

Zpěvák Peter Nagy:

Při cvičení vymažu z hlavy miliony blbostí...

co tam nasypali jiní...



SLOVENSKÝ ZPĚVÁK PETER NAGY JE ČLEMEM EXKLUZIVNÍHO KLUBU I'M FIT WELLNESS FITNESS, KTERÝ NABÍZÍ PROFESIONÁLNÍ CVIČEBNÍ PROGRAMY I BOHATÉ MOŽNOSTI RELAXACE A REGENERACE ORGANISMU PŘÍMO VE VYSOČANSKÉM NÁKUPNÍM CENTRU GALERIE FÉNIX. POTÉ, CO JSME SI CELÝ KOMPLEX SAMI PROHLÉDLI, JSME POPULÁRNÍHO ZPĚVÁKA VYZPOVÍDALI. PŘECE JEN – PRAVIDELNÝ NÁVŠTĚVNÍK VÁM TOHO POVÍ VÍC NEŽ ZAMĚSTNANEC, KTERÝ VŠECHNY ASPEKTY POUZE VYCHVÁLÍ...

Jak moc je pro profesionálního zpěváka důležitá fyzická kondice? Přece jen, takový dvouhodinový koncert už musí dát tělu pořádně zabrat...

Upřímně – to, co dělám pro mé zdraví, je čistý narcizmus. Někteří kolegové vůbec necvičí, jedou na všem, co teče či se sype... A zvládají to. Mne ale nebaví být fyzická troska a v tom to je.

Jak často se věnujete cvičení ve fitness centru? A máte oblíbené i jiné sporty?

Problém je v tom hnusném internetu, který mi krade čas. Všechno to úřadování a psaní faktur okolo koncertů... Kvůli tomu chodím do fitka maximálně třikrát týdně. Fitko mám ale rád, protože to není nebezpečný sport. A jiné sporty? V létě mám vždy v autě in-liny. A okolo Dunaje jsou super stezky i pro kolo.

Jaký typ cvičení vám nejvíce vyhovuje a čemu jste zatím nepřišel na chuť?

Víte, jsem raději sám... Odpočinu si, a hlavně – když cvičím sám, nemusím se s nikým porovnávat, a tak se necítím nemožný.

Jaký typ členství v klubu I'M FIT Wellness Fitness jste zvolil a proč?

Zvolil jsem GOLD. Mám rád pohodu a to, že nemusím řešit detaily. V klubu I'M FIT Wellness Fitness je to výborná služba. Je to záležitostí prestiže. A co je pro mě důležité, je příjemný a odborný personál, který mi dokáže poradit. Také mi vyhovuje to denní světlo, které je v I'M FIT Wellness Fitness výborné. Stejně tak kvalitní stroje rozmístěné ve velkorysém prostoru.

Členství Gold

neomezený vstup do fitness a wellness zóny a na všechny spinning a aerobní lekce, servis – ručník, župan, sprchové mýdlo a šampón, vstupní cvičení s osobním trenérem, vstupní diagnostika složení těla, jednou měsíčně vstup zdarma pro vašeho hosta, výhodné slevy na masáže a solárko apod.

text: Michaela Poštulková
foto: I'M FIT Wellness Fitness, www.artfotonagy.eu



málokdy. Jím oddělenou stravu, jen bílé maso a hodně zeleniny.

vlastně ani nežiji, jsem romantik, který realitu moc nemusí.

Dokázal jste pro cvičení nadchnout i vaše blízké, třeba partnerku?

Když mám partnerku, musí cvičit. Je to podmínka, stejně jako smysl pro humor. Jsem hnusně náročný – na ženy tedy určitě.

Nedávno proběhl křest vaší první velké knihy uměleckých fotografií BOOK.

Bude možné koupit si ji v klasickém knihkupectví?

Ano, je k dostání v téměř každém knihkupectví. Je to mé šestileté dítě – nejlepší fotky, které jsem udělal za tři toky. Mám z té knihy až dětskou radost.

Cítíte se v současné době více muzikantem nebo fotografem?

Muzikantem jsem stále, koncertuji s kapelou i sám. Jen se o tom v médiích málo píše. Chápu, že důležitější jsou svatby rosniček, těhotné moderátorky a to, která celebrita s kým chodí. Je to »kulturní dědictví národa«. Fotky mám jako únik z reality, o které se bavíme. Já v realitě

Plánujete na přelomu roku koncerty?

Něco plánuji k mému budoucímu 25. výročí na scéně, ale ještě jsme s kapelou stále ve studiu a točíme k tomuto mému svátku album. Muzika je totiž jediná ženská, která to se mnou vydržela... ●

- Krásná fotografie, co říkáte? Jejím autorem je Peter Nagy www.artfotonagy.eu

Musíte se občas do cvičení nutit, a nebo si už tělo navyklo na sportovní režim a samo si o něj říká?

Když jsem unavený, musím se hodně nutit. Žijeme v hektické době a počítače s internetem nám kradou svobodu, ač nám ji původně slibovali. Každý je z toho unavený. Při cvičení alespoň vymažu z hlavy ty miliony blbostí, které tam nasypali jiní. Bohužel je problém v tom, že žijí opačně než většina lidí – mám večerní povolání, takže ráno jsem mrtvý a cvičit můžu až okolo oběda.

Kdy jste se vlastně rozhodl, že je potřeba věnovat se tělu pravidelně?

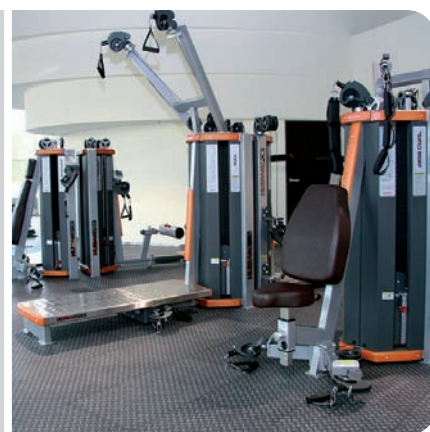
Po třicítce. Bylo mi třiatřicet a zjistil jsem, že tělo je zlý kamarád – je to podrazák! Najednou začnete přibírat, jen tak... A to jsem přitom nikdy nebyl pivař nebo jedlík. To mě náležitě rozzuřilo – zvláště před zrcadlem, kde jsem si všiml, že přibírám. Tak jsem se do toho obul. Nakonec – můj otec byl plukovník letectva a vyučoval motoriku a fyzickou zdatnost pilotů stíhaček. Byl fanatický sportovec, takže nějaké ty geny asi mám.

Hlídáte se tedy i v jídle?

Nemám doma žádné máslo, šunku a podobné akcelerátory váhy. Jen trochu olivového oleje, a i ten používám

Saňte se členem klubu i vy:

V I'M FIT Wellness Fitness najdete vše pro aktivní pohyb, ale i příjemnou intimitu pro relaxaci a uvolnění. Čeká na vás 1300 m² plně klimatizovaných prostor s profesionálně vybavenou fitness a wellness zónou, které vznikly po dlouhé spolupráci předních českých architektů a sportovních instruktorů. Jaké jsou typy členství v klubu?



	Typ členství v klubu				
	Free	Light	Silver	Gold	All Inclusive
	1 měsíc	12 měsíců	12 měsíců	12 měsíců	12 měsíců
	neomezeně	do 16 hod.	neomezeně	neomezeně	neomezeně
Služby poskytované v ceně členství					
I'M FIT WELLNESS FITNESS					
Neomezeně fitness	•	•	•	•	•
Neomezeně kardio zóna	•	•	•	•	•
Neomezeně lekce spinningu	•	•	•	•	•
Neomezeně lekce v sále aerobiku	•	•	•	•	•
Neomezeně masážní bazény	•	•	•	•	•
Neomezeně bazén	•	•	•	•	•
Neomezeně sauna	•	•	•	•	•
Neomezeně pára	•	•	•	•	•
Servis ručníků, mýdel, šampónů	•	•	•	•	•
Vstupní cvičení s osobním trenérem (60 min)	•	•	•	•	•
Vstupní diagnostika	•	•	•	•	•
Druhá diagnostika po cca 2 měsících		•	•	•	•
Individuální cvičební plán po dobu smlouvy					•
Výživové poradenství po dobu trvání smlouvy					•
1 x měsíčně vstup pro „Hosta“ zdarma	•		•	•	
2 x měsíčně vstup pro „Hosta“ zdarma					•
Návštěva solária 1 x týdně 8 min.				•	•
Masáž 30 minut z nabídky 1x měsíčně				•	•
Koupací plášť				•	•
Vlastní skříňka					•
Parkovací karta					•
Vlastní spotřeba z konzumačního lístku baru					•
Sleva na masáže, solárium, lymfodrenáže	10%	10%	10%	20%	30%