



TŘEBOŇSKÝ SAUNOVÝ SVĚT

13. prosince:
Adventní saunová
noc

STR. 7



SPECIÁLNÍ POBYTY

Prožijte konec roku
pohodou a relaxací
v našich lázních

STR. 20



SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

LÁZEŇSKÁ POHODA

12

PROSINEC 2024
ROČNÍK XVIII.

SLATINNÉ LÁZNĚ TŘEBOŇ:

Vánoční dárek pro každého

VYBERTE DÁRKY PRO CELOU RODINU NA STR. 4-5



📷 Petr Zikmund

ROZHOVOR

Starosta Třeboně
a jednatel lázní
Jan Váňa

STR. 3

NAŠI HOSTÉ

Věrní klienti
Katka Stehlíková
a Martin Flegl

STR. 10-11

PROVOZY

Vánoční a novoroční
otevírací doby
našich provozoven

STR. 12-13

VOLNÝ ČAS

Kulturní akce
v treboňských
lázních i ve městě

STR. 17-19

AKTUÁLNĚ

MAS Královská stezka v SLT

Návštěva našich lázeňských domů je oblíbeným bodem programu různých delegací. V listopadu k nám zavítala MAS Královská stezka z Havlíčkovobrodské. Delegaci tvořili podnikatelé i představitelé měst a obcí z uvedeného regionu. Hosty zajímal rozvoj našich lázní v posledních letech. Velmi se jim líbilo v saunovém světě a překvapila je rozloha areálu Lázeňského domu Aurora. <

Provoz koláren



Jezdíte rádi na kole v jakémkoli počasí? Vezměte si své kolo s sebou i do našich lázní. Lázeňský dům Aurora má pro své klienty tři úschovny kol. Všechny kolárny jsou samoobslužné prostřednictvím čipových hodinek, jež klient obdrží při příjezdu na hlavní recepci lázní. Do koláren se vstupuje přiložením čipu na označený terminál. Při odchodu je nutné zkontrolovat uzavření dveří, které jsou opatřeny bezpečnostní zvukovou signalizací. <

Provozní doba:

denně 6.00–23.00 hodin

Cena:

1 den 1 kolo v kolárně 40 Kč

Naši hosté

Mezi klienty Lázeňského domu Aurora jste během měsíce listopadu mohli potkávat i architekta, herce a spisovatele **Davida Vávru** (na snímku). Společně s Milanem Šteindlerem je spoluzakladatelem divadla Sklep. David Vávra si získal oblibu také jako průvodce v televizním seriálu Šumná města. <



Katalog pobytů 2025

Máte rádi nabídku lázní pěkně pohromadě a na papíru? Katalog relaxačních pobytů a služeb pro rok 2025 je tu pro vás. Stačí napsat e-mail na adresu: **katalog@laznetrebon.cz**, do předmětu uveďte **KATALOG 2025**, dále vaši poštovní adresu a my vám jej zdarma zašleme. Přijďte, prožijte, odpočiňte si!

Své pobyty v třeboňských lázních můžete objednávat také on-line na našich stránkách: **www.laznetrebon.cz** <



Účast na veletrhu Trimed Job 2024

Naše lázně jsou organizace s dlouhou tradicí a umožňujeme nejen budoucím zdravotníkům různé formy praxe a mentoringu. Nabízíme také zkrácené úvazky. V listopadu se tým lázní pod vedením pana primáře Bajera z LDA vypravil na veletrh pracovních příležitostí Trimed Job 2024, který pravidelně organizuje studentský spolek 3. LF UK v Praze. Mezi vystavujícími zdravotnickými zařízeními z celé České republiky jsme byli jediné lázně. V průběhu dne jsme měli příležitost mluvit s několika desítkami budoucích zdravotníků, které zajímala možnost spolupráce s SLT. Těší nás to. Velmi si také vážíme vašich pochval směrem k profesionalitě a vstřícnosti našeho per-



sonálu napříč celými láznemi. Často ve svých recenzích zmiňujete, jak u nás na sebe vše navazuje. Mnohdy uvádíte konkrétní jména našich kolegů a kolegyně. Jezdíte se k nám léčit a relaxovat, proto se ve vašich zpětných

vazbách objevují především jména lékařů, fyzioterapeutů i masérů. V budoucnu mezi ně třeba přibude i někdo z těch, které jsme zaujali na pražském veletrhu. <

Poznamenejte si do diáře

Plánujete pobyt v třeboňských slatinných lázních? Spojte jej s některou z kulturních akcí, které pro vás lázně opět připravily.

21. únore se koná Společenský večer v LD Aurora.

Tradičně v poslední květnovou sobotu, jež v roce 2025 připadá na 31. květen, se v prostoru u jižního vchodu do Lázeňského domu Aurora opět bude konat slavnostní Otevírání lázeňské sezony v Třeboni. Čekají na vás koncerty, nebude chybět skákací hrad pro děti, prodejní trhy, žehnání slatině a přede-

vším velkolepý ohňostroj. Vstupné je samozřejmě zdarma.

Podobnou kulturní akci třeboňské lázně připravují na polovinu letních prázdnin. Tentokrát v centru města na Masarykově náměstí. Během první srpnové soboty (2. srpna) se na pódiu vystřídají kapely různých hudebních žánrů, pro děti budou připraveny soutěže a promítání filmu v kině Světozor. I v tomto případě je celodenní program zdarma.

21. února / 31. května / 2. srpna

ROZHOVOR – STAROSTA TŘEBONĚ A JEDNATEL SLATINNÝCH LÁZNÍ TŘEBONĚ JAN VÁŇA

Třeboň je lázeňské město a jako takové jej musíme rozvíjet

HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Pane starosto, poslední rozhovor jsme vedli pro čtenáře Lázeňské pohody v červnu letošního roku, tedy asi před půl rokem. To není dlouhá doba, ale přesto se v Třeboni událo hodně věcí. Mám na mysli zářijové povodně, které zasáhly také Třeboň. Jak jste je zvládli?

Stručně bych mohl odpovědět, že dobře, ale byla to doba, která si zaslouží poněkud obsírnější odpověď. Myslím, že všichni čtenáři Pohody vědí, že naše město leží v Třeboňské pánvi a je obklopené desítkami rybníků. To má, pokud se to s rybníky umí, své výhody v dobách sucha i povodní. To se ukázalo také letos v září. Předpovědi počasí a výstrahy predikovaly poměrně brzy nebezpečí vysokých srážek nejen na území Česka, ale i u našeho rakouského souseda, odkud k nám voda teče Lužnicí. Také díky „šturmování“ našeho hejtmana Kuby jsme se začali na případné povodně připravovat včas.

Zeptám se možná trochu laicky. V čem spočívá výhoda velkého množství rybníků zasazených do rovinaté krajiny.

Je to v retenční schopnosti, např. rybník Rožmberk byl schopný zadržovat asi 10 milionů kubíků vody. Nutno říct, že naši předkové nebudovali solitérní rybníky, ale kaskádu rybníků spojených různými stokami, nejznámější je Zlatá stoka. Proto se rybníky mohou lovit postupně a stejně tak je možné využít tento princip při povodních. Rybáři jsou tak schopni regulovat množství vody a zvyšovat jejich retenční schopnost. A přesně to začali dělat od prvního okamžiku. Velkou retenční schopnost také mají mokré louky.

Znamená to, že Třeboň a Třeboňsko zachránili jenom rybníky a rybáři?

To ne, ale rybáři v tom udělali obrovský kus práce, především s tou vodou, ale stejně velkou zásluhu na výsledku mělo Povodí Vltava, které manipulovalo vodu v Lužnici a Nežárce a řídilo množství vody, kterou se plnil Rožmberk. Celou situaci řídila povodňová komise složená ze složek integrovaného systému a zástupců všech subjektů, které byly nápomocné řešit všechny problémy spojené s povodní.

Dotkly se povodně nějak slatinných lázní?



Nedotkly a hlavně musím stále děkovat rybářům, kteří udrželi výšku hladiny v korytě Zlaté stoky, která teče pod okny Bertiných lázní, a v rybníku Svět pod úrovní bezpečnostního přelivu. Klienti našich lázní tak mohli být v klidu, protože viděli, že jim nic nehrozí. Povodně tedy město i lázně přežily bez úhony.

Když dovolíte, tak bych se vrátila od povodní k minulému rozhovoru, který jsme začínali turistickou sezónou. Dnes již můžeme zhodnotit. Jaká tedy byla v Třeboni letošní turistická sezóna?

Z mého pohledu se nelišila od předchozích let. Třeboň je stále přitažlivá nejen pro cyklisty, je založená na domácí české klientele, krásné přírodě a kvalitních službách. Kromě města tady máme mnoho subjektů, které nabízejí široké spektrum kultury a dalšího vyžití. Koncerty, výstavy, divadelní představení, řemeslné trhy, a také sportovní vyžití apod. V Třeboni se stále něco děje, návštěvníci se u nás nenudí. Stačí se v podvečer projít po náměstí a každému je to jasné. A to nemluvím o lázeňských hostech...

Co lázeňským hostům hostům zpestřuje pobyt v hlavní sezóně, tedy přes léto?

Samozřejmě mohou využívat a také využívají nabídky, které se nabízejí ve městě, včetně cyklistických výletů. Kromě toho mají k dispozici vše, co jsme v lázních nově vybudovali. Především wellness zařízení. Velmi je využíván Třeboňský vodní svět (5 nerezových bazénů s vy-

hřivanou vodou), který navštívilo opět jako v minulém roce na 55 tisíc návštěvníků. To je číslo, které nám i větší podobná zařízení mohou jen závidět. Stále větší oblibě se těší Saunový svět, který má nadstandardní parametry a kromě všech typů saun nabízí speciální pracoviště se „zkrášlovacími“ procedurami speciálního vodního lůžka s nulovou gravitací – Nuvola a zařízení Icoone pro tvarování těla a odstraňování celulitidy. Nově pak pracoviště lymfologie, pro sportovní aktivity bowling v obou lázeňských domech, tenisové kurty s halou u Lázeňského domu Berta a pro zábavu restaurace s hudebními večery, kulturní programy atd. Myslím, že nabídka je široká a naši klienti ji hojně využívají.

Mluvíte-li o klientech a hostech našich lázní, jak lázně hodnotíte z pohledu obsazenosti?

Máme dva lázeňské domy, Bertu a Auroru, to asi každý ví a já jsem rád, že mohu říct, že naše lázně neztrácejí nic na své oblibě. Zatímco si některé lázně po republice stěžují na úbytky svých hostů, v Třeboni tomu tak není. Ti, kdo sem jezdí opakovaně, to mohou potvrdit. Kdybyste se zeptala, proč tomu tak je, tak musím říct to co vždy. Naše lázně pomáhají od bolesti, a to díky přírodnímu zdroji, slatině, a také díky profesionalitě našich zaměstnanců a jejich laskavému přístupu ke klientům.

Pane starosto, o městě pod vaším vedením se ví, že kladete velký důraz na investice, na rozvoj...

Snažíme se o to. Já říkám, že Třeboň je lázeňské město, a tak ho musíme jako lázeňské město rozvíjet. Znamená to investovat do zkrášlování veřejných prostranství, aby se nám tady všem líbilo. Nejen Třeboňákům, ale i lázeňským hostům. Kdo k nám přijede, měla by na něj dýchnout lázeňská atmosféra. Tu dělají květinové záhony, fontánky, upravená zeleň a celkově čisté město. Za mě se to daří a návštěvníci Třeboně to snad i vidí. Samozřejmě jsou investice do samotných lázní, a to myslím oceňují naši klienti.

Nyní myslím, že je ten správný čas na sklonku roku popřát všem čtenářům Lázeňské pohody a jejím prostřednictvím i všem klientům a zaměstnancům do nového roku 2025 hlavně pevné zdraví, hodně štěstí, osobní pohody a energie. <

DÁRKY PRO KAŽDÉHO,

Hledáte tip na vánoční dárek? Potřebujete si odpočinout a relaxovat? Odpověď na všechny otázky je jednoduchá: Slatinné lázně Třeboň. To pravé pro chvíle pohody a odpočinku. Ale také prevence, rehabilitace či lázeňské léčby. Vše pod jednou střechou, bohatá nabídka pobytů, moderní a zároveň tradiční lázeňské domy, které nabízejí jedinečnou lázeňskou atmosféru uprostřed krajiny rybníků, v malebné Třeboni, jež je plná zážitků. Je u nás krásně. To zkrátka musíte zažít.



Dárek pro babičku

Příjemně strávený týden v Lázeňském domě Berta. Lázně v srdci Třeboně, obtékané Zlatou stokou. Moderní a příjemné prostředí, ze kterého číší klid a lázeňská pohoda.

Léčebně rehabilitační pobyt **Program pro seniory** 7 ☾ | 8 ☼



Pobyt zahrnuje:

- 7× ubytování s polopenzí
- 1× slavnostní obědové menu v restauraci Adéla
- + vstupní zdravotní vyšetření
- 2× klasická masáž částečná
- 1× lázeň v řasách Třeboňská Chlorella
- 1× léčebná tělesná výchova skupinová s fyzioterapeutem – cvičení v bazénu
- 1× parafín na ruce
- 1× peloidokinezioterapie

- 1× Aubertina zlatá lázeň
- + vstup do bazénu s whirlpoolem, parní kabiny a sauny po celou dobu pobytu (LD Berta)
- + vstup do venkovních bazénů Třeboňského vodního světa (LD Aurora) – v rámci provozní doby
- 2× vstup do Třeboňského saunového světa (LD Aurora, 2x 120 minut)
- místní poplatek z pobytu není součástí ceny pobytu

Cena od 14 000 Kč/osoba

Pobyt pro manažery



Novinka mezi pobyty v Lázeňském domě Aurora. Víme, jak vám pomoci od bolesti zad. A dostanete od nás také rady na domů. ☺

Léčebně rehabilitační pobyt **Jak na bolavá záda** 6 ☾ | 7 ☼

Pobyt zahrnuje:

- 6× ubytování s polopenzí
- + vstupní zdravotní vyšetření
- 4× léčebná tělesná výchova skupinová
- 3× slatinná koupel
- 3× klasická masáž částečná
- 3× elektroléčba – proudy pro stimulaci
- 1× ergoterapie

- + vstup do vnitřních a venkovních bazénů (v rámci provozní doby) Třeboňského vodního světa a do fitness
- 2× vstup do Třeboňského saunového světa (2x 120 minut)
- místní poplatek z pobytu není součástí ceny pobytu

Cena od 15 594 Kč/osoba



A NEJEN TY VÁNOČNÍ

Dámská jízda

Název mluví za své. Víkend v Třeboni, skvělý wellness s moderním zázemím, saunový svět, kola, restaurace a bary...

Wellness pobyt **Harmonie** 3 ☺ | 4 ☺

Pobyt zahrnuje:

- 3× ubytování s polopenzí
- 1× slatinná koupel
- 1× klasická masáž částečná
- 1× perličková koupel s bylinkami
- 1× mechanická masáž
- 1× vstup do Třeboňského saunového světa (1x 120 minut)

- + vstup do vnitřních a venkovních bazénů (v rámci provozní doby) Třeboňského vodního světa a do fitness
- místní poplatek z pobytu není součástí ceny pobytu

Cena od 7 140 Kč/osoba



Pro páry

Hlavně si odpočinout, relaxovat, dobře jíst a pít. Projít se, ochutnat treboňské pivo Regent při prohlídce nebo navštívit zámek. Příjemné léčebné procedury k tomu. Co víc si přát?

Wellness pobyt **Chuť Třeboně v Bertě** 3 ☺ | 4 ☺



Pobyt zahrnuje:

- 3× ubytování s polopenzí
- 1× slatinná koupel
- 1× klasická masáž částečná
- 1× masáž Čtvero ročních období
- 1× lázeň v řasách Třeboňská Chlorella
- 1× prohlídka dle výběru (zámek, pivovar, galerie Třeboň v marcipánu, Zámecká lékárna) nebo vybraný film v kině Světozor či v kinosálu LD Aurora

- + vstup do bazénu s whirlpoolem, parní kabiny a sauny po celou dobu pobytu (LD Berta)
- + vstup do venkovních bazénů Třeboňského vodního světa (LD Aurora) – v rámci provozní doby
- 1× vstup do Třeboňského saunového světa (LD Aurora, 1x 120 minut)
- místní poplatek z pobytu není součástí ceny pobytu

Cena od 14 220 Kč/pár

Rezervace s možností vytvoření vlastního dárkového poukazu na www.laznetrebon.cz/cz/pobyty

LD Aurora

Lázeňská 1001, 379 01 Třeboň
Tel.: +420 384 750 555
E-mail: rezervace@aurora.cz

LD Berta

Tylova 171, 379 01 Třeboň
Tel.: +420 384 754 555
E-mail: rezervace@berta.cz



MICHAL TÓTH - SAUNÉR

Saunování = antistres

Michala Tótha potkáte ve wellnesscentru u bazénů, na recepci nebo v saunovém světě (TSS). Tým plavčíků našich lázní rozšířil před pěti lety. Tehdy to pro něj byla velká kariérní změna. Přišel z oboru gastronomie, který v období covidu hodně skomíral. Umění pracovat s lidmi a kreativitu Michal plně využívá i v lázních. Právem patří ke klienty oblíbeným saunérům.



HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Pozorný čtenář si pravděpodobně vzpomene na kolegyni Veroniku Rožboudovou, kterou jste měli příležitost lépe poznat na stránkách Lázeňské pohody letos v březnu. Léto a vysoké venkovní teploty máme alespoň v roce 2024 za sebou. I v zimě a chladu si je možné čas u nás v lázních hezky užít. Trávíte u nás týdny lázeňského pobytu nebo k nám rádi zavítáte o víkendů nebo v rámci volného odpoledne? Ve všech případech rozhodně navštivte náš saunový svět.

Jaké jsou v chladnějších měsících roku benefity návštěvy sauny?

Nejdůležitějším benefitem je podpora imunity celého organismu a posílení dýchacích cest. Neméně důležitým efektem je zmírnění stresu a relaxace.

Ceremoniál je show. Nejlepší je si načasovat pobyt v TSS tak, aby se stihl ceremoniál i peeling, pak máte kůži jako miminko. Peeling je lepší aplikovat jako poslední věc před opuštěním saunového světa. Po odchodu ze sauny je fajn nechat kůži bez dalšího ošetření. Lepší je za mě nepoužívat tělová mléka, krémy apod.

V čem je z vašeho pohledu TSS unikátní? Co ho odlišuje od jiných saunových světů?

TSS je unikátní především saunovými ceremoniemi a peelingy (smích). Naše ledové studny jsou super. Návštěvníkům přináší možnost osvěžení. Nejlepší je si dát led na týl. V sauně v Jindřichově Hradci je například pouze sprcha. Za mě je náš saunový svět fajn.

Jakou cestu saunovým světem doporučíte novému návštěvníkovi?

První zastávkou by měl být rozhodně Kneipův chodník v přízemí, kde si krásně prokrvítíte nohy. Následně doporučuji pobyt v Caldariu (pozn.: nachází se také v přízemí TSS), kde se krásně prodýcháte, a pak již po schodech nahoru a v prvním patře do suché finské sauny ☺. Pro začátečníky je v 1. patře vynikající bylinková sauna. Pokud jste v sauně poprvé nebo po delší době, nedbejte na přesýpací hodiny, které jsou umístěné v každé saunovací kabině a odměřují patnáct minut. V případě,



13. prosince proběhne adventní saunová noc. Jaká bude a na co se těšit?

Čekejte zábavu a super předvánoční zážitek. Určitě přijďte ☺! <

Doporučení saunéra:

Používat saunové čepice – u žen – nelámou se vlasy a nejsou vysušené. Speciální pokrývkou hlavy při saunování také ošálíme „čidlo“ na temeni hlavy, a tak vydržíme v sauně déle. Čepice se používá pouze v saunovací kabině a je nutné si přinést vlastní.

že se vám začne hůře dýchat, motat hlava apod., saunu raději opusťte, zchlaďte se ve sprše, následně v ochlazovacím bazénku a přesuňte se na lehátko do odpočinkové zóny. Dopřejte svému tělu čas si na saunování zvyknout.

Mezi návštěvníky saunového světa jsou stále populárnější saunové ceremoniály.

Jak dlouho se na ně připravujete?

Příprava na ceremoniál mi zabere několik minut. Na každý pád, když něčím máváte v 90 stupních, není to legrace. Tréninkem to pak dáte. Obsah ceremoniálu měním. Snažím se dávat vložku. Například nakoupím bonbóny a před začátkem ceremonie je nabídnu klientům. Sucho v sauně pak vnímáte úplně jinak. Návštěvníků se ptám, jakou ceremonii chtějí, jestli ďábelskou nebo relaxační. V drtivé většině případů si vyberou první variantu, tedy ďábelskou. Mám rád dynamiku a práce saunéra mě baví. Po dvanáctiminutovém ceremoniálu jsem doslova hotový. Vycházím ze svých zkušeností z gastronomie. Klient si něco zaplatí a má s tím spojená nějaká očekávání, která chceme splnit.

Je v nabídce ještě něco, co návštěvníkům saunování zpestří?

Ano, v nabídce máme také peelingy, které probíhají v parní kabině v prvním patře. Směs na peeling připravujeme ze soli a různých dalších přísad. Já rád používám například med. Peeling vás zbaví toxinů a kůži budete mít po jeho aplikaci jako dětskou prdelku. Je vhodné peelingem pobyt v saunách ukončit.

Kromě saunéra ještě v lázních pracujete jako plavčík. V obou částech saunového světa jsou ochlazovací bazény, v těch si ale nezaplavete. Je dobré jít si před saunováním nebo po něm zaplavat?

Rozhodně před. Po saunování je vhodné už jenom relaxovat.



SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

ADVENTNÍ SAUNOVÁ NOC

- > Ceremoniály a peelingy s vánoční tematikou
- > Nutná rezervace předem
- > Vstupné 600 Kč

13. PROSINCE
18.00–23.00



TŘEBOŇSKÝ
SAUNOVÝ SVĚT



www.laznetrebon.cz



NÁŠ HOST

Líbí se nám, jak se u vás stále něco děje

Říká s úsměvem na rtech paní Černochová. S manželem navštívili naše lázně letos již posedmé. Chválí si bazén v areálu Lázeňského domu Aurora i novou přístavbu budovy B.

HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Manželé Černochovi mají poslední léta nárok na léčebně rehabilitační lázeňský pobyt přes zdravotní pojišťovnu. V případě obou z nich platí, že věk je pouze číslo. Pobyt v lázních se snaží si užít aktivně a co nejvíce si prodloužit účinek procedur. Kromě nich využívají i služby našeho fyziocentra. Paní Černochová byla záhy po jeho otevření (podzim 2022) jednou z prvních klientek na přístroji Icoone. Výsledky ji tak nadchly, že následně absolvovala ošetření stejným přístrojem na jiném pracovišti v místě svého bydliště (síť



Manželé Černochovi během svého pobytu v Lázeňském domě Aurora

pracovišť, kde Icoone mají, najdete na webu www.icoone.cz; není tedy nutné se obávat, že v terapii na přístroji, kterou zahájíte u nás, již nelze pokračovat jinde mimo naše lázně). Říká se, že výjimka potvrzuje pravidlo. Řčení platí i v případě Oldřicha Černocho, který také rád zkouší nové věci a v nabídce fyziocentra si vybral rituál na lůžku Nuvola. Zázitek to byl dle jeho slov velice příjemný. Pan Černoch tedy také patří mezi spokojené mužské návštěvníky wellness částí lázní. Manžele Černochovy pojí, mimo jiné, láska ke kultuře a k hudbě. Koncerty a další kulturní akce navštěvují ve svém běžném životě často. Velmi si tedy ceníme toho, že se jim kulturní nabídka líbí a berou ji jako další zpestření svého lázeňského pobytu. <



SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

KOMPLEXNÍ/ /PŘÍSPĚVKOVÁ LÁZEŇSKÁ PÉČE

Přemýšlíte o tom, kdy absolvovat komplexní či příspěvkovou lázeňskou péči v našich lázních? Pokud ano, máme pro Vás speciální nabídku na zimní měsíce s ubytováním v budově F (LD Aurora) nebo v některém z našich akreditovaných penzionů. Jejich přehled najdete na našich webových stránkách www.laznetrebon.cz.

TERMÍN:

2. 1.–28. 2. 2025
LD Aurora + LD Berta

TYP UBYTOVÁNÍ: penzion (mimo hotel Garni)

- volný vstup do bazénového komplexu po celou dobu pobytu
- zvýhodněný blokační poplatek 500 Kč/osoba

budova F (LD Aurora)

- volný vstup do bazénového komplexu po celou dobu pobytu

Nabídka se vztahuje na všechny rezervace uskutečněné od 1. listopadu 2024.

Rezervace, prosím, zasílejte písemně:
rezervace@aurora.cz | rezervace@berta.cz



ADOPTUJ SI LAVIČKU – MANŽELÉ SVOBODOVI, NOVÉ MĚSTO NAD METUJÍ

Unaveným návštěvníkům lázeňského parku



HELENA NEKOLOVÁ, PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Věnují Renata a Alois Svobodovi z Nového Města nad Metují. Tak zní nápis na zbrusu nové lavičce v parku poblíž Lázeňského domu Aurora. Lavička zvyšuje atraktivitu místa s výhledem do parku až k hladině rybníka

Svět. Další lavička může být i se vzkazem od vás nebo vaší společnosti. Pro více informací pište na: info@laznetrebon.cz, předmět: Adoptuj si lavičku. Inspirací vám může být právě příběh Svobodových.

S manželem jste se zapojili do projektu „Adoptuj si lavičku“ a přispěli tak ke zkrášlení lázeňského parku. Co rozhodnutí předcházelo?

Pravidelně odebíráme časopis Pohoda. V letním čísle nás zaujal článek „Adoptuj si lavičku“ s fotografií pana doktora Wagnera, kterého v lázních potkáváme. A protože jsme nedávno s manželem oslavili zlatou svatbu, zdálo se nám jako pěkný dárek adoptovat si k výročí lavičku, která potěší nejen nás, ale i další návštěvníky parku.

Do našich lázní jezdíte pravidelně a alespoň v posledních letech vždy na podzim. Má to nějaký důvod?

Do lázní jezdíme opakovaně více než dvacet let. Oceňujeme přátelskou atmosféru, která zde vládne. Do Třeboně jezdili již naši rodiče, jezdí sem naše děti, vnoučata i kamarádi. Vždy nám bylo milé, že v Hudební škole v Novém Městě nad Metují vyučovala taneční obor naše dcery paní učitelka Olga Podruhová, jejíž rodina pochází z Třeboně.

Jaký typ pobytu si vybíráte?

Do Třeboně jezdíme jedenkrát ročně vždy na podzim. Láká nás podzimní krajina Třeboňska, výlovy rybníků, svátek sv. Martina s oslavami i návštěvou třeboňských hospůdek. Zatím jsme si vždy vybrali pobyt Relax. Líbí se nám procedury v tomto balíčku. Popřípadě si přikoupíme nějakou masáž.

Jak vnímáte za ta léta změny v rázu areálu Lázeňského domu Aurora?

Změny v areálu v průběhu let vnímáme kladně. Výměna oken v koridoru, vyhlídkový výtah, postupná obnova lázeňského parku. Klidnějšímu stravování pomohla i nová jídelna č. 5. Wellness procedury jsme vyzkoušeli několikrát, na saunový svět jsme zatím nenašli odvahu. Oceňujeme neomezený pobyt v bazénu.

Blíží se vánoční svátky. Jak se je chystáte strávit?

Vánoční svátky prožijeme jako vždy v kruhu naší poměrně velké rodiny. Doufáme, že jsme naší lavičkou přispěli alespoň kapkou k obnově krásného místa. Přejeme všem čtenářům Pohody příjemné prožití Vánoc a do roku 2025 hodně zdraví!

Renata a Alois Svobodovi ◀

Adventní sleva 10%

Prožijte předvánoční čas v třeboňských lázních a užijte si pobyt se slevou 10%.



SLATINNÉ
LÁZNĚ TŘEBOŇ

Speciální adventní akce se vztahuje na všechny pobyty v obou lázeňských domech uskutečněné v termínu 3.–22. 12. 2024.

Akce platí pouze na nové objednávky od 3. prosince.

☎ 800 611 009

LD Aurora ✉ rezervace@aurora.cz

LD Berta ✉ rezervace@berta.cz

💻 www.laznetrebon.cz/pobyty



NAŠÍ HOSTÉ: KATKA STEHLÍKOVÁ A MARTIN FLEGL

Investice do zdraví formou prevence má smysl

Alespoň podle naší věrné klientky a lékařky v jedné osobě, Kateřiny Stehlíkové. Její slova souhlasným pokyvováním potvrzuje i manžel Martin Flegl. Oba do našich lázní před lety přivedly zdravotní potíže spojené s výkonem povolání. Od té doby jsou našimi věrnými klienty a pobyty přes pojišťovnu – tzv. na křížek – kombinují se samopláteckými. Třeboň a lázně jsou jim prý druhým domovem.

HELENA NEKOLOVÁ,
PR MANAŽERKA LÁZNÍ

Oba pracujete ve zdravotnictví. Jak se díváte na lázeňství optikou svých profesí?

KATEŘINA S.: Pilířem českého zdravotnictví je středněvěká a starší generace lékařů a dalších zdravotníků, což není úplně příznivé. Silné ročníky narozené v 70. a 80. letech minulého století přicházejí do let, kdy se začínají ozývat zdravotní potíže. Každý z nás by měl pamatovat na investici do prevence. Věřím, že preventivní programy budou stále více podporovány i ze strany zdravotních pojišťoven. Když použiji sama sebe jako příklad, tak mimo jiné pracuji jako chirurg. To s sebou nese desítky hodin strávených na operačním sále. Při operaci manipuluji s nástroji a snažím se o co nejšetrnější

přístup k pacientovi, proto velmi často operuji v pozici, která není fyziologická.

MARTIN F.: Pracuji jako řidič vozidla Zdravotnické záchranné služby (ZZS). Počet výjezdů posádek ZZS má dlouhodobě rostoucí trend, tím pádem stoupá i vytěžování (až přetěžování ve smyslu fyzické zátěže) zaměstnanců a otevírá se tak prostor pro problematiku pracovních úrazů nebo chronických postižení (hlavně pohybového aparátu). V tuto chvíli vidím lázeňskou péči jako nezbytný prostředek pro rehabilitaci organismu a prvek, který umožní vykonávat profesi záchranáře dlouhá léta. Smyslem činnosti zdravotních pojišťoven, v případě fyzicky náročných povolání, by měla být především prevence vzniku dlouhodobých problémů a ne až jejich akutní řešení. K tomu by pravidelná lázeň-

ská péče mýma očima bezesporu přispěla.

Do našich lázní jezdíte opakovaně. Máme více klientů, kteří se k nám vracejí. Jaké důvody máte vy?

MARTIN F.: Vždycky si tady odpočívám. Vracíme se díky prostředí a skvělému personálu. Například moje zničené rameno se zásluhou místních masérů a fyzioterapeutů dá vždy zázračně dohromady. Z mnoha lidí, kteří se mi tady opakovaně věnují, mohu zmínit Marušku Čermákovou (Marie Čermáková – masérka, LDA), Marka Zemana (PhDr. Marek Zeman – vedoucí fyzioterapeut LDB), Janu Vonešovou (Mgr. Jana Vonešová, LL.M. – vedoucí fyzioterapie, odborný garant). Oni a mnozí další jsou skutečnými odborníky na svých místech. Jejich práce není jednoduchá. Kromě masérů a fyzioterapeutů je potřeba zmínit i další personál. Skvělá je obsluha na jídelnách a mě osobně velmi potěšilo, že jsem poprosil paní pokojskou o župan ve velikosti 4XL. Ona mi ho nejen přinesla, ale automaticky jsem měl stejnou velikost i při výměně prádla. Přitom službu již měla jiná paní pokojská. Všechny tyhle věci jsou pro klienta lázní moc příjemné.

KATEŘINA S.: Kromě toho, co již řekl manžel, bych ještě ráda doplnila, že naše populace není hubená. Práce fyzioterapeutů a masérů je tedy velmi náročná a obtížná. Fajn je, že u vás vše na sebe navazuje.

Máte sice hodně klientů, ale procedury mají naplánované tak, aby byl efekt pro každého z nich co nejlepší. Obdivujeme s manželem stabilitu personálu. Například správně provedená masáž vás připraví na další manipulaci. Svaly se uvolní a lépe se s nimi pak pracuje například při fyzioterapii. Zároveň mi přijde skvělé, že vaši nabídku rozšiřujete o novinky. Super, že máte lymfologii. Vedu mammární poradnu, kde se setkávám s pooperačními otoky horních končetin po onkologických operacích, které bývají pro pacientky značně obtěžující. Počet lymfologických pracovišť je v naší zemi tristně malý.

Co vás z našich novinek nejvíce zaujalo?

KATEŘINA S.: Já jsem se před nějakou dobou nadchla pro přístroj Icoone. K dispozici jsem dala své výsledky. Již po šesti návštěvách bylo vidět značné zlepšení mých jizev. Pohledem lékaře mi ten přístroj přijde velice zajímavý a účinný.

MARTIN F.: Icoone jsem si vyzkoušel i já. Musím říci, že super věc. Škoda, že není ošetření přístrojem zahrnuté do lázeňské péče hrazené pojišťovnou, protože přístroj skvěle podpoří účinky ostatních procedur. Líbí se mi také venkovní bazény a saunový svět, kde vzniká zajímavý prolis lidí tím, že jsou to části určené i pro veřejnost. Pak úplně zapomenete, že jste nemocní.



Katka Stehlíková a Martin Flegl (vlevo) při cvičení v tělocvičně



Jaká je úroveň českého zdravotnictví?

OBA: Když pomineme nedostatek zdravotnického personálu, tak je určitě dobrá. Kdo si myslí opak, tak by měl navštívit například italskou Kalábrii, kde je lékařská péče absolutně nedostupná. Systém záchranné služby, že možná něco přijede za 2-5 hodin, je pro člověka s infarktem, mozkovou příhodou nebo jiným akutním problémem často fatální.

Když se vrátíme zpět do lázní, kdy se zase uvidíme?

MARTIN F.: My k vám kromě pobytů jezdíme i sem tam pouze na výlet. Vykoupat se v bazénu. Posedět. Pozdravit personál, který za ta léta již velmi dobře známe. Také sem doprovázíme rodiče. Moje maminka (ročník 1941) dlouho lázně negovala. Má přirozenou stařeckou osteoporózu a nakonec se

jí tady tak líbilo, že nechtěla jet domů. Řekla, že jí ubylo bolesti, a celkově na ní bylo vidět, že i pokřála.

KATEŘINA S.: Třeboň a lázně pro nás znamenají pohodu a vždycky se sem rádi vracíme. Když mě k vám přivedly poprvé zdravotní důvody, kolega neurochirurg, který pak viděl výsledky, nechtěl věřit svým očím, jak mi lázně pomohly. Jsme generace, která je hodně početná, a mám za to, že je více než potřeba myslet na sebe a investovat do prevence akutních stavů. My s manželem takto jezdíme k vám. Do konce roku se možná ještě nějaká příležitost a volný čas na pár dní v lázních najde. Kromě procedur a prostředí si užíváme i jídlo. Alespoň já, když odsud odjíždím, tak mám šupiny a ploutve, jak poctivě ochutnávám a konzumuji rybí pokrmy ☺. ◀

Slatinné lázně Třeboň – skvělý tip na dárek

Přemýšlíte o dárku pro své blízké, přátele či kolegy? Darujte zdraví a vitalitu. Darujte třeboňské lázně! V našem e-shopu můžete zakoupit e-vouchery na libovolnou částku od 200 Kč. E-vouchery je možné uplatnit na všechny služby obou lázeňských domů. Jakmile svou objednávku zaplatíte, přijde vám potvrzovací e-mail a elektronické vouchery. Vše z pohodlí domova.

Icoone, lůžka Soffio a Nuvola či wellnessové masáže a rituály. Rezervujte a uhradte on-line na našich webových stránkách **www.laznetrebon.cz** v sekci **wellnesscentrum/fyziocentrum**.

Pokud chcete zakoupit celý pobyt, nabídka je opravdu široká. Dárkový poukaz si samozřejmě stáhnete k tomu. Těšíme se na vás...



E-SHOP:

- e-vouchery na služby v libovolné hodnotě od 200 Kč
- platnost e-voucherů je jeden rok od data vystavení

ON-LINE REZERVACE:

ŠIROKÝ VÝBĚR POBYTŮ

- pobyty od 3 dnů
- e-mailem obdržíte dárkový poukaz s možností „Skrýt cenu“ a vložení vlastního věnování
- nabídku naleznete na **www.laznetrebon.cz/cz/pobyty**



🕒 Otevírací doby o vánočních svátcích

Lázeňský dům Aurora

REZERVAČNÍ ODDĚLENÍ

do 23. prosince	8.00–18.00
24.–26. prosince	8.00–16.00
27. prosince	8.00–18.00
28.–29. prosince	8.00–16.00
30.–31. prosince	8.00–18.00

od 1. ledna 2025 běžná provozní doba:

po–pá	8.00–18.00
so–ne	8.00–16.00

ČASOVÁNÍ PROCEDUR

do 23. prosince	7.30–16.00
24. prosince	zavřeno
25.–28. prosince	7.30–16.00
29. prosince	zavřeno
30.–31. prosince	7.30–16.00
1. ledna 2025	zavřeno
od 2. ledna 2025	7.30–16.00

BALNEOPROVOZ

do 23. prosince	7.15–16.00
24. prosince	zavřeno
25.–28. prosince	7.15–16.00
29. prosince	zavřeno
30.–31. prosince	7.15–16.00
1. ledna 2025	zavřeno
od 2. ledna 2025	7.15–16.00

FITNESS

23. prosince	8.00–20.00
24. prosince	8.00–14.00
25.–30. prosince	8.00–20.00

31. prosince	8.00–15.00
od 1. ledna 2025	8.00–20.00

VNITŘNÍ BAZÉNY

do 23. prosince	7.00–22.00
24. prosince	8.00–14.00
25.–30. prosince	8.00–20.00
31. prosince	8.00–15.00
1. ledna 2025	8.00–20.00
od 2. ledna 2025	7.00–22.00

SAUNOVÝ SVĚT

do 23. prosince	12.00–22.00
24. prosince	8.00–14.00
25.–30. prosince	8.00–20.00
31. prosince	8.00–15.00
1. ledna 2025	8.00–20.00
od 2. ledna 2025	12.00–22.00

FYZIOCENTRUM

do 23. prosince	8.30–20.30
24. prosince	8.30–14.00
25.–30. prosince	8.30–20.00
31. prosince	8.30–15.00
1. ledna 2025	8.30–20.00
od 2. ledna 2025	8.30–20.30

PRODEJNA

do 22. prosince	po–pá	7.00–16.00
	so	7.00–11.00
23. prosince		7.00–14.00
24.–25. prosince		zavřeno
26.–27. prosince		7.00–14.00
28. prosince		7.00–11.00

29. prosince		zavřeno
30. prosince		7.00–14.00
31. prosince		7.00–11.00
1. ledna 2025		zavřeno
od 2. ledna 2025	po–pá	7.00–16.00
	so	7.00–11.00

ZIMNÍ ZAHRADA

do 23. prosince	10.00–20.00
24. prosince	10.00–17.00
25.–30. prosince	10.00–20.00
31. prosince	10.00–18.00
1.–2. ledna 2025	zavřeno
od 3. ledna 2025	10.00–20.00

RESTAURACE HARMONIE

do 23. prosince	11.00–22.00
24.–25. prosince	zavřeno
26.–30. prosince	11.00–22.00
31. prosince 18.00–2.00	silvestrovský program
1.–2. ledna 2025	zavřeno
od 3. ledna 2025	11.00–22.00

BOWLING BAR

do 23. prosince		běžná provozní doba
24.–25. prosince		zavřeno
26.–30. prosince		běžná provozní doba
31. prosince–2. ledna		zavřeno
od 3. ledna 2025		běžná provozní doba
	po–čt	16.00–23.00
	pá	16.00–24.00
	so	14.00–24.00
	ne	14.00–24.00



a na přelomu roku 2024/2025

Lázeňský dům Berta

REZERVAČNÍ KANCELÁŘ

do 22. prosince	po-pá	8.00-18.00
	so	8.00-16.00
23. prosince-1. ledna		zavřeno
od 2. ledna 2025	po-pá	8.00-18.00
	so	8.00-16.00

RESTAURACE ADÉLA

do 15. prosince	11.00-22.00
od 16. do 21. prosince	9.00-22.00
22. prosince-5. ledna	zavřeno
od 6. ledna 2025	11.00-22.00

TOP-SPIN

do 21. prosince	16.00-24.00
22. prosince-1. ledna	zavřeno
od 2. ledna 2025	16.00-24.00

TERASA BAR

do 15. prosince	9.00-20.00
23. prosince-1. ledna	zavřeno
od 2. ledna 2025	9.00-20.00

RESTAURACE BESEDA

do 22. prosince	běžná provozní doba
23. prosince	zavřeno
24.-26. prosince	11.00-17.00
27.-29. prosince	11.00-22.00
30.-31. prosince	zavřeno
1. ledna 2025	11.00-17.00
od 2. ledna 2025	běžná provozní doba

KINOKAVÁRNA

do 22. prosince	16.00-22.00
23.-26. prosince	zavřeno
27.-29. prosince	16.00-22.00
30. prosince-1. ledna	zavřeno
od 2. ledna 2025	16.00-22.00

BAZÉN - PRO UBYTOVANÉ HOSTY

do 21. prosince	po-so	12.00-21.00
	ne	12.00-19.00
22. prosince		9.00-20.00
23. prosince-1. ledna		zavřeno
od 2. ledna 2025	po-so	12.00-21.00
neděle		12.00-19.00

SAUNA - POUZE PRO UBYTOVANÉ HOSTY

do 21. prosince	po-so	12.00-21.00
neděle		12.00-19.00
22. prosince		12.00-20.00
23. prosince-1. ledna		zavřeno
od 2. ledna 2025	po-so	12.00-21.00
	ne	12.00-19.00

ČASOVÁNÍ PROCEDUR

do 23. prosince	7.00-5.30
24. prosince-1. ledna	zavřeno
od 2. ledna 2025	7.00-15.30



LD AURORA

Restaurace Harmonie

Restaurace Harmonie se nachází v přízemí areálu lázní, nabízí pokrmy české i mezinárodní kuchyně, rybí speciality, polední menu.

Otevírací doba:

denně 11.00–22.00

Taneční večery:

Každé úterý a čtvrtek 19.00–22.00

Prosincová nabídka od 27. do 29. prosince:

POLÉVKA:

- polévka z pečených kaštanů s hruškovými chipsy

HLAVNÍ CHOD:

- amur v medvědí krustě s opečenými bramborami na slanině
- fileť z candáta s grilovanou červenou řepou s bylinkami
- houbový kuba se salátem z kysaného zelí

Čepujeme:

- Třeboňské pivo 11°
- Pivo Petra Voka 13°
- Pilsner Urquell 12°
- nealko pivo

Salonky Harmonie:

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení.

☎ +420 384 750 677 🌐 www.laznetrebon.cz



LD AURORA

Bowling Bar

OTEVÍRACÍ DOBA:

pondělí–čtvrtek	16.00–23.00
pátek	16.00–24.00
sobota	14.00–24.00
neděle	14.00–23.00

2 BOWLINGOVÉ DRÁHY:

Cena: 230 Kč/hod./dráha



ČEPUJEME:

- Třeboňské pivo 11°
- Pivo Petra Voka 13°

Tel.: 384 750 331

www.aurora.cz/cz/volny-cas-2/rezervace-bowlingu



LD AURORA

Denní bar Zimní zahrada

PROVOZNÍ DOBA:

pondělí–neděle 10.00–20.00 hodin

Možnost celodenního sledování sportovních přenosů v samoobslužné části baru.

Čepujeme Třeboňský ležák 12° a Pilsner Urquell 12°.

LD BERTA

Restaurace Adéla

V nabídce kromě stálého jídelního lístku připravuje kolektiv kuchařů různě zaměřené speciality.

Otevírací doba:

denně 11.00–22.00
(od 23. prosince do 5. ledna zavřeno)

Čepujeme:

- Třeboňské pivo 11°
- Pivo Petra Voka 13°
- Pilsner Urquell 12°
- nealko piva

Salonky Adéla:

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení.

☎ +420 384 754 436

🌐 www.laznetrebon.cz



LD BERTA

Bowling Bar Top Spin

OTEVÍRACÍ DOBA

Denně 16.00–24.00
(od 23. prosince do 2. ledna 2025 zavřeno)

2 BOWLINGOVÉ DRÁHY

Cena 230 Kč/hodina/dráha

ČEPUJEME

- Radegast Ryze Hořká 12°
- Plzeňský ležák 12°

☎ +420 384 754 400

www.laznetrebon.cz/cz/restaurace/restaurace-top-spin/rezervace-bowlingu-2



Speciální nabídka

od 2. do 22. prosince:

- 200 g Variazione della bruschetta con pomodori, con avocado, con prosciutto crudo / variace bruschett, s rajčaty s avokádem, s parmskou šunkou
- 250 g Ravioli ripieni di ricotta e spinaci ricotta / listový špenát, muškátový oříšek, parmazán, máslo, šalvěj
- 250 g Ravioli ripieni di mozzarella di carne macinata / vepřové maso, mozzarella, česnek, tymián, drčená rajčata, parmazán
- 150 g Cannoli italiani al limoncello / trubičky, mascarpone, pistácie, limoncello
- 150 g Tiramisù / piškoty, mascarpone, amaretto, káva, kakao



BESEDA



restaurace

NA HISTORICKÉM TŘEBOŇSKÉM NÁMĚSTÍ



Od 13. do 22. prosince

SPECIÁLNÍ NABÍDKA

POLÉVKA

- sváteční rybí polévka, pečené mlíčí, máslové krutony

HLAVNÍ CHOD

- smažený filet sumce s citronem, vídeňský bramborový salát
- pečený filet z lososa gorbuša na másle a bylinkách, citrónová omáčka, tarhoňové rizoto
- burger s trhaným kachním masem, brusinková majonéza, rukola, hanácký salát, jablko
- vepřové medailonky na šalvěji, baby karotka s hráškem, mačkané brambory s pórkem

DEZERT

- extra čokoládový dort s lanýžovým krémem
- tradiční Crème Brûlée, čerstvé ovoce

OTEVÍRACÍ DOBA

pondělí	zavřeno
úterý	11.00–22.00
středa	11.00–22.00
čtvrtek	11.00–22.00
pátek	11.00–23.00
sobota	11.00–23.00
neděle	11.00–18.00



ČEPUJEME:

- Třeboňské pivo 11°
- Pivo Petra Voka 13°
- Plzeňský ležák 12°

Možnost pořádání svateb, rodinných oslav, abiturientských setkání, firemních akcí, školení.

Rezervace na tel.:

384 721 222, beseda@laznetrebon.cz

www.besedatrebon.cz

VÁNOČNÍ PROVOZNÍ DOBA

24.–26. prosince 11.00–17.00
31. prosince zavřeno
1. ledna 11.00–17.00

ČEPOVAT SE BUDE SVÁTEČNÍ VÍDEŇSKÁ 15°

(světlé spodně kvašené silné pivo)

Skladba speciálních sladů charakterizuje vídeňský styl.

Vídeňská 15° je vhodným doplňkem pro sváteční stůl a sametové pohlázení v podzimním a zimním období. Spodně kvašené světlé silné pivo, nepasterizované a nefiltrované.



NÁŠ TIP Z LÁZNÍ

Privátní zóna v saunovém světě

ROMAN RŮŽIČKA, REDAKTOR

Saunování v Privátní zóně Třeboňského saunového světa je něco výjimečného, komfortního, pohodového. Kdo si chce užít saunování na vysoké úrovni, navíc v soukromí, určitě uvítá saunu, která je skryta před zraky ostatních návštěvníků, a s potěšením využije Privátní zónu. Saunování v komfortním prostředí je velmi vhodné i jako dárek, který si dotyčný opravdu užije. Nebo jako zpestření vašeho pobytu, zejména nyní ve vánočním čase a na přelomu roku, kdy si dopřáváme něco opravdu výjimečného. Privátní zóna je součástí Třeboňského saunového světa v areálu Lázeňského domu Aurora. Nachází se v prvním patře a patří k ní i výtah, jímž klienti vyjedou přímo ke svým šatnám a nejdou tak přes šatny a očištné sprchy určené ostatní veřejnosti.

V Privátní zóně je k dispozici vlastní šatna s fénem, parní lázeň, finská sauna, velmi prostorná vířivka s možností regulací masážních trysek, odpočívárna s pohodlnými vaky, zážitková sprcha se šesti programy. Navíc mají klienti možnost navštívit celý saunový svět včetně ceremoniálů a peelingů.

Online rezervace

Pobyt v Privátní zóně je možné zarezervovat pouze online přes oficiální webové stránky lázní (www.laznetrebon.cz). Zde si vyberete volný termín, zadáte, zda Privátní zónu chcete pro 1-2 nebo 3-4 osoby, a určíte si dobu pobytu, která je stanovena na 150 minut



(2,5 hodiny) nebo na 210 minut (3,5 hodiny). Nelze přijít na recepci s tím, že do Privátní zóny chci hned. Rezervace musí proběhnout minimálně dvě hodiny předem, protože privátní sauna se musí pro vás připravit. Například pouze napouštění vířivky trvá přibližně 40 minut. Na online rezervaci jsou dané časy, kdy lze Privátní zónu rezervovat, dále si zde vyberete, jakou chcete vonnou esenci do finské sauny (výběr je z několika druhů esencí – bříza, divoká višně, citrón, pomeranč, hořké a sladké citrusy, levandule, severská bříza, divoká višně, toskánské byliny, grapefruit nebo bez vonné esence), což je v ceně, stejně tak výběr mezi oříšky, mandlemi nebo sušeným ovocem (meruňky, banán, ananas, švestky). V ceně je rovněž džbán s vodou a citronem a navíc i lahev sektu (0,33l) pro každou osobu. Nebudete-li mít možnost zarezervovat si Privátní zónu online během vašeho pobytu, protože nemáte s sebou notebook ani telefon (jedete relaxovat, odpočívat, bavit se a nikoli



pracovat), stačí přijít na recepci wellnesscentra a vše si dohodnete na místě. Zpestříte si nejen vánoční a silvestrovské pobyty o skvělé zážitky.

Třeboňský saunový svět je místo, které osvětluje, oživuje a uklidňuje. Zhluboka se nadechněte, uvolněte a dobijte baterky. Vnímejte uklidňující teplo, které přivádí tělo, mysl a duši zpět do rovnováhy. Teplo saun protéká tělem a přináší klid a zdraví. Suchý horký vzduch podporuje krevní oběh a posiluje imunitní systém. V parní lázni pomáhá vlhký a horký vzduch obzvláště dobře relaxovat a uvolňovat svaly. <

Ceník Privátní zóny:

	150 minut	210 minut
1-2 osoby	1900 Kč	2800 Kč
3-4 osoby	3600 Kč	4700 Kč

Otevírací doba saunového světa

denně od 12.00 do 22.00 hodin



AKCE V TŘEBONI

Advent v Třeboni

PRVNÍ ADVENTNÍ VÍKEND
A NÁSLEDUJÍCÍ TÝDEN

(30. LISTOPADU–6. PROSINCE)

Prohlídky vánočně vyzdobeného zámku (Čt–Pá v 10:00, 13:00, 14:30, So–Ne 10:00, 11:30, 13:30, 15:00) / Z

Prohlídky s Bílou paní Perchtou (So–Ne 10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL

4. PROSINCE

19:30–21:00 **Stará láska nerezaví** – činohra (Divadlo Grunt) / D



5. PROSINCE

18:00 **Průvod čertů, andělů a sv. Mikuláše** / MN

18:00 **Umírání, smrt a pohřby Habsburků v 16. a na počátku 17. stol.** – přednáška / ZL

19:30 **Nezmaři** – adventní koncert / LDA

6. PROSINCE

10:00–18:00 **Čokoládové Vánoce** – prohlídky domu s degustací luxusních pralinek / ZL

DRUHÝ ADVENTNÍ
VÍKEND A NÁSLEDUJÍCÍ
TÝDEN

(7.–13. PROSINCE)

Prohlídky vánočně vyzdobeného zámku (Čt–Pá v 10:00, 13:00, 14:30, So–Ne 10:00, 11:30, 13:30, 15:00) / Z

Adventní trhy na zámku (So–Ne 10:00–16:00) / Z

Pekelný povoz s čerty a andělem, čertovské sklepení (10:00–16:00) / Z

7. PROSINCE

Prohlídky s Jeho Milostí Petrem Vokem (10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL
10:00–16:00 **Flašinetář** / Z

8. PROSINCE

10:00–18:00 **Čokoládové Vánoce** – prohlídky domu s degustací luxusních pralinek / ZL
15:00 **Zpívání koled u jesliček** / Z
16:30 **Vánoční koncert** ve Schwarzenberském sále / Z

9. PROSINCE

16:00 **Skleněné Vánoce** – vernisáž (výstava prací oboru výtvarného zpracování skla OA, SOŠ a SOU Třeboň) / ZL

10. PROSINCE

19:30 **Česká mše vánoční** – adventní koncert (Třeboňský lázeňský symfonický orchestr) / LDA

11. PROSINCE

19:00–20:30 **O princezně Emmě a statečném kováři** – balet (Pražská taneční konzervatoř) / D

12. PROSINCE

19:30 **Pěslav-Ozvěna** – adventní koncert pěveckého sboru / LDA

13. PROSINCE

10:00–16:00 **Prohlídky s paní lékárníkovou** (10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL

TŘETÍ ADVENTNÍ VÍKEND
A NÁSLEDUJÍCÍ TÝDEN

(14.–20. PROSINCE)

Kostýmované prohlídky Knížecí Vánoce na úsvitu století (So–Ne 10:00–20:00, každou celou hodinu kromě 13:00 a 17:00) / Z

14. PROSINCE

10:00–15:00 **Nadílka pro zvířata, workshop pro děti a teplý vánoční čaj pro všechny** / EV
10:00–18:00 **Prohlídky s kronikářem Václavem**

Březanem (10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL
19:30–21:00 **Bonsai č. 3** – folkový koncert / D

15. PROSINCE

10:00–18:00 **Prohlídky s Jeho Milostí Petrem Vokem** (10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL
19:00 **Nikolas Put** – vzpomínkový koncert na písně Karla Gotta / KKC Roháč

17. PROSINCE

18:00 **Vánoční miniturné XII.** – ZUŠ Třeboň / D

19. PROSINCE

19:00–20:30 **3. abonentní koncert** – L. Vagenknechtová, D. Klánský, L. Klánský / D

20. PROSINCE

10:00–18:00 **Čokoládové Vánoce** – prohlídky domu s degustací luxusních pralinek / ZL

ČTVRTÝ ADVENTNÍ
VÍKEND

(21.–22. PROSINCE)

Prohlídky vánočně vyzdobeného zámku (Čt–Pá v 10:00, 13:00, 14:30, So–Ne 10:00, 11:30, 13:30, 15:00) / Z

21. PROSINCE

Prohlídky s paní lékárníkovou (10:10, 11:40, 13:10, 14:40, 16:10) / ZL

22. PROSINCE

10:00–18:00 **Čokoládové Vánoce** – prohlídky domu s degustací luxusních pralinek / ZL

23. PROSINCE

17:00 **Chrámový sbor Ševětín** – vánoční koncert / ZL

Štědrý den

(24. PROSINCE)

10:00–12:00 **Betlémské světlo** /

MN + KsJN
22:00 **Půlnoční mše** / K

SILVESTROVSKO-
NOVOROČNÍ TÝDEN

27.–30. PROSINCE

O jídle, pití a stolování s paní Zuzanou a kuchařem Jáchymem – večerní hrané prohlídky (18:00 a 20:00) / ZL

30. PROSINCE

19:00–21:30 **Růžové svatby** – činohra (Strašnické divadlo) / D



31. PROSINCE–3. LEDNA

Prohlídky vánočně vyzdobeného zámku (10:00, 11:30, 13:30, 15:00) / Z

1. LEDNA 2025

17:30 **Novoroční koncert: Třeboňská 12** / MN
18:00 **Novoroční ohňostroj** / MN

2. LEDNA 2025

15:00 **Tříkrálový průvod** – slavnostní požehnání Tříkrálové sbírky Charity Třeboň 2024 / K, MN

Zkratky:

D – Divadlo J. K. Tyla, EV – Ekocentrum Vydra (Třeboňská záchranná stanice pro zvířata), K – kostel Panny Marie a sv. Jiljí, KKC Roháč – kulturní centrum, LDA – Společenský sál LD Aurora, MN – Masarykovo náměstí, Z – Státní zámek Třeboň, ZL – Zámecká lékárna

Změna programu vyhrazena. Informace k programu najdete na www.itrebon.cz

TŘEBOŇSKÉ KINO SVĚTOZOR

Prosinec v kině Světozor

KAREL FICAL, VEDOUcí KINA

Nabídka třeboňského kina Světozor během posledního měsíce letošního roku je žánrově velmi pestrá.



Muzikál ČARODĚJKA

Budoucí studentka univerzity pro čaroděje Elphaba (Cynthia Erivo) se od ostatních liší tím, že je od hlavy až k patě zelená. Osud se jí to pokusil vykompenzovat, když jí nadělil mimořádný kouzelnický talent. Toho má pro změnu velmi málo její spolužačka Galinda (Ariana Grande), která je na první pohled okouzlující. Tyhle dva protiklady zpočátku spojuje jen vzájemná nevraživost a společný pokoj. Z nesnášenlivosti se postupem času zrodí velké přátelství a spojení.

Komedie V DOBRÉM I ZLÉM

V komedii o dvou manželských párech, které se odváží na první susedskou návštěvu a následně prožijí neobvyklý večer plný nečekaných chvil a zvratů, se představí Jiří Langmajer, Petra Hřebíčková, Martin Hofmann a Táňa Pauhofová.

Komedie LÉTO S EVŽENEM

Na plátna českých kin tento snímek přináší žánr laskavé komedie s poutavým příběhem plným humoru, emocí a dobrodružství.



Kamarádi – lékař František (Martin Myšička), ředitel muzea Oskar (Jaroslav Plesl) a tělocvikář Robert (Marek Němec) – stojí před nečekaným úkolem. Mají 14 dní na to, aby pro své děti zachránili tradiční letní tábor, který zničila vichřice. Poslední nadějí zůstává louka v podhradí hradu Tramberk. Kastelánem je svérázný Evžen (Jiří Dvořák), který je nejšťastnější, když žádní turisté na hrad nepřijdou.

Záznam z divadla ze známé Ypsilonky: **VÁNOČNÍ VEČERY ŽIVÉ Z YPSILONKY**

Přijměte pozvání na ypsilonkovskou besídku v koncepci a režii Jana Schmidta. Vánoční večery doprovázejí diváky v adventním čase už od 70. let a pro mnohé se staly už téměř rodinnou tradicí. Jan Schmid, Jiří Lábus, Martin Dejdar, Petr Vacek a další oblíbení herci vás provedou pásmem plným hudby, humoru a adventní atmosféry. Představení je záznamem streamu z 20. prosince 2020.

Na závěr vás chceme pozvat 20. prosince ve 20.00 hodin na královský balet **LOUSKÁČEK**

Objevte kouzlo baletu s touto třípřítivou vánoční klasikou pro celou rodinu. Připojte se ke Klárce během Štědrého večera, který se sta-

ne velkým kouzelným dobrodružstvím. Nádherná Čajkovského hudba doprovází Klárku a jejího začarovaného Louskáčka v boji

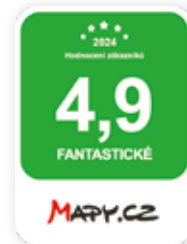


proti Myšímu králi i při návštěvě Cukrové vily v Království sladkostí.

Levné pondělky

Každé pondělí od 17.00 hodin film za 100 Kč, pro diváky nad 60 let za 70 Kč. V listopadu uvidíte:

- 2. PROSINCE Vlny
- 9. PROSINCE Rok vdovy
- 16. PROSINCE Výjimečný stav



Provoz kina na přelomu roku

KINO SVĚTOZOR

23.–26. prosince **zavřeno**
30. prosince–1. ledna **zavřeno**

Kinosál v LDA

Promítání v kinosále LDA (Společenský sál Lázeňského domu Aurora) bude probíhat do 18. prosince. Následovat budou pouze tři projekce, a to 25., 29. a 30. prosince. Pro klienty lázní zdarma, pro ostatní za vstupné 150 Kč. Pravidelné promítání v kinosále LDA (každé pondělí, středa a neděle od 19.30 hodin) bude probíhat od 8. ledna 2025.

Přejeme všem poklidné a šťastné Vánoce a ještě jednou děkujeme za vaši přízeň.

KINO V AUROŘE



Prosinec v kinosálu Lázeňského domu Aurora

Každé pondělí, středu a neděle vás zveme na promítání filmů ve Společenském sále Lázeňského domu Aurora. **Promítání začíná vždy v 19.30 hodin.**

4. PROSINCE, 19.30, vstupné 140 Kč
Aristokratka ve varu – komedie, ČR

8. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
Vlny – drama, ČR

9. PROSINCE, 19.30, vstupné 160 Kč
Čarodějka – muzikál, USA

11. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
Výjimečný stav – komedie, ČR

15. PROSINCE, 19.30, vstupné 140 Kč
Zápisník alkoholičky – drama, ČR

16. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
Aznavour – životopisný, Francie

18. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
Poklad – komedie, ČR

25. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
Léto s Evženem – komedie, ČR

29. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
V dobrém i zlém – komedie, ČR

30. PROSINCE, 19.30, vstupné 150 Kč
V dobrém i zlém – komedie, ČR

LÁZEŇSKÝ DŮM AURORA

Prosincové akce
v sále LD Aurora

5. PROSINCE, 19.30 hodin
Vánoční koncert
Nezmaři
Vstupné 250 Kč

6. PROSINCE, 19.00 hodin
Divadelní představení
„P.R.S.A.“
Obecně řečeno, zažili jsme
a zažíváme velká dobrodružství, jak
v osobním životě, tak ve světě kolem
nás. Inscenace P.R.S.A. je scénická
výšeč. Je to tvar našeho počinání
v situaci, kdy naše setkání
nenaplní představy, jaké
v nás tato příležitost vyvolává.
Účinkuje: Divadelní sekce
Praha
Vstupné 290 Kč

12. PROSINCE, 19.30 hodin
Koncert
Účinkuje: **Pěvecký sbor
Pěslav-Ozvěna**
Bez vstupného

17. PROSINCE, 19.30 hodin
Vánoční koncert
**Třeboňský lázeňský symfonický
orchestr**
Vstupné 150 Kč



**SPOLEČENSKÝ
VEČER**

21. února 2025
Společenský sál LDA
19–24 hodin

VEČER PLNÝ HUDBY A TANCE. TOMBOLA, SOUTĚŽ
A BOHATÝ DOPROVODNÝ PROGRAM.

Pro bližší informace sledujte www.laznetrebon.cz
a naše sociální sítě. Detaily se dozvíte na stránkách
příští Lázeňské pohody.

Kulturní tipy

LENKA KORANDOVÁ, VEDOUCÍ RECEPCE LDB, KULTURNÍ REFERENT SLT



Tentokrát bych
velice ráda po-
zvala přede-
vším příznivce
Třeboňského
lázeňského
symfonického or-
chestrů na jejich **ad-
ventní koncert v úterý 17. prosince
2024** do Společenského sálu LD Auro-
ra od 19.30 hodin. Orchester byl založen
1. září 1959 jako komorní orchestr při
tehdejší hudební škole, součástí hu-
dební školy byl až do roku 1994. Celých
56 let stál na dirigentském stupínku
pan Jaroslav Kohout, kterého na konci
roku 2015 vystřídal pan Josef Zaplatí-
lek – dlouholetý dirigent Jihočeského
divadla. Třeboňský lázeňský symfonic-
ký orchestr hraje tradičně ve Spole-
čenském sále LD Aurora již mnoho let
a svou hudbou nemalou měrou přispí-
vá ke kulturnímu programu nejen pro
lázeňské hosty, ale i pro obyvatele
města Třeboně.

Ohlédnutí za listopadovým matiné

Listopadové Třeboňské lázeňské matiné (TLM)
v neděli 17. listopadu ve společenském sále LD
Aurora nabídlo na závěr prvního ročníku TLM
2024 divákům nezapomenutelný hudební zá-
žitek v podání Epoque Quarteta (25 let na české
a evropské hudební scéně) ve složení Vít
Petrášek (violoncello), David Pokorný (1. hous-
le), Vladimír Klánský (2. housle) a Alexej Asla-
mas (viola). Poslední jmenovaný člen Epoque
Quarteta, aranžérský mág Alexej Aslamas,
strávil pár dní v lázeňské Třeboni, kde vyzkou-
šel i wellness procedury v LD Aurora. Wellness
pobyt v lázních byl pro něj natolik inspirující, že
v jeho průběhu vytvořil adaptaci filmové melo-
die z filmu „Čtyři vraždy stačí, drahoušku“, kte-
rá zazněla i při listopadovém koncertu Epoque
Quarteta.

V lednu 2025, třetí neděli v měsíci, 19. 1. 2025,
zahájíme pásmo Třeboňských lázeňských ma-
tiné 2025 vystoupením Třeboňských pištců
v 11.00 hodin dopoledne ve Společenském sále
LD Aurora.

tiráž



LÁZEŇSKÁ
POHODA

12/2024

VYDAVATEL:
Slatinné lázně Třeboň s. r. o., Lázeňská
1001, 379 01 Třeboň II, IČ: 251 79 896
pohoda@laznetrebon.cz
Město Třeboň, Palackého nám. 46/II,
379 01 Třeboň

REDAKČNÍ RADA:
prof. JUDr. Vilém Kahoun, Ph.D.,
Mgr. Helena Nekolová, Ing. Jan Leskovec,
Ing. Mgr. Alena Tománková, Daniel Hamr,
Roman Růžička, Jan Plch

Náklad: 6000 ks
Design a DTP: MEUM, s.r.o.
Tisk: Tiskárna Protisk, Rudolfovska 617,
370 01 České Budějovice

Vychází měsíčně jako informační
materiál. Toto číslo vyšlo 5. 12. 2024.
MK ČR E 17981. Neprodejné.
Pokud máte zájem o zaslání e-mailem,
pište na adresu: pr@laznetrebon.cz.

VÁNOCE A SILVESTR V AUROŘE

Vánoční týdenní pobyt, vánočně silvestrovský pobyt či dva pobyty na konec roku 2024. Příjemné lázeňské procedury, vánoční atmosféra, zimní Třeboň, štědrovečerní menu nebo skvělý silvestrovský raut. A bude i ohňostroj. Přijďte prožít konec roku v naší péči. Těšíme se na vás.

Vánoce v Auroře	22.–28. 12. 2024	cena od 15 890 Kč/osoba
Vánočně silvestrovský pobyt	23. 12. 2024–1. 1. 2025	cena od 24 390 Kč/osoba
PF 2025 v Auroře	27. 12. 2024–1. 1. 2025	cena od 15 890 Kč/osoba
Silvestr v Auroře	29. 12. 2024–1. 1. 2025	cena od 9 670 Kč/osoba

LÁZEŇSKÝ DŮM AURORA

rezervace@aurora.cz

tel.: 384 750 555



SLATINNÉ
LÁZNĚ
TŘEBOŇ

www.laznetrebon.cz/pobyty

Sphere