

## Letní grilování v penzionu Eurorellax

**23. 7. – 24. 7. 2010 od 17:00 hodin**

**Grilovaná vepřová kýta.....27.- Kč**

100 g.....(okurka, hořčice, chléb)

**Mušketýr 11 ° (0.5 l).....18.-Kč**



### Dále nabízíme LETNÍ MENU:

#### Saláty

Italský (oliv, vajíčko, šunka, balkánský sýr)

69 .-

S grilovaným candátem (100 g candáta, zelenina)

89 .-

S restovanými houbami (směs lesních hub)

79 .-

S kuřecím masem (150 g kuřecího masa, zelenina)

79 .-



*Ke každému salátu grilovaná bageta*

Masové lasagne se salátem

89 .-

Tagliatele „ Primavera“ (rajčata, česnek, bazalka, mozzarella)

69 .-

Smažený květák, nový brambor, tatarka

69 .-



#### Dezerty

Palačinka s čerstvým ovocem

59 .-

Palačinka se zmrzlinou

59 .-

Ovocný zmrzlinový pohár „ Rozhledna “

42 .-

Vanilkový pohár s čokoládou a lískovými ořechy

42 .-

Ovocný studený dort se šlehačkou

35 .-



#### Možnost využití atrakcí:

**Skákací hrad, houpačky, kolotoč, bazén – děti v doprovodu dospělé osoby !**

**V tyto dny otevřeno do 24 hodin. Ubytování 300.-Kč/noc/osoba po dobu akce.**

## Kurz Pilates

Pojďte protáhnout svá těla na kurzu Pilates, který bychom mohli uspořádat v září nebo v říjnu.

Kurz by se konal po domluvě se základní školou v tělocvičně jednou týdně.

Tento kurz je vhodný pro všechny, kteří se chtějí hýbat a zpevnit svá těla.  
Na věku nezáleží!

Zájemci o kurz Pilates se mohou **přihlásit do 15. srpna 2010** na Městském úřadě Hora Svaté Kateřiny.

*Denisa Krmenčíková  
projektový manažer*

## Pilates

### PILATESOVA METODA

Cvičení rozvíjí koordinaci, sílu, rovnováhu, flexibilitu a dýchání. Propracovává zádové, břišní a hýžděvé svalstvo svaly jako základ správného držení těla. „Pilates“ je metoda vhodná, bezpečná a účinná pro udržování tělesné kondice v jakémkoliv věku. Je opravdu vhodná pro každého, jelikož má rehabilitační účinky.



## *Soutěž „O nejlepší pomazánku“*

Pokračování soutěže ve vaření nebo v pečení. Přihlaste se do soutěže o nejlepší „pomazánku“ (různé druhy pomazánek na pečivu), **do 15. srpna 2010** na Městském úřadě Hora Svaté Kateřiny. Soutěž, která je pro všechny v každém věku se uskuteční v září 2010.

*V soutěži „O nejlepší dobrotku“, která se konala 18.11.2009 zvítězili:*

**Nejlepší vzhled** - Libuše Mikušová

**Nejlepší chuť** - Eva Horáková

**Nejkreativnější vzhled** - Gertruda Krátká

