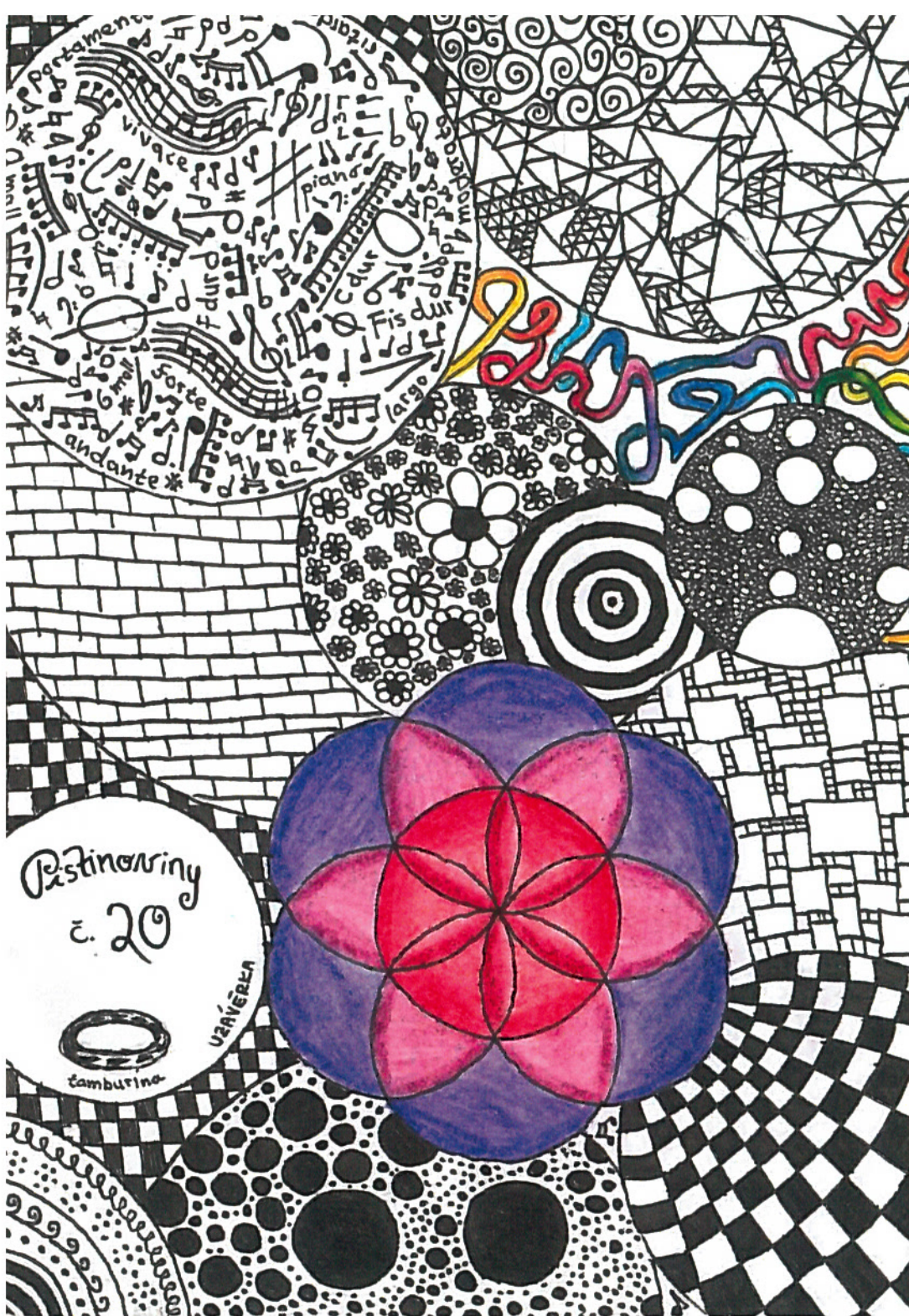




DARU
ÚSMĚV
NEBO
OBJETI

Milí Čtenáři,

je poslední týden školy a nad celou Českou republikou už se vznáší prázdninová nálada. I naše pištinoviny už jsou prázdninově naladěné a můžete v nich objevit spoustu zajímavých zlánek.

Nejdřív bych Vás ale ráda upozornila na zvláštní notový zápis, který jsme převzali z knihy -

To je naše magistra vitae! Tímto bych také chtěla poděkovat Janu Krajčirovičovi (autorovi), který nám ho dovolil přetisknout do Pištinovin.

Dále si jistě rádi přečtete o jednom sociálním pokusu nebo o Velkém Čmoudíkovi - páhu všech silnic, nejdražšímu autáku, kterým se občas Pištiband svezí.

Jinak Vám všem přeji krásné prázdniny.

Oléžbata Poláčková

PS: Kdo máte chuť, napište nám příspěvek do Pištinovin o nějakém svém prázdninovém zážitku. ☺



Pištiband opět před prázdninami

V tomto posledním čísle před očekávaným dvouměsíčním volnem si dovolím malé ohlédnutí za letošní hudební sezónou. Chci totiž vám všem - členům našeho světově proslulého šouboru - poděkovat za to, jak se proměnilo naše společné středeční setkávání. Původní „kecárna“, tak jak jsem ji vnímal ještě v loňském roce se mile proměnila v soustředěné studium hudebních partů. Někteří tuto novinku sice ještě úplně nevzali za své, ale moc si cením toho, že jste se převážně dokázali docela úspěšně vpravit do ne vždy snadných partů. Druhou stranou tohoto snažení je ovšem pohříchu nutné vynechání společného zpívání. Z původně jednoduchého renesančního hraní a z písniček jsme se zvolna přesunuli do náročnější barokní a pak i klasicistní hudby. A má-li Mozartův Hudební žert 6 minut a poslední věta Malé noční hudby téhož autora dokonce minut osm, nelze v daném zkouškovém čase zvládnout oboje. Je to trochu škoda. Nedávno jsem navštívil závěrečný koncert našeho spřáteleného Joy bandu (hrají v něm waldorfské členové našeho šouboru), kde byl zpěv osvěživou součástí jejich pěkného vystoupení.

Pokud jsem dobře počítal, stihli jsme letos nastudovat dobrých 25 nových skladeb, to je více než jednu za čtrnáct dnů. Jak se ukázalo v Praze - ne všechny jsme si stihli dobře a dlouhodobě osvojit, ale jistě svoje udělá každodenní přehrání na Červené Lhotě.

Na druhou stranu vlastně už má Pištiband tolik repertoárových kusů, že to vydá na několik hodin souvislého hraní. S tím souvisí otázka, kde vezmeme publikum, které by bylo ochotno tolik muziky poslouchat a zdali je naše vyhrávání pro jiné dostatečně zajímavé. Zasluhou snažení paní Mikuláškové, která nám jako příznivec sháněla letos kostelní hraní a také další příležitosti, jsme se dostali do

zajímavých míst (Střílky a Černá Hora) a nejzajímavější - totiž vyhrávání v Císařské jeskyni - nás ještě čeká. Podle vašich ohlasů bylo ale pro většinu z vás největším zážitkem vyhrávání v Praze. Na Vyšehradě jsme měli skutečně vybrané a velmi pozorné publikum. Zaujali jste natolik, že máme předběžné pozvání ke spolupráci se sborem Waldorfského lycea v Praze, který jsme slyšeli den předtím v Obecním domě.

Přes všechny tyto mimořádné příležitosti, které přinesl právě končící školní rok, bychom jistě přivítali další možnosti k předvedení našeho umění. Proto mějte oči otevřené a zkuste nabídnout muziku Pištbandu všude tam, kam hudba patří - k nejružnějším slavnostním příležitostem. Budete-li patřičně aktivní, dokáží vám myslím hodně pomoci i rodiče. Jistě jste zaznamenali, že někteří se kvůli vašim výkonům vypravili i do Prahy.

A poslední překvapení mi připravila paní Šéfredaktorka tohoto časopisu, když začala vypočítávat, jaké obsazení našeho ansámblu se chystá do budoucna - příští rok budou v rámci Pištbandu studovat dva hráči na hoboj, dva na fagot, budeme mít dvě klarinetistky, máme už dvě šikovné příčné flétnistky. Až na výjimky studují všichni jmenovaní dva nástroje současně - neopustili totiž zobcovou flétnu a hodlají zvládnout dva nástroje souběžně. A k tomu Áda Dadáková vypadá, že by ráda opustila sopránku a využila svoje dovednosti na kytaru. Za čas tak budou zobcové flétny v našem šouboru spíše raritou a pak můžeme pro naše světoznámé uskupení hledat nějaký nový a důstojnější název.

Takže se velmi těším na další (a vlastně - vzpomene si někdo kolikátou už) sezonu s vámi.

Váš Maestro di capella

Mojmír Poláček

Příroda v našich rukou VI.

Příroda a cestování

Ještě před začátkem bych chtěla vyjádřit své zklamání, protože, vlastně dle mého očekávání, mi nikdo neposlal žádný svůj typ na téma této přírody (což chápu, ale stejně jsem doufala v malé překvapení...)

Milí čtenáři, je to tady! Dlouho očekávaný konec školního roku se nezadržitelně blíží! Dva měsíce prázdnin, ve kterých snad každý z nás vyrazí na malou či velkou dovolenou jsou před námi. Dovolena bude tentokrát tématem Přírody, protože se zaměříme na to, jak na cestách co nejméně zatěžovat své okolí!

1) Neplývejte plasty!

Většina lidí si koupí plastovou lahev a hned po vyprázdnění jejího obsahu ji vyhodí (většinou ještě do směsi...). Tím, že si koupíte jen jednu lahev a po vypití ji naplníte vodou, šetříte naše životní prostředí. Je to o nás, buďto se rozhodneme pro pohodlí a koupíme si limču v litrovce, nebo se uskromníme a do vlastní lahve si napustíme vodu (a pokud nejsme líní, což asi spíš jsme, si do ní uděláme i pracný sirup!)

2) Cestování

Promýšlejte, jak se na místě dovolené budete přepravovat. Zdržte se jízdy autem, zkuste třeba kolo, pěší turistiku nebo (pokud na to máte nervy) i tamní hromadnou dopravu. Možná, že to nebude vždy nejrychlejší cesta, ale třeba bude zajímavá (nebo taky ne a po prázdninách mi budou chodit výhrůžné maily...) a hlavně budete mít dobrý pocit, protože jste právě ulehčili přírodě!

3) Zbytečnosti k životu

Ti, kteří byli minulý rok někde u moře si mohli všimnout, že výrazně stoupla popularita plážových nafukovacích potvor (jednorožců či co?), jídla, pití, zvířat a dalších plastových nutností, bez kterých se k moři prostě nejede! Mě ani tak nevadí, že to zaplňuje celou vodní plochu a při pohledu na donut houpající se na hladině dostanu okamžitě hlad

(dobře, tohle mi vadí!), ale nejvíc mi vadí to, že si to všichni kupují jen kvůli trendu. Upřímně, koho baví se třeba jen hodinu smažit a kolíbat na lehátku u moře? Potřebujeme opravdu tolik plastu pro jeden výlet k moři?

4) Zábava na úkor zvířat

Vodní parky s delfíny, lachtany a jinými mořskými tvory jsou velmi populární turistickou atrakcí. Za zábavou pro děti se ale může skrývat týrání těchto zvířat. Netvrdím, že je to tak u všech vodních parků, ale raději buďte opatrní. Nepodporujte prosím tento byznys a vyhněte se tomu obloukem, pokud nevíte, co všechno se za touto "zábavou" skrývá.

VÝZVA PRO ODVÁŽNÉ ČTENÁŘE

Pozor změna!

*alespoň celé prázdniny se pokusím-
(To „alespoň“ tam najednou nějak nesedí, že?)*

- omezovat svou spotřebu plastových lahví
- zvednout ze země min.10 pohozených odpadků
- nekupovat si zbytečnosti, které k životu nepotřebuji

A BONUSOVÁ VÝZVA:

- *napočítat, kolik nafukovacích jednorožců za celé prázdniny uvidím (a pak se mi to pokusit poslat na mail: rasovaa69@gmail.com)*

nebo na mail: pistinoviny@provitacreante.cz Prosím, pošlete mi to aspoň někdo, protože by mě to opravdu zajímalo!

Hezké prázdniny Vám přeje Alena Rašová!

Se strachem za úsměvem

Přemýšlely jsme dlouho jak naše témata a náměty spojit dohromady. Už na začátku jsme totiž věděly, že nechceme nějaké rozhovory nějakých lidí, protože jsme chtěli něco jiného, než je zvykem. Napadlo nás tedy, že vyrazíme do ulic sbírat úsměvy a objetí. Tento nápad jsme původně brali jako srandu, ale pak se ukázalo že nás všechny zajímá, jak to dopadne. Děsila nás ovšem představa, že máme stát někde na veřejném místě s cedula, na kterých je prosba o úsměv či objetí. Rozhodli jsme se ale strach překonat a udělat tuto spontánní věc.

Nejsem zrovna typ lidí, který by rád vzbuzoval pozornost a nebál se chodit mezi lidi. Však už to že, Vám sděluji věci o sobě a co jsem zažila mi není moc příjemné, ale je zase pravda, že by nás bez školního úkolu vytvořit časopis, nenapadlo uskutečnit ani tento experiment. Konkrétně jsme to nazvali „SOCIÁLNÍM EXPERIMENTEM“.

Po napsání plakátů s prosbami a domluvení na termínu uskutečnění, plné strachu a negativního očekávání vyrážíme do ulic.

Samozřejmě jsme byli seznámeny s riziky, které, mohou při tomto nastat, ovšem my jsme přeci jen dorazili na Náměstí svobody k Morovému Sloupu a tam vybalily plakáty. V té chvíli jsme tam byli jen dvě a naše jediné téma bylo, jak je nám oboum blbě z toho, jak jsme na očích všem. To se ale začalo měnit s příchody lidí.

Po asi tak minutě nebo dvou, zahlédneme, jak se k nám blíží dvě holky, zhruba v našem věku. Z úsměvu na tváři pochopíme že si naše cedule přečetly a jdou vyplnit kromě prvního úkolu v prosbě také i obejmutí. Z radostí jsme se proti sobě rozběhly. Oni jako úplně cizí holky, kterým nevádí nás obejmout a my úplně nadšené z toho že opravdu někdo přišel, a hlavně tak brzo.

Říkali jsme si také na začátku při domlouvání, že lidi, co nás obejmou, budeme počítat. Po dalších desítkách lidí jsme to vzdaly, jelikož ani ty úsměvy se počítat nedaly. A navíc při té radosti, že jsme se s prvními objetími zbavili strachu a z toho že lidé se opravdu usmívají a že si i pro to objetí chodí nám přišlo zbytečné to počítat. Vždyť my samy jsme z toho byli nadšené.

Bavilo nás pozorovat, jací lidé chodí objímat nejvíc.

Kdo ignoruje a kdo se zastaví, aby věnoval jen malou chvilku.

Také jsme odhadovaly, kdo se k nám blíží s tím, že potřebuje projít a ten kdo tam jde jen kvůli nám a kvůli tomu, aby si dopřál trochu radosti.

Co nás ale strašně bavilo, bylo (když už nám bylo jasné že se daný člověk rozhodl nás obejmout) a rozpřáhl ruce a my se za ním rozběhly a on proti nám. Pak jsme si padli do náruče a my jen pozorovaly, jak se smějí a jsou šťastní, za to že si pro ně někdo našel chvilku a po celém dni je objal.

Takových lidí byla spousta a nejkrásnější na tom bylo, že ať byli mladí nebo staří, ženy či muži, Angličani, Slováci, Češi nebo národnost kterou jsme nedokázali odhadnout, i třeba malé děti, pes, který se na nás opravdu usmál, na tom v tu chvíli nezáleželo. Překvapilo nás, že ti, co jako první pochopili, že to myslíme vážně a opravdu udělali, co četli na našich plakátech, byli mladí, studenti tak okolo dvaceti let. Těch asi byla většina.

Co nás ale také překvapilo bylo, když okolo nás prošla skupinka cizinců, která ani moc neuměla česky, ale přesto to nějak pochopili a přišli. Někteří se také zdráhali a jen tak kroužili okolo až jsme tedy napřáhli ruce my a oni konečně mohli udělat to čeho se tak báli.

Přišla za námi taky jedna holčička, která zjevně utekla mamince jen proto aby nás obejmula. Myslím si, že její maminka to ani nezaregistrovala, protože celou tu dobu telefonovala. Pak se ale objevili tací, kteří kromě toho, o co jsme žádali, si s námi chtěli popovídat.

Poznali jsme život jedné paní.

Poslechly jsme si o obchodu, který patřil zrovna jedné osobě, která za námi přišla a dala nám vizitku s tím, že by nám dala i slevu.

Pak také to, že dnešní lidé jsou hrozně upjatí a prostě obejmoutí nedarují.

Potkali jsme mladé protestanty za klima.

Také to že by nás nějaké postarší paní chtěly za vnučky.

To, jaké jsme dobré že si děláme čas na takovéto věci. I v tomto našem nízkém věku.

Také jsme se zastavili s jednou paní, která tam pro změnu povídala lidem o náboženství. Ptala se nás, ale taky jestli jsme hipíci. Nevím, jestli jsme jim v tu chvíli byli podobní.

Naše objetí donutilo obejmout i lidi navzájem.

Připojili se k nám také dvě další holky, které si ze sešitů do školy vyrobili to, co jsme na plakátech měli my.

Potkali jsme se ale také samozřejmě s kritikou.

Jedna paní říkala že je to povrchní, ať zajdeme třeba do nemocnic dělat něco užitečnějšího. My ale nato, že to děláme poprvé a že jen tak nemůžeme jako děti vstoupit do nemocnic. Argumentovali jsme, že jen zlepšujeme náladu a děláme lidem den radostnější.

Ovšem dá se o tomto říct JEN?

Donutily jsme lidi přemýšlet pozitivně, být veselejší. Od toho se pak můžou odvíjet dobré činy dalších. Tak že jsme je jen šířili.

Vždyť také kolikrát nám bylo řečeno, že to daná osoba v tento den opravdu potřebovala. Přišla smutně a odcházela s úsměvem.

Ale nakonec jsme byli šťastné, že jsme toto opravdu vymysleli. Proto, že i nám samotným to dodalo radost, a hlavně když se takto vyhecujete a donutíte se k takovéto „blbosti“, může vám to pomoci se alespoň na chvíli zbavit strachu z lidí.

Přestanete se v tom návalu radosti stydět, prostě si tam stoupnout a...

Třeba pak zato dostanete jízdenku, nebo slevu do obchodu.

Tak doufám, že po tomto se trochu uvolníte a začnete z něčím, co pro vás má smysl, jako pro nás toto. Nepomohlo to totiž je nám, ale desítkám dalších lidí. Co tedy takové objetí dokáže?

Nemusíte, ale dělat přesně to co my, ale jen tímto chci poukázat na to že i náš strach z lidí i když někdo ho neměl tak velký, se dá změnit. Možná ne úplně a hned, ale přeci jen...

PS: Jednu nevýhodu to přeci mělo. Po tříhodinovém stání vás budou pěkně bolet nohy.

Šárka Bláhová

— NA PŘÍPRAVĚ 20. ČÍSLA PÍSTINOVIN SE PODÍLELI — — —

Šéfredaktorka: Alžběta Poláčeková: 3, 20, 21, obálka

DALŠÍ PŘÍSPĚVKY: Alena Rašová: 6, 7, 16, 17,

Mojmír Poláček: 4, 5, Šárka Bláhová: 8, 9, 10, 11, 12,

Jan Krajčirovič: 13, 14, 15, Mojmír Vlach: 18,

Barbara Machátová: 19, Daniela Ryšavá: 22,

DĚKUJEME VŠEM, KTERÍ PŘILOŽILI
 RUKU K DÍLU S PŘÍPRAVOU 20. ČÍSLA.
 ☺

Pochyby a má blbost

Myslím si, že je dnešní doba hodně o přetvářování se. Hrajeme si na jiné lidi, než doopravdy jsme. Sami sebe zkuste pozorovat, kolikrát jste si historku, kterou vyprávíte přátelům pozměnili tak, aby udělala větší dojem. Že jste to nikdy nedělali?

Fajn.

Ono totiž k pozměnění vašeho vyprávění stačí přidat pár slov a hned je to jinak.

Nechci ale strávit přesvědčováním Vás celé odstavce. Vždyť to ani nemusí být pravda. To, co si myslí nějaká holka, která Vás ani nezajímá. A ona si přeci naivně myslela že by v tomto textu mohlo být něco co by někoho zaujalo. Že by mohla mít pravdu. Možná to byla pravda, ale jen pro ni. A pro vás je teď pravda, že čtete tyto stránky a třeba i uvažujete, jak mohly vlézt té, co napsala tento text, do hlavy takovéto věci. Ano, možná je to divné a možná to nikoho ani nezajímá.

Uvažování o vlastní blbosti. Kolikrát jste vy o sobě takto přemýšleli?

Na něco jste mohli myslet, ale když se vás někdo ptal odpověděli jste jinak?

Jaký tato stránka má teda smysl?

Bylo zbytečné ji psát?

Nebylo by lepší kdy by tato stránka vůbec neexistovala?

Šárka Bláhová

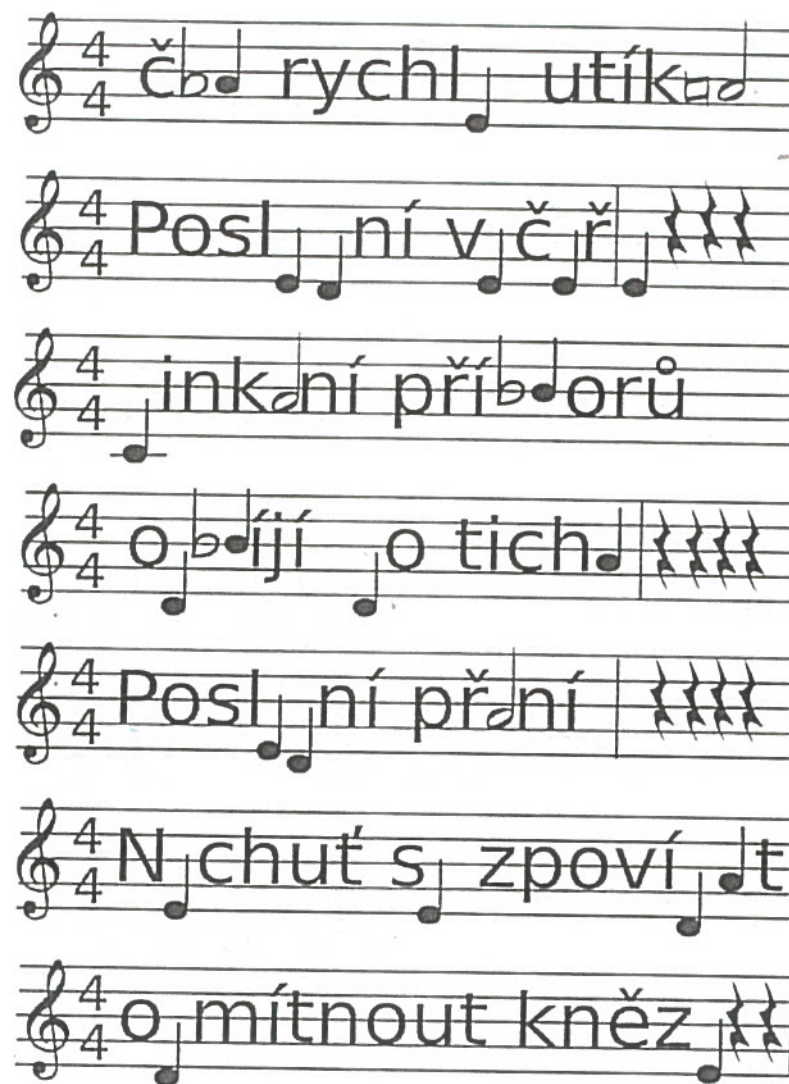
Prá(sk)

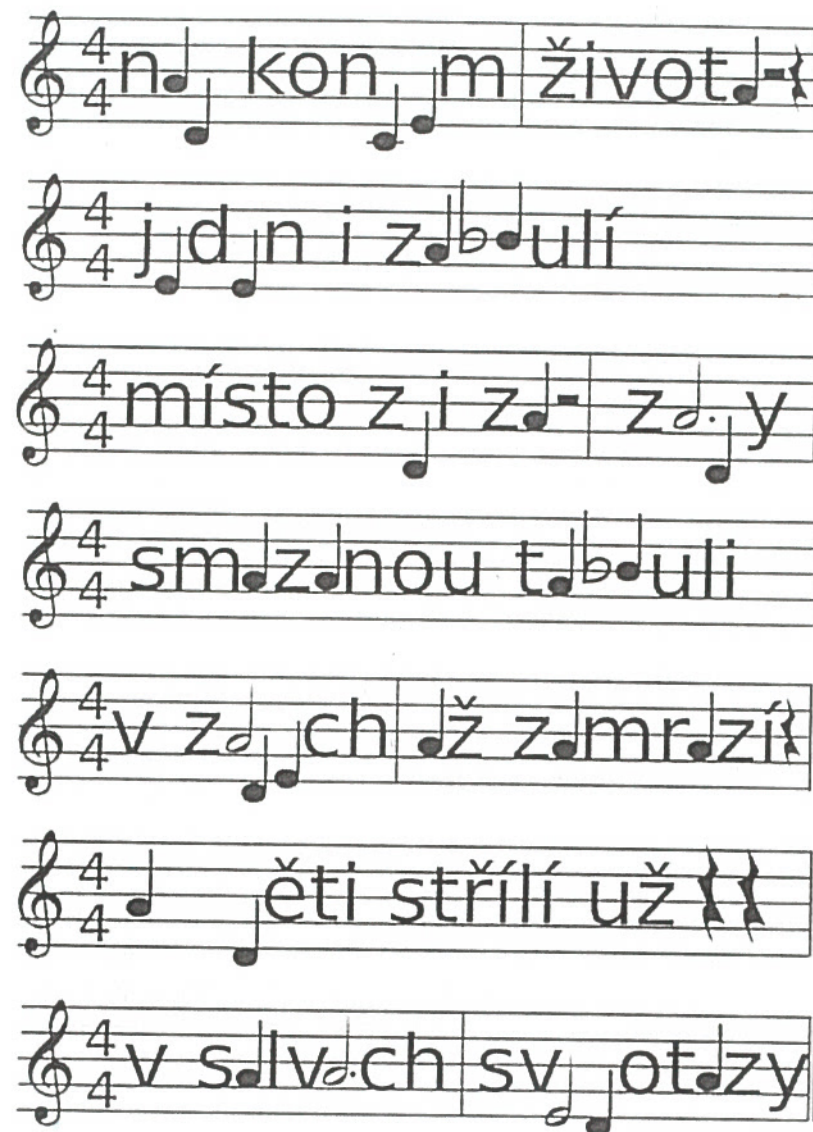
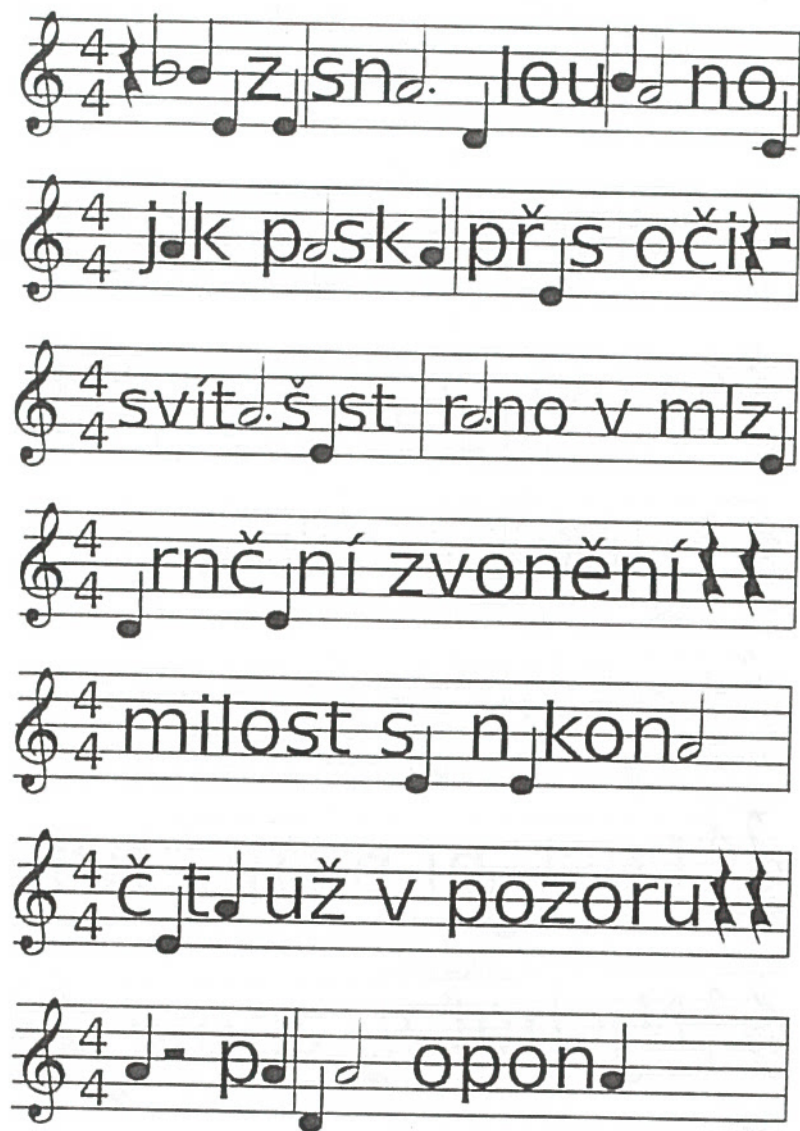
Zdi

Dny

„Těch pět minut před popravou
mu připadalo jako celá věčnost,
jako nekonečné bohatství.“

Fjodor Michailovič Dostojevskij





Převzato z knihy - To je naše magistra vitae!

Cesta do Peru

Peru se nachází na severozápadě Jižní Ameriky a sousedí s Bolívií, Brasiílií, Chile, Kolumbií a Ekvádorem. Jeho hlavním městem je Lima, a právě do ní v roce 2006 přiletělo letadlo, na jehož palubě byli i tři čeští muži, můj tatka a jeho dva kamarádi, kteří se na měsíc vydali prozkoumat Peru.

Kolik členů měla výprava?

Byli jsme dohromady tři. Já, Aleš a Peťa.

Jak probíhala cesta do Peru?

Cesta probíhala takovým způsobem, že jsme nejdřív jeli autobusem na letiště do Vídně a z Vídně jsme teda letěli letadlem do Madridu, kde byl teda přestup a kde jsme měli přespat v hotelu, ale tam byla podmínka, že jsme se na tom letišti museli i nějak registrovat ještě před tím hotelem a pak až pojedeme svazovým autobusem do hotelu. A my jsme přepážku na zaregistrování nenašli, a potom nám v hotelu řekli, že jsme se nezaregistrovali a že pro nás tak pokoj nemají (v rámci toho letu). Ale měli pokoj normálně k pronajmutí, jenže to bylo strašně drahý a nám vše za to utrácet nechtělo, takže jsme nakonec spali před hotelem na louce.

Ale měli jste spacáky, předpokládám...

Ne.

Cože?!

No spacáky byly v batozích na letišti. My jsme totiž měli jen přespat v tom hotelu a ráno se vrátit na letiště. A ráno jsme zas málem zmeškali to naše letadlo, protože letiště v Madridu je strašně veliké a my si mysleli, že tam dojedeme pěšky, ale nakonec to bylo 4km daleko! Avšak stihli jsme ho!

A pak už jste letěli až do Limy?

Ano. Přiletěli nejsme někdy v podvečer, přišlo a my si zavolali taxík a jeli do hotelu.

Kde všude v Peru jste byli?

Tak byli jsme v Limě. Lima až na to koloniální staré jádro moc hezká není. Hlavně se tam pořád troubí! Takže tam jsme byli tak 1-2 daný, a po dvou dnech jsme našli autobus, který nás zavezl do přírodní rezervace Paracas. Tam jsme si večer rozložili stan na pláži u Tichého oceánu a pozorovali jižní kříž a taky lachtany.

Vy jste byli u těch obrazců, ne?

Ti je Nasca. Tam jsme si pronajali letadlo a na obrazce se podívali hezký z výšky. Ale řídil ho celkem drsnej pilot, který byl malý s neviděl přes to přední sklo v tom letadle. Řídil se jenom podle těch přístrojů, což mě celkem znervózňovalo... A potom ještě Aldovi ukazoval na mapce, kde co je a úplně pustil tek knipl a mával tam rukama, načeš jsem mu řekl, ať se laskavě věnuje řízení a ne Alešovi.

Pak jsme jeli do Cuzca, to je staré incké město ve výšce asi 3500 m.n.m. a tam jsme šli po stezce 4 dny na na Machů Picchu. Tam jsme zažili výškovou nemoc, protože jsme byli ve výšce cca 4500 m.n.m.

Milí čtenáři, doufám, že se vám první část rozhovoru líbila. Kvůli jeho délce jej bohužel musíme rozložit na dvě části. V druhé části, která vyjde v zářijových Pištinovinách si přečtete o setkání plném překvapení a o vtipných příhodách naší výpravy!

Rozhovor poskytl: Lubomír Raš

Rozhovor vedla: Alena Rašová

Kapitola sedmá:

Učit se, není sranda

Hned po obědě mě můj učitel zavedl do sklepa, kde byl v kameni vyryt podivný pentagram. Učitel udělal pár znaků rukou a pentagram začal fialově zářit. „Tak a teď to zkus ty," řekl mi. „Je to jednoduché. **Musíš lusknout nejdřív levou, a pak pravou, nakonec se dotknout palci, prostředníčky a malíčky o sebe.** Nechal mě, ať si to vyzkouším. Poprvé se jen slabě fialově zablesklo a portál hned zhasnul. Ale podruhé už se portál rozsvítil a zůstal tak, dokud jsme neprošli.

Na druhé straně byla džungle. Hned jsem se vystrašeně zeptal. „Je tohle *džungle Medvědů*? „Ano je." Řekl mi klidným hlasem. „Jak možná tušíš, je tu přítomna silná magická energie. Ale jsme daleko od medvěda *Unsola*. A taky je ten portál pouze jednosměrný, takže přes něj nic neprochází do *Simelonu*. Abychom se dostali zpět musíme do nejbližší vesnice a přes další tři portály až domů. A teď pojď, tvým prvním úkolem je najít moji základnu blízko dolu na magický kámen. Jak poznáš, kterým směrem? Jednoduše, **tvůj orgán zachycující magii je ve tvém mozku blízko čela.** Vidět jde jen u ryb, které žijí na dně hlubokých oceánů. Ty ho používají jako svítilnu, kterou rozsvítí okolní magie. Dost řečí, zkus to." Pořádně jsem se soustředil. Po chvíli jsem cítil, jak mě něco v hlavě táhne na severozápad. Vyrázil jsem. Po půl hodině cesty ten pocit zesílil. Teď směřoval spíše na sever. Upravil jsem směr chůze a zrychlil.

Už se smrákalo, když jsme dorazili k řece. Byla o hodně menší než ta předchozí, ale stejně jsem si s ní nevěděl rady. „Mám tu někde loďku," řekl mi můj učitel. „Zkus ji zavolat. **Přilož ruce k ústům a třikrát hvízdni.**" Zkusil jsem to a nic. Ani na po páté se mi to nepovedlo. „No co, nevádí," řekl mi. Třikrát hvízdnu a už se k nám řítí malý člun. Nastoupili jsme. Chopil jsem se vesel a poslouchal jeho příkazy. Za deset minut už jsme přistály u ostrova uprostřed řeky, na kterém jsem spatřil malou chatrč. „Vítej v mém druhém domě," řekl. „Pojď dáme si večeři a před dalšími úkoly se pořádně prospíme. Když nad tím tak přemýšlím, vůbec se mi nechce vstávat." S těmito slovy vešel do malé kuchyňky a začal něco připravovat na malém ohništi.

NAŠE PLÁNY S VELKÝM ČMOUDÍKEM

Jak jste se dozvěděli z minulého článku o Velkém Čmoudíkovi, není to zrovna nejnovější model automobilu značky IVECO, ale pro nás má nevyčíslitelnou hodnotu. I přesto, že ho máme rádi, nevěřili byste, za co všechno ho občas plánujeme vyměnit.

Začalo to nápadem, že budeme každý víkend jezdit hrát se souborem na Červenou Lhotu a za peníze, které tam vyděláme, si koupíme vlastní chatu nebo vrtulník. Nakonec nám to ale přišlo málo a začali jsme přemýšlet o tom, že by bylo výhodnější Čmoudíka prodat a za získané peníze koupit soukromé letadlo. Mohli bychom tak létat hrát s Pištibandem i do cizích zemí a stát se slavnými.

(Všechny tyto zajímavé nápady vznikly při schůzi, která se konala na tom stejném pištivíkendu, kde Velký Čmoudík dostal své jméno.)

No, takže nezbývá než poprosit, abyste nám při našich turné po světě drželi palce.

Barbara Machátová

²⁰ Nedělní výjezd na Radešín

U školy jsme se setkali už v 9:45 a společně naložili výtvarná díla do Velkého Čmoudíka.

Potom jsme do něj nasedli i my (Mojmír, Bára M., Hedvika, Jana, Michal, Martin a já) a Mojmír ho nastartoval. Už se chystal položit svůj mobil do tajemného úložiště, které už se vyzažmenalo na minulém pěstivíkendu v Cetechovicích.

To ale bylo zaskleno plastovou tabulkou a tak z toho nakonec nic nebylo. Velký Čmoudík vyjel pomalým tempem na zámek Radešín.

Když jsme dorazili na zámek, rychle jsme vynosili všechna veledíla nahoru do sálu a rozbalili pulty a nástroje. Báře se podařilo spravit místní klavír, a pak jsme si společně nahosili židličky k sezení z vedlejší místnosti.

(Mají tam super židle s prohlubní na zadek.)

Za chvíli začala zkouška a my jsme si prozkoušeli náš repertoár na koncert.

Znělo to hrozně zvláštně, když nás bylo tak málo. (Jana hrála na klarinet!) Po zkoušce

jste si shédli oběd a šli jsme si ven

zahrát fotbal. Já jsem hrála v týmu s

Martinem a Hedvikou, proti Michalovi, Báře a Janě

a bylo to dost vyrovnané. Problém byl v tom, ²¹ že Bára najednou dostala náladu „dávať míč“ (viz. Praha) Jana pořád běhala a Michal taky. A začali dávat jeden gól za druhým. To se nám, ale nelíbilo, tak jsme je opravovali a pak nevím, jak to dopadlo, doufám že jsme vyhráli, ale nejsem si jistá. V 15:00 jsme si šli dát ještě jednu zkoušku i s mým tatínkem, který nám hrál bas. Pak jsme se si čtvrt hodiny ochomýтали okolo mísy s buchty a nakonec jsme šli zahrát na 4 verisáž. Na to kolik nás bylo, se to celkem povedlo. Pak jsme se zase ochomýtal okolo buchty a několik jsme jich shédli. Pohlédli jsme si verisáž, (byla moc hezká) balili se, a šli si zahrát ven další kolo fotbalu. Já s Bárou proti Michalovi, Martinovi, mému bráchovi Vojtovi a Matěmu (kamarádovi). Asi si domyslíte, jak to dopadlo...

Cesta zpátky Čmoudíkem by byla super, jenže Čmoudíkovi se porouchal pás a to místo, kde se porouchal, tam jsem chtěla sedět já, ale neprotáhla jsem ho kolem sebe, byl dělaný na hubenější lidi, tak jsem si musela přesehnout. Jinak to bylo super!
Barka

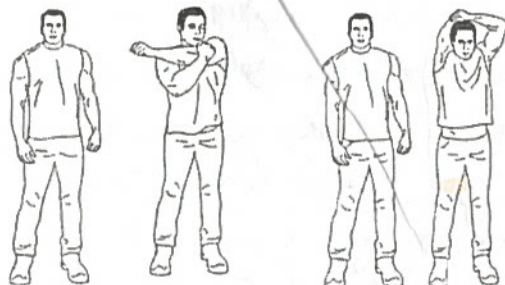
Dej s' do těla!



20 raised arm circles

Dneska si posílíme trochu ruce. Základní postoj, narovnané tělo, vzpřímené paže v jedné rovině. Ramena stáhni od uší dolů. Celou rukou potom dělej MALÉ kroužky (pohyb vychází z ramene). Hlídej si, ať ti ruce neklesnou po celou dobu kroužení.

Protažení!! Jednu ruku si dej před sebe a pomocí druhé ruky protáhni. Dýchej. Vystřídej obě ruce. Poté si dej jednu ruku za hlavu viz obrázek a ochopitelně protáhni obě ruce. V této pozici setrvej 8s.



Daniela Ryšavá



Najdi rozdíly!



Obsah

1 obálka

2 obálka

3 úvodník

4 } Pištbank před prázdninami

5

6 } Příroda v našich rukou

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195

196

197

198

199

200

201

202

203

204

205

206

207

208

209

210

211

212

213

214

215

216

217

218

219

220

221

222

223

224

225

226

227

228

229

230

231

232

233

234

235

236

237

238

239

240

241

242

243

244

245

246

247

248

249

250

251

252

253

254

255

256

257

258

259

260

261

262

263

264

265

266

267

268

269

270

271

272

273

274

275

276

277

278

279

280

281

282

283

284

285

286

287

288

289

290

291

292

293

294

295

296

297

298

299

300

301

302

303

304

305

306

307

308

309

310

311

312

313

314

315

316

317

318

319

320

321

322

323

324

325

326

327

328

329