pestrý program od baroka po současnost, vystoupení špičkových českých i zahraničních interpretů a koncerty v reprezentativních sálech i v netradičních prostorech.



54

ADVERTORIAL

CZ PARDUBICKÉ HUDEBNÍ JARO

Hudba rozezná Sukovu síň Domu hudby v Pardubicích, Gočárovu galerii v Automatických mlýnech v Pardubicích, Rytířský sál pardubického zámku, Židovskou synagogu v Heřmanově Městci a nejrůznější kostely v Pardubickém kraji. Celý festival zahájí 13. dubna v Sukově síni prestižní soubor Accademia Bizantina Orchestra s houslistou Alessandrem Tampierim, a to ikonickým koncertem Vivaldiho Čtvero ročních období. Dále se můžete těšit například na Dagmar Peckovou (28. 4.) nebo Václava Hudečka (21. 5.). Pořadatelem festivalu je Komorní filharmonie Pardubice. Celý program najdete na: www.pardubickehudebnijaro.cz

MARTINŮ FEST POLIČKA

Květnové dny jsou v Poličce každoročně věnovány památce jednoho z našich nejvýznamnějších hudebních skladatelů, poličskému rodákovi Bohuslavu Martinů. Na jeho počest se letos uskuteční 29. ročník festivalu Martinů fest Polička s řadou koncertů a doprovodných programů. Pokud chcete festival navštívit, запиšte si do kalendáře termíny 15.-17. 5., 23.-24. 5. a 30. 5. 2026. Během uplynulých ročníků festivalu na jevišti ve velkém sále Tylova domu vystoupilo mnoho známých českých i zahraničních hudebních těles včetně sólistů, špičkových pěvců nebo divadelních souborů. Kompletní program festivalu naleznete na webu pořadatele www.tyludumpolicka.cz.

ZAŽÍT MARTINŮ

Polička si svého slavného rodáka opravdu váží. Městské muzeum a galerie Polička chystá již čtvrtý ročník rodinného festivalu Zažít Martinů, který se pravidelně koná ve druhé polovině srpna k výročí úmrtí skladatele. Cílem akce je přiblížit jeho tvorbu široké veřejnosti. O víkendu 28.-30. 8. 2026 se v Poličce sejdou jak posluchači vážné hudby, tak i malé děti či celé rodiny – cílem je nabídnout co nejširší škálu aktivit pro všechny věkové kategorie. Kromě koncertů a hudebních vystoupení festival připravuje i program pro dětské návštěvníky. Přijměte pozvání do ožvlé hudební dílny inspirované unikátními kresbami skladatele, kde mohou

děti dát prostor své fantazii. Projděte si také stezku „Po stopách Bohuslava Martinů“, která vás zavede na místa spojená s jeho životem a dětstvím. Pokud se chcete dozvědět více o tom, jak skladatel žil, navštivte jeho rodnou světničku ve věži kostela sv. Jakuba, která se nachází 36 metrů nad zemí. Po zdolání 192 schodů uvidíte, kde pětičlenná rodina Martinů žila až do Bohuslavových 11 let. V rámci festivalu Zažít Martinů zde budou probíhat i oživené kostýmované prohlídky. www.cbmpolicka.cz

SMETANOVA LITOMYŠL

Za dalším hudebním skladatelem se vydejte do Litomyšle, která je neodmyslitelně spjata se jménem Bedřicha Smetany. Právě zde se v termínu 12. 6. až 5. 7. 2026 uskuteční 68. ročník hudebního festivalu Smetanova Litomyšl. Smetanka, jak jí

řikají místní, je druhým nejstarším hudebním festivalem v České republice a jedním z nejvýznamnějších festivalů klasické hudby ve střední Evropě. Zámecké nádvoří, historické sály i moderní festivalová místa vytvářejí jedinečnou kulisu pro operní představení, symfonické koncerty i komorní hudbu. Smetanova Litomyšl nepřináší jen hudbu, ale i letní atmosféru ve Festivalových zahradách, kterou doplňuje umění Smetanovy výtvarné Litomyšle. Během festivalu si po celém městě můžete prohlédnout umělecké instalace nebo vyrazit do některé z mnoha galerií na tematické výstavy. www.smetanovalitomysl.cz

BEDŘICH SMETANA

Zajímavosti o životě Bedřicha Smetany vám představí jeho rodný byt. Ten se nachází v prostorách bývalého zámecského pivovaru, kde byl od roku 1823 sládkem Bedřichův otec František Smetana. Expozice je členěna na dvě části. První z nich – multimediální „hudební salon“ prostřednictvím animovaného filmu přiblíží Smetanova vrcholná díla. Druhá část bytu vás zavede do autentického dobového domácího prostředí. Ložnice, kde se Bedřich Smetana narodil, i přilehlá prostora jsou vybaveny historickým nábytkem z období biedermeieru. Nechte se vtáhnout do skladatelova životního příběhu, který vám převypráví sedmiletý chlapec v roli „malého Bedříška“.

Pardubický kraj je snadno dostupný, přívětivý a plný kulturních zastavení. Spojte cestu vlakem s hudebním zážitkem, který zůstane v paměti ještě dlouho poté, co doznějí poslední tóny. •



PARDUBIČTÍ TAHOUNI

TEXT A FOTO: Město Pardubice
www.tahouni.eu

Třináct výjimečných akcí, díky nimž se Pardubice každý rok mění v pulzující centrum kultury, sportu a nezapomenutelných zážitků.

CZ Jaro ve městě rozezná tóny Pardubického hudebního jara. Duben pak patří pohybu – ulice zaplní běžci Pardubického vinařského půlmaratonu. V červnu ožije historické centrum Pernštýnskou nocí plnou folkloru, tance a muziky a Zrcadlem umění největším multižánrovým festivalem amatérské kultury.

V červenci míří do Pardubic šachová elita z celého světa na Czech Open a mladé tenisové naděje na prestižní Pardubickou juniorku. Aktivní rodiny s dětmi se v srpnu vydávají do Sportovního parku Pardubice, jedinečného světa sportu pod širým nebem.

Konec léta přináší pohodu Pardubického festivalu vína i nostalgii a technické nadšení v oblíbeném Retroměstečku. A pak přichází vrchol sezony – burácení motorek na legendární Zlaté přilbě, Městské slavnosti a ikonická Velká pardubická.

Ať přijedete odkudkoli, Pardubičtí tahouni vás spolehlivě vtáhnou do dění! •

56

ADVERTORIAL



Pardubice's Signature Events

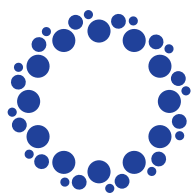
Thirteen exceptional events turn Pardubice each year into a vibrant hub of culture, sport, and unforgettable experiences.

EN Spring opens with the Pardubice Music Spring festival. April brings movement as the streets fill with runners in the Pardubice Wine Half Marathon. In June, the historic centre comes alive with Pernštýn Night – an evening of folklore, dance, and music – and Zrcadlo umění, the largest multigenre festival of amateur arts.

July brings global chess talent for Czech Open and rising tennis stars for the prestigious Pardubice Junior Open. In August, families flock to the open-air world of Sportovní park Pardubice.

Late summer offers the relaxed vibe of the Pardubice Wine Festival and the nostalgia and technical charm of Retroměstečko. Then comes the season's peak: the roar of motorcycles at the legendary Golden Helmet, the City Festival, and the iconic Velká pardubická steeplechase.

Wherever you're coming from, Pardubice's signature events will draw you in. •



ZA POKLADY BROUMOVSKA

21. ročník hudebního festivalu v kostelích Broumovska
1. 5. – 29. 8. 2026



Koncerty
po celé léto

www.zapoklady.cz



Mecenáš festivalu:
Otokar Mořka



Emoce na e-shopu nenajdeš

Sdílej okamžiky



PO STOPÁCH hudebních skladatelů

Hudba a vlaky? Ale samozřejmě, že to jde dohromady! Vždyť jednu z nejslavnějších skladeb Antonína Dvořáka Humoresku inspirovalo drncání železničních vagonů po kolejnicích. Proč se tedy vlakem Leo Express nevypravit po stopách hudebních skladatelů – nejen Dvořáka, ale i těch dalších, neméně slavných.

58

TÉMA



In the Footsteps of Composers

TEXT: Jakub Jukl

FOTO: Shutterstock.com

Music and trains? Of course they go together! After all, one of Antonín Dvořák's most famous pieces, the Humoresque, was inspired by the clatter of railway carriages on the tracks. So why not set off with Leo Express on a journey in the footsteps of composers – not only Dvořák, but other equally renowned names.





↑
**PŮVODNÍ INTERIÉR
 STAVOVSKÉHO DIVADLA /
 THE ORIGINAL INTERIOR
 OF THE ESTATES THEATER**



↑
**VILA BERTRAMKA /
 BERTRAMKA VILLA**

WOLFGANG AMADEUS MOZART

CZ A začít můžeme ve městě hudbě zasvěceném, v Praze. Ta je samozřejmě Amekkou českých hudebních skladatelů, ale svou nesmazatelnou stopu v ní zanechal i nejslavnější komponista v historii Wolfgang Amadeus Mozart.

MOJI PRAŽANÉ MI ROZUMĚJÍ

Ano, přesně tak vyjádřil Mozart svůj vřelý vztah k našemu hlavnímu městu a jeho obyvatelům, kteří na rozdíl od Vídeňáků nadšeně přivítali jeho operu Figarova svatba. A tak se pražskému publiku odvděčil zcela novou operou – a ne ledajakou. Dokonce „operou všech oper“, jak bývá jeho Don Giovanni nazýván. Světová premiéra tohoto opusu se konala 29. října 1787 v Nosticově (dnešním Stavovském) divadle. Za dirigentský pultík se tehdy postavil sám skladatel. A Stavovské divadlo, které se od dob Mozartových prakticky nezměnilo, můžete navštívit i dnes. Leží jen slabou čtvrthodinku pohodlné chůze od hlavního nádraží.

Zato na druhé místo spjaté v Praze s Mozartovým pobytem musíte vážít delší cestu – je to pražská usedlost Bertramka na Smíchově, kde skladatel žil u manželů Duškových. Dlouhá léta zde fungoval památník W. A. Mozarta, dnes je usedlost pro veřejnost otevřena pouze v době konání kulturních akcí.

A TI OSTATNÍ

Praha samozřejmě přitahovala už od dob barokních přední české skladatele. Antonín Dvořák a Bedřich Smetana jsou třeba nerozlučně spjati s Národním divadlem. Oba mají v Praze své sochy a muzea (Smetana na Novotného

EN And we can start in Prague, a city devoted to music. It is the hub for Czech composers, yet it also bears the unmistakable imprint of perhaps the most celebrated composer of all time: Wolfgang Amadeus Mozart.

MY PRAGUERS UNDERSTAND ME

That is exactly how Mozart expressed his warm relationship with the Czech capital and its people, who – unlike the Viennese – welcomed his opera *The Marriage of Figaro* with enthusiasm. In return, he gifted the Prague audience a brand-new opera. *Don Giovanni*, often dubbed the “opera of all operas” had its world premiere at the Nostic Theatre (today’s Estates Theatre) on 29 October 1787. Mozart personally conducted the performance. The Estates Theatre has remained virtually unchanged since Mozart’s time, and you can visit it today. It’s just a leisurely 15-minute walk from the main railway station. The second place associated with Mozart’s stay in Prague requires a longer walk – the Bertramka estate in Smíchov, where the composer lived with the Dušek family. For many years, it housed a memorial to W. A. Mozart; today, the estate is open to the public only during cultural events.

AND THE OTHERS

Prague has attracted leading Czech composers since the Baroque era. Antonín Dvořák and Bedřich Smetana, for example, are inseparably linked with the National Theatre. Both have statues and museums in Prague –

ANTONÍN DVOŘÁK



↑
**MUZEUM ANTONÍNA
 DVOŘÁKA / ANTONÍN
 DVOŘÁK MUSEUM**



↑
**ZÁMEK V NELAHOZEVSI /
 NELAHOZEVS CASTLE**

lávce u Karlova mostu, Dvořák v půvabném barokním letohrádku Amerika), oba jsou také pohřbeni na Vyšehradském hřbitově. Zejména Smetanovi se stala Praha i hudební inspirací a zvěčnil ji ve svých symfonických básních Vyšehrad a Vltava z cyklu Má vlast. O životě a tvorbě Dvořáka nebo Smetany, stejně jako o dalších našich hudebních skladatelích, se můžete dozvědět více v Českém muzeu hudby na Malé Straně.

ZA DVOŘÁKEM DO PODZÁMČÍ

Ale pokud byste chtěli navštívit rodná místa našich hudebních skladatelů, budete se muset vypravit mimo hlavní město. Za Antonínem Dvořákem to bude jen kousek od Prahy. Stačí vystoupit v Kralupech nad Vltavou. Krátká procházka podél řeky vás dovede do Nelahozevsi. Na návsi najdete skromný domek,

v němž spatřil světlo světa pozdější světoznámý komponista. Jeho tatínek zde byl hostinským, mimo to se ale náruživě věnoval hudbě. Malý Antonín zdědil nadání po něm a v otcově kapele pak od dětství hrával i na nelahozeveském zámku a dalších panských sídlech v okolí.

Rodný dům Antonína Dvořáka je dnes přístupný veřejnosti. Jeho prohlídku můžete spojit i s návštěvou nádherného renesančního zámku, obojí je v majetku rodiny Lobkowiczů. Stejně jako v době Dvořákova narození...

SMETANOVA LITOMYŠL

Název této kapitoly jsme si vypůjčili od hudebního festivalu, který se v Litomyšli koná na počest zdejšího nejslavnějšího rodáka Bedřicha Smetany. Ten se tu narodil v roce 1842, kdy zde jeho otec měl v nájmu pivovar. Právě v prostorách někdejšího pivovaru v předzámčí je přístupná expozice Smetanova rodného bytu. Skladatel sice strávil v Litomyšli jen prvních sedm let života, než se rodina přestěhovala do Jindřichova Hradce, ale jako většina hudebních géníů i malý Bedřich projevoval hudební nadání od útlého věku. A tak právě v Litomyšli jako dítě poprvé veřejně koncertoval. Dokonce zde údajně sepsal i své první hudební skladby, které se ale nedochovaly.

Vlaky Leo Express sice přímo v Litomyšli nezastavují, ale dostanete se s nimi do nedalekého Ústí nad Orlicí. Litomyšl totiž určitě stojí za vidění, hlavní památkou v malebném městečku je zámek, který je s celým areálem zapsaný v seznamu UNESCO. Takže vzhůru do Litomyšle! →

Smetana's on Novotného lávka near Charles Bridge, Dvořák's in the charming Baroque pavilion Amerika – and both rest at the Vyšehrad Cemetery. For Smetana, Prague was a particular musical inspiration. He immortalised it in his symphonic poems Vyšehrad and Vltava from the cycle Má vlast. You can learn more about their lives and work, as well as other Czech composers, at the Czech Museum of Music in Malá Strana.

FOLLOWING DVOŘÁK BENEATH THE CASTLE

To visit the birthplaces of our composers, you'll need to venture outside the capital. In Dvořák's case, the journey is short. Just get off at Kralupy nad Vltavou. A short stroll along the river will take you to Nelahozeves. There you will find a modest house on the village square where the later world-famous composer was born. His father was an innkeeper there, but he was also passionate about music. Little Antonín inherited his talent and played in his father's band from an early age, performing at the Nelahozeves castle and other manor estates in the area.

You can combine the visit to Dvořák's birthplace, now open to the public, with a tour of the magnificent Renaissance castle, both of which are owned by the Lobkowicz family. Just as they were at the time of Dvořák's birth...

SMETANA'S LITOMYŠL

We borrowed the title of this chapter from the music festival held in Litomyšl in honour of its most famous native son, Bedřich Smetana. He was born →



↑ SOCHA B. SMETANY
V PRAZE / STATUE OF
B. SMETANA IN PRAGUE



↑ ZÁMEK LITOMYŠL /
LITOMYŠL CASTLE



SOCHA LIŠKY
BYSTROUŠKY / STATUE
OF THE CUNNING
LITTLE VIXEN ↑



HRAD HUKVALDY /
HUKVALDY CASTLE ↑

LEOŠ JANÁČEK

CZ → KDO NAUČIL LIŠKU ZPÍVAT

Pojedete-li linkou Leo Express do Ostravy, možná se vám ze Studénky podaří zahlédnout největší hradní zříceninu na Moravě – Hukvaldy. Právě v jejím stínu se roku 1854 narodil další český hudební génius Leoš Janáček. Nebo spíše moravský, protože s Moravou byl spjat nejen svým původem, ale i celoživotní tvorbou.

Jeho snad nejslavnější operou jsou Příhody lišky Bystroušky, inspirované knížkou Rudolfa Těsnohlídka. Zajímavostí je, že Janáček (nejen) k této opeře napsal i libreto, což u skladatelů není obvyklé. Od těch dob je právě okolí Hukvald nerozlučně spojeno s touto zvířecí postavíčkou, která se dokonce dostala do znaku obce. V lese na úpatí hradního kopce najdete dokonce její sochu, oblíbený cíl dětí i dospělých. Kdo lišce sáhne na čumáček či ohon, bude prý mít štěstí. A doufejme, že větší než samotná socha, která je zde od roku 1959 už třetí v pořadí – předchozí dvě byly ukradeny.

V Hukvaldech si můžete prohlédnout také Památník Leoše Janáčka – ne sice v rodném stavení, ale v domě, který sám skladatel koupil a odkázal obci. Každý rok se zde také koná několik představení Mezinárodního hudebního festivalu Leoše Janáčka. Některé koncerty festivalu se konají přímo na hradě Hukvaldy či v přírodním amfiteátru pod kopcem. •

EN → here in 1842, when his father was leasing the local brewery. Today, the former brewery at the foot of the castle houses an exhibition of Smetana's birthplace. Although he only spent the first seven years of his life in Litomyšl before the family moved to Jindřichův Hradec, his musical talent revealed itself early. It was in Litomyšl that he gave his first public concert as a child. He even reportedly composed his earliest pieces here, though none of them have survived.

Leo Express trains don't stop directly in Litomyšl, but they will take you to nearby Ústí nad Orlicí. Litomyšl is definitely worth the detour. The main attraction of the charming town is the castle, which, along with the entire complex, is listed as a UNESCO World Heritage Site. So off to Litomyšl you go!

WHO TAUGHT THE FOX TO SING

If you take the Leo Express line to Ostrava, you may catch a glimpse – just past Studénka – of the largest castle ruin in Moravia – Hukvaldy. In its shadow, in 1854, another Czech musical genius was born: Leoš Janáček. Or rather Moravian, as both his roots and his life's work are deeply tied to Moravia.

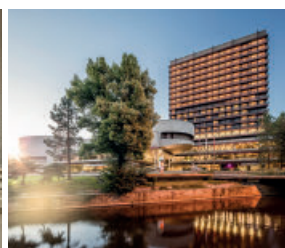
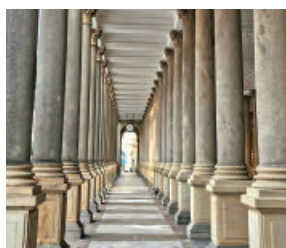
His best-known opera is probably *The Cunning Little Vixen*, inspired by a story by Rudolf Těsnohlídka. Janáček also wrote the libretto for this opera – something unusual for composers. Since then, the Hukvaldy area has been inseparably linked with this animal character, who even made it

into the village's coat of arms. In the forest at the foot of the castle hill, you'll find its statue, a favourite stop for children and adults alike. Legend has it that whoever touches its nose or tail will have good luck. Hopefully, more luck than the statue itself: the current one, installed in 1959, is already the third, as the previous two were stolen.

Hukvaldy is also home to the Leoš Janáček Memorial – not in his birthplace, but in the house the composer bought himself and bequeathed to the village. Each year, several performances of the Leoš Janáček International Music Festival take place here. Some of the festival concerts take place directly at Hukvaldy Castle or in the natural amphitheater below the hill. •



- Ikonický venkovní bazén a minerální bazén ~ Iconic outdoor pool and mineral pool
- Prvotřídní lázeňská léčba ~ First class spa treatment
- Karlovy Vary na Seznamu světového dědictví UNESCO ~ Karlovy Vary on the UNESCO World Heritage List
- Kongresové centrum ~ Congress centre



TERMÁLNÍ BAZÉN.
THERMAL POOL.
ICONIC 38 °C



REZERVACE
reservation@thermal.cz
Tel.: +420 359 001 111



KARLOVARSKÝ KRAJ: návrát k vlastnímu rytmu

Zpomalit neznamená nedělat nic. Znamená to být tam, kde je prostor pro klid, pohodu a vlastní rytmus. Karlovarský kraj je wellness resort, kde si každá mysl přijde na své – v lázeňských městech, historických centrech i v krajině mezi nimi.

CZ V Karlových Varech plyne čas podél Vřídla, Mlýnské a Tržní kolonády a při klidných procházkách kolem řeky Teplé. Atmosféra lázeňských domů a parků vytváří přirozený prostor pro regeneraci. Mariánské Lázně uklidní rozlehlými lázeňskými parky, okolím Zpívající fontány, Lesním pramenem i stezkami v městských lesích, odkud se otevírají výhledy do okolní krajiny.

Cheb zpomaluje na historickém náměstí Krále Jiřího z Poděbrad, u Špalíčku, Chebského hradu a při tichých procházkách podél řeky Ohře. Loket okouzlí siluetou hradu nad meandrem řeky, kamenným mostem se sochami a úzkými uličkami starého města, které vybízejí k pomalé chůzi. Sokolov nabízí klid v okolí zámku, na cyklostezkách a pěších trasách podél Ohře i v nově vznikajících přírodních zónách, kde se krajina postupně vrací ke své rovnováze.

Ostrov láká klášterním areálem s barokními zahradami, Palácem princů a dlouhými alejemi, které propojují město s krajinou. Aš přináší pocit otevřeného

prostoru u rozhledny Háj, v okolních lesích i na vyhlídkách směrem k česko-německému pomezí, kde ticho získává nový rozměr.

Lesy Krušných hor, Slavkovský les, lázeňské parky i říční stezky propojují města do jednoho celku. Pohyb tu není výkonem, ale přirozenou součástí regenerace. Karlovarský kraj je mozaikou míst, která léčí každé jinak – autenticky, přirozeně a po celý rok.

Karlovarský kraj – wellness resort, kde si každá mysl přijde na své. •



TEXT: Živý kraj
FOTO: Lukáš Neasi

www.zivykraj.cz
www.visitvaryregion.com



Karlovy Vary
Region

KARLOVY VARY REGION: Returning to Your Own Rhythm

Slowing down doesn't mean doing nothing. It means being wherever there is room for peace, comfort, and your own pace. The Karlovy Vary Region is a true wellness resort for everyone: in spa towns, historic centres, or the countryside that connects them.

EN Time flows gently in Karlovy Vary along the Vřídlo hot spring, the Mlýnská and Tržní colonnades, or during walks by the River Teplá. The atmosphere of spa houses and parks creates a natural space for regeneration. Mariánské Lázně soothes with its large spa parks, the Singing Fountain, the Forest Spring, and the trails in the woods with views into the landscape.

Cheb slows down on the historic King George of Poděbrady Square, by the Špalíček, at Cheb Castle, and on quiet walks along the Ohře. Loket enchants with the castle silhouette above a river meander, its stone bridge lined with statues, and its old town's narrow lanes. Sokolov offers calm around its castle, on cycling and walking paths along the Ohře, and in new natural zones where the landscape slowly regains balance.

Ostrov attracts with its monastic complex, Baroque gardens, the Palace of Princes, and long avenues reaching into the landscape. Aš offers open space

at the Háj lookout, in nearby forests, and at viewpoints toward the Czech-German borderlands, where silence gains a new dimension.

The forests of the Ore Mountains, the Slavkov Forest, spa parks, and river trails connect the towns into one whole. Here, movement is simply part of renewal. The Karlovy Vary Region is a mosaic of places that heal each visitor authentically and naturally, all year long.

Karlovy Vary Region – a wellness resort where every mind finds its place. ●

Jaro začíná na severu Čech

N
W S Northern
Bohemia

Spring Begins in Northern Bohemia

TEXT: CCR Libereckého kraje www.northernbohemia.com

CZ Ještěd, Trosky, Panská skála, Máchovo jezero, Mumlavské vodopády, ale také spousty skrytých skvostů, tajemných hradů a míst dalekého rozhledu. Krajina jako stvořená ke sportu a poznávání. To je Liberecký kraj.

Kraj Křišťálového údolí, protkaný sklárnami a bižuterními provozy. Kraj pěti unikátních oblastí. Romantický Český ráj vybízí k toulání krajinou skal a údolí. Jizerské hory jsou rájem pro všechny sportovce. Krkonoše uchvátí svou majestátností. Lužické hory jsou skrytým skvostem pro všechny dobrodruhy. Máchův kraj nabízí nejenom plážovou pohodu, ale doslova košík zážitků. A pak tu je největší město severu – Liberec. Mekka gastronomie a dobré kávy, ale hlavně místo s největší koncentrací turistických cílů. Vydat se k nám na sever je vždy správnou volbou! ●

EN Ještěd, Trosky, Panská skála, Lake Mácha, the Mumlava Waterfalls – and countless hidden gems, mysterious castles, and sweeping viewpoints. A landscape made for sport and discovery. Welcome to the Liberec Region.

Home of the Crystal Valley of glass and jewellery makers, the region spans five distinct areas: the romantic Bohemian Paradise, perfect for roaming among rocks and valleys; the Jizera Mountains, a haven for athletes; the majestic Krkonoše; the adventurous Lusatian Mountains; and Mácha's Region offering its lakeside charm and a wealth of experiences. And then there's Liberec – the largest city in the north, a mecca of good food and coffee, and the place with the highest concentration of attractions. Heading north is always the right choice! ●



Františkovy Lázně AQUAFORUM a.s.

LÁZNĚ NA ZKOUŠKU

Vyzkoušejte si lázeňský život

**SLEVA
3 000 Kč**

6 NOCÍ

(pobyt lze prodloužit)

POLOPENZE

(možnost dokoupení plné penze)

ALL INCLUSIVE NÁPOJE

neomezená konzumace vybraných alkoholických, nealkoholických, teplých a studených nápojů během obědů a večeří

6 LÉČEBNÝCH PROCEDUR

(1x uhlíčitá koupel, 1x aromatická masáž částečná, 1x parafinový zábal rukou, 1x parafinový zábal zad, 1x oxygenoterapie - 60 min., 1x perličková koupel)

NEOMEZENÝ VSTUP

do akvaparku A@AQUAFORUM

Spa Resort PAWLIK - AQUAFORUM:
pondělí - neděle,
Metropol: pondělí - pátek

Spa Resort PAWLIK-AQUAFORUM ****

Budova B	12.04 - 25.04.2026		17.05. - 27.06.2026	
	cena po slevě	ceniková cena	cena po slevě	ceniková cena
Komfort - B 1/2	16 380	19 380	17 460	20 460
Komfort - B 1/1	17 580	20 580	19 140	22 140
Superior - B 1/2	16 680	19 680	18 060	21 060
Superior - B 1/1	18 240	21 240	19 920	22 920

Lázeňský hotel METROPOL ***

		22.03. - 25.04.2026		10.05. - 06.06.2026 14.06. - 28.06.2026	
		cena po slevě	ceniková cena	cena po slevě	ceniková cena
Standard	1/2	10 740	13 740	12 120	15 120
Standard	1/1	11 520	14 520	12 900	15 900
Komfort	1/2	11 340	14 340	12 420	15 420
Komfort	1/1	12 120	15 120	13 200	16 200

**PARKOVÁNÍ
AUTOMOBILU
V CENĚ POBYTU**

Uvedené ceny v Kč jsou za osobu a pobyt. Sleva není kombinovatelná s žádnými slevami kromě speciální VIP slevy na akční nabídky. Pobyt začíná v den příjezdu večeří a končí v den odjezdu snídaní. V ceně pobytu není zahrnut místní poplatek z pobytu. Tento poplatek je účtován povinným osobám na základě obecně závazné vyhlášky města Františkovy Lázně platné v den nástupu na pobyt a bude připočten k ceně pobytu. 1/2 = dvouložkový pokoj, 1/1 = jednolůžkový pokoj



INFORMACE A REZERVACE

351 012 345

info@frantiskovylazne.cz

www.frantiskovylazne.cz

Při rezervaci
uveďte prosím kód:
217885



Novinky na trasách Leo Express

Rok 2026 je pro nás opravdu klíčový, vyrazíme totiž na nové tratě a rozšiřujeme naše mezinárodní spojení. Kterou z našich nových destinací prozkoumáte jako první?

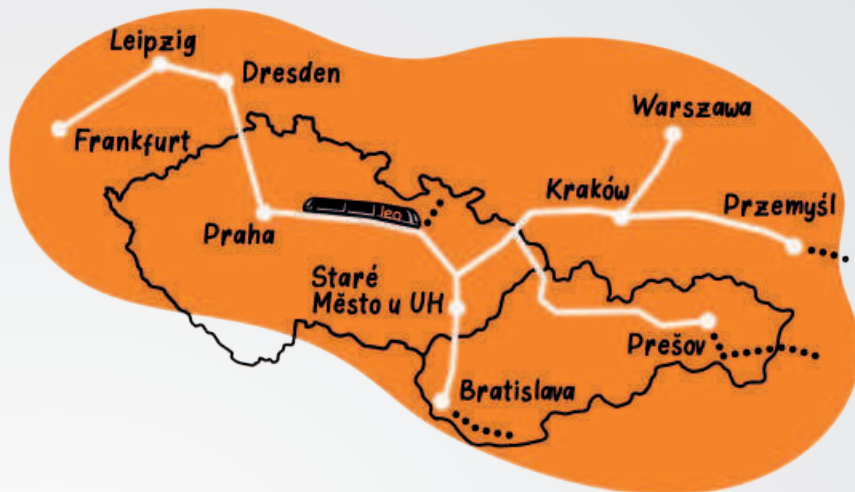
TEXT A FOTO: Leo Express

News on Leo Express Routes

The year 2026 is a true milestone for us – we are launching new lines and expanding our international connections. Which of our new destinations will you explore first?

Nowości na trasach Leo Express

Rok 2026 jest dla nas naprawdę kluczowy, ponieważ rozpoczynamy kursowanie po nowych trasach i rozszerzamy nasze międzynarodowe połączenia. Które z naszych nowych miejsc odkryjesz jako pierwsze?



CZ NOVĚ DO VARŠAVY, ČASTĚJI DO KRAKOVA

Letos významně rozšiřujeme naše spojení v Polsku. Cestovat s námi můžete na nové lince mezi Varšavou a Krakovem, která dále pokračuje do Prahy. Aktuálně nabízíme dva zpáteční spoje denně, vybírat můžete z denních i nočních vlaků, ve kterých je k dispozici i spací zóna. Nově nabízíme spoje do Krakova a zpátky kolem 14. hodiny, které jsou ideální pro dvoudenní výlet nebo prodloužený víkend.

PŘES SLOVÁCKO AŽ DO BRATISLAVY

Vracíme se na Slovácko! Naše vlaky opět vyjedou na trase Praha – Olomouc – Otrokovice – Staré Město u Uherského Hradiště, nově pak bude linka pokračovat přes Hodonín a Břeclav až do Bratislavy. S novými zastávkami přineseme komfortní spojení také cestujícím ze spádové oblasti Zlína a Uherského Brodu. Nabídneme dvě spojení každý den v obou směrech, první spoj vyjíždí 30. dubna 2026.

Jeden ze spojů bude navíc vyjíždět ze stanice Bratislava-Petržalka, →

EN NEW LINE TO WARSAW, MORE FREQUENT LINES TO KRAKÓW

This year we are significantly expanding our service in Poland. You can now travel on a new route linking Warsaw and Kraków, continuing on to Prague. We currently offer two return services daily, with both day and night trains that include a sleeping zone. New departures to and from Kraków around 2 p.m. are ideal for a two-day trip or a long weekend.

VIA MORAVIAN SLOVAKIA TO BRATISLAVA

We are returning to Moravian Slovakia! Our trains will run again on the Prague – Olomouc – Otrokovice – Staré Město near Uherské Hradiště route, and the line will now continue via Hodonín and Břeclav to Bratislava. The new stops bring convenient connections for passengers from the Zlín and Uherský Brod regions. We will run two services daily in each direction, with the first departure on 30 April 2026.

One service will start from Bratislava-Petržalka, linking one →

PL JAKO NOWOŚĆ DO WARSAWY, CZĘŚCIEJ DO KRAKOWA

W tym roku znacząco rozszerzamy nasze połączenia w Polsce. Możesz podróżować z nami nową linią między Warszawą a Krakowem, która dalej kontynuuje do Pragi. Obecnie oferujemy dwa połączenia powrotne dziennie, można wybierać pociągi dzienne i nocne, w których dostępna jest także strefa sypialna. Obecnie oferujemy połączenia do Krakowa i z powrotem około godziny 14:00, co jest idealne na dwudniową wycieczkę lub długi weekend.

PRZEZ SLOVÁCKO DO BRATYSŁAWY

Wracamy do Slovácko! Nasze pociągi ponownie będą kursować na trasie Praga – Olomuniec – Otrokovice – Staré Město u Uherského Hradiště, a jako nowość linia będzie prowadzić przez Hodonín i Břeclav do Bratislavy. Dzięki nowym przystankom zapewnimy również wygodne połączenia pasażerom z regionu Zlína i Uherského Brodu. Codziennie będziemy oferować →



díky čemuž zajistíme spojení jedné z nejlidnatějších částí

Bratislavy s Prahou. Přímo v Bratislavě pak můžete přestoupit na naše regionální vlaky směr Dunajská Streda a Komárno. Díky přestupu v Přerově spojíme s Bratislavou také Ostravsko.

PROPOJUJEME NĚMECKO, ČESKO A POLSKO

Přijíždíme do Německa! Spouštíme novou transevropskou vlakovou linku Přešpýl – Krakov – Praha – Drážďany – Frankfurt, která přináší nové možnosti cestování napříč Evropou – pohodlně, přímo a každý den. Vlakem se tak dostanete také na největší německé letiště ve Frankfurtu. První spoj vyjede již 25. června 2026.

POHODLNÉ SPOJENÍ DO LVOVA

V dubnu spustíme autobusové spojení na Ukrajinu. Cestovat s námi můžete vlakem z Prahy, Olomouce, Ostravy a dalších měst s garantovaným přestupem v Krakově na moderní autobus ve směru Lvov.

Jízdenky na všechny nové spoje jsou již v prodeji – za nejvýhodnější ceny na stránkách www.le.cz, v aplikaci Leo Express, na pokladnách a také u partnerských prodejců. •



of Bratislava's most populated districts directly with Prague. In Bratislava you can also connect to our regional trains toward Dunajská Streda and Komárno. With a transfer in Přešov, we will also connect the Ostrava region to Bratislava.

CONNECTING GERMANY, CZECHIA, AND POLAND

We are coming to Germany! We're launching a new trans-European rail link Przemysł – Kraków – Prague – Dresden – Frankfurt, offering daily, direct, and comfortable travel across Europe – including access to Frankfurt, home to the largest German airport. The first service departs on 25 June 2026.

COMFORTABLE CONNECTION TO LVIV

In April we are going to launch a bus connection to Ukraine. You can travel with us by train from Prague, Olomouc, Ostrava, and other cities with a guaranteed transfer in Kraków to a modern bus bound for Lviv.

Tickets for all new services are on sale now – find the best fares at www.le.cz, in the Leo Express app, at ticket offices, and through our partner sellers. •



dva połączenia w obu kierunkach, pierwszy pociąg wyjeżdża 30 kwietnia 2026 roku.

Ponadto jedno z połączeń będzie odjeżdżać ze stacji Bratislava-Petržalka, dzięki czemu zapewnimy połączenie jednej z najbardziej zaludnionych części Bratislavy z Pragą. Bezpośrednio w Bratisławie można przesiąść się na nasze pociągi regionalne w kierunku Dunajskej Stredy i Komárna. Dzięki przesiadce w Přerowie połączymy z Bratisławą także obszar Ostrawy.

ŁĄCZYMY NIEMCY, CZECHY I POLSKĘ

Przyjeżdżamy do Niemiec! Uruchamiamy nową transeuropejską linię kolejową Przemysł – Kraków – Praga – Drezno – Frankfurt, która otwiera nowe możliwości podróżowania po Europie – wygodnie, bezpośrednio i codziennie. Do największego lotniska Niemiec we Frankfurcie można także dojechać pociągami. Pierwszy pociąg wyjedzie 25 czerwca 2026 roku.

WYGODNE POŁĄCZENIE ZE LWOWEM

W kwietniu uruchomimy połączenie autobusowe z Ukrainą. Możesz podróżować z nami pociągami z Prahy, Olomuńca, Ostrawy i innych miast, z gwarantowaną przesiadką w Krakowie na nowoczesny autobus w kierunku Lwowa.

Bilety na wszystkie nowe połączenia są już w sprzedaży – w najlepszych cenach na stronie www.le.cz, w aplikacji Leo Express, w kasach biletowych oraz u partnerskich sprzedawców. •



DOMOV UPROSTŘED PŘÍRODY



Amenity®
Hotels & Resorts



Naše resorty spojuje krásná okolní příroda, komfortní ubytování a nadstandardní zázemí pro chvíle odpočinku. V Amenity Hotels & Resorts si zamilujete wellness centra, sportovní aktivity, ubytování u vody i na horách, romantiku ve vinařském kraji i výlety po celý rok. Stačí vyrazit.

Rezervujte si svůj termín v Amenity Hotels & Resorts. **Garance nejlepších cen na webu amenity.cz**

LIPNO

ŠPINDLERŮV
MLÝN

ORLICKÉ
HORY

ČESKÁ
KANADA

HORNÍ
VĚSTONICE

PERNÁ



lipno.amenity.cz

spindl.amenity.cz

orlickehory.amenity.cz

kanada.amenity.cz

hornivestonice.amenity.cz

perna.amenity.cz



72

PŘEDSTAVUJEME

JAN RENC



Je skvělé vidět na kolejích výsledky společné práce

Leo Express se v současnosti dynamicky rozvíjí. Přibývají linky, na kolejích se začnou objevovat nové vlaky. A velký podíl na tom má Jan Renc, který z titulu Rolling Stock Managera odpovídá za rozvoj flotily kolejových vozidel. Zjednodušeně řečeno – má se co ohánět.

CZ Honzova profesní dráha se s příběhem společnosti Leo Express protнула v roce 2023. Původním vzděláním ekonom, absolvent Masarykovy univerzity v Brně, nastoupil po absolvování stáže ve švýcarském Forum Train Europe do Leo Express jako Business development analytik. Na konci loňského roku pak nazrál čas pro kariérní posun a u Honzova e-mailového podpisu se od ledna začala objevovat funkce Rolling Stock Manager. Získal totiž odpovědnost za pořizování a nákup vozidel, které budete v příštích měsících a letech vídat na kolejích v barvách Leo Express.

TEXT: Petr Manuel Ulrych

FOTO: archiv Jana Rence

Nejvíce času nyní Honza věnuje projektu Talgo, v jehož rámci se na českých kolejích, konkrétně na nové lince mezi Prahou a Bratislavou, objeví nový →

73
INTRODUCTION

Jan Renc: Great to See Our Joint Efforts Materialised on Tracks

Leo Express is growing fast: new routes are launching, and new trains are on the way. A major force behind this development is Jan Renc, who, as Rolling Stock Manager, oversees the expansion of the company's fleet. In simple terms: a role that keeps him more than busy.

EN Jan's path crossed with Leo Express in 2023. A trained economist and graduate of Masaryk University in Brno, he joined the company after completing an internship at Forum Train Europe in Switzerland, taking on the role of Business Development Analyst. By the end of last year, the moment for a career shift had arrived, and as

of January, his email signature proudly carries the title Rolling Stock Manager. With it comes responsibility for acquiring the vehicles that you will see on the rails in the coming months and years in the colours of Leo Express.

At the moment, Jan is devoting most of his time to the Talgo project, which will introduce a new type of trainset to Czech tracks on the new Prague-Bratislava route. "These are low-floor passenger units with passive tilting technology, made possible through our partnership with Renfe," Jan explains. He highlights one major advantage: "These trains can change the wheelset gauge while in motion – unique technology with strong potential, →

CZ → typ souprav. „Jedná se o nízkopodlažní osobní soupravy s technologií pasivního naklápění zajištěné díky strategickému partnerství mezi Leo Express a Renfe,“ vysvětluje Honza. A vyzdvihuje jednu velkou výhodu: „Tyto vozy umí za jízdy měnit rozchod podvozku. Je to unikátní technologie, která má velký potenciál s ohledem na různé rozchody v rámci střední a východní Evropy, konkrétně celého Pobaltí a Ukrajiny, kde je velký potenciál rozvoje.“ Vy jako cestující nicméně oceníte především nebyvalé pohodlí zmíněných souprav, z nichž každá pojme asi 350 sedících osob. „Talgo S6 nabízí rozteč sedaček až 1 m i ve 2. třídě, což je požadavek Ministerstva dopravy pro nová vozidla na 1. třídu. To znamená, že komfort, který má cestující v 2. třídě, je srovnatelný s 1. třídou u jiných dopravců,“ říká Honza. Všimnete si

Honzův typický den

káva na rozjezd, kontrola mailů, rozvržení úkolů

jednání s interním týmem a externími partnery

rozdělování úkolů, kontrola plnění a budgetů

revize a schvalování faktur, vyřizování korespondence



**PŘÍPRAVA
A PLÁNOVÁNÍ:
PLANNING AND
PREP:**

**MEETINGS:
MEETINGS:**

**ŘÍZENÍ
PROJEKTŮ:
PROJECT
MANAGEMENT:**

**ADMINISTRATIVA:
ADMINISTRATION:**

A Typical Day for Jan

a coffee to start the day, checking emails, setting priorities

discussions with internal teams and external partners

assigning tasks, monitoring progress and budgets

reviewing and approving invoices, handling correspondence

EN → especially given the different track gauges across Central and Eastern Europe – particularly in the Baltics and Ukraine, where there is significant room for development.” As a passenger, however, you’ll notice the exceptional comfort. Each trainset offers around 350 seats. “Talگو S6 boasts up to a one-metre seat pitch even in second class – a standard the Czech Ministry of Transport requires for first-class seating in new vehicles. In other words, the comfort you get in second class is comparable to first class on many other operators,” Jan notes. You’ll also appreciate the benefits of passive tilting, which ensures a smooth, comfortable ride through curves. And there’s more to look forward to: every trainset will include a full-size bistro car. “Passengers will be able to enjoy food and drinks” Jan says, adding that the current onboard catering concept will remain in place – our crew will continue to bring refreshments directly to your seat.

Beyond the Talگو project, Jan is also involved in other development initiatives at Leo Express. He helps prepare bids for tenders from the Ministry of Transport and regional authorities, which contract rail services on both regional and long-distance routes. This puts him in close contact with colleagues across the company and with train manufacturers – including those developing battery-powered units. He would love to see these

zero-emission trains appear on new regional routes in Leo Express colours.

When asked what he enjoys most about his work, he doesn’t hesitate: “Definitely the fact that the results become visible so quickly. It’s a wonderful feeling to see a train on Czech tracks for the first time and know you helped bring it there,” he says with a smile. He adds that he’s still learning to handle the responsibility his role carries, as well as the trust the company’s leadership has placed in him.

In his free time, Jan is usually on the basketball court. After ending his playing career, he became

určitě i výhod plynoucích z pasivního naklápění – to umožní plynulou a pohodlnou jízdu vlaku při průjezdu obloukem. A těšit se můžete třeba i na bistrovůz, který bude zařazen v každé soupravě. „Souprava má velkoprostorové bistro, kde si budou moci cestující dopřát jídlo a pítí,“ avizuje Honza a doplňuje, že zachován zůstane i stávající koncept cateringu – i nadále vám náš palubní personál donese občerstvení až na sedačku.

Kromě toho se Honza samozřejmě věnuje i dalším rozvojovým projektům Leo Express. Podílí se na přípravě nabídek do výběrových řízení Ministerstva dopravy a krajů, v jejichž rámci zmíněné instituce objednávají železniční dopravu na regionálních i dálkových linkách. V tomto ohledu je v úzkém kontaktu s kolegy z celé firmy i s výrobci

vlaků, mimo jiné těch bateriových. Byl by rád, aby se tyto bezemisní soupravy v barvách společnosti Leo Express začaly objevovat na nových tuzemských regionálních linkách.

Na dotaz, co ho na současné práci nejvíc baví, odpovídá bez dlouhého přemýšlení: „Určitě to, že výsledky jsou poměrně rychle fyzicky vidět. Je to krásný pocit, když člověk poprvé vidí na tuzemských kolejích vlak, na jehož pořízení se podílel,“ usmívá se. A dodává, že se stále ještě učí žít s onou velkou odpovědností, kterou jeho funkce obnáší, stejně jako s důvěrou, kterou v něj vedení firmy vložilo.

Volný čas tráví Honza hlavně na basketbalových palubkách. Po ukončení své vlastní hráčské kariéry se stal rozhodčím. A ne ledajakým – nově píská dokonce českou nejvyšší ligu. Sportu se ale věnuje i aktivně, zejména běhu. Za jednoznačně největší koníček však považuje cestování, byť na něj v poslední době nemá tolik času, kolik by si představoval. A na cestách ho pravděpodobně potkáte s fotoaparátem v ruce. „Původně jsem s tím začal proto, abych měl nějaké fotky z dovolené, ale postupně jsem tomu propadl. Dneska už, myslím, fotím celkem obstojně,“ říká. My, kteří jsme jeho snímky viděli, můžeme dodat, že zbytečně skromně. V roce 2023 např. dokumentoval život v ukrajinských městech a fotky použil pro fundraisingové účely na podporu Ukrajiny. Mimochodem, Honza na sobě neustále pracuje, takže letos v březnu ke dvěma inženýrským titulům přidal ještě titul MBA, který získal absolvováním programu VŠE ve spolupráci s UC Berkeley. •

a referee – and now officiates in the Czech top league. He also stays active through running. But his greatest passion is travel, though he doesn't have as much time for it as he'd like. You'll often find him with a camera in hand. "I originally picked it up just to have holiday photos, and gradually got hooked. I think I'm doing reasonably well now," he says. Those who have seen his work know he's being modest. In 2023, he documented life in Ukrainian cities, and his photos were used for fundraising to support Ukraine. And because Jan never stops learning, he added an MBA last March through a programme run by the University of Economics in Prague with UC Berkeley – on top of his two engineering degrees. •



FLY VISTA

Praha z nové perspektivy

Některá místa nejsou jen o výhledu. Jsou o pocitu. Fly Vista, exkluzivní rooftop restaurant & bar v samém srdci Prahy, zve k zážitku, kde se 360° panorama města potkává se špičkovou gastronomií, hudbou a atmosférou, na kterou se nezapomíná.

CZ V samém srdci Prahy, na Národní třídě, se tyčí ikonický obchodní dům Máj – House of Fun. Na jeho střeše, vysoko nad ruchem města, se nachází jeden z nejvýraznějších rooftop konceptů v Evropě.

DESIGN. GASTRONOMIE. ATMOSFÉRA

Fly Vista, exkluzivní restaurace a bar s 360° panoramatickým výhledem na celou Prahu – od Hradu přes Národní divadlo, Žižkovskou věž až po Petřín. Tato nejvyšší terasa v centru města nabízí dechberoucí pohledy zdarma pro všechny návštěvníky. Přijďte se nechat okouzlit městem z nové perspektivy, ať už při západu slunce, nebo pod hvězdami.

CHAMPAGNE & MRAMOR

Fly Vista však není jen vyhlídka. Je to místo, kde se potkává špičková gastronomie, architektura, hudba a zážitky. Moderní interiér doplňuje největší mramorový bar v Evropě, vytesaný z jednoho kusu kamene a dlouhý 36 metrů. V komorním prostoru champagne baru Fly Vista najdete největší kolekci šampaňského v Praze – přes 120 druhů! Pokud byste snad váhali s výběrem, pomůže vám someliér, který nejen radí párování k jídlům, ale poví vám i příběhy vín a představí exkluzivní lahve.

GASTRONOMIE V RYTMU DNE

Za gastronomickým konceptem stojí Karel Caldř, výrazná osobnost české gastronomie, který se svým týmem vytváří menu založené na čerstvých surovinách, precizní technice a moderním pojetí světové kuchyně. Od bohatých snídaní přes business obědy až po večerní degustační zážitky – každá denní doba má ve Fly Vista svůj vlastní rytmus.

76

ADVERTORIAL

 **FLYVISTA**

TEXT: Michaela Murin

FOTO: Infinite X Prague, s. r. o





KDYŽ SLUNCE ZAPADNE

Přes den je Fly Vista ideálním místem pro klidnou snídani s výhledem, pracovní schůzku nebo lehký oběd. S blížícím se západem slunce se atmosféra mění. Po romantických večerech, po setmění přichází Fly After Dark – večery plné hudby, světél a bujaré energie. Restaurace se proměňuje v živý bar s DJ sety, tematickými kostýmy barmanů a uvolněnou atmosférou, kde se tančí, sdílí a slaví.

OSLAVY NAD PRAHOU

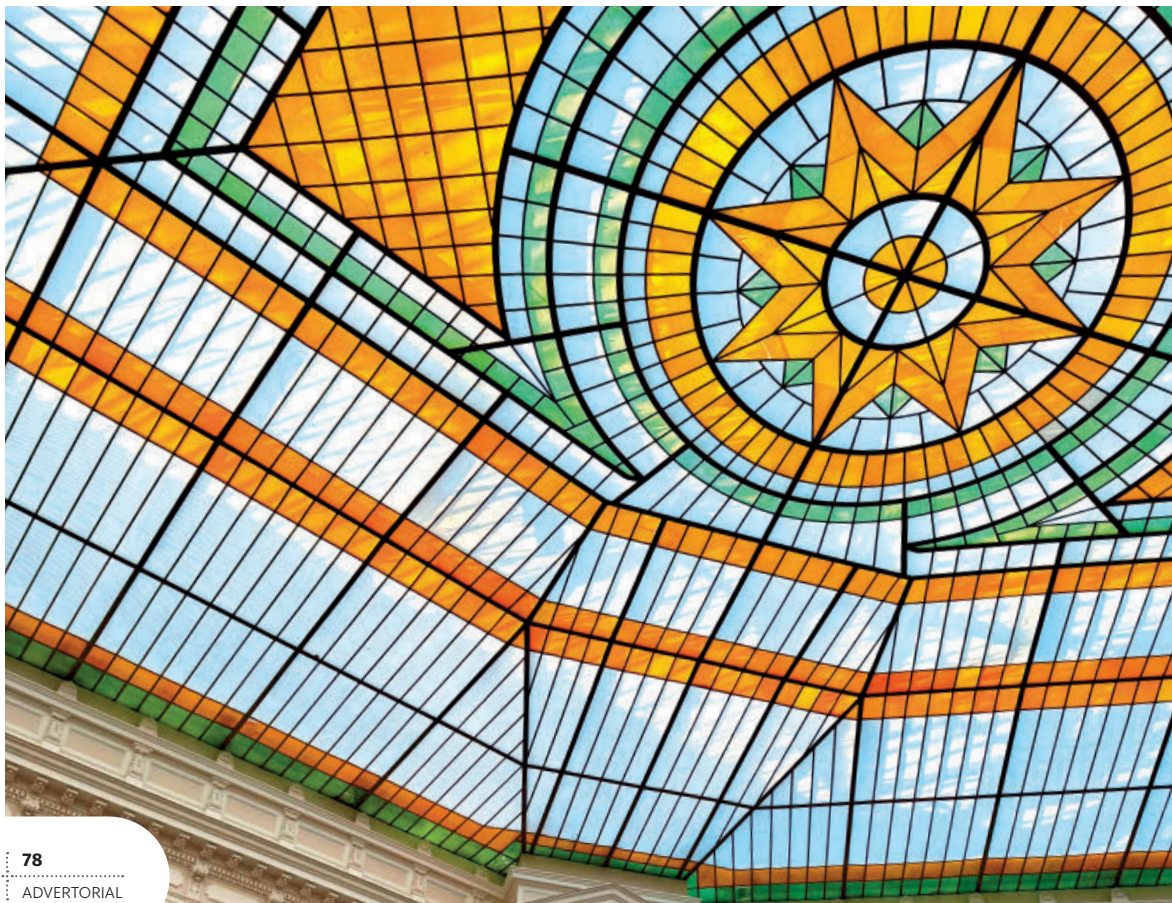
Fly Vista je zároveň vyhledávaným místem pro soukromé a společenské akce. Díky své poloze, flexibilnímu prostoru a špičkovému servisu je ideální volbou pro svatby, rozlučky se svobodou, narozeninové oslavy, firemní eventy i exkluzivní soukromé párty. Prostor lze přizpůsobit jak otevřeným večírkům, tak plně uzavřeným akcím s individuálním menu, hudbou i programem – vždy s výhledem na Prahu jako dokonalou kulisu.

čenské akce. Díky své poloze, flexibilnímu prostoru a špičkovému servisu je ideální volbou pro svatby, rozlučky se svobodou, narozeninové oslavy, firemní eventy i exkluzivní soukromé párty. Prostor lze přizpůsobit jak otevřeným večírkům, tak plně uzavřeným akcím s individuálním menu, hudbou i programem – vždy s výhledem na Prahu jako dokonalou kulisu.

OKAMŽIKY, KTERÉ ZŮSTÁVAJÍ

Kalendář Fly Vista je navíc plný pravidelných tematických akcí, které dávají každému týdnu nový důvod k návštěvě. Oblíbené Tuna Tuesdays, retro večery s hity 80. let, tematické party jako Mamma Mia, nebo exkluzivní večere s Jakubem Reichmanem, vítězem Hell's Kitchen Česko. Nechybí ani speciální dny věnované radosti – Mezinárodní den žen, den objímání či oslavy štěstí. Na jaře se Fly Vista rozvoní při Velikonočním Drunchi – unikátním spojení drinks & lunch s neomezenou konzumací desítek pokrmů a vybraných alko i nealko nápojů.

Fly Vista je místem, kam se budete rádi vracet. Ať už pro skvělou gastronomii, nádherný výhled, nebo atmosféru, která nabízí zažít Prahu jinak. •



78

ADVERTORIAL



VARŠAVSKÁ
POLYTECHNIKA /
WARSAW UNIVERSITY
OF TECHNOLOGY

Neznámá Varšava

CZ Eklektická polská metropole toho má za sebou tolik, že se nedá všechno jen tak odvyprávět v turistických průvodcích. Pojdme se projít po několika místech, která nenajdete na první dobrou. Kdyby ale uměla mluvit, uslyšeli bychom moc zajímavé příběhy...

- 1** Roh ulic Chłodna a Żelazna. Umělecká instalace dvou párů sloupů připomíná místo, kde byl v roce 1942 postaven dřevěný most spojující severní a jižní část Němci zřízeného ghetta. Hned vedle křižovatky byl v proluce mezi domy otevřen v roce 2012 nejužší dům na světě – tzv. Keretův dům. V nejširším místě má 122 cm, v nejužším pouhých 72 cm.
- 2** Hala Mirowska. Tržnice s čerstvou zeleninou, ovocem či květinami u nás bohužel neexistují, takže tohle je zážitek pro našince už jen sám o sobě. Určitě se zastavte u stánku, kde nabízejí na dvě desítky různých typů vajec, anebo si třeba dejte něco k snědku. Autentické místo.
- 3** Pláž pod Poniatowského mostem. Neregulovaná, a tedy divoká pláž u Visly, kde si budete připadat jako někde na čundru... až do momentu, než si uvědomíte, že sedíte v centru dvoumilionové metropole! →



79
ADVERTORIAL

TEXT A FOTO: Pavel Trojan / Polská turistická organizace

Unknown Warsaw

EN The eclectic Polish capital has been through more than any guidebook could capture. Let's take a walk through a few places you won't find on the first try – places where the city tells its own fascinating stories...

- 1** The corner of Chłodna and Żelazna Streets. Two pairs of pillars mark the spot where, in 1942, a wooden bridge once linked the northern and southern parts of the German-established Ghetto. Right next to the intersection, in a gap between buildings, stands the Keret House, opened in 2012, the world's narrowest house. At its widest point it measures 122 cm, and at its narrowest only 72 cm.
- 2** Hala Mirowska. Marketplaces full of fresh vegetables, fruit, or flowers sadly don't really exist back home, so this alone is an experience for any Czech visitor. Don't miss the stall offering around twenty different types of eggs, or grab something to eat. A truly authentic place.
- 3** The beach under the Poniatowski Bridge. A wild beach on the Vistula where you'll feel like you're out camping somewhere... until the moment you realise you're sitting in the heart of a city of two million. →

- 4 Mohyla (polsky Kopiec) Varšavského povstání. Ve čtvrti Mokotów vznikla původně jako místo, na které ještě v 60. letech odvážely nákladňáky sutiny po zničeném městě. Před 20 lety byl „kopec“ pietně upraven a na samotném vršku přibyl symbol povstání.
- 5 Varšavská Polytechnika. Vysoké učení technické má dokonce vlastní stanici metra, i když málokterý turista se zde zastaví. Interiér 125 let staré stavby plné neorenesančních a neobarokních akcentů stojí za krátkou návštěvu.
- 6 Powązki. Soubor hřbitovů z konce 18. století si zaslouží pozornost. Nejznámější ze hřbitovů s krásnými náhrobky je ten katolický, ale nedaleko najdete také vojenskou, muslimskou, židovskou a evangelickou část.
- 7 Plac Zbawiciela neboli náměstí Spasitele. Hipstery vyhlášené místo s několika kavárnami a vegetariánskými podniky v okolí. Při příchodu z Marszałkowské ulice si budete připadat jako v Havířově nebo Porubě – zdejší socrealistická architektura pochází z podobných let.
- 8 Na závěr si projděte pěkné okolí Českého velvyslanectví na adrese Aleja Róż. Najdete tu dokonce i pár českých hospod... •



80
ADVERTORIAL

- 4 The Warsaw Uprising Mound. Located in the Mokotów district, it originally formed as a dumping site where trucks unloaded rubble from the destroyed city well into the 1960s. Twenty years ago, the “mound” was turned into a memorial with a symbol of the Uprising at its very top.
- 5 Warsaw University of Technology. The Polytechnic even has its own metro station, though few tourists ever get off here. The 125-year-old Neo-Renaissance and Neo-Baroque interior is worth a quick look.
- 6 Powązki. This complex of cemeteries from the late 18th century deserves attention. The most famous part is the Catholic cemetery with its beautiful tombstones, but nearby lie military, Muslim, Jewish, and Protestant sections as well.
- 7 Plac Zbawiciela – the Savior Square. A hipster favourite lined with cafés and vegetarian eateries. Approaching from Marszałkowska Street, the Socialist Realist architecture may remind Czechs of Havířov or Poruba.
- 8 And finally, take a stroll around the Czech Embassy's charming neighbourhood on Aleja Róż. You'll even find a few Czech pubs there... •

VELO

VELO NIKOTINOVÉ SÁČKY DORAZ DO CÍLE S VELO!

VELO - NIKOTIN V SÁČKU. ZNÍ TO ZVLÁŠTNĚ?

Ano, ale právě to jsou ty momenty, které stojí za to. Nikotinové sáčky VELO neobsahují tabák a díky pohodlnému umístění pod horní ret prakticky nepřekáží. Umožňují užívání nikotinu kdekoliv a kdykoliv.

VYZKOUŠEJ
VELO ZDARMA



PRVNÍ ZKUŠENOST S VELO? ZAČNI ZDE

●○○○○○ 4 mg nikotinu



VELO TI SEDÍ? VYBER SI PŘÍCHUŤ

●●○○○○ 6 mg nikotinu
●●●○○○ 8 mg nikotinu
●●●●○○ 10 mg nikotinu
●●●●○○ 10,9 mg nikotinu



ZKUŠENÝ UŽIVATEL? OBJEV VELO INTENSE

●●●●○○ 10,9 mg nikotinu



KAŽDÝ MOMENT SE DĚJE NĚCO NOVÉHO!
Nepropásni soutěže na Instagramu @velo_cz



URČENO
PRO DOSPĚLÉ

TENTO VÝROBEK OBSAHUJE NIKOTIN, KTERÝ JE VYSOCE NÁVYKOVOU LÁTKOU

Vodácké dobrodružství NA SÁZAVĚ

Kolébku českého vodáctví je bezesporu řeka Sázava. Meandrující tok obklopený skalnatými výchozy, divokou přírodou a několika ikonickými památkami by si měl alespoň jednou v životě sjet každý správný vodák.



82

ADVERTORIAL

CZ Kácov je skvělým výchozím bodem pro váš vodácký výlet. Pokud máte času nazbyt, přijďte zde o den dříve a navštívte jeden z nejstarších pivovarů u nás, pivovar Hubertus Kácov. V centru je dále několik historických budov, včetně barokního zámku a stájí. Hezký pohled na celé městečko se nabízí z Čertovy vyhlídky, kam vás dovede modrá turistická značka.

V Kácově nechybí kemp, vodácká ubytovna i několik půjčoven lodí, z nichž mezi ty největší patří Bisport a Samba. V obou těchto půjčovnách jsou dobře vybaveni, takže si budete moci vybrat z široké nabídky plavidel. Na závěr dostanete krátké proškolení, vesty, informace o trase a pak už vám nic nebrání vydat se vstříc sázavským peřejím.

Z KÁCOVA DO ČESKÉHO ŠTERNBERKA

Zpočátku bude plavba velmi poklidná, což uvítají především začínající vodáci. První ostrá zkouška přijde po necelých šesti kilometrech. Jez Pelíškův Most možná vypadá nebezpečně, ale bez problému ho sjedete propustí, případně přes korunu na levé straně. Po úspěšném pokoření tohoto jezu se osvěžte v kiosku U Čerta a pokračujte kolem Masarykova tábora až k branám Českého Šternberka, kde vás přivítá majestátní hrad.



PUSTIT K VODĚ

TEXT: Kryštof Petrášek

FOTO: Ladislav Renner,
Ondřej Soukup

www.pustitkvoze.cz

PO SÁZAVĚ DO SÁZAVY

V Českém Šternberku vás možná napadne otázka, zdali se nevylostit a dále již nepokračovat. Cesta do Sázavy je však neméně zajímavá. První zastávku si udělejte v Ratajích nad Sázavou, historickém městečku, kterému vévodí hrad Pirkštejn a zámek s expozicí zaměřenou na počítačovou hru Kingdom Come. Tou druhou a zároveň poslední zastávkou je město Sázava. Než do Sázavy doplujete, budete muset pokořit ještě několik zrádných jezů. Po zkušenostech, které jste nasbírali během cesty, by pro vás ale neměly představovat větší problém.

Stejně jako má Český Šternberk svůj hrad, Sázava má svůj klášter. Příběh této významné stavby se začal psát již v 11. století, kdy se v Sázavě usadili benediktini. Dnes se jedná o kulturní památku v barokním kabátu, které dominuje nedostavěný kostel sv. Prokopa. •

REZERVACE/
KONZULTACE



LADA:
+420 732 811 828



SIMO:
+421 917 315 479

MICHAEL:
+421 917 104 309



ALEKSANDRA:
+48 513 723 827

15 LET
GARANCE

Eat what you want My se o Vaše ZUBY s chutí postaráme!



BOOK AN APPOINTMENT
TODAY!



ZAKOUSNĚTE SE DO TOHO JEŠTĚ DNES!



KLINIKA: Visit us online anytime
info@denti-solari.com
Lagjia nr 1, Rruga Taulantia, Durrës, Albania

WWW.DENTI-SOLARI.COM



Do Olomouce za gastronomickými zážitky

CZ V Olomouci si na dobré jídlo potrpíme! A nedávno to potvrdil i světoznámý gastroprůvodce Michelin Guide. Přijďte se o tom přesvědčit. Užijte si oběd s kamarádkou, romantickou večeři, nebo vyzkoušejte jedinečné zákusky v některé z místních kaváren. Vše vám navíc naservírujeme v kulisách barokních památek s úžasnou atmosférou.

Že v Olomouci nemáme nouzi o skvělé restaurace i kavárny, to je už dlouho známá věc. Nově tu však můžete navštívit hned dvě restaurace, které dokonce získaly ocenění gastroprůvodce Michelin Guide. Vůbec první olomouckou Michelinovou hvězdou se může pochlubit Entrée Restaurant Přemka Forejta. Long Story Short Petra Heneše zase získalo Michelinskou značku Bib Gourmand, která se dává podnikům nabízejícím vynikající jídlo za skvělou cenu.

Za gastronomickými zážitky můžete do Olomouce přijet i na food festivaly pod širým nebem. Tím největším je bezesporu Olomoucký tvarůžkový festival, který se koná pravidelně už několik let a každý duben provoní centrum Olomouce tak, že sem trefíte už zdálky. Letos si jej společně užijeme od 18. do 19. dubna, a navíc na něm oslavíme i 150 let Olomouckých tvarůžků. •

84

ADVERTORIAL



TEXT: Barbora M. Číhalová
FOTO: Jan Andreáš
tourism.olomouc.eu

Head to Olomouc for Unforgettable Culinary Experiences

EN In Olomouc, we take good food seriously – and the world-famous Michelin Guide has recently confirmed what locals have known for years. Come see for yourself. Enjoy a relaxed lunch with a friend, a romantic dinner for two, or treat yourself to exquisite desserts in one of the city's charming cafés. And all of it unfolds against a backdrop of baroque landmarks and an atmosphere you won't soon forget.

Olomouc has long been known for its vibrant dining scene, but now you can visit not one, but two restaurants recognised by the Michelin Guide. Entrée Restaurant, led by Přemek Forejt, proudly holds the very first Michelin star in the city. Long Story Short by Petr Heneš has earned the Bib Gourmand, awarded to places offering exceptional food at an excellent price.

For even more culinary adventure, plan your visit around one of Olomouc's open-air food festivals. The biggest of them all is the Olomoucké Tvarůžky Cheese Festival, which has filled the historic centre with its unmistakable aroma every April for years. This year, from 18 to 19 April, the festival will also celebrate 150 years of the iconic Olomouc cheese. •

 **insportline**

**ZEN je tam,
kde se cítíš
jako doma...**

Vyzkoušej nové fitness
trenažery **ZEN**.

Nejmodernější funkce



VÍCE INFORMACÍ
NASKENUJTE QR KÓD!

Vše pro sport, fitness a relax.
www.inSPORTline.cz

Jindřichův Hradec – ideální cíl na každý den volna

Víc než jen přesun z bodu A do bodu B

STÁTNI HRAD
A ZÁMEK



86

ADVERTORIAL

TOP AKCE 2026:

- Kanadský tulák / duben
- Dny města / červen
- Opera pod širým nebem na zámku / srpen
- Slavnosti zemojabliček / říjen

VÍCE TIPŮ NA:

infocentrum.jh.cz

www.ckanada.cz



TEXT A FOTO:
archiv města
Jindřichův Hradec

CZ Nechte se zlákat kombinací městské turistiky a přírodních krás. Objevte město, kde se v létě spojuje zábava, pohyb a historie. Jindřichův Hradec je ideálním cílem pro rodiny, páry i partu přátel.

PAMÁTKY, KTERÉ STOJÍ ZA ZASTÁVKU

Jindřichův Hradec nabízí výjimečnou koncentraci památek na jednom místě. Dominantou města je rozlehlý státní hrad a zámek, třetí největší komplex svého druhu v Česku, který zve na prohlídku historických interiérů, unikátních nástěnných maleb i působivé Černé kuchyně. Poznání místního příběhu doplňuje Muzeum Jindřichohradecka s proslulými Krýzovými jesličkami, největším lidovým mechanickým betlémem na světě.

Tradiční řemesla a textilní historii představuje Dům gobelínů, kde lze obdivovat nejen hotová díla, ale i samotný proces jejich vzniku. Muzeum fotografie a moderních obrazových médií propojuje historii s živým světem obrazu. Nabízí pohled na minulost i současnost prostřednictvím fotografie.

MODELOVÉ KOLEJÍSTĚ S PŘÍBĚHEM ÚZKOKOLEJKY

Nejzajímavější expozicí Výstavního domu Stará radnice je modelové kolejiště, které přibližuje svět železnice v detailním a hravém provedení. V současnosti je přístupné jedno kolejiště, jež zaujme jak děti, tak dospělé svou propracovaností a pohybem vlakových souprav. Od nové sezony se nabídka rozšíří o další expozici v navazujícím prostoru – Expozici úzkokolejky. Ta bude inspirována skutečnou jindřichohradeckou úzkokolejnou tratí a nabídne modelové ztvárnění známých stanic, zastávek, splítky i naznačení tras směrem na Obrataň a Novou Bystřici.

TIPY PRO BATŮŽKÁŘE A TURISTY

Jindřichův Hradec a jeho okolí nabízejí dobré podmínky pro aktivní turistiky. V krajině České Kanady se nachází řada značených cyklotras, které vedou lesy i menšími obcemi. Oblast je vhodná také pro pěší – dálková Stezka Českou Kanadou měří 120 kilometrů, prochází celým regionem a je rozdělena do osmi denních etap. •

CESTOVNÍ NEVOLNOST?

KINEDRYL®

Léčivý přípravek k předcházení
a léčbě cestovní nevolnosti pro dospělé
a děti od 2 let.

55
LET
NA TRHU



Lék k vnitřnímu užití.
Pečlivě čtěte příbalovou informaci.



www.kinedryl.cz | www.noventis.cz

Kinedryl® is used to prevent and treat nausea and vomiting while travelling (car, train, airplane, ship). Each Kinedryl tablet contains moxastine teoclate 25 mg and anhydrous caffeine 30 mg. Intended for internal use. Read carefully the package leaflet.

Velikonoční jarmark
28. 3. 2026

Loutkohrátky
25. 4. 2026

ZAŽIJTE
TÁBOR

tābor 

visittabor.eu

9. 5. 2026

Zahájení sezóny | Mint market

14. 6. 2026

Dračí lodě

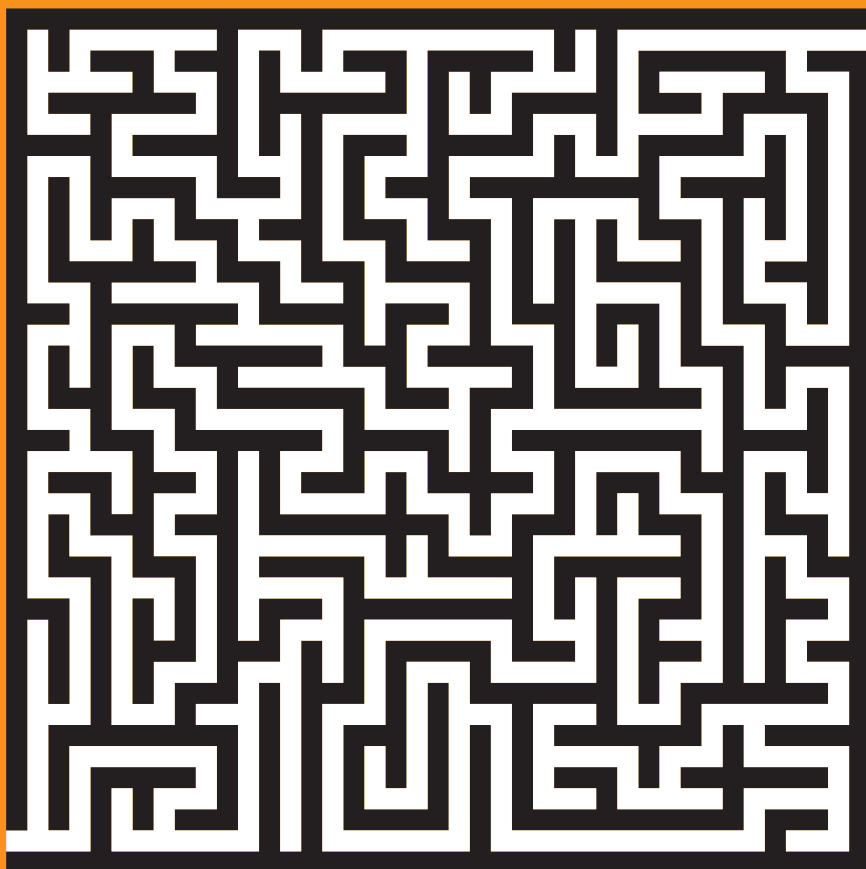




MŇAU,
já jsem Lexi
a budu tě provázet
na tvé cestě.

**POMOZ NAJÍT LEXI
CESTU LABYRINTEM KE GRAMOFONU.**

88
PRO DĚTI





DOPLŇOVAČKA

1. SNĚDL KARKULKU
2. HLEMÝŽĎ
3. ČERNO-ŽLUTÝ HMYZ
4. DÁVÁ SE DO ČAJE
5. OPAK VELKÉHO
6. DAGMAR
7. POZDRAV
8. HRAJE SE S NÍM HOKEJ
9. PRVNÍ MUŽ
10. POLEDNÍ JÍDLO
11. VÍTĚZSTVÍ V ŠACHU



ŘEŠENÍ
DOPLŇOVAČKY
VESELÁ HUBVA

JAK SE LEONTÝNKA NAUČILA HRÁT NA PÍŠŤALU

Na malém nádraží žila jménem Leontýnka. Byla pracovitá, hodná a vždycky ráda vozila na výlety. Všem se zdála veselá, přesto v sobě vozila jeden smutek – neuměla zahrát na svoji parní . „Ale co, stejně ji nepotřebuji,“ utěšovala se. „Můžu jezdit potichu.“

Jenže ostatní na nádraží krásně pískaly – některé vysoko, jině hluboko – a Leontýnka jim přece jenom trochu záviděla.

Jednoho dne přijel na nádraží starý . měl oprýskanou, ale jeho zvuk zněl jako .

„Jak to děláš?“ zeptala se ho Leontýnka nesměle.

„Pravidelně cvičím,“ odpověděl starý . „Nešlo mi to hned. Nejdřív jsem pískal falešně, pak potichu... ale nevzdal jsem to.“

Leontýnka se rozhodla to zkusit.

Zhluboka se nadechla a foukla do „Pššš!“

„To nebylo ono,“ povzddechla si. Zkusila to znovu. „Tú...?“

Z křoví vykoukl a zvědavě naklonil hlavu.

„Každý začátek je těžký,“ zašvitořil. „Já se taky nenaučil zpívat hned.“

Leontýnka cvičila každý den. Ráno potichu, večer o trochu hlasitěji.

Někdy se spletla, občas jí to nešlo a byla smutná. Ale pak si vzpomněla na starý a foukala znovu. A jednoho rána se to stalo. „TÚÚÚ!“

Zvuk se rozletěl po celém nádraží. se usmál, zatleskaly a ostatní uznale zapískaly.

„Dokázala jsem to!“ radovala se Leontýnka a vesele si pískala.

Když pak vezla na výlet, měla čas si s nimi popovídat o všem možném. „Víš,“ řekl jeden , „já bych chtěl hrát na , ale bojím se, že mi to nepůjde.“

„Ze začátku mi pískání taky nešlo,“ odpověděla Leontýnka. „Ale když cvičíš a nevzdáš to, přijde ta správná .

Večer se nad nádražím rozsvítily a Leontýnka tiše zapískala svou oblíbenou melodii. Její bylo plné radosti.

Od té doby věděla, že hraní – ať už na , nebo – nemusí znamenat dokonalost, ale radost, odvahu a chuť to zkusit. Protože každý krásný zvuk jednou začal jako nejistý tón.

Za každým pořádným domem stojí wienerberger

Ten, kdo chce dělat věci **pořádně**, ví, že je musí dělat s tím nejlepším parťákem. S tím, kdo při vývoji a výrobě stavebních materiálů a komplexních řešení pro stavbu a rekonstrukci nedělá kompromisy, opírá se o zkušenosti, inovuje a myslí při tom nejen na své zákazníky, ale i na přírodu. Takovým parťákem jsme již více než 200 let. A hrdě tak stojíme za domy, které byly, jsou a budou postaveny **pořádně**.

DODAVATEL KOMPLEXNÍHO ŘEŠENÍ STAVBY

W **wienerberger**
stavte pořádně



Porotherm

Tondach

Terca

Penter

Semmelrock

PIPELIFE

FANUC

Veletrh Robotických Příležitostí

26. 5. - 28. 5. 2026 od 9:00 do 15:00



1 000 m² výstavní plochy

30 robotických aplikací

20 dodavatelů automatizačního příslušenství

18 systémových integrátorů

Více informací a registrace zde



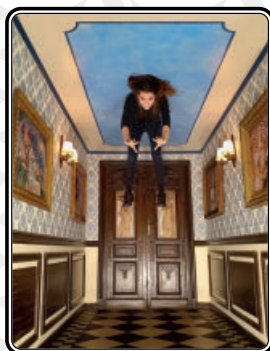
Místo konání:

FANUC Czech s.r.o.
K Bílému vrchu 3142/7

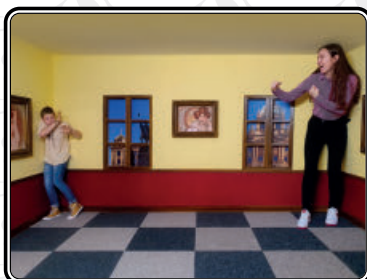
193 00 Praha 9 - Horní Počernice



MUZEUM FANTASTICKÝCH ILUZÍ MUSEUM OF FANTASTIC ILLUSIONS



Nejzábavnější muzeum v Praze! The funniest museum in Prague!



www.muzeumfantastickychiluzi.cz

