

INFORMACE PRO ÚČASTNÍKA



REGISTRACE

Potvrzení o účasti a sborník přednášek na CD obdržíte poštou.

Na recepci hotelu je možné koupit si stravenky.

JÍDELNÍČEK

- | | | |
|------------|--|---|
| 21.3. oběd | Hovězí vývar s nudlemi a játrovými knedlíčky | 1. Kuřecí prsa v sýrovém těstíčku s mandlemi, bramborovou kaší a míchaným salátem
2. Rizotto se zeleninou a parmazánem |
| večeře | | 1. Steak z vepřové kotlety se zelenými fazolkami a anglickou slaninou a česnekem, opékané brambory
2. Jemná zelenina s brambory ve smetanové omáčce, zapečené sýrem Grano padano |
| 22.3. oběd | Gulášová polévka | 1. Pytlácká masová směs (kuřecí a vepřové maso, čerstvá zelenina, žampiony) s jasmínovou rýží
2. Zeleninové ragú |
| 23.3. oběd | Bramborová polévka s houbami | 1. Vepřový vrabec se slezským kysaným zelím a bramborovými knedlíky
2. Těstoviny se sýrovou omáčkou, sypané sýrem Grano padano, zeleninový salát |

V případě zájmu je možno využít bezlepkovou dietu.

SPOLEČENSKÝ VEČER

Čtvrtek – 22. 3.

19:30 Úvod, Hippie's večer, Raut

22:00 Tombola

22:30 K poslechu a tanci hraje duo Classic

DOPROVODNÝ PROGRAM

21.3. - Jóga-relaxační cvičení od 18:30 (vhodný oděv a podložku sebou). V případě zájmu a dobrého počasí proběhne noční procházka ke Zbujovi (je potřeba si vzít sebou vhodnou obuv a oblečení, baterku příp. čelovku).

Pro účastníky konference je volně k dispozici bazén, sauna a whirlpool.



OSTRAVICE

www.obec-ostavice.cz



cyklostezka
Ostrava-Beskydy
(44. 58 6007)



sруб Petra Bezruče

PP Kozmohyňky Ostravice

Peřeje na Ostravici

hřiště TJ Sokol

restaurace Myslivna

restaurace U Tkáčů

OSTRAVICE - zastávka



Turistické
informační
centrum

bankomat

OSTRAVICE - nádraží

směr
FRÝDLANT
NAD OSTRAVICÍ
I/56



farma Zátopek

Ruma Sport

nákupní centrum
Modrá Lábeň

kostel Nejsvětější Trojice

obecní úřad v Ostravici

pošta, lékárna

hotel Freud
večerka

nákupní
středisko

hotel Odra

penzion Sauna

turistická
ubytovna

restaurace
Gáborum

Směr
STARÉ HAMRY
a PŘEHRADA
ŠANCE
I/56

Beskydský pivovár

VRCHY (446 m n. m.)

GOLF & SKI
RESORT
OSTRAVICE



Golf Club Restaurant

ŽÁR (630 m n. m.)

HORKÁ (593 m n. m.)

penzion Florián

SKALKÁ (613 m n. m.)

hotel Beltine

směr
SMRČEK

směr
SMRČK (po červeně)
a BUČACÍ VODOPÁDY

OSTRÁ HORA (783 m n. m.)

TRIBULKA (691 m n. m.)



směr
U ZBUJA a ALBINOVO NÁM
(po modře)

hotel Ondra

rekreální centrum Sepebná

směr
LYSÁ HORA
(po červeně)

LYSÁ HORA (1 323 m n. m.)

SMRČINA (810 m n. m.)

horské lanové
centrum Opázkarna

penzion Sluníčko

CHKO BESKYDY

kostel Českobratrské
církve evangelické

hotel Láptov

směr

restaurace

Gáborum

směr

STARÉ HAMRY
a PŘEHRADA
ŠANCE
I/56

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum

restaurace

Gáborum