



Úvodní sloupek

Pravidlo 3R – Ruce – Roušky – Rozestupy. Mytí a desinfekce rukou, nošení roušek a dodržování rozestupů. Tato slova nyní slyšíme velmi často. Někdo to vnímá jako nový neopodstatněný diktát vládních politiků. Ale je tomu opravdu tak? Lidé ve vyspělé kultuře si myjí ruce už celá staletí. Doktoři v západním světě si dezinfikují ruce od druhé poloviny 19. století, kdy toto opatření doktora Semmelweisse snížilo počet úmrtí rodiček na horečku omladnic. Lékaři již před více než stoletím začali nosit roušky při operacích či zubaři při ošetření svých pacientů. A nezdá se, že by časté používání roušek mělo negativní vliv na jejich život. V jihovýchodní Asii je nošení roušek na veřejnosti běžné i pro obyčejné lidi, zvláště v hustě obydlených městech. A co se týče rozestupů? Už ve středověku naši předci zjistili, že je moudré si v době morových pandemií držet odstup od ostatních lidí vždy, když je to možné. Všechna tato hygienická opatření zachránila více životů než lékaři. Tak je použijeme i v době současné koronavirové pandemie.

Pevné zdraví přeje

Petr Rubáš.

Slovo starosty

Vážení spoluobčané,

posledně jsem psal o překonání koronakrizy a už je mrška zase zpátky. Věřím, že i tuto další vlnu všichni bravurně zvládneme. Máme přece již natrénováno, což se projevilo při disciplinovaném přístupu k volbám ve volební místnosti, za což zde chci všem účastníkům voleb a to jak volební komisi, tak i voličům poděkovat.

Všem svárovským občanům, kteří přišli k volbám děkuji rovněž za jejich odpovědnost a těm, kteří volili Starosty a nezávislé STAN děkuji obzvláště, neboť této straně pomohli k nádhernému vítězství jak ve Středočeském kraji, tak i v dalších dvou krajích a v Senátu Parlamentu ČR máme dokonce největší počet senátorů. Velice této straně přeji, aby její zástupci svou odpovědnou prací v krajích a senátu přesvědčili další voliče v parlamentních volbách 2021, že si jejich hlasy zaslouží.

Po otevření krásné budovy druhého stupně ZŠ můžu zahlásit otevření dalšího prostoru občanské vybavenosti v obci. Společně s nájemcem obecní restaurace panem Kadlecem jsme se rozhodli otevřít staronový obchůdek nejen základních potravin a drogistického zboží před restaurací Svárovská beseda (hned za vstupními dveřmi vpravo). V tomto obchodě, jak jste již mnozí ve zkušebním provozu obecní řemeslné pekárny mohli okusit, peče pro žáky ZŠ i pro obchod zručná svárovská pekařka paní Zuzana Suchardová. V nabídce jsou skvělé rohlíky, ručně pletené housky, jak z bílé, tak i vícezrnné mouky, dva druhy chleba, ale i sladké pečivo, loupáky, šátečky, štrůdly, vánočky a k tomu si můžete dát i výbornou kávu nebo čaj z rodinné pražírny Yemenites viz.: www.prazenakava-yemenites.cz Ráno bude možné nakoupit svačiny pro školní děti, neboť se budou připravovat obložené housky, či pizza rohlíky se sýrem. Samozřejmě je možné objednávat i pečení na zakázku na nejrůznější oslavy nebo třeba vánočky před blížícími se Vánoci. Je jen na nás a provozovateli, zda bude nabízet kvalitní služby a nás ostatních, zda svými nákupy tento obchod udržíme v provozu. Víc bohužel z naší strany udělat nemůžeme.

V rámci obecní družiny, která funguje souběžně se školní družinou a účast dětí je zcela zdarma - hrazena z dotace MPSV ČR, je možné své děti a to jak z obce Svárov, tak i z okolních obcí, zdarma hlásit na nejrůznější aktivity (sport, kultura, osvěta) probíhající v pracovní dny se zkušenými lektory v době od 12.00 do 18.00 hod., a o víkendy v době od 8.00 do 18.00 hod. na aktivity spojené s pobytem v přírodě a na oslí farmě. Více se o těchto aktivitách s možností registrace dozvíte na stránkách

www.unitedsvarov.auksys.com nebo na telefonu u manažerky dotačního projektu United Svárov ing. Mariany Zetkové tel.: 739 440 435.

Ivan Zetek - starosta obce



ZŠ a MŠ Svárov

Vážení svárovští občané,

příspěvek do zpravodaje opět píše v době, kdy je zakázána osobní přítomnost žáků na základním, vzdělávání. Provoz mateřských škol doposud nebyl omezen.

Co se nám za měsíc a půl školní docházky podařilo? Hlavně jsme se setkali s „našimi“ dětmi. Již posledních 14 dní prázdnin jsme mohli otevřít mateřskou školu. Myslím, že paní učitelky, rodiče i děti si školku užili.

Od září navštěvuje mateřskou školu 10 nových dětí. Pomalu si zvykají na nové prostředí, kolektiv ostatních dětí a čas bez rodičů. Paní učitelky připravily dětem celoroční hru Svárovští skřítki. Každý měsíc provádí děti jeden skřítek nebo víla a plní dané úkoly. Venku tráví čas převážně chozením po okolí.

K 1. září došlo k otevření 2. stupně základní školy. V nové budově se učí dva ročníky a děti jsou z nových učeben i hygienických prostor nadšené. Všem se také líbí nová tělocvična i jídelna.

Ráno se školou line vůně čerstvého pečiva, mnoho z dětí i dospělých si kupují svačinky z nové pekárny.

Do šestého ročníku nastoupilo 20 žáků. Navzájem se ladíme. Děti zjišťují, že vyšší stupeň znamená o něco vyšší nároky, větší samostatnost a osobní zodpovědnost.

Učíme se podle školního vzdělávacího programu Škola pro život, který byl rozšířen o čtyři ročníky druhého stupně.

Návrat dětí do lavic byl jistě náročný, zvláště pro žáky, kteří se vzdělávali v minulém školním roce distančním způsobem. Myslím, že už si zvykli na učení. Látku, kterou případně neměli zažitou nebo málo procvičenou, se nám podařilo dohnat.

Vedle běžných učebních hodin v prvním týdnu v září proběhl projektový den ve škole Cesta do praveku. Jednotlivé třídy si připravily zajímavá zpracování tématu, která si navzájem představili ve volné přírodě.

Naši žáci se stihli zúčastnit projektového dne financovaného z Evropské unie v CHKO Křivoklátsko. Vyhověli jsme i epidemiologickým opatřením, každý ročník jel samostatným autobusem. Vyšší ročníky dělaly různé pokusy na téma půda, nižší ročníky se zabývaly stopováním v přírodě pod vedením odborného lektora.

Žáci 4. ročníku odjeli do Kladna na dopravní hřiště, kde se učili chování v dopravním provozu. Žáci 2. a 3. ročníku zahájili odloženou výuku plavání z minulého školního roku.

Za poslední půlrok jsme také pracovali na změně našich webových stránek. Můžete se na ně podívat na adrese www.zssvarov.cz.

A co nás čeká? Uvidíme. Budeme vzdělávat naše žáky distančním způsobem. Sjedinili jsme postupy, platformu zadávání úkolů i videohovorů.

Věříme, že se epidemiologická situace zlepší, občané budou dodržovat mimořádná opatření, abychom se s dětmi mohli setkat co nejdříve.

Za všechny zaměstnance školy a školky Vám přeji pevné zdraví, pěkné chvíle v rodinném kruhu a brzy na viděnou.

Mgr. Šárka Janoušková



ZUŠ Svárov



Zahájení školního roku 2020/2021 na Základní umělecké škole Svárov

Příprava na školní rok 2020(2021 byla zahájena v závěru měsíce srpna stěhováním do nové budovy a finální fází nácviku hudebního vystoupení žáků a pěveckého sboru s doprovodem a výstavy výtvarného oboru k příležitosti slavnostního otevření školy 5. září.

S účinností od 1. září se podařilo navýšit po podání žádosti v kooperaci zřizovatele a ZUŠ, po schvalovacím řízení na KÚ Středočeského kraje a MŠMT navýšení kapacity počtu žáků z 80 na 150 a rozšířit výuku o taneční obor se zaměřením na moderní tanec se zápisem do školského rejstříku vedeného u MŠMT.

S doplněním a inovací Školního vzdělávacího programu byla zahájena výuka předmětů hra na příčnou flétnu, saxofon, basovou kytaru a elektrickou kytaru. Pokračuje vzdělávání v předmětech hra na klavír, kytaru, elektronické klávesové nástroje, zobcovou flétnu, sólový a sborový zpěv, komorní a souborová hra, hudební nauka, hudební příprava a výuka výtvarného oboru.

Před rokem bylo na škole 80 žáků, v září 2020 je registrováno celkem 123 žáků (72 – hudební obor, 38 – výtvarný obor, 13 – taneční obor), které vyučuje 6 pedagogů a ředitel školy.

V I. patře nové budovy má škola k dispozici vlastní učebnu pro výuku kolektivních předmětů, pro individuální a skupinovou výuku sdílíme se ZŠ další 3 učebny a sborovnu, pro oblast řízení a zajištění nezbytných činností právního subjektu příspěvkové organizace má ZUŠ samostatnou kancelář a ředitelnu.

V oblasti materiálního vybavení a podmínek pro vzdělávání má škola multifunkční dotykovou tabuli, zvukovou aparaturu pro výuku a vystoupení, hudební nástroje, notový materiál a učebnice. Pro výuku výtvarného oboru jsou k dispozici nezbytné pomůcky a materiál, pro výuku tanečního oboru je využívána tělocvična s mobilním ozvučením. Nedílnou součástí vybavení je wi-fi, ICT a další nezbytné technické vybavení. V současné době jsou dokončovány samostatné webové stránky a podány žádosti o dotaci za účelem pořízení keramické pece a zastřešeného pódia pro společensko-kulturní akce, které chceme realizovat také ve spolupráci s našimi partnery.

Důležitou oblastí jsou vystoupení s prezentací ZUŠ a dílčích výsledků uměleckého vzdělávání. Na 1. Adventní neděli 29. 11. připravujeme koncert pěveckého oddělení s doprovodem S-bandu (hudba z filmových pohádek) a dále vystoupení žáků moderního tance od 14.00 v sále Svárovské besedy. Pololetní koncerty s výstavou jsou plánovány na 15. a 17. února 2021.

Závěrem mi dovoluji poděkovat zřizovateli obci Svárov za podporu a především za vytvoření a poskytnutí skvělého zázemí pro naši činnost v nové školní budově.

S přáním poklidného Adventu a Vánoc

Ivo Formáček – ředitel ZUŠ Svárov



Obecní úřad informuje

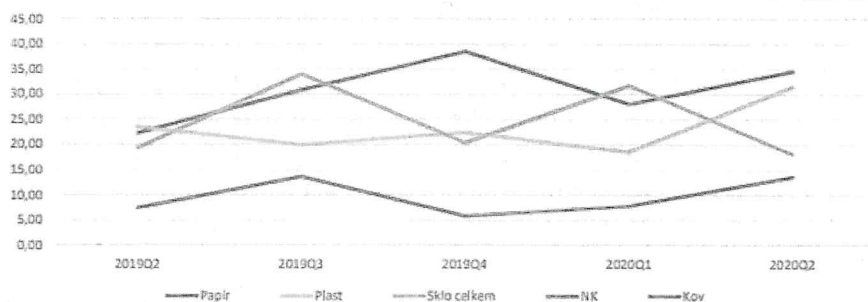
Pro zajímavost vkládám grafy znázorňující, jak si vede naše obec v třídění odpadů ve srovnání s ostatními obcemi stejné velikosti a dále pak celého okresu, kraje i ČR. Velmi zajímavá čísla, která dokazují, že jsme ve všech tříděných komoditách nadprůměrná obec. Díky samozřejmě patří všem občanům třídícím odpad, ale i pracovníkům naší obce, kteří odpad svážejí a dále odvázejí jednotlivým odběratelům.

Ivan Zetek – starosta obce

Obec Svárov - grafy výtěžnosti

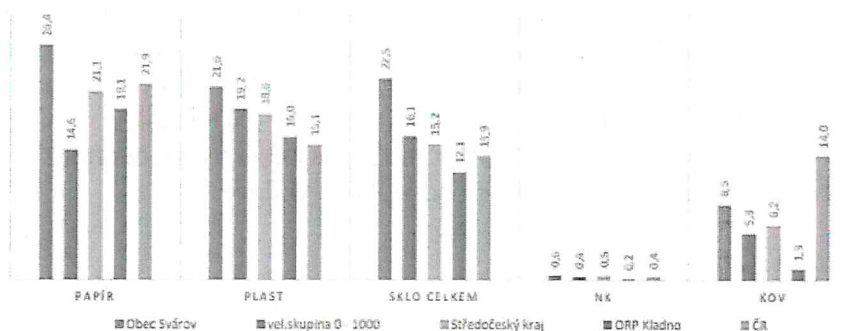
04-01 Výtěžnost obce [kg/obyv./rok] z posledního dodaného výkazu + předchozí 4 Q

Období	Papír	Plast	Sklo celkem	NK	Kov	SKO
2019Q2	22,3	23,5	19,3	0,0	7,4	177,8
2019Q3	30,8	20,0	34,0	1,2	13,7	207,3
2019Q4	38,5	22,4	20,4	0,0	5,8	206,1
2020Q1	28,0	18,6	31,7	0,7	7,8	188,8
2020Q2	34,6	31,4	18,2	0,0	13,6	297,0



04-02 Výtěžnost obce [kg/obyv./rok] za poslední uzavřený rok 2019 ve srovnání s velikostními skupinami

Skupina	Papír	Plast	Sklo celkem	NK	Kov	SKO
Obec Svárov	26,4	21,6	22,5	0,6	8,5	192,3
vel.skupina 0 - 1000	14,6	19,2	16,1	0,4	5,3	227,9
Středočeský kraj	21,1	18,6	15,2	0,5	6,2	217,8
ORP Kladno	19,1	16,0	12,1	0,2	1,3	185,4
ČR	21,9	15,1	13,9	0,4	14,0	195,5





Usnesení

z veřejného jednání zastupitelstva obce Svárov konaného dne 30. 9. 2020 v budově Kulturního sálu Svárov, Hlavní č.p. 101
č.j. 9/2020

1) Zastupitelstvo obce Svárov bere na vědomí:

- předložené zprávy jednání,
- obdržené Rozhodnutí MŠMT ze dne 1.9.2020, č.j. MSMT-29717/2020-4, kterým se s účinností od 1.9.2020 zapisuje umělecký obor taneční a navyšuje se kapacita ZUŠ Svárov na celkový nejvyšší povolený počet žáků ve škole 150

2) Zastupitelstvo obce schvaluje:

- rozpočtovou změnu č. 4 k rozpočtu obce Svárov na rok 2020,
- plán inventur obce Svárov na rok 2020,
- text smlouvy kupní uzavřené s firmou BOXED, s.r.o., Velfíkova 4, PRAHA, IČ: 27243842, uzavřenou za účelem zajištění dodávky interaktivních tabulí (5ks) a PC pro novou budovu II. stupně ZŠ Svárov,
- text smlouvy kupní na pořízení děličky na těsto pro kuchyň v nové budově II. st. ZŠ Svárov, uzavřenou mezi obcí Svárov jako kupujícím a p. Markem Nozarem, Kladno, jako prodávajícím za kupní cenu 22 000,- Kč,
- text smlouvy o pronájmu části pozemku parc. č. 161/6 v k. ú. Svárov u Unhoště ve vlastnictví obce na dobu určitou od 1.8. do 31.8. 2020 za účelem umístění reklamního baneru pro nově otevřenou prodejnu LIDL v obci Unhošť, nájemce firma outdoor akzent s.r.o., Praha 4, IČ: 00545911, za cenu nájemného 10 000,- Kč,
- text smlouvy kupní uzavřené mezi obcí Svárov jako odběratelem a firmou BUONA GASTRO s.r.o. Plzeň jako dodavatelem za účelem obměny

stávajícího opotřebovaného vybavení a dovybavení kuchyně v restauraci Svárovské besedy, která je využívána rovněž i jako vývařovna pro ZŠ a MŠ Svárov v ceně pořízení 419 304,93 Kč,

- vyřazení z evidence majetku obce Svárov opotřebovaného a zastaralého plynového sporáku, varného kotle a myčky nádobí zn. Idesit z kuchyně restaurace Svárov,
- text dohody o ukončení smlouvy o automatizovaném zpracování dat ze dne 29.5.2019, uzavřené s firmou Haušildová a kolektiv za účelem ukončení zpracování účetnictví pro obec Svárov,
- Žádost o převod finančních prostředků ve výši 2 420 197,23 Kč, předloženou ředitelkou ZŠ a MŠ Svárov, na účet ZŠ a MŠ Svárov jako dočasnou finanční výpomoc k uhrazení faktur za dodání nábytkového vybavení pro šatny, třídy a jídelnu v nové budově II. stupně ZŠ Svárov a vybavení pro novou tělocvičnu, a to včetně uhrazení nákladů spojených s organizací a průběhem výběrového řízení na dodavatele tohoto vybavení. Za účelem financování pořízení tohoto vybavení byla ředitelkou ZŠ a MŠ Svárov podána žádost o přidělení dotace od MAS Mezi Hradky, z.s. V případě získání dotace bude obci Svárov, jako poskytovateli dočasné finanční výpomoci, navrácena část finanční výpomoci ve výši odpovídající rozdílu mezi poskytnutou částkou finanční výpomoci a obdrženou výší finančních prostředků z dotace od MAS Mezi Hradky, z.s.,
- Schválení záměru podání žádosti prostřednictvím ředitelky ZŠ a MŠ Svárov o rozšíření kapacity ZŠ Svárov z počtu 150 žáků na 250 žáků, rozšíření kapacity školní jídelny-vývařovny na 320 strážníků a školní jídelny -výdejny na 320 strážníků z důvodu dostavby budovy II. stupně ZŠ .



Usnesení

- Záměr započtení úhrad nespotřebovaného školkovného za měsíce duben, květen a červen 2020, kdy byla MŠ z důvodu protikoronavirových opatření mimo provoz, na úhradu školkovného v novém školním roce 2020/2021 u dětí, které dále pokračují v docházce do MŠ Svárov a nejsou předškoláky a navrácení uhrazeného školkovného za uvedené měsíce za děti, které jsou v školním roce 2020/2021 předškoláky a jsou od platby školkovného osvobozeny či nepokračují v docházce do MŠ Svárov,
 - Rozhodnutí o poskytnutí dotace na projekt Výměna kotlů v ZŠ Svárov s ohledem na zvýšení kapacit ZŠ, výše dotace 703 759 Kč, náklady projektu 781 955,- Kč, poskytovatelem dotace je Ministerstvo financí ČR,
 - Rozhodnutí o přidělení čísla popisného 207 k RD na pozemku parc. č. 47/1 v k. ú. Svárov u Unhoště,
 - Podání žádosti o dotaci na podporu spolkové činnosti v obci, podanou obcí Svárov vůči poskytovateli MAS Mezi Hradý., z.s. ,
 - Záměr pronájmu části pozemku p.č. 161/6 o výměře 800 m2 předem známému zájemci.
- 3) Zastupitelstvo obce ukládá:
- starostovi obce zajistit zdárný průběh voleb do Zastupitelstva Středočeského kraje a do 1/3 Senátu Parlamentu ČR ve dnech 2. a 3. října 2020 a 9. a 10. října 2020 v případě konání 2. kola voleb do 1/3 Senátu Parlamentu ČR.
- Ověřovatelé zápisu:
Místostarosta Václav Urban
Starosta Ivan Zetek

Spolek seniorů Svárov pro obyvatele ze Svárova a Červeného Újezdu

Vážení spoluobčané, pravidelně jsme Vám předkládali nabídku podzimních a zimních setkání pro všechny, kteří mají chuť s námi něco podnikat. Napláňovat naše setkání v době koronavirové pandemie je velmi problematické či nemožné. Budeme se nyní scházet tak, jak nám to umožní aktuální hygienická nařízení. Alternativní možností je setkávat se na internetu pomocí počítačů, tabletů a mobilů, což se v současné chvíli snažíme zajistit.

Těšíme se na brzké setkání s Vámi! Pečujte o sebe a buďte zdraví!

Děkujeme OÚ Svárov a OÚ Červený Újezd za podporu a zázemí!

Kontakty: Olga Starostová 733 642 905 svaroh@volny.cz, Ivana Pokorná 723 316 763
jerrypokorna@seznam.cz



ŘEMESLNÁ PEKÁRNA SVÁROV S PRODEJNOU

Nově otevíráme prodejnu potravin a drogistického zboží na adrese
Hlavní č. 101, tedy hned za vstupními dveřmi do
restaurace Svárovská beseda.

Otevírací doba : Po - Pá 7.00 - 16.30 hod.

Dále bude prodejní doba upravena podle zájmu nakupujících.

V prodejně nabízíme, krom poměrně širokého sortimentu potravin
i drogistické zboží a především chléb a pečivo, jak slané, tak sladké z

ŘEMESLNÉ PEKÁRNY SVÁROV.

Veškeré pečivo pro vás připravuje paní Zuzana Suchardová ze Svárova.
Rovněž je možné objednat na konkrétní dobu chleba a pečiva včetně
štrůdlů, vánoček, koláčů, koláčků, perníku a dalšího pečiva
na tel.: 731 570 558 u paní Kateřiny Rejmanové.





KROUŽEK ROPE SKIPPING neboli sportovní skákání přes švihadlo ve Svárově

Vážení rodiče, tento rok otevíráme nový kroužek Rope Skipping pro úplné začátečníky kluky a holky ve věku 6-12 let.

Rope Skipping neboli sportovní skákání přes švihadlo je moderní sport, který obsahuje rychlostní a freestyleové disciplíny jednotlivců a týmů (dvojic, trojic,...) s krátkými i dlouhými švihadly. Mimo pestrý trénink se švihadly budeme hrát zábavné hry a věnovat se všeobecné pohybové přípravě. Dětem nabízíme možnosti účastnit se regionálních i celorepublikových soutěží a také vystupování na sportovních kulturních akcích. Lektorkou je Anežka Bočková, dlouholetá reprezentantka, několikanásobná mistryně České republiky, 2. vicemistryně světa a celosvětově uznávaná lektorka.

Trénink se švihadly

- rozvíjí sílu, rychlost a celkovou fyzickou zdatnost
- zlepšuje flexibilitu, koordinaci a kreativitu
- podporuje týmovou spolupráci
- díky obrovské škále dovedností a jejich kombinací je švihadlo nekonečnou zábavou

Kde: v tělocvičně ZŠ Svárov na adrese Svárov 1, 273 51 Svárov

Kdy

- Pondělí 16:00 - 16:55 - děti 6-8 let
- Pondělí 17:00 - 17:55 - děti 9-12 let
- Středa 15:20 - 15:50 - děti 5-7 let
- Středa 16:00 - 16:55 - děti 8-9 let
- Středa 17:00 - 18:00 - děti 10 - 12 let

Tréninky se budou konat dle aktuálně platných hygienických nařízení.

Cena

- 2000 Kč - trénink 1x týdně
- 3500 Kč - trénink 2x týdně

V současné době trénujeme prostřednictvím videa a těšíme se, až se opět sejdeme na tréninku ve svárovské tělocvičně. Pokud Vás tento kroužek zaujal a chtěli byste své děti přihlásit, zbývá ještě pár posledních míst.

PRO PŘIHLAŠOVÁNÍ A VÍCE INFO PROSÍM KONTAKTUJTE ANEŽKU BOČKOVOU

EMAIL: anezka.bockova@gmail.com

TEL: +420 732 680 585



Inzerce

♥ SNĚDENO.CZ s chutí

INSPIRACE

PRO KAŽDODENNÍ VAŘENÍ

NAJDETE ZDE RECEPTY:
masové i vegetariánské
bezlepkové
raw
zdravé mlsání
klasické pečení
tipy na jedlé dárky

www.snedeno.cz
www.facebook.com/snedeno.cz
www.instagram.com/snedeno.cz
pinterest.com/miriako

hattha Joga

Cvičení kompenzující převážnou
většinu denních aktivit.
Vhodné pro všechny bez rozdílu
věku, pohlaví i fyzické kondice.

každé úterý 19:00-20:15	nová tělocvična ZŠ Svárov	150,-/75min.
----------------------------	------------------------------	--------------

informace, rezervace:
Magda Pokorná, lektorka jógy II. třídy
tel.: 732 704 235, mail: joga.svarov@seznam.cz

cvičení se bude konat dle aktuálně platných hygienických nařízení

JEMNÁ POWER JÓGA

KDE: V Sokolovně Červený Újezd
KDY: každou neděli v 18:00h

Srdečně Vás zvou na jemnou
power jógu pro každého.
Zpevníme celé tělo, protáhneme
zkrácené svaly a zrelaxujeme
naši mysl.

Těším se na Vás
Simona Zelená
sgreen@post.cz nebo 734788523

cvičení se bude konat dle aktuálně platných hygienických nařízení

WELENGA

kosmetické relaxační studio

profesionální péče v blízkosti vašeho domova

Kosmetické ošetření:
✦ Kosmetickými přípravky Nobilis Tilia
– olejová terapie
✦ Kosmetickými přípravky Larens
– peptidová terapie

Dále:
✦ aromamasaže
✦ depilace
✦ barvení obočí a řas
✦ manikúra
✦ P.Shine

Ve studiu si můžete zakoupit produkty pro domácí péči.
Pracovní doba dle objednávek.
Ošetření o víkendě je možné s 20% přírůžkou.

Miriám Kotorová, Okružní 133, 273 51 Svárov
tel.: 774 116 774, e-mail: miriako@gmail.com
www.kosmetika-welenga.cz
www.facebook.com/kosmetikawelenga



Obecní úřad informuje

Svoz bioodpadu. Poslední svoz bioodpadu bude proveden v pondělí dne 23. listopadu 2020. I v zimním období můžete nadále odvážet bioodpad na kompostárnu vlastními dopravními prostředky.

Sběrný dvůr a kompostárna. Z důvodu snížených světelných podmínek ve večerních hodinách v zimním období (listopad – únor) bude sběrný dvůr otevřen jen v sobotu od 9:00 - 12:00. Od března bude opět otevřen i ve středu odpoledne.

Platby za odvoz popelnic je možné platit od začátku ledna, nejpozději do 31. ledna 2021 v úředních hodinách. Poplatek za popelnice bude zveřejněn závěrem letošního roku.

ÚŘEDNÍ HODINY OÚ SVÁROV

PO	8:00 - 17:00
ÚT	8:00 - 12:00
ST	8:00 - 17:00
ČT	8:00 - 12:00

Kontakt na OÚ Svárov:

Tel.: 312 698 417
Mobil starosta : 724 181 266
Mobil referentka : 725 021 266
E-mail: ousvarov@gmail.com

Kontakt na redakci Svárovského zpravodaje:

rubaspetr@seznam.cz nebo 602 355 197
Připomínky i návrhy jsou vítány.

Inzerce - cvičení se bude konat dle aktuálně platných hygien. nařízení

FITCLUB SVÁROV

PONDĚLÍ 18 HOD
TĚLOCVIČNA ZŠ SVÁROV

S SEBOU ŠEJKR
ČI LÁHEV
KARIMATKU
BOTY DO
TĚLOCVIČNY

Čeká na vás

spalovač tuků PŘED,
hypotonický nápoj PŘI
a
regenerační nápoj PO
100,-



fitclub.svarov

Jan Malý
tel: 777 808 185

EFEKTIVNÍ CVIČENÍ
S VLASTNÍ VAHOU

Pro snížení tuku,
pevnější postavu, více svalů
a lepší kondici, podpořené
výživou
pro všechny věkové a
výkonnostní kategorie

KAŽDÉ 1. PONDĚLÍ
V MĚSÍCI OD 17:30
ANALÝZA TĚLESNÉ
SKLADBY



AŽ JE LÉTO NEBO ZIMA V
SOKOLOVNĚ JE NÁM
PRIMA☺!!!!

ZUMBUJEME, TANCUJEME, POSILUJEME:
KDE: SOKOLOVNA ČERVENÝ ÚJEZD
KDY: KAŽDÁ STŘEDA 19.00 HOD
JAK: VŽDY S DOBROU NÁLADOU☺

veškeré informace na : Sgreen@POST.cz tel. :
734 788 523