

Gravity – cvičení s vlastní váhou

Gravity je systém cvičení na stroji GTS Total Gym. Historie tohoto stroje sahá do roku 1973, ale až v poslední době dochází k jeho rozmachu díky vytvoření programu cvičení Gravity. Program je rozdělen do čtyř kategorií (personal training, group training, pilates a post rehab). Pro každého člověka je přirozené, pokud provádí nějakou činnost, zapojit více svalových skupin dohromady. Na stroji GTS je toto zapojení absolutně přirozené, takže nedochází k přetížení některých svalových skupin. Na stroji lze simulovat jakýkoliv pohyb, cvičení proto využívají vrcholoví sportovci nebo třeba golfisté jako kompenzaci jednostranného zatížení.

Pro fitness centra má Gravity nesporný přínos. Osobní trenér cvičí s více klienty, ti tak mohou platit méně za osobní trénink, ale fitness centrum má z takového cvičení větší profit. V současné době si Gravity můžete zacvičit ve Family fitness Olgy Šípkové.



Běhounek modernizuje

Letošní přestavba léčebného sanatoria Běhounek v Jáchymově se nedotýká jen ubytovací části, ale i wellness zázemí a vnitřních rozvodů. Přestavba ubytovacích pater spočívá v kompletní rekonstrukci koupelen, změně dispozice pokojů, jejich rekonstrukci a obnově části jejich zařízení. Vzroste také počet pokojů pro handicapované. Vedle rekonstrukce ubytovacích pater se interiérové obnovy dočká i vstupní hala s recepcí, schodiště, veřejné toalety a kavárna. Prostory stávajícího bazénu a fitcentra se změní na wellness oázu s recepcí, moderními šatnami, saunou, vířivkou a Kneippovým chodníkem. Modernizace se dočká také restaurace.

Wellness pro gurmány

Lázeňský a wellness komplex Therme Laa Hotel & Spa nabízí jako jediný wellness komplex v Rakousku kombinaci relaxace a kurzů vaření se špičkovým kuchařem. V posledních letech se na televizních obrazovkách objevil boom pořadů o vaření a to se tak stalo velmi trendovým a žádaným tématem. Už několik let pořádají také v Rakousku a Německu špičkoví šéfkuchaři kurzy vaření, které se těší stále větší popularitě. Rovněž oblast seminární turistiky zasáhlo „vaření“. Od sjíždění řek a horolezectví se teambuilding přesunul do kuchyně, kde kolegové a kolegyně společně vaří několik chodů. Hotel Therme Laa Superior jako první ve wellness branži objevil toto téma a od března 2009 nabízí balíček „Wellness & Cooking“ s šéfkuchařem Erichem Bauerem v německém a anglickém jazyce.



European Meetings Industry 2009

Ve Fivni v hotelu Savoyen se v rámci Business Club Meetings uskutečnila prestižní konference European Meetings Industry 2009, zaměřená na MICE obor cestovního ruchu: meetingy, incentivní turistiku, kongresy, konference, eventy a výstavy. Kongresový turismus je nejlukrativnější oborem cestovního ruchu a jeho působnost zasahuje také do jiných sektorů průmyslu. Přináší finanční prostředky do státní pokladny a profituje z něj široké spektrum subjektů. Na prestižní konferenci, kde se sešly špičky oboru MICE z Evropy i mimoevropských zemí, se hovořilo o budoucnosti MICE a trendech s ohledem na současnou celosvětovou krizi.

Na vlnách inspirace

V konferenčních prostorách nedávno otevřeného Aquapalace Hotelu Prague se uskutečnilo v pořadí už páté setkání marketingových odborníků, event manažerů, odborníků na pořádání firemních akcí, zástupců produkčních společností a všech, které zajímá problematika eventů. Tématem byla voda, wellness a zdravý životní styl, což se odráželo hlavně v dekoracích, o které se postarala firma Scenografie. Cílem vzdělávací a prezentační akce Trend event, kterou pravidelně pořádá informační a poradenské centrum FiremniAkce.cz, je ukázka trendů a novinek z oblasti produkce, gastronomie, hotelnictví, programu a veškerého servisu pro firemní akce. Vystavovatelům a účinkujícím dává možnost interaktivně prezentovat jejich služby přímo před zraky odborníků, kteří hledají náměty pro eventy.



V AKTUÁLNÍM ČÍSLE ČASOPISU
SPORT & WELLNESS MANAGEMENT
MIMO JINÉ NALEZNETE:

- Čím vybavit fitness centra
- Elixírem cvičení je hudba
- Pro inspiraci do Jižní Afriky
- Jaké atrakce pro koupaliště a aquaparky

Objednejte si předplatné na
www.SPORTaWELLNESS.cz nebo
na předplatne@economia.cz

economia
OBSAH ROZHODUJE

Na pláž bez bikin

Letos začal v Indonésii platit antipornografický zákon, který mimo jiné zakazuje bikiny na plážích. Řada letovisek už hlásí rušení pobytů a důvodem je právě obava z toho, že by se především evropské turisty nemohli koupát v bikinách. Například nizozemští turisté ruší své pobyty v sírných lázních ve středoevropském Baturradenu. Právě toto letovisko bylo u nizozemských turistů jedním z nejoblíbenějších, také kvůli nizozemskému koloniálnímu dědictví.

Alexandrijský záliv s poklady

V Egyptě připravují podvodní muzeum – mělo by vyrůst v zálivu města Alexandria ve středozemním moři a turisté by se v něm pohybovali ve skleněných podvodních tunelech. Právě alexandrijský záliv totiž skrývá pod vodou velké množství archeologických pokladů, například zbytky Kleopatřina paláce, dárných řeckých a římských lodí či ostatky po alexandrijském majáku, který patří mezi sedm divů světa. Záliv je umístěn v blízkosti nové alexandrijské knihovny, tedy v místě, kde vědci věří, že žila Kleopatra s Markem Antoniem. Egypt už zahájil odborné konzultace s experty ze světové organizace UNESCO, které už do oblasti vyslalo tým odborníků. Výstavba muzea by měla trvat od zahájení přibližně 3 roky.

Outdoor na plátně

Po loňském úspěchu vítězných filmů 6. ročníku Mezinárodního festivalu outdoorových filmů se diváci mohou těšit na filmové projekce ECHA – přehlídky vítězných filmů loňského ročníku. Oceněné filmy jsou velmi atraktivní, a proto se hlavní pořadatel festivalu, CK Turistika a Hory, rozhodl, že uspořádá letos na jaře ECHO – přehlídku vítězných filmů. V termínu od 27. 3. až do 30. 4. 2009 proběhnou filmové projekce na 11 místech České republiky.

Rezervace pro vesmír

Po oběžné dráze 450 km nad zemským povrchem se bude pohybovat vesmírný hotel Galactic Suite. Pro „turisty“ by se měl otevřít v roce 2012, jeden pobyt ve vesmírném hotelu stojí 3 mil. eur (87 mil. Kč) a zahrnuje celé 4 dny. V ceně je i 18týdenní výcvik před odletem na jednom z karibských ostrovů. Rezervaci už potvrdilo 38 lidí, z toho je nejvíce z USA (8), Spojených arabských emirátů (7) a další jsou ze Španělska, Číny, Ruska, Austrálie a Jižní Ameriky.



Aktivity agentury CzechTourism

Problémy se silnou korunou a následně i ekonomická recese vedly agenturu CzechTourism už dříve k tomu, aby revidovala očekávaný počet zahraničních turistů v České republice v loňském roce. Predikce pro rok 2009 očekává stagnaci nebo mírný pokles maximálně do dvou procent. Turisté budou více využívat levnější způsob dopravy, realizovat cesty s kratší průměrnou dobou pobytu a očekávají se rovněž nižší náklady v průběhu cesty.

Za vysvědčení do Babylonu

Radost všem dětem do 15 let chce udělat v březnu Centrum Babylon v Liberci – mají totiž pobyt ve čtyřhvězdičkovém hotelu Babylon zdarma. Akce platí při ubytování dospělého s dítětem po celý měsíc, kdy v některých krajích poběží jarní prázdniny. Například v Děčíně, Karlových Varech, Hradci Králové či v Jindřichově Hradci. K ubytování navíc získají děti i jejich dospělý doprovod řadu volných vstupů na babylonské atrakce. Třeba do Aquaparku, Lunaparku, iQparku či zrcadlového Labyrintu. Navíc mohou navštívit novinku: první XD Theater ve střední Evropě – virtuální 4D simulátor s projekcí filmů v 3D.



Zvítězil biotop

V Kyjově na Hodonínsku vznikne do příštího léta ze zchátralého bazénu v místní části Bohuslavice přírodní koupaliště. Netradiční projekt přijde přibližně na 15 milionů korun. Práce na úpravě areálu začnou letos v srpnu, řekl kyjovský starosta František Lukl. Z koupaliště vznikne takzvaný koupací biotop s přírodním systémem filtrace vody. Zařízení nebude potřebovat chemikálie, jak je to běžné na koupalištích. Radnice se rozhodla investovat do přeměny koupaliště na biotop, protože klasická rekonstrukce by byla nákladná a stále více lidí navíc vyhledává přírodní koupání.

Ve fitku jako v horách

Novou skupinovou aktivitou pro fitness a wellness centra je Alpinning. Ve volném překladu znamená „chůze uvnitř“. Alpinning je možné formulovat jako aktivitu, kterou vykonává skupina lidí v jedné místnosti, ve stejnou dobu, pod vedením vyškoleného instruktora, za doprovodu hudby a na speciálním stacionárním trenážeru, tzv. alpitracu, který umožňuje simulovat chůzi do kopce. Pro bližší představu – aktivitu lze přirovnat ke spinningu či indoorcyclingu, ovšem místo stacionárních kol se využívají už zmíněné speciální trenážery. S jejich pomocí se posiluje především dolní polovina těla, za hodinu se na nich spálí až tři tisíce kilojoulů. Na přístroji je také možné si přidávat zátěž, která určuje prudkost kopce, do něhož klient „stoupá“. Alpinning si u nás získává popularitu, stroji je vybavena řada center – např. Sportovní centrum v Domažlicích, Fit Factory Kolín, Bike & Fitness v Mostě nebo Twister sport v Opavě.



K svátku brouzdaliště

Bohumín na Karvinsku začal s rozšiřováním aquacentra – během tří měsíců vznikne ve venkovních prostorách nové brouzdaliště pro děti. Dva menší bazény ve tvaru šestiúhelníku budou mít hloubku od 10 do 25 centimetrů. Stavba bude stát 1,7 milionu korun, řekla mluvčí bohumínské radnice Lucie Balcarová.

Brouzdaliště by město chtělo pro veřejnost otevřít na Den dětí. „U nového brouzdaliště vznikne pergola s posezením, bazény doplní nerezová skluzavka ve tvaru medvěda. Brouzdaliště bude sloužit těm nejmenším dětem, tedy předškolákům, a jejich rodičům, kterým jsme chtěli nabídnout bezpečné koupání v plytké vodě a se skluzavkou,“ popsal Jan Rozsypal, ředitel městské společnosti Bospor, která aquacentrum provozuje.

Nová hračka pro odvážné

Na trh přichází nepřehlédnutelný kite – drak – Airush DNA Deer Force v limitované edici. Výrobce je australská značka Airush, která je synonymem kvality na poli kitesportů. Zajímavostí je, že design draka nevznikl v Austrálii, ale na Slovensku. Iniciátorem této akce je česká společnost Kitesport, která v loňském roce uspořádala Kitesport Design Contest – soutěž o nejlepší návrh draka. Soutěže se zúčastnilo více než 50 návrhů.

Mona Lisa zklamala

Pro britské turisty je největším zklamáním pařížská Eiffelova věž a obraz Mona Lisa v Louvru – vyplývá to z průzkumu, který provedla v únoru mezi britskými turisty britská pojišťovna Virgin Travel Insurance.

Britští turisté uvádí, že byli při návštěvě Eiffelovy věže v Paříži frustrováni obrovskými davy návštěvníků a také předražeností vstupného, proto tuto světoznámou atrakci uvedli jako největší turistické zklamání na světě.

Obrovské tlacenice vadí britským turistům i v případě obrazu Mony Lisy v pařížském Louvru a náměstí Times Square v New Yorku. U egyptských pyramid si britští turisté stěžují na nesnesitelné horko a dotěrné místní obyvatelstvo. Světoznámý britský Stonehenge, který se umístil na prvním místě mezi britskými pamětihodnostmi, zase zklamal turisty tím, že jim připadá pouze jako shluk starých kamenů.

Předplatitelé SPORT&WELLNESS MANAGEMENT mají přístup do elektronického archivu ZDARMA.
Stačí se zaregistrovat na
<http://predplatitel.ihned.cz>.