

brezplačni časopis poslovno-nakupovalnega, športno-zabavišnega ter kulturnega središča BTC City Ljubljana

BTC
CITY

**Otvoritev Nakupovalne galerije
v Kristalni palači**



**Veliki koncert Danijele!
Naj popusti!
Naj zabava!**



Zora

Uporablja
Sony Ericsson **Spiro**

Najboljše družabno omrežje



**Sony
Ericsson
Spiro**

Paketi **A,B,C**

20 €*



**Samsung
Corby 3G**

Paketi **A,B,C**

20 €**



**Nokia
C3-00**

Paketi **A,B,C**

20 €**

Izkoristite njegove prednosti **z mobiteli** v najugodnejših **Paketih A, B, C.**

Se še spomnite **svojega prvega mobitela**? In ko ste koga poklicali samo zato, da mu poveste, da imate novega? Nič se ni spremenilo, še vedno lahko storite isto. Obiščite najbližje Mobitelovo prodajno mesto in si izberite nov mobilni telefon v **najugodnejših Paketih A, B, C.**

Akcijska ponudba velja ob sklenitvi/podaljšanju naročniškega razmerja Mobitel GSM/UMTS s Paketi A, B, C, Mini/Osnovni/Opti/Super/Vročje/Mega Povezani, Osnovni, Družinski bonus, MPO, Penzion plus, Itak Džabest, SOS plus:

* za 12 mesecev. ** za 24 mesecev.

Velja za vse, ki nimate veljavne aneksa GSM št. 8/2005 oz. GSM št. 8/2005 Povezani (12 mesecev) ali UMTS št. 14/2005 oz. UMTS št. 14/2005 Povezani (24 mesecev) ali samostojnih aneksov GSM št. 16/2009 oz. GSM št. 16/2009 Povezani (24 mesecev) ali UMTS št. 17/2010 (24 mesecev) ali UMTS št. 18/2011 (24 mesecev), in izpolnjujete ostale pogoje.

Mobitelova razvejana prodajna mreža uporabnikom omogoča nakup akcijskih aparatov na več kot 350 prodajnih mestih po vsej Sloveniji. Zaradi tega je mogoče, da določen model mobitela ni na voljo na vseh prodajnih mestih hkrati. Cene vsebujejo DDV. Slike so simbolične. Družba Mobitel si pridržuje pravico do spremembe cen in pogojev. Za dodatne informacije, cenik pogovorov in storitev ter ostale pogoje v naročniških paketih obiščite spletno stran www.mobitel.si ali pokličite Mobitelov center za pomoč naročnikom na 041 700 700.



20 LET

041 700 700 • WWW.MOBITEL.SI

VSEBINA

uvodnik >

AKTUALNO

4

OTROCI

9

ATLANTIS

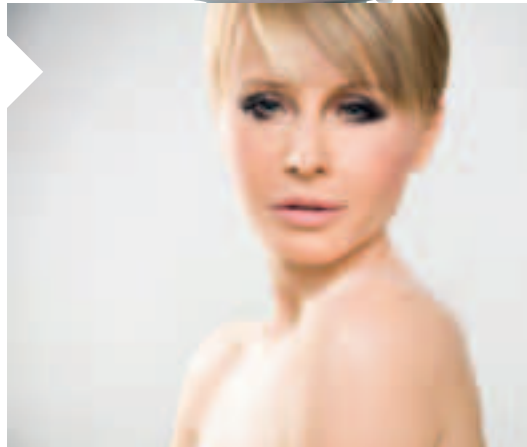
11

STIL

20

INTERVJU

23



Rdeči poni

Še danes se spominjam, kot bi bilo včeraj; v izložbi danes že davno zaprte trgovine na Trubarjevi ulici sem ga opazila prvič in si takrat – najbrž tudi zato, da bi se lahko postavljala pred sošolkami – močno zaželela, da bi ga imela tudi jaz. Mama, ki je morala v naslednjih tednih zaradi mene večkrat postati pred izložbo, je znala razbrati moje misli; ob koncu šolskega leta, ki sem ga opravila z odliko, me je rdeč zločljiv poni iz izložbe trgovine na koncu Trubarjeve pričakal na domačem dvorišču. Mislim, da sem bila takrat najsrečnejša drugošolka v naši ulici in čeprav se z njim nisem smela voziti v šolo, me je poni pozneje spremljal pri vseh pomembnih »dogodkih« v življenju: z njim sem se odpeljala na prvi »zmenek« k fantiču iz sosednjega bloka, si pri padcu prvič poškodovala koleno (za katero me je skrbelo manj kot za zviti blatnik), v košari na prtlačniku prvič peljala tetino mačko in prvič premagala sošolce v tekmovanju v najbolj divjem zaviranju s pedalom.

Kolesu, naj gre za njegovo povsem vsakdanjo uporabo ali rekreativne vožnje, sem ostala zvesta vse do danes, tudi zaradi vsakoletnega, letos jubilejnega 30. kolesarskega Maratona Franja BTC City, ki od leta 2003 s startom in ciljem poteka v BTC Cityju. Tako kot doslej se bomo udeleženci maratona tudi letošnjo drugo soboto in nedeljo v juniju (11. in 12. junija) pomerili v štirih disciplinah: Poletovem maratonu (25 km), BTC City preizkušnji za otroke (1450 m), Malem maratonu Franja (97 km), najdaljše preizkušnje – 156-kilometrskega Maratona Franja – pa se bo tudi letos udeležil legendarni belgijski kolesar Johan Museeuw. V športno-kolesarskem duhu smo zato zasnovali tudi to številko BTC Vodnika, v kateri vam nekdanji vrhunski kolesar in eden najuspešnejših slovenskih selektorjev Gorazd Penko svetuje, kakšen naj bo trening v dneh pred maratonom in kako med vožnjo racionalno porazdeliti in porabljati energijo; v rubriki Trend ponujamo nekaj zanimivih predlogov opreme za nežnejši spol, ki bo prišla prav pri kolesarjenju, rolanju, vožnji s skirojem ali pa preprostem pohodništvu, v rubriki Stil pa izbor modne športne garderobe; na strani Vodnega mesta Atlantis na vprašanja o vodni vadbi v vodi odgovarjata Atlantisova strokovnjaka Peter Babič in Luka Bevc, obveščamo pa vas tudi o prvem turnirju ulične košarke (28. maj) in o tematskem nogometnem parku, ki ga v BTC Cityju za male športne zanesenjake pripravlja AC Milan (17.–19. junij).

Pomladi v BTC Cityju pa ne zaznamuje le vsakoletni kolesarski maraton, ampak tudi vsakoletni spomladanski, tokrat 15. Festival nakupov in zabave (21. in 22. maj), v času katerega se BTC City spremeni v mesto največjih popustov, saj trgovine za vse obiskovalce in kupce pripravijo številne ugodnosti in akcije, trgovinsko ponudbo pa dopolnjuje privlačen športni program z vrhunskimi športniki, zabavni in glasbeni program (intervju z gostjo festivala, hrvaško pevko Danijelo Martinović si lahko prav tako preberete v tej številki) ter odlična kulinarčna ponudba.

Odločitev, katerega od omenjenih dogodkov boste obiskali, je seveda vaša. Mi vam želimo, da bi se tudi to pomlad in poletje, ki bosta v BTC Cityju zaradi odprtja Kristalne palače (sredi junija pod sloganom Sodobna umetnost nakupovanja najprej odpiramo njen trgovski del, Nakupovalno galerijo) še posebej cvetoča, v našem mestu počutili prijetno.

Maja Oven
Odgovorna urednica

PS: Rdečega poniya danes ni več, neke noči je izginil iz naše kolesarnice.

BTC City / delovni čas
informacije: 01/585 22 22
www.btc-city.com

Trgovsko središče
ponedeljek-sobota: 9.00-20.00

Tržnica BTC
ponedeljek-petek: 8.00-19.00
sobota: 7.00-18.00

Vodno mesto Atlantis
vse dni v letu: 9.00-23.00

Športni center Millenium
ponedeljek-petek: 7.00-23.00
sobota, nedelja in prazniki: 8.00-23.00

4 AKTUALNO

novosti

■ Svet komunikacij

Pestra in kakovostna ponudba elektronskih izdelkov

Z mesecem aprilom je vrata nove maloprodajne trgovine odprlo tudi podjetje Svet komunikacij. Nova trgovina je plod izkušenj in ekipe strokovnjakov z znanjem in izkušnjami (know-how) na področju komunikacij. Nudijo vam kakovostne izdelke s področja zabavne elektronike, komunikacijske opreme in računalništva svetovno priznanih proizvajalcev. Njihov namen ni samo prodati izdelek, ampak ponuditi vam najboljšo rešitev, kako opremiti vaš dom ali podjetje z najprimernejšo opremo, glede na vaše želje in zahteve. V ponudbi najdete proizvode tako za domačo kot poslovno rabo, od osnovnih usmerjevalnikov, stikal, neprekinjenih napajanj, kamer in verjetno največje izbire kablov v Sloveniji za povezave in komunikacije prek računalniške opreme, kartic, diskov, tipkovic, mišk pa do zabavne elektronike in inteligentnih segmentov za vaše še tako zahtevne potrebe. Ponudba je namenjena vsem kupcem, ki prisegate na najboljše razmerje med kakovostjo in ceno!

Dvorana A/pritličje
Telefon: 01/524 01 67
www.svetkomunikacij.si



■ C&A

Odslej tudi v BTC Cityju Ljubljana

V aprilu se je v ljubljanskem BTC Cityju odprla že enajsta poslovalnica C&A v Sloveniji, ki se kot prva predstavlja v novi posodobljeni preobleki in zvestim kupcem ponuja že uveljavljene blagovne znamke. Tako v dveh prostornih etažah predstavljajo kolekcijo in modne dodatke za celotno družino. V pritličju boste našli modno žensko kolekcijo, seveda pa niso pozabili na spodnje perilo, kopalke, različne modne dodatke, kot so torbice, rute, nakit, in na obutev. Najdete pa lahko tudi XL kolekcijo in kolekcijo Canda, po kateri radi sežejo vsi, ki prisegajo na klasično eleganco. V pritličju pa se nahaja tudi trendovska blagovna znamka Clockhouse, ki pritegne tako mlade kot tudi mlade po srcu. Niso pa pozabili niti na oblačila za prosti čas.

V prvem nadstropju pa se bodo lahko modno, elegantno pa tudi popolnoma sproščeno in neformalno oblekli vsi moški, ki imajo radi športnoeleganten, sproščen in neformalen (casual) ali pa povsem poslovni videz (business look). Ravno tako vas na moškem oddelku čakajo modni dodatki, brez katerih tudi v poletnih mesecih ne gre.

Ravno tako se v prvem nadstropju razprostira prostoren otroški oddelček. Tu najdete oblačila in modne dodatke tako za novorojenčke in dojenčke kot tudi za vse modno ozaveščene nadobudne otroke, ki se že spogledujejo s svojimi idoli ... Vabljeni tudi bodoče mamice, ki si boste v prvem nadstropju lahko izbrale modna in udobna nosečniška oblačila.

V novi poslovalnici C&A v BTC Cityju boste zagotovo našli zase in za svoje bližnje marsikaj lepega in zanimivega, predvsem pa vedno cenovno ugodnega.

Dvorana E
Telefon: 01/546 55 03
www.c-and-a.si



■ Iglu šport

Razstava opreme za taborjenje

Iglu šport poleg opreme za gornišтво, pohodništvo in plezanje ponuja tudi široko paleto vrhunske opreme za taborjenje:

- več kot 40 modelov šotorov, od najmanjših za 1–2 osebi do velikih za 6 oseb
- vrhunsko zložljivo pohištvo znamke Crespo – stole, ležalnike, mize, kuhalne mize, omare
- ležalne podloge vseh vrst – ležalne podloge armafleks, napihljive blazine, samonapihljive blazine
- več kot 30 modelov spalnih vreč z različnimi polnili in za vsa temperaturna območja

Vse skupaj si lahko ogledate v novem razstavnem prostoru v kleti Dvorane 3 oziroma v trgovini v prvem nadstropju.

Dvorana 3
Telefon: 01/585 15 17
www.iglusport.si



■ Giovanni Galli

Nova blagovna znamka za moške v Emporiumu

Giovanni Galli, največji portugalski proizvajalec moških oblek, oblačil za prosti čas in modnih dodatkov, je svojo prvo trgovino v Sloveniji odprl v ljubljanskem Emporiumu. Portugalski oblikovalec z dolgoletnimi izkušnjami oblikovanja in izdelave moških oblačil sodi med najmočnejše proizvajalce moške mode na Portugalskem. V svoji proizvodnji uporablja najboljše materiale, kot so 100-odstotna volna, svila in bombaž.

S pestro ponudbo oblačil po zelo ugodnih cenah pomeni Giovanni Galli novo pridobitev za moške v Emporiumu. Od sedaj naprej pri nakupu obleke ne boste več razmišljali, katero obleko izbrati in kako kombinirati, da boste za svoj denar dobili največ. Giovanni Galli namreč ponuja obleke po enotni ceni 219 €. Če se boste odločili za nakup svilene kravate, boste zanjo odšteli 21 €, moške srajce pa dobite že za 38 €. Naravne materiale uporabljajo tudi v kolekciji oblačil za prosti čas, zato so polomajice, puloverji, športne hlače in vetrovke zelo udobni.

Emporium
Telefon: 01/584 48 00
www.emporium.si

■ MASS

Nove blagovne znamke GAS, Dude shoes in Joma

Tudi letos so v trgovinah MASS poskrbeli za nove blagovne znamke obutve, ki vas bodo gotovo navdušile, tako kot navdušujejo številne zahtevne kupce po svetu.

Ekskluzivno sta le v prodajalnah MASS na voljo vrhunski blagovni znamki GAS in Dude shoes. Prva je namenjena vsem, ki ste radi športnoelegantni, primerna je tudi za vse druge priložnosti dneva, kadar ste radi videti modno, hkrati pa se lahko počutite tudi sproščeno. Dude shoes je barvita, prav posebna in nekoliko nenavadna, a izjemna obutev za prosti čas, v kateri boste imeli občutek, kot da bi hodili nad tlemi. Za vami se bodo ozirali mnogi in si zaželeli prav takšno obutev, saj bodo kot vi hoteli biti v koraku s časom. Gotovo boste zadovoljni tudi s primerno obutvijo za prosti čas Joma, saj bo v njej vaš korak zaradi izvrstnega materiala lahkoten in poskočen.

Vabljeni v MASS, od koder boste vedno odšli obuti modno, elegantno ali športno.

Dvorana 7 in Dvorana A/kletna etaža
Telefon: 01/586 44 12
www.mass.si



AKTUALNO

dogodki

Prvi turnir ulične košarke v BTC Cityju Ljubljana

S koncem sezone dvoranske košarke, lepim vremenom in bližajočim se poletjem se počasi začne sezona ulične košarke, ki bo letos še posebej zanimiva in bo postregla s še več akcije na betonu. Poleg standardnega Samsung državnega prvenstva (3na3) bo v primerjavi s prejšnjimi leti še bolj atraktivna Intersport kletka strahu, saj se bodo najboljši uličarji v njej pomerili. Zna2, izjemna novost te sezone pa je tudi Red bull King of the Rock, kjer bomo dobili najboljšega košarkarja v igri 1na1, ta pa bo slovenske barve branil v slovitem Alcatrazu.

Zmagovalna ekipa Pokala Adecco bo potovala na kvalifikacije največjega turnirja na svetu v Moskvo, člani ekipe, ki bo 9. julija osvojila naslov prvaka, pa bodo skupaj s prvacom zabijanja na ta turnir že neposredno uvrščeni.

Kako popularno je Samsung državno prvenstvo v ulični košarki, potrjuje tudi dejstvo, da so se na njem pomerila tudi zveneča reprezentančna imena, kot so Matjaž Smodiš, Goran Dragić in Sandi Čebular ter mnogi igralci Lige Telemach (Simon Finžgar, Gašper Ovnik, Jure Eržen, Dario Krejič, Luka Rupnik, Tim Škerbec in ostali).

Samsung državno prvenstvo (3na3):

sobota, 28. maja – Pokal Adecco – Kolosej, BTC City Ljubljana
sobota, 4. junija – Terme Ptuj
sobota, 18. junija – Hrastnik
sobota, 25. junija – Novo mesto
sobota, 9. julija – VELIKI FINALE – Prešernov trg, Ljubljana

Intersport kletka strahu (2na2):

sobota, 3. septembra – Prešernov trg, Ljubljana

Red Bull King of the Rock (1na1):

nedelja, 3. julija – VELIKI FINALE (Ljubljanski grad)

<http://www.sd-extrem.com/ullcnakosarka>



Jezikovni center Lingula

Poletne jezikovno-športne počitnice za otroke

Jezikovni center Lingula je v sodelovanju s športnim centrom Fakultete za šport pripravil jezikovno-športne počitnice za otroke. Pestri jezikovni in športni programi bodo potekali celo poletje. Tuji jeziki, športne igre, plavanje, nogometne in košarkarske delavnice ...

Več informacij najdete na spletnih straneh www.lingula.si in www.pocitnice-fsp.si, lahko pa pokličete po telefonu 01/541 00 33 oz. 040 544 544.

Ustvarjalne delavnice za otroke na igrišču pred Dvorano A

Ustvarjalne delavnice za otroke na igrišču pred Dvorano A Na otroškem igrišču med Dvorano A in tržnico v BTC Cityju Ljubljana potekajo brezplačne ustvarjalne delavnice. Delavnice v organizaciji jezikovnega centra Lingula potekajo vsak petek od 16.30 do 18.30. Prisrčno vabljeni!

BTC City gostil pokal za zmagovalca lige prvakov

Delček velikega spektakla lige prvakov je pripadel tudi Ljubljani in BTC Cityju. Po zaslugi banke UniCredit so se mnogi lahko fotografirali z enim najbolj zaželenih pokalov na svetu, ki ga dobi tista ekipa, ki osvoji najboljšo nogometno ligo na svetu – ligo prvakov. Pred veliko množico ljudi je dragoceni pokal odkril predsednik uprave banke UniCredit dr. France Arhar. Organizatorji dogodka so poskrbeli tudi za to, da je tisti, ki je to želel, dobil posebno fotografijo s pokalom, kar je še najbolj razveselilo najmlajše.

Za mnoge pa je bil vrhunec žrebanje nagrad, ki so bile res vabljive. Dva srečneža bosta potovala na finale lige prvakov 28. maja na londonski Wembley, pokrovitelj lige prvakov, skupina UniCredit, pa jim bo omogočila tudi brezplačno pot in nastanitev. Tudi druga nagrada je bila vredna truda, saj je srečnež dobil veliki Sony LCD-televizor, še peterica pa se bo lahko ob spremljanju finala nogometne spretnosti preizkusila kar z repliko žoge lige prvakov.



Festival slovenskih jedi na Tržnici BTC City

V soboto, 7. maja, je v BTC City Ljubljana potekal Festival slovenskih jedi. Festival je pritegnil veliko obiskovalcev, ki so lahko pokušali tradicionalne slovenske dobrote, ki so jih pripravili člani in članice kulinarčnih društev z vseh koncev Slovenije. Tako so dekleta in žene iz Društva podeželskih žena Kamnik-Komenda na dveh stojnicah ponujala mlečne izdelke ter različne vrste kruha in peciva, ob tem pa tudi trniče, ki jih v Sloveniji pripravljajo le še Rezka Mali iz Godiča. Ob značilnih slovenskih jedeh, kot so žganci, masov'nk, kislomleko in skuta so trniči prava posebnost Velike planine. Pripravljajo se iz skute, poleg kulinarčne pa imajo tudi umetniško vrednost. Na stojnici Turističnega društva Vigred Metlika so lahko obiskovalci pokušali belokranjsko pogačo, na stojnici Društva praznega krompirja pa seveda – pravi praženi krompir. Obiskovalci so lahko pokušali še prekmursko gibanico, idrijske žlikrofe, kranjske klobase in druge dobrote. Za zabavo je poskrbelo Kulturno-umetniško društvo Sela pri Šumberku.



KlepeTof

- Poklicali ste brezplačno linijo kozmetične firme Beauty face. Želite?
- A je ta linija res brezplačna?
- Seveda. Želite?
- Rad bi se malo pogovarjal.
- kateri naš kozmetični izdelek iz kolekcije Beauty face bi radi naročili?
- Nobenega.
- Zakaj ste pa potem poklicali?
- Zato, ker je zastoj.
- Naši kozmetični izdelki niso zastoj, so pa naprodaj po zelo ugodnih cenah. Imamo široko paleto kozmetičnih izdelkov Beauty face. kateri vas torej zanima?
- Nobeden.
- Gospod, tako ne bova nikamor prišla.
- Kam pa naj bi prišla? Jaz ne bi šel nikamor. Kam bi me pa vi radi odpeljali?
- Če ne boste nič naročili, zakaj se potem sploh pogovarjava.
- Ker je zastoj. Rad se pogovarjam zastoj.
- Prav, potem pa hvala, ker ste poklicali.
- Zakaj hvala, saj ne bom nič naročil.
- Morda pa bi naši kozmetični izdelki Beauty face zanimali vašo ženo.
- Od kje pa vi veste, da imam ženo?
- Tega ne vem, samo predvidevam.
- Napak predvidevate. Nimam žene. Nočem je niti imeti, najmanj pa take, da bi denar zapravljala za kozmetiko.
- Midva pa zapravljava čas, gospod. Adijo!
- No, evo, takšne so današnje ženske. Samo zapravljale bi!

Kočija iz Lipice in jahanje ponijev pred Vodnim mestom Atlantis

Ljubitelji konjev in jahanja ne zamudite trenutka, ko v ljubljanski BTC City prihajajo svetovno znani lipicanci iz Kobilarne Lipica. V soboto in nedeljo med 11. in 15. uro, v sklopu pestrega dogajanja na Festivalu nakupov in zabave, bodo namreč na parkirišču pred Vodnim mestom Atlantis vsem obiskovalcem BTC Cityja na voljo brezplačne vožnje z dvema kočijama in nepozabno jahanje ponijev, ki so še posebej priljubljeni med otroci.

V Lipici pa si sicer lahko med aprilom in oktobrom trikrat na teden ogledate nepozabne predstave Lipiške klasične šole jahanja z najboljšimi lipicanci, čudovit pa je tudi pogled na bele lepote v njihovem naravnem okolju, ob spokojni paši na prostranih travnikih zelenega lipiškega posestva. V takšnih enkratnih doživetjih lahko uživata tudi s kočije, s katero vas popeljejo skozi stoletne drevorede. Lipica je danes poleg pomembnega konjerejskega in konjeniškega središča tudi ena najlepših turističnih destinacij, ki ji pridih tradicije daje poseben pečat. Nedotaknjena narava, jahalni tečaji v sedlu lipicanca, prijeten izlet s kočijo, ogled ene najstarejših kobilar na svetu in kulisa belih konj pričarata obiskovalcu nepozabno doživetje. Sproščujoči sprehodi stran od mestnega hrupa, ogled galerije Avgusta Černigoja in letos odprti muzej lipicanca Lipikum pa so še dodaten motiv za obisk tega zelenega kraškega bisera, ki s slikovitim golfskim igriščem vabi tudi ljubitelje golfa, družine z majhnimi otroki pa razveseljuje s prijetnim otroškim igriščem in možnostjo jahanja ponijev. Vabljeni!



MODRI VOZNIKI V TEŽAVAH POKLIČEJO MODRO ŠTEVILKO 080 2864.

ŽE 10 LET POMAGAMO VSEM VOZNIKOM, KI SE OBRNEJO NA NAŠ ASISTENČNI CENTER. ASISTIRAMO Z DOSTAVO KLJUČEV, VLEKO IN REŠEVANJEM VOZIL, POLNJENJEM PRAZNIH REZERVOARJEV, ZAGOTAVLJANJEM NADOMESTNIH VOZIL, IZVAJANJEM MANJŠIH POPRAVIL, PREVOZOM IN NAMESTITVIJO POTNIKOV TER MNOGIMI DRUGIMI OBLIKAMI POMOČI. ZATO NAM ZAUPAJTE TUDI V PRIHODNOSTI.

BTC CITY LJUBLJANA 17.-19. JUNIJ

BANKA KOPER AC MILAN JUNIOR PARK

PRIDRUŽI
SE NAM PRED
ATLANTISOM
NA NORI
ZABAVI!



- PRVIČ V SLOVENIJI
- BREZPLAČNI VSTOP
- 6 NOGOMETNIH POLIGONOV
- UČENJE VEŠČIN IN SPRETNOSTI
- 3-DNEVNA ZABAVA Z GOSTI
- ZA OSNOVNOŠOLCE (OD 6 DO 15 LET)
- NAGRADE ZA NAJBOLJŠE



OSNOVNOŠOLCI IN STARŠI, POZOR!

DOŽIVITE NEPOZABNO ZABAVO V AC MILAN JUNIOR PARKU V LJUBLJANI

Banka Koper, članica mednarodne finančne skupine **Intesa Sanpaolo**, in **BTC City** zaradi želje po večji vključenosti otrok v šport in povezav z enim najbolj trofejnim nogometnim klubom **AC Milan**, letos prvič v Sloveniji organizirata **Banka Koper AC Milan Junior Park**.

Nogometni tematski park se bo odvijal od **17. do 19. junija 2011**, v Ljubljani na območju BTC City-ja, pred vodnim mestom Atlantis.

Odpiralni čas parka:

- Petek, 17.06.2011: od 15h do 20h
- Sobota, 18.06.2011: od 10h do 20h
- Nedelja, 19.06.2011: od 10h do 20h

Nogometni tematski park je sestavljen iz 6-ih nogometnih poligonov, na katerih lahko otroci na zabaven način preizkusijo svoje znanje nogometa v različnih disciplinah in tako pridobijo tako tehnične kot taktične nogometne veščine.

Vabljeni na enkratni nogometni dogodek v **BTC City Ljubljana!**

Maketa parka:



Za več informacij obiščite spletno stran:
www.banka-koper.si

 art.



METROPOLITAN SHOES

www.mass.si

MASS
obuje tudi vas

OTROCI

Otroški center Beti in Cej

Nepozabne poletne počitnice v otroškem centru Beti in Cej

Bliža se poletje in z njim poletne počitnice, zato so se v otroškem centru Beti in Cej v BTC Cityju Ljubljana potrudili in za vaše otroke pripravili odlično ponudbo. Ponudba je namenjena vsem otrokom od 6. do 12. leta.

Otroški center Beti in Cej je novi športno-rekreacijski in izobraževalni center za otroke. Nahaja se na 280 m² površine v spodnji etaži Emporiuma v BTC Cityju v Ljubljani kot sestavni del največjega poslovnega, nakupovalnega in rekreativno-zabavičnega središča v Evropi. Center ponuja popoldansko varstvo s pestrim programom za otroke od 3. do 12. leta.

Program otroškega centra Beti in Cej nudi kakovostno preživljanje prostega časa otrok v spremstvu profesionalnih športnih vaditeljev in izkušenih pedagogov:

- športna vadba skozi igro po sistemu Elementa
- jezikovne delavnice Skozi igro do znanja tujega jezika
- ustvarjalne delavnice
- plesne in pravljичne urice
- nepozabne rojstnodnevne zabave

Med poletnimi počitnicami bodo v otroškem centru sodelovali tudi s sosedi na območju BTC Cityja: Vodno mesto Atlantis, minigolf igrišče Citygolf, igrišče za odbojko na Trgu mladih in Siti Teater. Tako bodo otroci uživali v bogatem in zabavnem programu, starši pa bodo mirno izkoristili svoj čas za službene obveznosti.

Termini in program med poletnimi počitnicami:

Celodnevni program od 8.00 do 16.00 po ceni 159 € za 5 dni za enega otroka
Dopoldanski program od 8.00 do 12.00 po ceni 69 € za 5 dni za enega otroka

Termini, ki so na voljo:

- 27. 6.–1. 7.
- 4. 7.–8. 7.
- 22. 8.–26. 8.

Rezervacije so mogoče na spletni strani otroškega centra. Za vplačila do 31. maja nudijo 10-odstotni popust; popust velja tudi pri vplačilu za dva otroka.

Program:

8:00 – zbor v otroškem centru Beti in Cej
8:00–9:00 – vodena športna vadba po sistemu Elementa
9:00–9:30 – odmor za malico
9:30–10:30 – kreativne delavnice, minigolf, odbojka
10:30–12:00 – učenje tujih jezikov skozi igro
12:00–15:00 – plavanje v Atlantisu
13:00–13:30 – kosilo v Atlantisu
15:30–16:00 – pravljice, počitek

Ob koncu vsakega tedna bodo organizirali zabavo s starši in kratek program o tem, kaj so se otroci naučili v tednu. Pohitite in si zagotovite termin in mesto v skupini; največje število otrok v skupini je 20.



Več na www.otroski-center.si



V otroškem centru Beti in Cej nudimo edinstven sistem gibalne in športne vzgoje po sistemu ElemeNta™.

Sistem ElemeNta™ je edinstven, saj je zasnovan na dolgoletnih raziskavah in omogoča otrokom, da se skozi igro spoznajo s 30 različnimi športi, pri čemer njihova starost ni ovira, ampak prednost.

Primerno za otroke od 3. do 12. leta starosti. Program vodijo profesionalni športni vaditelji in izkušeni pedagogi.

Na voljo smo vam: **ponedeljek - petek: od 15h - 20h**
sobota: od 10h - 20h

Kontakt : 040 16 36 77 ; 040 454 454
www.otroski-center.si ; info@otroski-center.si

Lokacija: spodnja etaža Emporiuma v BTC City Ljubljana

Vaš prispevek za uro kakovostnega varstva enega otroka je samo 2,40 EUR. Družine s tremi otroki plačajo prispevek samo za dva otroka, za tretjega otroka je varstvo zastoj.

Vodena športna vadba: od ponedeljka do petka od 15. do 20. ure, ob sobotah od 10. do 20. ure.

Pravljīčne urice: vsak torek od 17. do 18. ure

Jezikovne delavnice »Skozi igro do znanja tujega jezika«: ob sredah in petkih od 17. do 18. ure

Plesne urice: ob četrkih od 17. do 18. ure

Ustvarjalne urice: ob sobotah od 12. do 13. ure

Rojstnodnevne zabave: pri nas bo prav gotovo nepozabno

Več kot varstvo



GIBALNA RAZNOVRSTNOST ŠPORTNA PESTROST



Zagotovite si prostor na www.otroski-center.si

V podjetju GA vam že nekaj let nudimo vrhunske nemške kuhinje Noblessa. Pohvalimo se lahko, da nudimo 5 let garancije na vse programe kuhinj. V Nemčiji kuhinje proizvajalca kuhinj Noblessa zasedajo 30% tržni delež, kar je vsekakor pokazatelj izredne kvalitete in cenovne dostopnosti. Na izbiro imate skoraj 90 dekorjev ličnic, 45 dekorjev delovnih pult, mnogo ročajev in dodatkov h kuhinjam. Zaradi vsega naštetega vam seveda lahko izdelamo kuhinjo po vaših željah. Ob vašem obisku v naši trgovini vam kuhinjo **brezplačno** izrišemo v **3D** tehniki in po potrebi opravimo **izmere** na vašem domu.

Zakaj kupiti kuhinjo v **GA** trgovini:

- strokovno svetovanje
- brezplačen izris (v vpogled)
- dostava v 4. tednih
- brezplačna dostava in montaža
- 5 let garancije
- vrhunska nemška kvaliteta
- brezplačna izmera na vašem domu
- visoko kvalitetni izdelki
- nemško znanje in tehnologija

V mesecu Maju smo zaradi izrednega zanimanja podaljšali akcijo **40% popust** na vse kuhinje Noblessa in **10%* popust** na gospodinjske aparate ob nakupu kuhinje.

*Popust velja za aparate izbranih znamk in ne velja za aparate s GA klubsko ceno.

za dodatne informacij pokličite:

080 81 82



po kuhinjo v **GA** ©

www.gospodinjski-aparati.si

FNZ - festival nakupov in zabave 21. in 22. 5.! Pridite in se zabavajte z nami!

  <p>30% popust na vsa oblačila mothercare</p> <p>-30%*</p>		  <p>10% popust na opremo za hranjenje, kovanje in nego otroka, dodatke za avtosedeže in vozičke, mothercare igrače</p> <p>-10%*</p>
  <p>20% popust na pohištvo, avtosedeže, vozičke, potovalne postelje. Akcije in druge ugodnosti se ne upoštevajo pri popustih. Popusti se ne seštevajo.</p> <p>-20%*</p>		  <p>20% popust na ELC igrače. Akcije in druge ugodnosti se ne upoštevajo pri popustih. (Star Buy) Popust ne velja za igrače drugih blagovnih znamk in za vsa igrala TP.</p> <p>-20%*</p>

* popusti veljajo za vse nove in stare imetnike kartice ugodnosti "Family Points"

Šmartinska 152, 1000 - Ljubljana, telefon: 01 585 18 23

mothercare
early learning centre

ATLANTIS

Vodno mesto

Delovni čas:

Dežela savn: vse dni v letu od 9. do 23. ure
Svet doživetij in Termalni tempelj: od ponedeljka do četrtega, od 9. do 21. ure, od petka do nedelje ter med prazniki pa od 9. do 22. ure

Vodna telovadba v Atlantisu

Bodite iskreni in si priznajte, kolikokrat tedensko bi se sami odpravili v Vodno mesto Atlantis in v vodi sami telovadili vsaj 60 minut! Najbrž bi to storili le ob prvem obisku, ob drugem ali tretjem pa bi se že zadovoljili le s »čofotanjem« v enem od Atlantisovih bazenov. Toda, če želite za svoje počutje in telo storiti več, vas vabimo, da se nam pridružite pri vsakodnevni vodni telovadbi, kjer boste dodobra razgibali in okrepili svoje telo, zbrili misli ter si nabrali dovolj energije za nov delovni dan.

Na vprašanja, kaj pravzaprav je vodna telovadba, kako poteka in komu je namenjena, sta nam odgovarjala vodji športno-rekreativnih animacijskih programov v Vodnem mestu Atlantis Peter Babič in Luka Bevc, ki z vodeno telovadbo v vodi od začetka lanskega septembra navdušujeta vedno večje število vadečih obeh spolov in vseh starosti.

Večina bi vaju zagotovo najprej vprašala: Zakaj naj telovadno blazino v domačem fitnesu ali dnevni sobi sploh zamenjam z vodno telovadbo v Vodnem mestu Atlantis?!

Peter: Smeh. Vsi vemo, da je naše telo v vodi lažje in zato pri gibanju ne obremenjuje naših sklepov, obremenitev mišic pa ostane enaka ali se celo poveča. Prav zaradi manjše obremenjenosti sklepov gibanje v vodi priporočamo vsem, ki imajo težave s hrbtenico, kolena, kolki, rameni, komolci in gležnji; ti bodo v vodi sposobni izvajati vaje, ki jih na suhem ne zmorejo ali jih celo ne smejo.

Luka: Vsi notranji organi – še posebej pljuča in srce – so v vodi bolj obremenjeni. Zaradi večjega pritiska je naš srčno-žilni sistem aktivnejši, telo bolj prekrvavljeno in pljuča delajo »na polno«. Ne smemo pozabiti, da je naše srce prav tako mišica, ki jo je potrebno krepiti, tako kot nekateri krepijo bicepse ali tricepse.

Je vodna vadba potemtakem še posebej primerna za starejše?

Luka: Za starejše je idealno okolje za vadbo, mladi bi morali vaje izvajati tudi na suhem. Človeško telo namreč ni ustvarjeno za bivanje v vodi, lastna teža telesa in sile okolja nam pomagajo, da moč pridobivamo na suhem. Za mlade ljudi bi bila zato idealna kombinacija suhe in vodne vadbe.

Vodno telovadbo obiskujejo tako mladi kot starejši, seniorji in starostniki; kako uskladite njihove različne potrebe po gibanju, razlike v vzdržljivosti in kondicijski pripravljenosti ...?

Peter: Vodena vodna vadba poteka pet dni v tednu in vključuje štiri različne programe – raztezne vaje, krepilne vaje, vodno aerobiko in raztezno-krepilne vaje. Ti se med seboj razlikujejo po dolžini intervalov posameznih vaj, njihovi intenziteti in uporabi različnih vadbениh pripomočkov. Dopoldanska vadba je namenjena starejšim, popoldanska vadba populaciji v »najboljših letih« pa tudi mlajšim; ker skupine vadečih niso velike, štejejo namreč od 12 do 22 ljudi, se lahko z nasveti, pogovori in individualno sestavljenim programom vajam posvetiva vsakemu posebej.



Novo v Atlantisu – LPG-endermologija

V Deželi savn smo odprli LPG-studio Figura, kjer vam s popolnoma naravno metodo, ki deluje na principu mehanične stimulacije kože ter ustvarja ugoden in pomirjujoč občutek, pomagamo k lepemu telesu in mladostnemu videzu obraza v vsakem življenjskem obdobju. LPG-endermologija spodbuja mikrocirkulacijo, odstranjuje celulit, oblikuje telo, vrača tonus vezivnemu tkivu in tako izboljšuje celoten videz kože.

Več informacij na www.lpg-studiofigura.si

JUNIJ 2011



Vodno mesto Atlantis
Šmartinska 152, 1533 Ljubljana
Telefon: 01 585 21 00
vodnomesto@btc.si
www.atlantis-vodnomesto.si

20 MINUT MASAŽE GRATIS

Kupon velja do: 30. 6. 2011

Ugodnost velja pri nakupu 30 min Tajske masaže z aromatičnimi olji in se ne sešteva z ostalimi akcijami. Cenik masaž pri katerih lahko uveljavite ugodnost, se nahaja na hrbtni strani tega kupona. Kupon predložite na recepciji Vodnega mesta Atlantis. Ugodnost ne velja pri nakupu ali koriščenju darilnega bona.

KODA: GM 12345



Omenili ste vadbo za seniorje in starostnike; kako je ta prilagojena njim?

Peter: Poudarek vadbe je na gibljivosti sklepov in elastičnosti mišic, intenzivnost vaj je nižja, zaradi razlik v psihofizični kondiciji vadečih pa je pristop izrazito individualen. Za ilustracijo razlik le tale podatek: v eni od skupin imava gospe, stari 94 let, ki se z lahkoto primerjata z marsikatero šestdesetletnico, v drugi skupini pa 67-letnega gospoda Srečka, ki se drži kot štiridesetletnik ... Nobena skrivnost ni, da dopoldansko vadbo, namenjeno starejšim, obiskujejo tudi ljudje, stari 35 ali 40 let.

Kaj pa poškodbe? Je dopoldanska vodna vadba lahko vrsta rehabilitacije po operacijah sklepov?

Luka: Dopoldanska vadbo obiskujejo tudi ljudje po operacijah sklepov, a o pravi rehabilitaciji v smislu fizioterapije tu ne moreva govoriti. Nismo medicinska ustanova, vodna telovadba v Atlantisu je lahko le odlično dopolnilo v času okrevanja po operacijah in poškodbah.

Lahko vodno telovadbo obiskujejo tudi neplavalci? Je vadba zanje dovolj varna?

Luka: Vadba je namenjena tudi neplavalcem. Večji del vaj se namreč izvaja vzravnavano, z nogami, uprtimi ob dno bazena, nekaj tudi v vodoravnem, lebdječem položaju, pri čemer predvsem neplavalcem pomagajo različni lebdječih vadbениh pripomočki (blazine, penaste deščice, tube ...); v primeru, da nekdo z nogami ne doseže tal, lahko vaje izvaja na bazenskih stopnicah.

Poletje je pred vrati; koliko vodna vadba pripomore k izgubi kilogramov, odpravljanju maščobnih blazin in celulita?

Luka: Nisva čarovnika in čudežev ne smete pričakovati! Smeh. Če nekdo želi z vodno vadbo povečati mišično maso in kondicijsko vzdržljivost ter izgubiti nekaj kilogramov, mu seveda izdelava individualen program vadbe, povišava intenzivnost vadbe in prilagodiva obliko plavanja.

Pomeni to, da vodna vadba lahko zamenja celo vadbo v fitnesstudijih?

Peter: Za vadbo v vodi resda poznamo različne uteži – utež iz penaste gume v vodi lahko doseže težo 14 kilogramov, povprečna fitnesutež na suhem pa je težka od 5 do 8 kilogramov – pa tudi rekvizite, ki nadomestijo fitnesorodja za prsne in trebušne mišice ali simulirajo vaje na krogih ali bradlji, a učinek bo zagotovo večji, če boste trenirali v klasičnih fitnes studijih.

Luka: Koncept Atlantisove vodene vadbe ni usmerjen v profesionalni šport, to je športna rekreacija, ki pri človeku/vadečem vključuje fiziološki, psihološki in socialni moment (človek je bio-psiho-socialno bitje); sestava skupin je stalna, ljudje se med seboj dobro poznajo, se tikajo, nekatere povezujejo že prava prijateljstva. Za nekatere je to včasih dragocenejša od same vadbe.

Če strnemo – prednosti vodene vodne telovadbe?

Peter: Celostna vadba, rekreacija za vse starostne skupine, individualen pristop in veliko zabave!



Fabi



iStyle Apple Premium Reseller



Forma F+



Aktivita Healthness



Garmin



Jones



Rolf Benz

SODOBNA UMETNOST NAKUPOVANJA

Nakupovalna galerija
Kristalne palače
v BTC Cityju.

Od sredine junija 2011.



Yves Rocher

*Fabi, Baldinini, Jones, Yves Rocher,
Forma F+, Rolf Benz, Garmin,
iStyle Apple Premium Reseller,
Aktivita Healthness, SKB banka,
Bjorn Borg, Steklarna Rogaška,
Stella McCartney, Babadu*



Baldinini



♦ KRISTALNA PALAČA ♦

www.kristalna-palaca.com

VABLJENI NA VESELO ZABAVO Z RIBIČEM PEPETOM

BTC
CITY

RIBIČ
PEPE

▶ na **FESTIVALU NAKUPOV IN ZABAVE**,
v soboto 21. 5. ob 14. uri in nedeljo
22. 5. 2011 ob 10. uri, v spodnjo etažo
Emporiuma.



OTROCI,
POBARVAJTE
POBARVANKO IN JO NATO
IZREŽITE. VSE OTROKE, KI
BODO PRINESLI POBARVANKO
NA PREDSTAVO RIBIČA
PEPETA, ČAKA PRIJETNO
PRESENEČENJE.

V OTROŠKI IGRALNICI
V SPODNJI ETAŽI EMPORIUM
V BTC CITYJU VAS ČAKA
NAGRADNO ŽREBANJE
Z LEPIMI NAGRADAMI
IN OBILO ZABAVE.



Ime in priimek otroka

Poletna pobarvanka Beti in Cej





Naj popusti! Naj zabava!

Trgovine odprte v SOBOTO od 9. do 20. ure
in v NEDELJO od 9. do 18. ure

TRG MLADIH – NOGOMETNA VROČICA

SOBOTA, 21. maj
od 11.00 do 16.00

Tekmovanje trojk v nogometu
ob 13.00 VIP turnir - estradniki : BTC
od 10.00 do 18.00

Turistična borza - najbolj vroče ponudbe na enem mestu
(Svet Križarjenj, Kompas, HTZ Zadar)

NEDELJA, 22. maj

od 11.00 do 16.00
Tekmovanje trojk v nogometu
od 10.00 do 17.00

Turistična borza - najbolj vroče ponudbe na enem mestu
(Svet Križarjenj, Kompas, HTZ Zadar)

GLAVNO PRIZORIŠČE (med Dvorano A in tržnico) - GLASBA, MODA, ZABAVA

SOBOTA, 21. maj

ob 10.30
od 11.00 do 13.00
od 12.00 do 12.30
od 14.00 do 15.00
od 17.00 do 18.00

od 18.00 do 18.30
ob 19.00 do 19.30

ob 20.00 do 22.00

Otvoritev Festivala – **Sašo Papp**
Manca Špik in DEJA VU ter Kolo sreče
Otroci iz festivala **Otroške Zvezdice**
Manca Špik in DEJA VU ter Kolo sreče
Otroška modna revija in
Studio za ples **Igen**, mladi talent
Maja Triler, izbor FNZ modela
Plesna šola **Maestra**, Zagorje
Finalistka letošnje Eme **April**

Veliki koncert Danijele

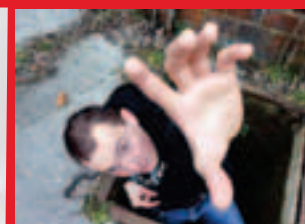
NEDELJA, 22. maj
od 10.30 do 11.00

od 11.00 do 12.00

od 12.00 do 12.30
od 13.00 do 15.00

od 15.00 do 15.30
od 16.00 do 16.30
od 17.00 do 18.00

Sašo Papp in otroci iz festivala
Otroške Zvezdice
Otroška modna revija in
Studio za ples **Igen**,
mladi talent **Benjamin Dolič**
Sebastian in plesni nastop Piratov
Na vaškem trgu z narodnozabavnimi
ansambli in **Radiem Sora**
Modna revija - Svet mode **Peko**
Gimnastična skupina Narodni dom
Nastop **Zlatka** in zaključek
festivala s **Sašem Pappom**



SPODNJA ETAŽA EMPORIUM sobota in nedelja

Igralne urice z Beti in Cejem v igralnici Beti in Cej
Glasbena zabava z Ribičem Pepetom
sobota ob 14.00 in nedelja ob 10.00

PRED VODNIM MESTOM ATLANTIS sobota in nedelja

Kočija iz Lipice in jahanje ponijev
sobota in nedelja od 11.00 do 15.00

SITI TEATER sobota

Glasbeni festival Otroške Zvezdice 2011
sobota od 18.00 do 19.30
Laži, ampak pošteno! (uspešnica z Borutom Veselkom)
sobota ob 20.00

www.btc-city.com

DVORANA A

AHAT	10% popust na vse izdelke
ALDO NOGAVICE OUTLET KLET	50% popust do 9 parov, 60% popust na 10 do 19 parov, 70% popust nad 20 parov
ALDO NOGAVICE & TRIUMPH	10% popust na nogavice in perilo (redni program), do 50% popust na nogavice, perilo, kopalke in spalnega programa v akciji
ALENKA	30% popust na brisače, 30% popust na dišave za prostor, 5 % popust na vse izdelke
ARA SHOP	10% popust na obutev in torbice blagovne znamke ARA
AUREA	10% popust na vse izdelke
BABY CENTER	za vsakih 50€ nakupa izdelkov prejmejo darilni kupon za 10€. Akcija velja za izdelke na zalogi, ne velja v spletni trgovini. Kupon z omejenim rokom trajanja do 20.7.2011 prejmejo kupci na blagajni. Kupon ni unovčljiv v spletni trgovini ali v času akcije
BENETTON	od 50% do 80% na 2 kosa ali več na izdelke iz preteklih kolekcij
BENN	20% popust na vso novo kolekcijo, 30% popust na vse ostalo
BETI	30% popust na novo BETI poletno kolekcijo. Popusti se med seboj ne seštevajo
BIJOUX MODNI DODATKI	20% popust na vse izdelke
BOVARD	20% gotovinski popust na nogavice, 50% popust na označene artikle
BTC SVET MODE	10% popust na vso obutev
BULEVAR	10% popust na obutev in torbe
BUTIK TIGGA	70% popust na določene izdelke, 50% popust na ženska oblačila, 30% popust na moške obleke
BY AMERICAN	od 20% do 70% popusta na označene izdelke
CECIL	20% popust na vse artikle
CECILIJA	20% popust na vso oblačilno metražo, 40% popust na določene artikle
CERRUTI 1881	40% popust, veliko znižanje ur in nakita
CHAMPION	15% popust na redno kolekcijo (popusti se med seboj ne seštevajo)
CULT	10% popust na srebro (nakit) in srebrni piercing nakit, 20% popust na pl. jeklo, titan, volfram, piercing nakit kirurško jeklo in titan+bio plast, 30% bižuterija
ČAR AROME	10% popust na vse izdelke
DARILA	10% popust na vse izdelke, ne glede na način plačila. Popusti se ne seštevajo.
DM	10% popust na nakup
DROGERIJA LOLA	50% popust na torbice, 20% popust na denarnice, 20% popust pasovi, 20% popust na rute, šale, 10% popust oilily
EBATT-HIŠA ENERGIJE IN SVETLOBE	15% popust na artikle, ki niso v akciji
EIGRACE.COM	5% na LEGO kocke in 10% na vse ostale igrače
FAN SPORT	20% popust na vse artikle, razen 10% popust na obutev CROCS
FANINA	15% popust na vso kolekcijo ženskih in moških kopal, spalni program in nogavice, 30% popust na žensko spodnje perilo Moda
FELINA	20% popust na spodnje perilo, kopalke in na spalni program
FITNES No1	10% na vse izdelke, ne glede na način plačila. Popusti se ne seštevajo.
FRIZERSKI SALON »LM«	10% popust na vse frizerske storitve
GALEB SVET PERILA-VOGAL	20% popust na vso redno ponudbo
GALERIJA LA MANS	20% popusta na vse galerijske izdelke
GALERIJA SOKRAT	50% popust na vse slike olje na platno (okvir ni všteti)
GALERIJA ZIBKA	10% popust na vse blago ne glede na način plačila
GEOX SHOP	20% popust na Geox obutev
H2O	20% popust na oblačila in dodatke iz kolekcij H2O in Blue
HIP HOP SHOP	20% popust na vse artikle
HIŠA DARIL	10% popust na vse artikle
HITEX	19% gotovinski popust in darila ob nakupu; ležišča-deka v vrednosti 100€, kašmir merino odeje-2 kosa za ceno 1; vzglavnik ali hitoflex- 2. izdelek 50% popust
HOBBY & GUNS	20% popust na daljinsko vodene avtomobile in helikopterje, 10% popust na zračno orožje in samostrele, 10% popust na taktično opremo, 10% popust na ribiško opremo
HUDAURA.COM	10% popust na ure in nakit
IANA&BOBOLI	20% popust na vse izdelke
ITAK ŠPORT	15% popust na vse letošnje modele rolerjev, 20% popust na vse lanske modele rolerjev
JOY	20% popust na vse izdelke
KATEKS	15% gotovinski popust. Popust ne velja za že znižane izdelke.
KATJA-PRO	20% popust na vse izdelke
KIBUBA	10% popust na celoten nakup. Popust se upošteva tudi pri akcijskih izdelkih, ne da pa se izkoristiti popusta hkrati s koriščenjem storžev (lojalnostne točke)
KILOMETER	15% popust na vso metrsko blago, kilogramsko metražo, dekorativno blago, jersey, viskozo in frotir
KIPLING	20% popust na stalno kolekcijo pomlad/poletje 2011
KNJIŽNI DISKONT	20% popust na blagovno znamko »Založba Karantanija«
KONFEKCIJA MARJA	20% popust na vse artikle
LABUS	20% popust na vse artikle
LCS	30% popust na izbrane artikle
LEDER	30% popust na usnjene jakne, 20% popust ostali izdelki
LEKARNA BIZJAK	20% popust na izdelke Somatoline Cosmetic, 30% popusta na oljne kapsule Ganoderma Lucidum, 2+1€=3 promocija Attiva Bronz
LEVIS	20% popust na izdelke iz nove kolekcije, do 50% popust na izdelke iz preteklih sezon
LINGULA	brezplačne pravilnične urice v angleščini za otroke od 4 do 6 let. Sobota, 21.5. do 10:30 do 12:00. Število otrok je omejeno
LISCA	10% popust na vse izdelke razen že znižanih, 50% popust na določene artikle, popust se obračuna na blagajni
MASS	velika ponudba obutve in torbic po akcijskih cenah
MEMORIES	50% popust za posamezne vzorčaste liste, 25% popust na vse nalepke, 30% popust na vse albume, 10% popust na EK luknjače, 10% popust na vse štempiljke, 10% popust na vse pakete listov
MK, KNJIGARNA, PAPIRNICA IN SVET KNJIGE	10% popust, razen na svet knjige, šolske knjige in že znižane knjige
MODE ITALY	10% popust na vse izdelke
M-ULTRA	30% popust na vse izdelke
NATUR HOUSE	10% popust pri nakupu prehranskih dopolnil, ter brezplačni pregled dietetika in posvet
NES	od 50% popust na novo in lansko kolekcijo pa vse do 80% popust
NINA NANA	20% popust na vse izdelke (postelji) Nina, rjuhe, prešite odeje, vzglavniki, brisače, dekorativni namizni program, okrasne blazine...
ONAON (2030)	15% popust na blagovne znamke Onaon
ONAON (2040)	15% popust na blagovne znamke Onaon
ORCHESTRA	15% popusta na vse izdelke
OSHKOSH & KANZ	3 za 2 na vse izdelke
PAMI	20% popust na vso obutev in torbice
PANTER AIRSOFT SHOP	20% popust na kratke majice blagovne znamke MFH, 10% popust na naše blagovne znamke Fox, 10% popust na airsoft replike
PAPRIKA	20% popust na vso obutev in torbice
PEKO	10% popust na vso obutev
PETKA	10% popust na vso obutev, razen obutev, ki je že v akciji
PLANET MODE	10% popust na vse izdelke, določeni modeli do 50% popusta
POHODNIK	15% popust na obutev, 15% popust na tekstil
POLICE SHOP	20% popust na vse izdelke
POLZELA-GLAMOUR	10% popust na vse izdelke
POLZELA-OUTLET	10% popust na vse izdelke
POTOKAR	10% popust na THULE program, 15% popust na vse ostale artikle
PRINCESS SHOP	10% popust na vse artikle
PRINCIPESA	30% popust na izbrane šolske torbice, 10% popust na vse izdelke (razen akcij)
PRI LEVČKU	20% popusta na vse izdelke, razen na izdelke v akciji
S.OLIVER	15% popust na vse izdelke
SALON CREATINA	od 10% do 50% popusta na vse izdelke
SALON MEBLOJOGI	10% popust na vse izdelke Meblojogi iz rednega programa
SARIKO	30% do 50% popust na konfekcijo
SILVER STARS	10% popust na srebro (nakit) in srebrni piercing nakit, 20% popust na pl. jeklo (nakit) in piercing nakit iz kirurškega jekla, 20% popust na nakit iz titana in volframa
SLADKI KOT KAVARNA	Promocijske cene! Krem rezina samo 1,50€, torte vseh vrst 2,00€! Ob kavi presenečenje!

V SOBOTO od 9. do 20. ure in v NEDELJO od 9. do 18. ure

SLOWATCH	10% popust na vse izdelke
SLOWATCH OUTLET	10% popust na vse izdelke
SPALNI STUDIO VITAPUR	15% popust na vse odeje in vzglavnike Vitapur in Scandinavia, 10% popust na vse ostale neakcijske izdelke
SPAR	10% popust na vse izdelke (popusti se ne seštevajo)
SPORTSDIRECT.COM	10% popust na vsa kolesa
STEN TIME	20% gotovinski popust na vse izdelke in storitve
STYLE	20% popust na vse izdelke (oblačila, obutev, kopalke), 30% popust na dolgi rokav, jakne, od 40% do 60% popust na staro kolekcijo
SVILANIT	od 20% do 40% popust na izbrane izdelke, 10% popust na vse izdelke razen na izdelke v akcijski ponudbi, kopalni plašči po ugodnih cenah po 25€ in 35€ (določeni modeli)
TKANINA	20% popust na blagovne znamke Gelco, Pioneer, Vupitek, Bruhl, Arhas, Leros, OK MAL
TKANINA LEBEK	20% popust na vse artikle
TOKO	10% popust na celotno ponudbo
TOM TAILOR	20% popust na vse izdelke
TRANSPORT	10% popust na novo kolekcijo obutve in torb. Popusti ne veljajo na že znižane izdelke oz. izdelke v akciji
TREND	10% popusta na vse izdelke, določeni modeli do 50% popusta
PRI LEVČKU	20% popusta na vse izdelke, razen na izdelke v akciji
PRINCIPESA	30% popust na izbrane šolske torbice, 10% popust na vse izdelke (razen akcij)
TIFFANY	do 50% popusta
TWO WAY	20% popust na kolekcijo Pp2011
VELOŠPORT	do 60% popust rolerji Fila, do 40% popust čelade AGV
VIKATEKS	50% popust na vse izdelke
VOLNA BTC	50% popust na vse izdelke
YACHTING	do 50% popusta
ZLATARSTVO MOČNIK	10% popust na vse izdelke in storitve
ZOO	20% popust na vse izdelke
ZUPANC MIZARSTVO	20% popust na kuhinjske stole Hoffman, 15% popust jedilne mize, 10% popust Gorenje gospodinjski aparati
DVORANA D	
EMPORIUM	do 50% popusta na določene izdelke različnih blagovnih znamk
GALEB SVET PERILA-DEJKA	20% popust na vso redno ponudbo
JYSK SLOVENIJA	sedežna garnitura 44 EUR prihranka, vzmetnica 60% popusta
LUMINOS AMBIENTE	20% popust na vse izdelke, 40% popust na določene izdelke
MLADI TEHNIK	10% popust na vsak nakup
MODNI STUDIO	30% popust na blagovno znamko Avireks (usnjene jakne), na tekstilno konfekcijo (obleke), 20% popust na usnjeno konfekcijo in galanterijo
ODEJA	20% popust na vse izdelke
SLAŠČIČARNA GALERIJA GRAD	5% popust na slaščice
STOLČEK	10% gotovinski popust na nova naročila MURALES
ZAVAS	15% popust na vse izdelke, razen izdelke v akciji
DVORANA 1	
GIGASPORT	25% popust na tekstil, 20% popust na obutev
DVORANA 2	
SALON CREATINA	od 10% do 50% popusta na vse izdelke
DVORANA 3	
MR. PET	15% popust na vse artikle, razen na artikle, ki so že v akciji
DVORANA 4	
KERIN.POVIRK	30% popust na kuhinje Nobilia, 20% popust na kuhinje Hacker, jedilnice Trabaldo, sedežne garniture Polaris, 10% popust na vrtno pohištvo in dodatke za dom
OPTIKA CLARUS	15% popust na vse izdelke
STUDIO DORMEO	pri nakupu dveh vzglavnikov MEMOSAN 3 layer VAM DRUGEGA PODARIMO. 2X39,90=79,80€, PRIHRANEK 39,90€
DVORANA 5	
BIG BANG	10 % popusta na vse televizorje in male gospodinjske aparate, 15 % popusta na belo tehniko (Popust se obračuna na blagajni. Popusti se med seboj ne seštevajo. Prav tako ob nakupu ni mogoče novčičiti kuponov za popust in Big Bang Bonusa. Navedene akcije ne veljajo v spletnem centru bigbang.si.), fotoaparati Sony DSC-TX5: redna cena 329,99 €, nova cena 279,99 €, zunanji disk WD Elements 2 TB: redna cena 119,99 €, nova cena 89,99 €, GSM Nokia 5230 3G: redna cena 129,99 €, nova cena 99,99 €, prenosna konzola Nintendo DSi: redna cena 149,99 €, nova cena 119,99 €.
MUELLER	10% popust na vse izdelke
DVORANA 6	
BIG BANG	10 % popusta na vse televizorje in male gospodinjske aparate, 15 % popusta na belo tehniko (Popust se obračuna na blagajni. Popusti se med seboj ne seštevajo. Prav tako ob nakupu ni mogoče novčičiti kuponov za popust in Big Bang Bonusa. Navedene akcije ne veljajo v spletnem centru bigbang.si.), fotoaparati Sony DSC-TX5: redna cena 329,99 €, nova cena 279,99 €, zunanji disk WD Elements 2 TB: redna cena 119,99 €, nova cena 89,99 €, GSM Nokia 5230 3G: redna cena 129,99 €, nova cena 99,99 €, prenosna konzola Nintendo DSi: redna cena 149,99 €, nova cena 119,99 €.
ECCO - SVET OBUTVE	10% popust na obutev in torbe
PEKO - SVET OBUTVE	10% popust na vso obutev
TUKANO	20% popust velja za hrano za pse in mačke Vita Life, Vitakraft in Hobby dog ter Hobby cat. Popusti se ne seštevajo
DVORANA 7	
MASS	velika ponudba obutve in torbic po akcijskih cenah
DVORANA 9	
DIAGNOSTIČNI CENTER CLARUS	50% popust: ultrazvočna preiskava trebušnih organov in prostate, merjenje kostne gotote, pregled in UZ dojk (21.5. od 10:00 do 18:00 ure); 50% popust: dermatološki pregled sumljivih znamenj na koži ter priprava kože na sonce, merjenje kostne gotote, ultrazvočna preiskava trebušnih organov in prostate (22.5. od 10:00 do 13:00 ure)
GA	40% popust na vse kuhinje, 15% popust na vse gospodinjske aparate izven akcije, 10% popust na vse gospodinjske aparate v akciji
GOLF CLARUS	50% popust na blagovno znamko Nike, 20% popust na vse izdelke v baru Clarus
DVORANA 10	
MOTHERCARE & ELC	30% popust na otroška in nosečniška oblačila, 20% na vozičke, avtosedeže, pohištvo, potovalne postelje, igrače ELC, 10% popust na opremo za hranjenje, kopanje, nego, dodatke za vozičke in avtosedeže. Popusti ne vključujejo izdelkov v akciji, Star Bug, drugih blagovnih znamk igrač, vrtna igrala. Popusti so za vse nove in stare lastnike kartice ugodnosti »Family Points«
DVORANA 11	
BABY CENTER	za vsakih 50€ nakupa izdelkov prejmejo darilni kupon za 10€. Akcija velja za izdelke na zalogi, ne velja v spletni trgovini. Kupon z omejenim rokom trajanja do 20.7.2011 prejmejo kupci na blagajni. Kupon ni novčičljiv v spletni trgovini ali v času akcije
BIG BANG	10 % popusta na vse televizorje in male gospodinjske aparate, 15 % popusta na belo tehniko (Popust se obračuna na blagajni. Popusti se med seboj ne seštevajo. Prav tako ob nakupu ni mogoče novčičiti kuponov za popust in Big Bang Bonusa. Navedene akcije ne veljajo v spletnem centru bigbang.si.), fotoaparati Sony DSC-TX5: redna cena 329,99 €, nova cena 279,99 €, zunanji disk WD Elements 2 TB: redna cena 119,99 €, nova cena 89,99 €, GSM Nokia 5230 3G: redna cena 129,99 €, nova cena 99,99 €, prenosna konzola Nintendo DSi: redna cena 149,99 €, nova cena 119,99 €.
CONRAD	5% popust na izdelke na zalogi. Popust ne velja na izdelke v akciji in za že znižane izdelke.
DELKO	10% popust na vse izdelke, razen izdelkov v akciji
DVORANA 12	
HALA 12	20% popust za vse izdelke
DVORANA 17	
MERKUR	10% popust na vse, razen na stavbno pohištvo in izdelke, ki so vključeni v druge Merkurjeve akcije
DVORANA 18	
ROLLBAR-KARTING CENTER	10% popusta na vso pijačo v Rollbaru, vse karting vožnje po akcijski ceni 10€/osebo/vožnjo
TRŽNICA	
EUROSPIN	20% popust na vse artikle bazar
KMETIJA ŠORLI	20% popust na 1l borovničevca, 1l belo-sauvignon-rebula (odprta vina)
PLODOVI	10% popust na ekološko: sadje, orehe, oreščke, semena in rifuzne prodaje
VC KALIA	40% popust na rastline (drevnina, grmovnice, trajnice, balkonsko cvetje). Popust ne velja na artikle iz akcije za maj.
AVTOCENTER	
MAZDA	popusti: Mazda2 800€, Mazda3 1800€, M3 Mira 1600€, Mazda6 3500€+podaljšana garancija. Mazda5 potovalni paket ali 1000€ popusta. CX7 podaljšana garancija
RESTAVRACIJA ARGENTINO	brezplačna kava



BTC City Ljubljana

Festival nakupov in zabave



21.- 22.maj 2011

Veliki koncert Danijele! Naj popusti! Naj zabava!

Od 20. 5. do 27. 6. 2011

**POSEBNA UGODNOST SAMO
ZA BRALCE AKTUALNE
ŠTEVILKE BTC CITY VODNIK**


Maros
Pohištvo
www.maros.si

**NAKUPI SEDEŽNIH
GARNITUR I&I
S KUPONOM
SEDAJ ŠE CENEJE!*****Sedežne garniture
I&I IZ ZALOGE****s kuponom do
-25%***

Takojšnja dobava!*

**Ob individualnem naročilu sedežne garniture I&I
sedaj nakup s kuponom z do 15% popustom!***

I&I ■ model B609 ■ trosed z ležalnim delom, usnje kat.15
■ PREJ 1.540,80 EUR, SEDAJ 1.643,52 EUR, PRIHRANEK 513,60 EUR*
IZZALOGE Slika je simbolična.



I&I ■ model B619 ■ trosed z ležalnim delom, usnje kat.15
■ PREJ OD 2.613,60 EUR, SEDAJ OD 1.960,20 EUR, PRIHRANEK
653,40 EUR* IZZALOGE Slika je simbolična.

PRODAJNA MESTA:

LJUBLJANA, BTC Dvorana 2, Šmartinska c. 152, T 01 401 20 27/28/29
 CELJE, Celeiapark, Aškerčeva 14, T 03 491 8270
 JESENICE NA DOLENJSKEM, TPC Slovenska vas, T 07 457 4072

*Ponudba za bralce aktualne številke BTC CITY VODNIK za nakup s kuponom (ob individualnem naročilu iz ponudbe sedežnih garnitur I&I ter ob nakupu sedežne garniture I&I iz zaloge) traja od 20.5.2011 do 27.6.2011. Splošne informacije in podrobnejše informacije o ponudbi in o akciji prejmete na navedenih prodajnih mestih podjetja Maros d.o.o. Popust se obračuna na prodajne cene, ki vključujejo DDV. Vse slike so simbolične. Podjetje Maros d.o.o. si pridržuje pravice do spremembe cene pri dobaviteljih. Spremembe in napake v tisku so možne. Popusti se ne seštevajo in se izključujejo z ostalo ponudbo in akcijami. Takojšnja dobava velja za modele iz zaloge. Maros d.o.o., Šmartinska 53, 1000 Ljubljana, T 01 401 20 00.

VAŠ KUPON**SEDEŽNE GARNITURE I&I do 27.6.2011**

Ob nakupu modelov I&I iz zaloge vam s predložitvijo tega kupona priznamo **do 25%*** popust

Ob individualnem naročilu modelov I&I s kuponom prejmete do 15%* popust.

Bon se lahko koristi ob enkratnem nakupu sedežnih garnitur I&I iz zaloge oz. ob individualnem naročilu sedežne garniture I&I, na navedenih prodajnih mestih podjetja Maros d.o.o., Šmartinska 53, Ljubljana. Popust se obračuna na blagajni. Popusti se ne seštevajo in se izključujejo z ostalo ponudbo in akcijami.

20 STIL

prosti čas



Športno poletje

Bliža se čas poletja, sončnih žarkov in cvetoče narave, ko se z veseljem odpravimo na prosto. Na kolo, tek, rolerje ali pa samo na sproščujoč sprehod. Da boste lepe tudi v prostem času, smo pobrskali po trgovinah in pripravili nekaj idej, za katere upamo, da bodo našle prostor v športnem delu vaše omare.

1 Pakčice Nike 49,99 €, top Nike 29,99 €, torba Nike 29,99 €, jopica O'Neill 69,95 €, kapa 22,96 €; kletna etaža Hala 12; **2** Žoga 17,99 €; kletna etaža Hala 12; **3** Superge Adidas 79,99 €; prtiličje Hala 12; **4** Superge Adidas 75,99 €; prtiličje Hala 12; **5** Jopica s kapuco 104,95 €, majica 34,95 €, capri hlače 49,95 €; trgovina H2O, Dvorana A; **6** Bidon Adidas 5,99 €; kletna etaža Hala 12; **7** Anorak 74,95 €, majica 34,95 €; trgovina H2O, Dvorana A; kratke hlače Icepeak 19,99 €; kletna etaža Hala 12; **8** Cargo hlače 74,95 €; trgovina H2O, Dvorana A; majica Custo 45 €; prtiličje Hala 12; **9** Majica s kratkimi rokavi 44,95 €, majica brez rokavov 24,95 €, capri hlače 44,95 €; trgovina H2O, Dvorana A; **10** Majica Madness 29,95 €, kapa 22,96 €; kletna etaža Hala 12; kratke hlače Deha 59 €; prtiličje Hala 12; torba 29,95 €; trgovina H2O, Dvorana A; **11** Torba Adidas 44,99 €; prtiličje Hala 12

STIL

prosti čas

7



8



9



10



11

MERKUR

Veselo na delo!



festival nakupov in zabave
BTC City Ljubljana, 21. in 22. maj

MERKUR
Ljubljana BTC



10%

popust na vse izdelke.*
sobota, 21. 5. in
nedelja 22. 5. 2011

*Popust velja samo v trgovskem centru MERKUR Ljubljana BTC v soboto, 21. 5. in v nedeljo 22. 5. 2011 za vse izdelke na zalogi, razen za stavbno pohištvo in izdelke, ki so vključeni v druge Merkurjeve akcije. ODPRTO: soboto, 21. 5. 2011, od 9. do 20. ure, nedeljo, 22. 5. 2011, od 9. do 18. ure, MERKUR Ljubljana BTC, dvorana 17, Šmartinska 152, tel.: (01) 520 08 16.

Merkur, d. l., Cesta na Okroglo 7, 4202 Naklo

HITEX
Zdravo spanje

ZA ODLIČEN POČITEK NA DOPUSTU
- DOSTAVA TUDI NA HRVAŠKO



IZJEMNA PONUDBA ZA VSE, KI VAM JE DOVOLJ NENEHNEGA PREMETAVANJA PO POSTELJI
Ob nakupu ležišča vam podarimo prevleko iz ekološko pridobljenega bombaža

Kakovost spanja je v današnjem stresnem času izjemno pomembna, saj so običajno naše misli dosti bolj utrujene kot telo. Dobro ležišče nam slabih misli zagotovo ne bo odgnalo, pomagalo pa bo telesu, da se hitreje sprosti.

POMEMBNOST pravilno izbranega ležišča

Vsak posameznik je drugačen. Ima drugačne želje, navade, zahteve,... Zato tudi en tip, en material in ena trdota ležišča že dolgo nista več dovolj za zadovoljitev vseh želja kupcev. Le na ležišču, ki je zračno in se nam glede na našo telesno konstitucijo popolnoma prilagaja, se bomo lahko spočili in imeli več volje za raznovrstne dnevne aktivnosti.

NAKUP Z DOBRIM PRIHRANKOM IN DARILOM

Bombaž je naravno vlakno le, kadar je gojen v naravnem okolju in ne s sintetičnimi derivati. V tokratni ponudbi vam ob nakupu ležišča prevleko COTTANIC iz ekološko pridobljenega bombaža, gojenega brez pesticidov, herbicidov in drugih toksinov PODARIMO.

DARILO 15%

Da bo vaše spanje res postalo počitek, vam bomo v mesecu maju poleg 18% gotovinskega popusta na vse izdelke za zdravo spanje, ob nakupu ležišča in predložitvi kupona PODARILI prevleko COTTANIC.

Doplačilo v redni prodaji 50€. Popusti in ugodnosti se ne seštevajo.

LEŽIŠČA IZ LATEXA IN HLADNO PENJENE PENE • VODNE POSTELJE VZGLAVNIKI • POSTELJNA DNA • POSTELJE IZ MASIVNEGA LESA

www.hitex.si

BTC hala A, tel.: 01 / 585 16 26

**Kmetija Jamšek – Sveže domače mleko
IZPOD KAMNIŠKIH PLANIN**



**Mlekomat
NON STOP**
TUDI OB NEDELJAH IN PRAZNIKIH

Doživite okus neokrnjenega, svežega surovega mleka. Vsak dan si lahko mleko natočite na naših mlekomatih v Ljubljani na Tržnici BTC, pri Ruskem carju poleg Supermarketa Tuš in Kamniku na Steletovi ulici nasproti Mercator centra.

OTVORITEV NOVIH MLEKOMATOV V JUNIJU !!! V Ljubljani na Petrolovih bencinskih servisih na Celovski (Šiška) in Šmartinski cesti (Savsko naselje) ter v Mostah pri Komendi (pred trgovino Tuš)

Z integrirano pridelavo ščitimo naravne življenjske vire (zemlja, voda, zrak), pridelava hrane je zdrava in kakovostna. Tak način pridelave se od tradicionalnega kmetovanja loči po tem, da so vsi procesi pod strogim nadzorom, kar daje potrošnikom zagotovilo, da **proizvodi ustrezajo višjim standardom kakovosti.**

Z EURO ključem lahko kupite mleko in platenke na vseh naših mlekomatih, kjer si na ključek naložite tudi dobroimetje.



Čas je za kisanje mleka



Več informacij na spletu www.kmetija-jamsek.si

INTERVJU

Danijela Martinović



Koncerti so moja majhna praznovanja

Vedno nasmejana in temperamentna Splitčanka, ki je pred desetletjem in pol že s prvim izdanim albumom ne le na Hrvaškem, temveč tudi v Sloveniji, postala najbolje prodajani izvajalec in v vrhu ostala vse do danes, se po novem, nedavno izdanem albumu Unikat znova vrača v Ljubljano – tokrat na oder BTC Cityja. O koncertu ni želela povedati veliko, obljubila pa je, da za vse obiskovalce pripravlja nekaj lepega.

Februarja letos je izšel vaš deveti album, Unikat; na kaj ste pri izbiri pesmi za vsak novi album še posebej pozorni? Je to sporočilnost, besedilo, angažma ali moč glasbe same?

Vse naštetost sestavlja celoto, sestavlja pesem. Pozorna sem bila na vsako še tako majhno podrobnost, saj drugače ne morem in ne znam.

Kateri vidik ustvarjanja vam pomeni največje zadovoljstvo? So to koncerti, studijski posnetki, morda video?

Ustvarjanje pesmi je nekaj najlepšega – sestavljaš jih košček za koščkom in opazuješ, kako nastaja nekaj, kar bo ostalo za teboj. Koncerti so moja majhna praznovanja, svoje občinstvo obožujem in komunikaciji z njim – koncertom – se ne bom odrekla nikoli!

Na vaših koncertih občinstvo lahko prisluhne pesmim z vaših devetih albumov, pa tudi tistim, ki

so jih pred vami prepevali drugi izvajalci; kakšna je pravzaprav formula za dober koncert?

Samo dobra fešta! Želim, da se publika dobro zabava, pozabi na prav vse težave – da se »odklopi«, pleše in poje – to je edina formula.

Vas splitski kolega Goran Karan je nekoč rekel, da obstajajo pesmi za rojstvo, za smrt in za vse tisto med njima; kako bi svoje pesmi opisali vi?

Fešta, zabava, fešta, zabava ... Žalosti je tako ali tako preveč.

Ste na začetku vaše kariere sploh pomislili, da boste nekoč tako priljubljeni in da bodo vaši albumi izšli v tako visokih nakladah? V čem je skrivnost uspeha?

Ničesar nisem načrtovala, ne v poslu in ne v zasebnem življenju – živim tako, kot mi narekuje srce, in srce mi je takrat reklo: Čas je, da greš naprej. Saj veste, srce kot srce, vedno ima prav!

Katera od pesmi, ki ste jih izvajali od srede devetdesetih, od začetkov vaše solistične kariere, je vam osebno najljubša? Morda Neka mi ne svane, s katero ste zastopali hrvaške barve na Eurosongu 1998 na Irskem?

Srečna sem, ker sem imela priložnost odpeti mnogo lepih pesmi in zato hvala vsem avtorjem, ki so mi izkazali to čast ... Zovem te ja, Ide mi, Pleši sa mnom, Ovako ne mogu dalje, Neka mi ne svane, Marke nemam, Danima godinama satim, To nije to.

Pogosto slišimo očitke, da hrvaški pevci veliko nastopajo v Sloveniji in da le malo slovenskih glasbenikov dobi priložnost za nastope na Hrvaškem; to pomeni, da je slovenska zabavna glasba manj kakovostna in zato na Hrvaškem manj prepoznavna?

Mislím, da je vsak odgovoren za svoje življenje in da je odgovor na vsa vprašanja vedno v nas samih, ne izven nas!

Kakšen je na vaših koncertih v Sloveniji odziv občinstva, če ga primerjamo z obiskovalci vaših koncertov na Hrvaškem?

Moje občinstvo je vedno in povsod enako / isto. Pomembno se mi zdi le to, da se imamo na koncertih vsi dobro.

S Kemalom Montenom, Halidom Bešlićem in Arsenom Dedićem ste v zadnjem obdobju posneli nekaj čudovitih duetov, s pevcem Renom in skupino Kingston pa pred letom dni pesem Original; s katerim slovenskim pevcem bi si še želeli odpeti v duetu?

Ob tako čudovitih duetih resnično še nisem razmišljala o naslednjem.

Bi še enkrat peli v slovenščini?

Kdo ve, kaj prinese jutrišnji dan?

Boste na koncertu v BTC Cityju predstavili tudi starejše uspešnice ali le pesmi z zadnjega albuma Unikat?

Bo marsikaj lepega, samo ne smem povedati.

Kje ste iskali inspiracijo zanj in kakšni publiki je pravzaprav namenjen?

Namenjen je vsem ljudem dobre volje, širokega nasmeha, srečnih obrazov – vsem, ki imajo radi življenje!

Malo za šalo in malo zares; ste ustvarjalni, veliko nastopate, koncertirate, potujete, snemate ... Se vam ne zdi, da rušite mit o pregovorno lenih Dalmatincih?

Kdo pravi, da so Dalmatinci leni? Sram naj bo tistega, ki je to rekel!

Ob glasbi in Petru Grašu – obstaja še kakšna ljubezen?

Morje, vino, narava, ljudje, konji, delfini, mesec ...

MARATON

FRANJA BTC CITY MUSEEUW CLASSIC

Pripravljeni na Maraton Franja?

Ker nas do najdaljšega in največjega slovenskega kolesarskega maratona loči le slab mesec dni, je prav, da dneve pred zaključno preizkušnjo namenimo intenzivni vadbi in se naučimo racionalno porabljati energijo.

Tabela prikazuje šesttedenski program, ker pa so do maratona ostali le še trije tedni, se ob predpostavki, da že trenirate, osredotočite zgolj na zadnje tri. Teden po maratonu pa si nekoliko oddahnite. Vsekakor program dopušča individualno prilagajanje glede na vaš prosti čas in pa vremenske razmere. Svetujem pa vam, da si po izredno dolgi vožnji privoščite dan počitka, kar tabela tudi upošteva. Problem, ki je značilen za vse množične prireditve in v veliki meri vpliva tudi na uspešnost nastopa skoraj vseh posameznikov, je množični hitrostni sindrom. Maraton Franja BTC City bi skoraj lahko izvzeli iz te problematike, ker se prevozi nekaj kilometrov počasi in se telo ogreje. Na ostalih prireditvah tega ni in so starti takoj zelo hitri. To pa zelo slabo vpliva na naše energetske zaloge.

V praksi to pomeni, da četudi bo vaše telo fizično in energetsko pripravljeno prevoziti celotno traso maratona brez večjih prete-

sov, se na maratonu lahko zgodi, da boste zašli v težave. To pa zaradi tega, ker telo ni pripravljeno že takoj na začetku na zelo intenziven napor in je posledično poraba energije zelo neracionalna, zato vam je proti koncu zmanjkuje. Namreč, hitrejši ko je začetek, hitreje vam bodo pošle zaloge. To pomeni, da pri omenjenih treningih v proces vključite nekaj zelo hitro prevoženih kilometrov takoj na začetku (skoraj do maksimalnih individualnih sposobnosti), ko zapeljete iz garaže na cesto. Metoda ni posebno priljubljena niti v vrhunskem športu, je pa zelo učinkovita. Podoben odsek naredite pozneje še na sredini in na koncu treninga. Na ta način boste telo tudi delno pripravili na omenjeni problem. Seveda pa je treba pozneje na maratonu upoštevati pri zastavljenem ritmu vaše individualne sposobnosti proti sposobnostim množice. Prehrana pri vsem naštetem početju ni zanemarljiva. Še posebno dan pred dolgotrajnim naporom naj bo pretežno hidratnega izvora (približno 70 % celotne zaužite hrane). Če ste vsaj malo genotip za dolgotrajne napore, vam ob upoštevanju navedenih nalog in dejstev maratoni ne bi smeli povzročati večjih težav.

Avtor: Gorazd Penko



	Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek	Sobota	Nedelja
1. teden	40 km	počitek	60 km	počitek	počitek	100 km	počitek
2. teden	50 km	počitek	70 km	počitek	počitek	120 km	počitek
3. teden	50 km	počitek	80 km	počitek	počitek	150 km	počitek
4. teden	50 km	počitek	90 km	počitek	počitek	170 km	počitek
5. teden	50 km	počitek	60 km	počitek	počitek	130 km	počitek
6. teden	50 km	počitek	70 km	počitek	počitek	40km	Maraton Franja 156 km

Izpolnjeno prijavnico in potrdilo o plačilu prijavnine pošljite na **Kolesarsko društvo Rog, Slomškova 4, 1000 Ljubljana**. Prijavite se lahko tudi na spletni strani **www.franja.org**

BTC City, 11. in 12. junij 2011

www.franja.org

(156 km)
Maraton Franja BTC City-Museeuw classic
TRR: 33000-0002426446, Hypo Group Alpe-Adria-Bank d.d.

(97 km)
Mali Maraton Franja BTC City
TRR: 33000-0002426446, Hypo Group Alpe-Adria-Bank d.d.

(1,2 km)
BTC City preizkušnja za otroke
Brezplačno

(25 km) Brezplačno
Družinsko šolski maraton Kluba Polet za vsakogar

Ime: _____

Priimek: _____

Championchip: _____ Spol: _____

Št. licence: _____ m ž

Rojstni datum: _____ Nacionalnost: _____

Naslov: _____

Poštalkraj: _____

E-pošta: _____

Mob.tel.: _____

Ekipa /klub: _____

Popust za člane Kluba Polet 4€ / član Kluba Polet

Podpis: _____ DA NE

Z oddano in izpolnjeno prijavnico soglašam, da organizator obdeluje in uporablja moje v prijavi navedene podatke za namene neposrednega trženja, ter da se lahko moji podatki za isti namen posredujejo družbam, ki sponzorirajo to prireditev. Potrjujem, da so podatki, ki sem jih zapisal, resnični. Izjavljam, da sem zdrav, vsestransko pripravljen na tekmovanje in zdravstveno sposoben prevoziti traso na maratonu. Upošteval bom navodila organizatorja in tekmoval na lastno odgovornost. Zoper organizatorja ne bom vložil nobene zahteve ali tožbe zaradi kakršnokoli škode, ki bi jo utrpel v zvezi z udeležbo na tej prireditvi. Soglašam, da bodo vsi podatki iz te prijavnice objavljeni v sredstvih obveščanja, ki lahko moje fotografije, filmske ali video posnetke, intervjuje ipd., kar je v zvezi z Maratonom Franja, objavijo, ne da bi od njih zahteval kakršnokoli povračilo.

Maraton Franja BTC City Museeuw Classic 2011

Sobota, 11. junij 2011

Ob 16.00: Poletov družinsko-šolski maraton za vsakogar (25 km)

Ob 16.30: BTC City preizkušnja za otroke (1.450 m)

Nedelja, 12. junij 2011

Ob 9.00: Maraton Franja BTC City – Museeuw Classic (156 km)

Ob 10.30: Mali maraton Franja (97 km)

Več informacij: www.franja.org



- 20%
preproge

home
decor



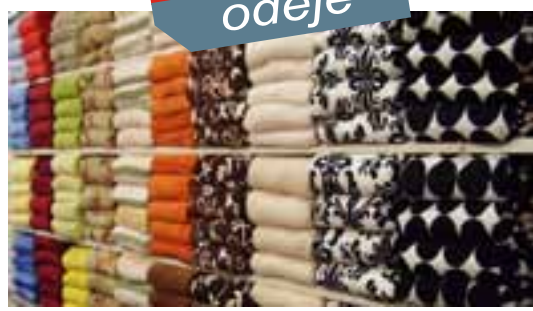
- 20%
odeje



- 10%
talne obloge



- 10%
posteljnina



preproge

talne obloge

SALON CREATINA™

www.creatina.si
BTC City Ljubljana, hala 2
BTC City Ljubljana, hala A

ZUNANJA IGRALA ZA VSAKEGA MALČKA

Paradiso glasbena gugalnica 3 v 1
Art. 167179

Smoby tobogan z vodo XL
dim. 254x134x106 cm
Art. 198587

Marian Plast otroška vila
dim. 165x102x126 cm
Art. 179399

HOPPOP leseni poganjalec Motta
(Aqua, Fuchsia ali Lime)
Art. 200975-200977

Marian Plast otroška hiša
dim. 101x108x110 cm
Art. 198591

GMT otroško kolo
(Spider ali Pretty girl)
Art. 211204 - 211209

Paradiso gugalnik polžek
Art. 172701

Paradiso peskovnik deteljica
dim. 93x103x21 cm
Art. 167177

Marian Plast igralo tobogan
dim. 180x100x100 cm
Art. 165224

NA VOLJO V IZBRANIH TRGOVINAH

ALICE GAS

GAS
FOOTWEAR



Blagovna znamka GAS združuje čarobnost, enkratnost in neponovljivost, udobje, aktivnost, privlačnost, sproščenost. To je obutev, ki jo preprosto morate imeti. Namenjena je vsem, ki so radi videti nekaj posebnega, ki ljubijo modo in z njo izražajo svojo osebnost prav vsak dan.

Njena zgodovina je zelo bogata in sega v sedemdeseta leta preteklega stoletja. Nastala je zaradi strasti in ustvarjalnosti vsemogočnega oblikovalca **Claudia Grotta**, ki je trgu ponudil oblačila ter modne dodatke vrhunske kakovosti in prefinjenega italijanskega dizajna.

Ekskluzivno v prodajalnah MASS

www.mass.si
MASS
obuje tudi vas

TREND

športno

Pozor, ženska na kolesih!



1



2



3



4

Pomlad je čas za raznovrstne športne aktivnosti. Vsakdo sam najbolje ve, kaj mu ustreza in kaj ne, za kaj se mu splača potruditi in za kaj ne. Ker je videz v današnjih časih (žal) še vedno zelo pomemben, se v teh dneh mnogi intenzivno pripravljajo na poletno sezono in, seveda, sezono kopalke. Morda bolj kot moški se za vitkejšo oziroma lepše izoblikovano postavo trudijo ženske, ki pa za športne aktivnosti potrebujejo tudi ustrezno opremo. V tokratnem Trendu vam predstavljamo nekaj zanimivih predlogov opreme za nežnejši spol iz trgovin BTC Cityja, ki pa bodo prišli prav pri kolesarjenju, rolanju, vožnji s skirojem ali pa preprostem pohodništvu.

- 1** Zaščitna čelada Powerslide fitness pro pure; 39,90 €; Itak Šport, Dvorana A – pritličje
 Ščitniki za rolarje Standard pro pure; 19,90 €; Itak Šport, Dvorana A – pritličje
 Rolarji Powerslide phuzion; 219,90 €; Itak Šport, Dvorana A – pritličje
 Majica za tek Asics (dolgi rokavi); 18 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Capri kolesarske hlače Karrimor; 12 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
- 2** Skiro Yedoo city; 134,95 €; Itak Šport, Dvorana A – pritličje
- 3** Kolo Muddyfox switch; 224 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Kolesarske rokavice Muddyfox; 10 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Športna sončna očala Casco; 35 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Zaščitna kolesarska čelada Dunlop; 10 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Bidon EZ freeze (z možnostjo hladitve pijače); 7 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Nahrbtnik Karrimor taurus; 15 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Capri kolesarske hlače Karrimor; 12 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Čevlji za tek Asics gel; 90 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
 Majica Dunlop profi (brez rokavov); 24 €; Sportsdirect.com, Dvorana A – prvo nadstropje
- 4** Pohodne palice model 65; 44 €; Pohodnik, Dvorana A – prvo nadstropje
 Gojzarji Air revolution lady; 210 €; Pohodnik, Dvorana A – prvo nadstropje
 Majica w relaxed (kratki rokavi); 29,30 €; Pohodnik, Dvorana A – prvo nadstropje
 Vetrovka w ridgeway; 159,99 €; Pohodnik, Dvorana A – prvo nadstropje
 Pohodne hlače Yard; 80 €; Pohodnik, Dvorana A – prvo nadstropje



20.5. ob 20h KONČNO SREČNA
Ker se je težko smejeti samemu sebi, se rajši smejte Desi Muck!
produkcija: Pisateljstvo Muck in Go partner

OTROŠKE ZVEZDICE 2011 21.5. ob 18h
6. mednarodni glasbeni festival za otroke in mladino.

22.5. ob 20h LAŽI, AMPAK POŠTENO!
Komedija o resnici z motivatorjem laganja, dr. Borutom Veselkom.
produkcija: Kreker in SiTiTeater BTC

GODART LIVE 25.5. ob 20h **PREMIERA!**
Nova predstava zabavnega dua Jure Godler/Tilen Artač, ki povezuje glasbo, humor in čarovnije.

26.5. ob 20h STAND UP ČETRTEK
Zaključek sezone z viktorskim parom Lucijo Čirovič in Pižamo ter Alešem Novakom,
Iztokom Majheničem in gostiteljem Tinom Vodopivcem.
produkcija: Komikaze in SiTiTeater BTC

SiTiTeater pod zvezdami
LJUBLJANSKI GRAD
grajsko dvorišče

JAMSKI ČLOVEK 6.6. ob 21h
Uroš Füst v svetovni uspešnici, ki je tudi v Sloveniji porušila vse rekorde!
produkcija: Gustav film, Theater Mogul in SiTiTeater BTC

13.5. ob 21h LAŽI, AMPAK POŠTENO!
Komedija o resnici z motivatorjem laganja, dr. Borutom Veselkom.
produkcija: Kreker in SiTiTeater BTC

FOTR 20.6. ob 21h
Lado Bizovičar v uspešnici za vse fotre in mame, bodoče, aktualne in ostale!
produkcija: Kreker in SiTiTeater BTC

200. PONOVIČEV 27.6. ob 21h **OD TIŠINE DO GLASBE**
V eni uri od kamene dobe do Rolling stonesov z Juretom Ivanušičem.
avtorski projekt



■ Nova predstava v SiTi Teatru: GodArt – live

GodArt - live je najnovejša predstava znanega dinamičnega dua - pianista Jureta Godlerja in violončelista Tilna Artača, ki sta v širši javnosti poznana kot odlična komedijanta, imitatorja in glasbenika. Po uspešnih nastopih, med drugim z Michaelom Winslowom v Unionski dvorani v Ljubljani in lani jeseni v znanem Comedy & Magic Clubu - Hermosa Beach v Los Angelesu, v katerem redno nastopa tudi Jay Leno, se bo lahko ljubljansko občinstvo ponovno nasmejalo temu zabavnemu tandemu.

GodArt pri svojem delu združujeta tri temeljna področja zabavnštva: glasbo, humor in čarovnije. V njihnih predstavah smo pričča prefinjenemu humorju in iluzijam, ki so vpete v vsebino, ter združitvi klasične glasbe s pop-modernim slogom.

Vas zanima, kako se obnašati na koncertu klasične glasbe? Bi radi izvedeli nekaj več o klasični operi in prisluhnili pravi operni primadoni? Ali si drznete prisluhniti, kako Beatti, Michael Jackson, Britney Spears ali Lady GaGa zvenijo na originalen klasičen način? Vse to in še mnogo več vam razkrije GodArt v svoji novi predstavi.

Premiera: sredo, 25. 5. 2011 ob 20. uri, SiTi Teater BTC



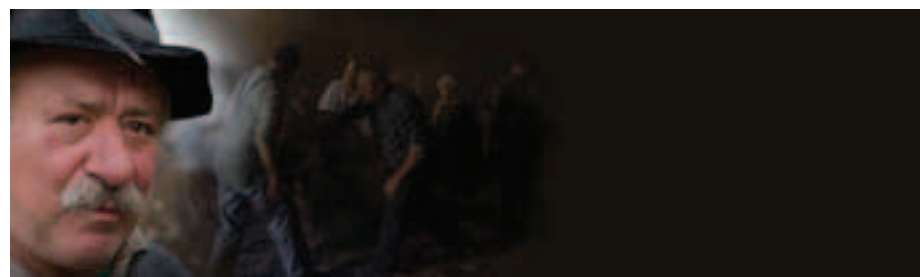
■ Mednarodni glasbeni festival Otroške Zvezdice

Društvo slovensko-makedonskega prijateljstva iz Ljubljane organizira v Sloveniji že šesto leto zapored mednarodni glasbeni festival Otroške Zvezdice.

Ta enkratna prireditev za otroke predstavlja mini otroško evrovizijo, ki navdušuje vse ljubitelje otroške glasbe. Na festivalu nastopajo otroci, stari od 7 do 14 let, ki so izredno talentirani za petje in glasbo. Otroci prihajajo iz Makedonije, Bolgarije, Srbije, Črne Gore, Bosne, Hrvaške in Slovenije. Nastopajoči otroci so pred udeležbo festivala Otroške Zvezdice v Ljubljani že bili zmagovalci na festivalih v svojih državah. Letošnji nastopi na Festivalu nakupov in zabave:

- sobota, 21. 5. ob 12. uri, glavno prizorišče pred Dvorano A
- sobota, 21. 5. ob 18. uri, SiTi Teater BTC
- nedelja, 22. 5. ob 10.30, spodnja etaža Emporiuma

Za obisk koncerta v SiTi Teatru si zagotovite brezplačno vstopnico na Infotočki v Dvorani A ali pred koncertom v SiTi Teatru.



■ Dokumentarni film naš Ruda v SiTi Teatru

Film naš Ruda nas navdihne, da v sebi poiščemo in občutimo skupne korenine ter obudimo vrednote pristnega, polnokrvnega življenja. Ruda nas popelje v svet podob iz preteklosti naših krajev. V njih oživi kot knap, oglar, orač, sejalec, mlatič, tesar, krovce šikelnov, mesar, Krjavelj, berač ... S svojo vsestransko spretnostjo preseneča in navdušuje. Pritegne ljudi okoli sebe in skupaj z njimi oživilja izjemno bogastvo naše kulturne dediščine, ki že tone v pozabo. Gledalci in gledalke smo doživeto postavljeni v središče pristnih dogajanj.

Celovečerni slovenski dokumentarni film bo v SiTi Teatru na ogled v torek, 7. 6. ob 20. uri. Po predstavi bo sledil tudi zanimiv pogovor z avtorji filma.

ZELENO

Zeliščni vrt na domačem balkonu

Znova je tu obdobje daljših in toplejših dni, ko se narava prebuja in nas s svojo življenjsko energijo vabi v svoj objem. Ne prebujajo se le gozdovi in travniki, prebujajo se tudi rastline v naših vrtovih in na okenskih policah ter nas kličejo, da se jih dotaknemo. Mnoge med njimi na naš dotik odgovorijo s prijetnim vonjem, ki nam obudi spomine. Spomine na prijetna doživetja preteklega leta, dopusta, vrtno zabave, na kateri smo postregli z jedmi, obogatenimi z vonji in okusi zelišč.

Morda se bomo prav zaradi tega najprej lotili priprave zeliščnega vrta; zelišča lahko posadimo v lončke na odprtem balkonu, terasi ali okenski polici v bližini kuhinje, lahko pa jih posadimo v del vrta, ki je namenjen druženju in počitku, kjer nas bodo s svojim vonjem ob večerih pomirjala. Najbolj primeren prostor je v bližini hiše, da bodo zelišča vedno na doseg roke, saj jih boste potrebovali v naglici.

Ker večina zelišč izhaja iz Sredozemlja in so navajena sonca in suhih leg, jim bomo najbolj ustregli tako, da jih bomo posadili na suhe in sončne lege, zavarovane pred vetrom. Prst naj bo prepustna, peščena, čeprav lahko uspevajo tudi v težjih tleh, ki jih je priporočljivo prej izboljšati tako, da jim dodamo pesek. Tal, kamor bomo sadili zelišča, ne gnojimo z umetnimi gnojili ali svežim hlevskim gnojem, saj bodo zelišča preveč bujno rasla, pozimi pa lahko zaradi tega pomrznila. Preveč pognojena in prebujno rastoča zelišča ne bodo imela tako izrazitega vonja in okusa. Zato za gnojenje raje uporabimo kompost. Kislost tal pa naj bo nevtralna, to je med 6,5 in 7,5 pH.

Zeliščni vrt v lončkih je lahko rešitev za manjše, atrijske vrtove, kjer ni dovolj prostora za prosto razrast rastlin ali geometrijsko oblikovane gredice. Če se odločimo za zeliščni vrt v lončkih, je priporočljivo, da izberemo ločke, ki so enake oblike, čeprav so različnih dimenzij, saj bo tako deloval enotno, kljub različni razrasti zelišč. Glede na vrtno opremo in materiale izberemo posode, ki se z njimi povezujejo po barvi, obliki in strukturi. Namestimo jih lahko v skupine na terasi, na gredi, na okenskih policah, ob poteh v vrtu ali pa jih obesimo. Oskrba rastlin v posodah bo nekoliko zahtevnejša kot oskrba rastlin, posajenih na prosto, saj se bo zaradi sončne lege prst v lončkih hitreje posušila. Za lažjo oskrbo je treba poskrbeti, da je na dnu vsakega lončka primerna drenažna luknja za odtekanje odvečne vode.

Oskrba zeliščnega vrta ni zahtevna, saj imajo zelišča, ki uspevajo v slabših pogojih, močnejši vonj. Večjo pozornost bomo morali posvetiti tistim, ki rastejo v lončkih, saj jih bo treba zalivati. Z vsako rezjo, ko uporabljamo zelišča, pospešujemo njihovo razrast. Na ta način se rastline bolj košato razraščajo in ustvarijo še več uporabne listne mase, ki jo potrebujemo. Spomladi je treba zelišča, ki so prezimila, obrezati, predvsem posušene dele rastlin. Sveže, preživlele poganjke pa prikrajšamo, da se njihova rast razveja in pospeši. Med letom v mlajših nasadih redno odstranjujemo plevel, da rastlinam omogočimo bujno in nemoteno rast, saj jim plevel odvzema svetlobo in hranila. Ne uporabljamo herbicidov ali katerih koli drugih kemičnih pripravkov, saj bomo zelišča sproti uživali v prehrani. Za zaščito pred boleznimi in škodljivci raje uporabimo biološke pripravke, ki jih lahko pripravimo sami doma.

Zelišča najpogosteje shranjujemo tako, da jih posušimo ali pa zamrznemo. Najbolj naravno je sušenje na suhem zraku v temnem prostoru. Zelišča povežemo v ne preveč velike snope in jih obesimo v temno sobo ali na toplo in zračno podstrešje. Lahko jih posušimo tudi v pečici, kjer naj temperatura ne bi presegala 35 °C. Na ta način lahko nežna zelišča najhitreje posušimo. Za hitro sušenje pa lahko uporabimo tudi mikrovalovno pečico, v kateri bomo lahko majhne liste posušili že v eni minuti, večje, sočnejše liste pa v treh minutah. Za sušenje večje količine zelišč je priporočljivo, da si naredimo sušilnico. Tako posušena zelišča je treba uskladiščiti, saj bodo v nasprotnem primeru znova začela vpijati vlago. Listi so suhi, ko so tako krhki, da se z lahkoto prelomijo, posušeni cvetovi naj ob dotiku šelestijo kot svilen papir, korenine pa naj med prsti počijo, ko jih želimo prepogniti. Za shranjevanje so najprimernejši nepredušno zaprti kozarci ali lonci. Če so posode steklene, jih moramo hraniti v temnem prostoru.

BAZILIKA – OCIMUM basilicum
ŠETRAJ – SATUREJA hortensis
MATERINA DUŠICA – THYMUS citioorus
META – MENTHA arvensis
PETERŠILJ – PETROSELIVUM crispum
ROŽMARIN – ROSMARINUS officinalis
ŽAJBELJ – SALVIA officinalis

Navedena zelišča in okrasne lončke smo izbrali v Merkurju, BTC City



Pomladna svežina solat v BTC Cityju

Za boljše počutje in kot pomoč pri oblikovanju telesa uživajmo več svežih solat.

Vožnje s kolesom, tek, rolanje in sprehodi so že v polnem teku, saj se bliža poletje in s tem tudi čas globokih dekoltejev, razkrivajočih se popkov, kratkih hlač, kril ter navsezadnje tudi težnje po čim lepše oblikovanih telesih. Spomladi se ponavadi vneto trudimo izgubiti kilograme, ki smo jih pridobili čez zimo, in, morda ne da bi se zavedali, stremimo k doseganju idealov vitkosti, ki so jih začrtali manekeni in manekenke po vsem svetu.

Trud za doseganje teh idealov pa se ne bo pokazal, če ne bomo jedli bolj uravnoteženih obrokov in skušali v hrano vključiti čim več zdravih in svežih sestavin, kot so na primer solate. Te imajo v sebi polno vitaminov – A, B, C, E in K – ter mineralov, ki so potrebni za vrsto bioloških procesov v našem telesu, vključno s prebavo, rastjo in delovanjem živcev. Ker tudi v BTC Cityju radi uživamo

uravnotežene, polne in zdrave obroke, smo se tokrat odločili, da vam predstavimo nekaj solat iz gostiln in barov v BTC Cityju. Tako si lahko med nakupi v Dvorani A privoščite kratko pavzo in se ustavite v novi restavraciji Pavza, kjer lahko poleg testenin in pic z mediteranskim pridihom izbirate med raznovrstnimi solatami, ali pa v Brajdi, kjer vam bodo poleg specialitet z žara pripravili tudi katero izmed njihovih izvrstnih solat, ki jo boste lahko pojedli zunaj na njihovem letnem vrtu. Če pa se vam morda malce mudi, se lahko ustavite na Trgu mladih v solatnem baru SobaRoom ter si izberete solato po lastni želji izmed več kot 50 sestavin in jo pojedite kar po poti, saj vam jo zapakirajo, da jo lahko odnesete s seboj.

Vse solate s fotografij lahko pokusite tudi sami, tako da obiščete eno (enega) izmed omenjenih gostiln ali barov, lahko pa se v pripravi solat preizkusite tudi sami na podlagi receptov, ki so nam jih zaupali kuharji omenjenih lokalov.



Solata s piščancem Pavza

Sestavine:

- mešana zelena solata
- radič
- rukola
- češnjev paradižnik
- bučka
- piščančji file ali zrezek
- preliv (sol, poper, oljčno olje, balzamični kis)

Priprava:

Vse vrste solat očistimo in natrgamo na primerne kose, češnjev paradižnik narežemo na polovice. Bučko zelo tanko narežemo ali naribamo po dolgem skozi rezo za kumare (tako da je so režnji skoraj prosojni), piščančji file ali zrezek popečemo in narežemo na trakove. Solato in surove bučke zložimo na krožnik, prelijemo s prelivom in zraven lično zložimo trakove pečenega piščanca. Lahko postrežemo z rezinami pečenega kruha.



Solata z rostbifom Brajda

Sestavine:

- zelena solata
- rukola
- jajce
- češnjev paradižnik
- sir
- gorčični preliv (vinski kis, olivno olje, žlica gorčice, sol, poper)
- lep kos rostbifa

Priprava:

Zelenjavo operemo, natrgamo solato na primerne kose in narežemo češnjev paradižnik. Sir naribamo, jajce trdo skuhamo, rostbif popečemo na žaru in ga narežemo na trakove. Obe vrsti solate in češnjev paradižnik zložimo v skledo za solato, začiniimo z gorčičnim prelivom, pomešamo, nato pa na vrhu obložimo z naribanim sirom, narezanim jajcem in koščki rostbifa. Lahko postrežemo s kruhom.



Grška solata Soba Room

Sestavine:

- paradižnik
- mlada čebula
- feta sir
- paprika
- kumare
- pečene olive
- olje
- kis
- sol

Priprava:

Zelenjavo operemo, paradižnik, paprike in feta sir narežemo na kocke, kumare in mlado čebulo pa na koleščke. Vse sestavine položimo v skledo za solato, začiniimo po okusu, na koncu pa potresemo s pečenimi olivami.

maj 2011

www.dialog-si.net

Kar se vam zdi nemogoče,
je za nas vsakodnevno delo.
Naš moto je "**seveda zmoremo**" in
s tako naravnostjo prevzamemo odgovornost
za vse pošiljke, ne glede na velikost, od pošiljatelja do prejemnika.
Za nas je vsaka pošiljka pomembna, zato je preseganje vaših
pričakovanj norma, ki jo izpolnjujemo vsak dan.

Z več kot 83.000 zaposlenimi v 2.653 logističnih centrih, ki
upravljamo distribucijsko mrežo s 50 tovornimi letali in 30.239
vozili, vsako vašo pošiljko zanesljivo dostavimo kamor želite,
hitro in kakovostno.

Včeraj v Sloveniji, jutri v Pekingu?

TNT *sure we can*



www.tnt.si



080 1501

POLICE



-10%

**NA VSA SONČNA
OČALA POLICE**

+ DARILO: kapa

Optika



Clarus

LJUBLJANA MARIBOR CELJE KOPER KRANJ NOVA GORICA MURSKA SOBOTA VELENJE NOVO MESTO KRŠKO

Akcija velja do 31.5.2011. Akcije se izključujejo. Popusti se ne seštevajo.