

# МОДНЫЙ ГОРОД

## НА ДВОИХ

ПОДАРКИ, НАРЯДЫ, ФИТНЕС, СВИДАНИЯ

### СРОЧНО В СОЧИ!

ДОРОГА НА ОЛИМПИАДУ

# 6

## РЕЦЕПТОВ

СО ВКУСОМ ПОБЕДЫ

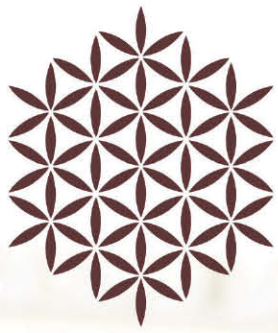
16+

### ПОКА, ЗИМА!

ИДУТ НОВЫЕ ТРЕНДЫ!

МАРУСЯ ЗЫКОВА

### ЧУВСТВО ЛЬДА



**A LA RUSSE**  
ANASTASIA ROMANTSOVA



*Anastasia Romantsova*

Тула, ул. Фрунзе, 12-а, тел. 31-69-58



Модный салон

**ПЕРСОНА** *Grata*



Тула, ул. Фрунзе, 12-а, тел. 31-69-58



ИП Кучерова Т. А.

Модный салон

**ПЕРСОНА** *Grata*



Мебель Свет

# LUXOR

Ковры Декор

## Gallery



..... тренды .....

### КОЛЛЕКЦИОННЫЕ ПОДАРКИ

.....



Тосканский хрусталь  
Фарфор с сусальным золотом  
Изделия из металла

.....



**RG** porcellane    **MIGANI** home    Duccio di Segna Cristalleria



# Toyota RAV4

## Выгода до 100 000 рублей\*



**VVT-i**

**ШИРОКАЯ ЛИНЕЙКА  
ДВИГАТЕЛЕЙ**

- 2,5 бензин, 6-ст. АКП
- 2,2 дизель, 6-ст. АКП
- 2,0 бензин, 6-ст. МКП
- 2,0 бензин, вариатор

**4D**



**ИНТЕГРИРОВАННАЯ СИСТЕМА  
ДИНАМИЧЕСКОГО УПРАВЛЕНИЯ (IDDS)**

Получать максимум удовольствия от каждого момента жизни. Меняясь, оставаться самим собой. Это – свобода Toyota RAV4. Его дерзкий и стильный облик запоминается с первого взгляда. Широкая линейка новых двигателей позволяет выбрать вариант, не соглашаясь на компромиссы. Интеллектуальный полный привод дарит вам настоящую свободу передвижения. Богатое оснащение и ставшая уже традицией функциональность. Toyota RAV4. Он изменился, но остался верен себе и живущему в нем подлинному духу свободы.





**TOYOTA**

**СТРЕМИТЬСЯ  
К ЛУЧШЕМУ**



Реклама

\*Акция действует с 1.02.2014 по 28.02.2014 на автомобили Toyota RAV4 2013 года выпуска. Предложение ограничено.

**Тойота Центр Тула**  
Тула, ул. Волнянского, 3  
Тел. +7 4872 710 117



Обмен  
автомобилей  
В лучших  
традициях

Организатор – ООО «Тойота Мотор»

# LUNATIC

## ITALIA

Одежда Lunatic считается одной из наиболее изысканных и необычных линий одежды в Европе. Итальянские дизайнеры всегда славились умением придавать своим произведениям неподражаемый шарм, и в этом смысле одежда Lunatic перещеголяла достижения многих талантливых итальянцев. Фирменные магазины Lunatic в основном сконцентрированы на территории Италии. Но теперь и у тульских модниц есть возможность пополнять свой гардероб этой элегантной и эклектичной одеждой различных стилей и направлений.

italian

**Si!**  
boutique

collection

## ОТКРЫТИЕ

Демонстрации, 1-г,  
ТЦ «Утюгъ», 1 эт., бутик 103,  
тел. 8-915-786-02-04

# Nando Muzi

**MARIO CERUTTI**  
calzaturificio s.r.l.

## LORIBLU

italian

**Si!**

boutique

collection

Демонстрации, 1-г,  
ТЦ «Утюгъ», 1 эт., бутик 103,  
тел. 8-915-786-02-04

МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК  
ОДЕЖДЫ И ОБУВИ  
ЭКСКЛЮЗИВНО ПРЕДСТАВЛЯЕТ



nursace

10 лет назад бутик Si познакомил тулячек с обувным брендом Nursace. Эта турецкая марка давно пересекла границы и уверенно заняла свое место в сердцах модниц. Каждый сезон Nursace представляет новые коллекции, для создания которых производитель использует комплектующие, которые уже сделали знаменитыми многие итальянские бренды. Высочайшее качество и удобство обеспечивается благодаря исключительно натуральным материалам европейского производства. В 2010 году компания Nursace получила сертификат ISO 9001:2008, подтвердив соответствие качества обуви международным стандартам, принятым в модной индустрии.





**ESPARANTO**

**ОТКРЫТИЕ 1 ФЕВРАЛЯ!** ТРЦ «Гостиный двор», 3-й этаж

# Artigli

100% Italian style\*

ИП Кальянова К. А.

\*100% итальянский стиль.

ТУЦ «Сарафан», ул. Путейская, 5, 2-й корп. 1-й эт., бутик 1, тел. 31-68-78



Часы SEIKO для фотосъемки предоставлены магазином «Мир часов».

# И снова праздники!

**Д**рузья! Впереди опять много праздников, и к ним уже пора вовсю готовиться. Прежде всего, нас всех ожидает главное мировое событие – Олимпиада в Сочи. Многие туляки планируют посетить этот праздник, и специально для них мы подготовили удобный путеводитель, который заметно облегчит жизнь при посещении столицы Игр. Кстати, ожидается, что в Сочи приедут более 600 тысяч туристов со всего мира и около 60 глав различных государств! Это будет грандиозно! Наш фотограф Светлана Колоскова тоже будет следить за событиями в Сочи, и уже в следующем номере мы увидим ее подробный фотоотчет.

Ну а всем нам, кто остается здесь, тоже будет чем заняться. Впереди серия всеми любимых праздников – 14, 23 Февраля и 8 Марта. И вопрос подарков возникает сам собой. Вот именно их выбором и покупкой пора озадачиться! По мне, искать подарки любимым людям – дело приятное: уходит формальность и включается голова, что делает подарок нужным, полезным, а главное, запоминающимся. Если дарить подарки от души и от сердца, то их действительно приятнее дарить, чем получать. Доверяйте своей интуиции и нашему журналу при выборе подарка, и вы попадете точно в цель!

Павел Кирюнин, главный редактор «Модного города».

# 39

НАКОНЕЦ-ТО, ЧАСЫ, КОТОРЫЕ РАСПОЗНАЮТ  
ВСЕ 39 ЧАСОВЫХ ПОЯСОВ НА ЗЕМЛЕ.



# SEIKO

ПОСВЯЩЕНИЕ СОВЕРШЕНСТВУ

**ASTRON.** Seiko разработала GPS-приемник с низким энергопотреблением и сумела создать часы, которые, используя глобальную сеть спутников системы GPS, могут определять точное время и часовой пояс. Новый Astron распознает все 39 часовых поясов на Земле. Они работают на солнечной энергии, поэтому замены батареек не требуется. [seiko.ru/astron](http://seiko.ru/astron)



Эксклюзивно в магазинах «Мир часов», Красноармейский пр-т, 6, тел: (4872) 30-28-29, ул. Советская, 62/15,  
тел: (4872) 31-18-19, Телефон горячей линии: 8-800-450-05-05 (звонок бесплатный), [www.chasy71.ru](http://www.chasy71.ru)

# Спортивный февраль

В феврале вся страна (да что там – весь мир!) БУДЕТ ОХВАЧЕН ОЛИМПИЙСКИМИ НАСТРОЕНИЯМИ. Поэтому БУДЕМ БОЛЕТЬ ЗА НАШИХ на Олимпиаде, смотреть СПОРТИВНЫЕ КИНОПРЕМЬЕРЫ, посещать спортивные соревнования, стремиться к новым победам – в том числе в бизнесе – И НЕ ЗАБЫВАТЬ О РАЗВЛЕЧЕНИЯХ. НАШ ЭКСПЕРТ ИРИНА ЧЕРЕДНИЧЕНКО уже решила, куда пойдет в феврале.



## Олимпийские игры

Грандиозное событие, которое Россия переживает только второй раз в своей истории. И мы будем ему свидетелями! Едем в Сочи (подробности ищи на стр. 52) или болеем за российских спортсменов дома – они чувствуют нашу поддержку! 6-23 февраля. Сочи



**ИРИНА  
ЧЕРЕДНИЧЕНКО,**  
директор «Билайн» Бизнес»



## «В спорте только девушки»

Спортивная кинопреьера – в самую тему Олимпиады! Фильм «В спорте только девушки» даже снимался в Сочи, на олимпийских трассах. Про сюжет вы наверняка уже догадались: парни-сноубордисты, спасаясь от погоны, прикидываются девушками и присоединяются к женской сборной по сноуборду. «Интерн» Илья Глинников и «кадет» Александр Головин в женском облике – чудо как хороши! С 6 февраля в кинотеатрах.

12+



## Ирина Хакамада. Дао жизни

Как достичь состояния, когда ничто не мешает быть счастливым? Ирина Хакамада поделится собственным рецептом, который привел ее к успеху. Слушатели узнают, каковы критерии успеха и качества личности на сегодняшний день, научатся избавляться от страхов и перегрузок и повышать свою самооценку, выучат слово «прокрастинация».

12 февраля. Киноконцертный зал Albany.

16+



## Бизнес с удовольствием

Как увеличить продажи в вашем бизнесе в два раза? Что делать, если ваш бизнес топчется на месте? Хотите перестроить свою компанию, чтобы получать от нее больше, гораздо больше? На тренинге Всеволода Татаринова, предпринимателя, бизнес-тренера, общественного деятеля будут даны простые, дублируемые технологии для очень четкого и иногда достаточно жесткого ведения бизнеса, направленного на увеличение продаж.

7-10 февраля. Тульский дом науки и техники.

16+



## «Воображариум» братьев Сафроновых

Они проходят сквозь стены, умеют парить в воздухе и умещаться в коробке размером с футбольный мяч. Они зажигают вещи взглядом, глотают острые бритвы и за секунду могут превратить десять рублей в тысячу. Они заставляют исчезать людей и предметы, умеют читать мысли и перемещаться в пространстве и времени. И если магия все-таки существует, то три главных скептика страны – братья Сафроновы – и есть самые настоящие волшебники!

22 февраля. ДКЖ

12+

Олимпиаду не пропущу! Обязательно буду болеть за наших. Тем более что Олимпиада домашняя, в моем любимом Сочи.

Бизнес, как и спорт – это борьба. Ирина Хакамада – мастер слова, настоящий борец. У нее потрясающая энергетика, и все советы, которые она дает, легко применимы в жизни и работе. Поэтому на ее мастер-класс у меня уже забронировано место, я иду вместе с коллегами.

Я несколько раз в жизни была на выступлениях известных иллюзионистов. Это настоящая магия! Поэтому я с удовольствием пойду сама и порекомендую знакомым выступление братьев Сафроновых. Кстати, семейный поход на шоу «Воображариум» будет отличным подарком любимым мужчинам на День защитника Отечества. С праздником, дорогие мужчины!



# ROAMER

OF SWITZERLAND



реклама

ООО «Контракт»

Superior\*

**Сделано в Швейцарии**

Механизм: Ronda 5030 D

Функции: часы, минуты, секунды, дата, хронограф, тахиметрическая шкала

Корпус: 44 мм из нержавеющей стали с PVD покрытием

Стекло: антибликовое сапфировое

Водозащита: до 10 ATM

PPЦ: 16 800 руб.

Официальный дистрибьютор  
в России компания «Авента ДК»  
(495)912-2541



**МИР ЧАСОВ**

г.Тула, ул.Советская,62/15, т.:(4872)31-18-19  
Красноармейский пр-т, 6, т.:(4872)30-28-29  
ТРЦ "РИО",1 этаж, ул.Пролетарская, 22-а,  
т.:(4872)79-30-40

Телефон горячей линии 8-800-450-05-05  
[www.chasy71.ru](http://www.chasy71.ru)

Quality Time\*\*

[WWW.ROAMER.CH](http://WWW.ROAMER.CH)

\* Коллекция "Супериор"

\*\* Время с любимыми



# В спорте только девушки?

БЛАГОДАря ОЛИМПИАДЕ В СОЧИ режиссеры вовсю эксплуатируют спортивную тематику. В феврале на большие экраны выйдет НОВЫЙ РОССИЙСКИЙ КИНОПРОДУКТ под названием «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». В нем будет много снега, сноубордов, девушек и не совсем девушек... В общем, СМОТРИМ ФИЛЬМ – И ЕДЕМ КАТАТЬСЯ!

**Н**аверное, название фильма уже о многом вам сказало? Всё правильно: как и в старом американском киношедвре, в нашем новом фильме парни попадают в женскую компанию, в которой вынуждены тоже прикидываться девушками. Главные герои, трое 18-летних сноуборд-фрирайдеров (Илья Глинников, Александр Головин, Александр Веденский), скрываясь от погоны, переодеваются девушками. Их мастерство катания замечает тренер женской сборной и, сбита с толку нарядами парней, приглашает разгильдяев отправиться в составе сборной на тестовые соревнования. Возможность опробовать олимпийские трассы, неплохо оттянуться и скрыться от преследования вынуждает героев поехать в Сочи, где их ждет множество курьезных моментов, романтические истории с неожиданно появившимися воздыхателями и знакомство с девушками из американской команды...

Фильм снимался в экстрим-парке «Роза Хутор» в Сочи, где пройдет немалая часть зимней Олимпиады. В течение всего фильма зрителей ожидают головокружительные трюки на фоне эффектных пейзажей. Например, в одном из эпизодов затяжной фрирайд-спуск по нетронутой целине с высоты 3 км был снят с вертолета одним дублем.

Кстати, у нас есть повод гордиться: фильм переведут на пять языков, создадут субтитры еще на 10 языках и покажут в 50 странах мира! А в наших кинотеатрах премьера состоится 6 февраля.



Сноуборд USD Pro  
7650 P.  
Крепления Drake Fifty  
7140 P.



Сноуборд Ride Kink  
8330 P.

Крепления Ride Kink  
7582 P.



Сноуборд Ride Kink  
9826 P.

Крепления Drake  
5708 P.

*«Когда мы репетировали, то заходили в женские туалеты, чтобы почувствовать себя девушками. Типа, если девушки перестанут нас замечать, значит, всё правильно. А на вокзале Александра Головина в образе девушки-блондинки ухватил за зад продавец чурчхелы...».*

Илья Глинников, актер,  
исполнитель главной роли.

# Со вкусом и любовью

Древние мудрецы говорили: ПУТЬ К ЖЕНСКОЙ ДУШЕ должен быть УСЫПАН ЦВЕТАМИ. Они – символ нежности и любви, надежды и вдохновения. ЦВЕТЫ ГОВОРЯТ тогда, когда вам трудно высказать свои чувства. Прекрасный, со вкусом составленный и подаренный от всего сердца БУКЕТ СКАЖЕТ ЕЙ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ТЫСЯЧА СЛОВ!



ИП Тимофеева Е. А.

Свадебная  
флористика

ул. Луначарского, 12  
(к-р «Спартак»)  
пр-т Ленина, 54-б  
(павильон № 37)

ЭЛИТ  
БУКЕТ  
салон цветов

Доставка по Туле  
и области

+7(903)658-21-82  
+7(960)596-16-67

# И пусть победит моднейший!

ЛЮБИТЕЛИ СПОРТА – СЧАСТЛИВЧИКИ, ПОТОМУ ЧТО В СПОРТИВНОЙ ОДЕЖДЕ МОДА СТАНОВИТСЯ ПО-НАСТОЯЩЕМУ ИННОВАЦИОННОЙ. За комфорт отвечают КОСМИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ и передовые материалы, за стиль – НЕСТАНДАРТНЫЕ ДИЗАЙНЕРСКИЕ РЕШЕНИЯ. В такой одежде вы просто обязаны ВСЕГДА БЫТЬ ПОБЕДИТЕЛЕМ!



Куртка Hellisforheroes, м-н «Триал-спорт», 30 804 Р.



Куртка Nest beach, м-н Forward, 10 574 Р.



Олимпийка Forward, м-н Forward, 3 400 Р.



Куртка Hellisforheroes, м-н «Триал-спорт», 29 478 Р.

Chanel



Брюки Hellisforheroes, м-н «Триал-спорт», 12 036 Р.



Поло Forward, м-н Forward, 1 700 Р.



Брюки Hellisforheroes, м-н «Триал-спорт», 16 456 Р.

«Дом.ру ТВ» - это сервис, который позволяет смотреть фильмы и сериалы в высоком качестве. Для просмотра фильмов и сериалов в высоком качестве необходимо приобрести специальное оборудование. Цена для новых абонентов по акции «Комплексное предложение» составляет 100 руб. при подключении по адресу «Комплексное предложение» с 01.02.2014 г. по 31.03.2014 г. и Интернет по тарифу Дом.ру TV по пакету услуг «Базовый HD», Установки, Удаления, Деконструкция цифрового HD/SD, Сайт-модуль шифрования. Указанная стоимость фактически зависит от используемого протокола обмена данными, характеристик абонентской линии, условий оказания услуг по тарифному плану, указанных в Описании услуги и может быть ниже. Подробности на www.domr.ru.



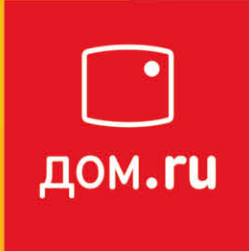
# В 2 раза больше за те же деньги!

## Цифровое ТВ Дом.ру TV в пакете с интернетом 100 Мбит/с

**x2** больше каналов,  
в том числе **Максимум HD!**

**x2** выше скорость  
интернета

**+ Видеотека**  
60 000 фильмов и сериалов  
без дополнительной платы



# 444 руб.

8 800 333 7000  
[www.domru.ru](http://www.domru.ru)

# Одеться с любовью

ДЕНЬ ВЛЮБЛЕННЫХ, да и другие праздники, которые ждут нас в феврале-марте, – это «железный» повод ПОБАЛОВАТЬ СЕБЯ НОВЫМ ПЛАТЬЕМ. Ведь лучший подарок любимому – это, конечно же, вы, красивая, женственная, стильная! ОДЕВАЙТЕСЬ С ЛЮБОВЬЮ – для себя и для него!



Сумка Michael Kors,  
16 250 Р.



Платье Mariagrazia Panizzi,  
16 400 Р.



Клатч Pinko,  
10 000 Р.



Жилет Mariagrazia Panizzi,  
м-н Mariagrazia Panizzi,  
13 900 Р.



Versace



Платье,  
14 000 Р.



Сумка Pinko,  
6 100 Р.



Платье Roberto Cavalli,  
18 200 Р.



Сумка Michael Kors,  
16 250 Р.

... и даже самые грозные  
не могут устоять перед искренними эмоциями

# ПРАЗДНИЧНЫЙ ФЕВРАЛЬ

в ювелирном салоне «Ваш Эстет»

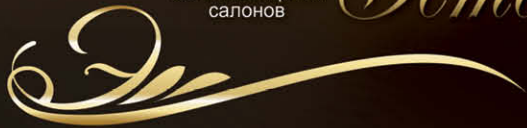
*Дарите драгоценные моменты  
своим любимым!*

Широкий ассортимент ювелирных украшений  
ведущих отечественных производителей (от 1700 руб./грамм).  
Большой выбор золотых комиссионных изделий (от 1200 руб./грамм).

ИИ Долгополова Н. Е. Подготовила праздничного предложения. Уточняйте наличие и актуальность предложения.



г. Тула: ул. Болдина, 99, ул. Вильямса, 30, ул. Соффера, 29;  
г. Щекино, ул. Лукашина, 9  
Единая служба информации 559-509





Платье Guess  
by Marclano –  
8 600 руб.

Пиджак Elizabetta  
Franchi – 8 046 руб.



Комплект белья  
Prineesse  
tam-tam  
м-н UNICA



Сумка  
Pinko – 11 000 руб.

Рубашка ICE – 8 600 руб.  
Платье ICE – 8 700 руб.  
Украшение – 444 руб.



Сумка Michael Kors –  
16 250 руб.



Комплект  
белья Gloggi  
м-н UNICA

ООО «Вирона»

# UNICA

пр-т Ленина, 59, тел. 30-83-30

Магазин нижнего белья «Гламур» (ТЦ «Парадиз») переехал в магазин UNICA с 1 февраля





Блузка Mariagrazia Panizzi – 11 400 руб.



Комплект белья  
Passionata  
м-н UNICA

Джинсы  
Mariagrazia  
Panizzi –  
14 600 руб.

Сумка Mariagrazia Panizzi –  
7 700 руб.



Блузка Mariagrazia Panizzi – 8 400 руб.  
Водолазка Guess – 4 200 руб.



Юбка  
Mariagrazia  
Panizzi –  
6 500 руб.



Комплект белья  
Chantelle  
м-н UNICA

Сумка Mariagrazia  
Panizzi – 9 100 руб.

Кожаные брюки  
Mariagrazia Panizzi –  
9 500 руб.

*Mariagrazia Panizzi*

Тула, ул. Агеева, 4, тел. 704-804

# Сила спорта

СПОРТИВНАЯ МОДА ЭТОЙ зимы акцентируется на олимпийских оттенках: много голубого и белого, вкрапления красного и других ярких цветов. ОБНОВИТЕ СВОЮ СПОРТИВНУЮ КОЛЛЕКЦИЮ и – на катки, лыжни и горнолыжные склоны, СТАВИТЬ НОВЫЕ РЕКОРДЫ!



Куртка Schoeffel,  
м-н «Триал-Спорт»,  
20 128 P.



Шапка Turtle Fur,  
м-н «Триал-Спорт»,  
1749 P.



Костюм Forward,  
м-н Forward,  
11 500 P.



Олимпийка Forward,  
м-н Forward,  
4100 P.

Брюки Forward,  
м-н Forward,  
2900 P.



JC de Castelbajac Rossignol



Шапка Forward,  
м-н Forward,  
760 P.



Пуховик West beach,  
м-н «Триал-Спорт»,  
13 668 P.





ИП Беляева В. И.

**МОДЕЛИРОВАНИЕ,  
ПОШИВ**  
изделий  
из натурального меха.

**ОБРАЗЦЫ ГОТОВЫХ ИЗДЕЛИЙ НА САЙТЕ**  
[mastervera.ru](http://mastervera.ru)  
мех, кожа в ассортименте

**Частный мастер Беляева В. И.**  
тел.: 56-93-83, 8-960-600-60-70

# ЖИЗНЬ В ДВИЖЕНИИ



Любовь Лыбань на инновационном тренажере CoreFitnessRoller. Этот тренажер – тоже в моде: он считается последним трендом фитнес-индустрии.

Гардероб девушки, чья ПРОФЕССИЯ – ЭТО ФИТНЕС, сильно отличается от набора нарядов обычной модницы: большую часть в нем занимает одежда, в которой КОМФОРТНО ДВИГАТЬСЯ. ЛЮБОВЬ ЛЫБАНЬ, известный в Туле фитнес-профессионал, показала, В ЧЕМ СЕЙЧАС МОДНО ТРЕНИРОВАТЬСЯ.

**Л**юбовь Лыбань – сертифицированный специалист Balanced Body (США) и Института Пилатеса (Россия-Великобритания), мастер-тренер Студии персонального тренинга. Будучи не только экспертом в фитнесе, но и опытным человеком в вопросах выбора одежды для занятий, Люба считает: мода важна, но самое главное – это комфорт и «правильные» материалы.

– В коллекциях, которые разрабатываются специально для фитнеса, учтено всё: и насколько интенсивно человек потеет во время различных видов тренировок, насколько активно он движется и какого рода нагрузку испытывает. Поэтому, подбирая одежду для занятий, нужно понимать, что именно в ней вы будете делать – заниматься растяжкой, поднимать штангу или бегать. Не обязательно иметь большой спортивный гардероб: несколько вещей, но правильно подобранных, позволят вам формировать комплекты для разных тренировок.

## ТРЕНИРОВКИ MIND BODY (ПИЛАТЕС, ЙОГА, СТРЕТЧ)

Вдумчивое отношение к своему телу, внимание к каждому движению, грамотно подобранные упражнения, определенная философия тренинга – тренировки mind body благотворно воздействуют не только на тело, но и на психику, ослабленную стрессами.

Для занятий пилатесом, йогой нужна одежда, не сковывающая движений, но при этом облегчающая тело: она не должна мешать тренеру следить за правильностью выполнения упражнений. Удобно заниматься в легинсах или бриджах, длинных обтягивающих топах.

Как правило, на таких тренировках занимаются без обуви: можно босиком, но удобнее – в специальных носочках или тапочках. Со стороны подошвы они должны иметь специальный прорезиненный слой, не позволяющий ногам скользить.



← Брюки Stella McCartney, длинный топ Nike, носки для пилатеса/йоги Toe Sox.

↑ Длинный топ, футболка, бриджи – всё Reebok, носки для пилатеса/йоги Nike.



↑ Длинный топ Reebok, лонгслив, штаны, кроссовки – всё Nike.

## OUTDOOR-ФИТНЕС (СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА, БЕГ И ХОДЬБА НА УЛИЦЕ)

Заниматься спортом можно не только в фитнес-клубе, но и просто на улице. Тренировки на открытом воздухе не только способствуют улучшению физической формы, но и значительно повышают настроение. Из outdoor-занятий особенно в моде скандинавская ходьба с использованием специальных палок: она дает хорошую нагрузку на все мышцы и доступна всем.

Для тренировок на улице также важна одежда, способная регулировать «климат»: она должна «дышать», обеспечивать терморегуляцию, поэтому выбирайте специальные фитнес-линии из высокотехнологичных материалов.

Особое внимание уделите обуви: если вы бегаετε, ваши суставы и позвоночник получают ударную нагрузку, которая может им навредить. Специальная обувь для бега имеет гибкий носок и твердую пятку с амортизатором, который смягчает удар.

→ Длинный топ Reebok, шорты и кроссовки Adidas.




## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ (BOSO, TRX, COREFITNESSROLLER)

Функциональный тренинг «строит» наше тело заново, вовлекая в работу все до единой мышцы, включая глубокие. Фитнес-эксперты рекомендуют функциональный тренинг как способ увеличить координацию, мышечную силу, гибкость и выносливость – и, в конечном счете, сформировать тело, более приспособленное для повседневной жизни и спорта.

Такие тренировки очень подвижные и энергоемкие, тело во время них отдает много тепла, и при выборе одежды это нужно учитывать. Поэтому многие спортивные марки ограничиваются простым дизайном и кроем, уделяя большее внимание технологиям, – ткани должны быть легкими и максимально дышащими, способными отводить от тела лишнюю влагу. Здесь всё направлено на комфорт: например, в шортах или бриджах не должно быть завязок на талии и по низу штанин: они стягивают, мешают движениям, нарушают нормальный кровоток. Обувь для функциональных тренировок должна иметь полностью гибкую подошву: «правильный» кроссовок можно согнуть в кольцо.



A photograph of two women standing on a staircase. The woman on the left is wearing a blue and white floral dress with a black belt and black high-heeled shoes. The woman on the right is wearing a pink and red floral dress with a black belt and nude high-heeled shoes. They are both looking towards the camera. The background shows a white door with a brass handle and a brass wall sconce.

## Весна идет! Дорогу платьям!

Модные стилисты в один голос утверждают: главный тренд наступающей весны – женственность. Поэтому платье – это абсолютный must-have в гардеробе! Вместе с весенними коллекциями платьев к нам вернутся яркие оттенки и красивые силуэты, подчеркивающие фигуру, чувственность и очарование. Такие платья сделают вас еще прекраснее!

**АРТ ДЕКО**

САЛОН ДАМСКОГО ПЛАТЬЯ

ул. Первомайская, д. 10

8-962-276-76-30

**САЛОНЪ**

**ДАМСКАГО ПЛАТЬЯ**

**FLEUR DE LYS**

пр-т Ленина, 42, тел. 36-17-21











# В моде снова женщины!

Зима в разгаре, а в витринах – уже ЛЕТНИЕ КОЛЛЕКЦИИ. Так было всегда, таков ритм работы модной индустрии. Но на этот раз мы НЕ ДАДИМ ЗАСТИГНУТ СЕБЯ ВРАСПЛОХ! Сегодня вашему вниманию – ГЛАВНЫЕ ТРЕНДЫ СЕЗОНА ВЕСНА-ЛЕТО 2014!



**АЛЛА СТАРОСТИНА,**  
директор сети  
магазинов тканей  
«Сам Себе Кутюрье»

## МИНИМАЛИЗМ

Утонченный и сдержанный крой, однако, без строгости, с женственными формами. Чистый цвет, сочетание прозрачных и непрозрачных материалов.

## OVERDRESSED

В моде есть понятие overdressed – одетый чересчур. Возвращение в 90-е и подражание Джанни Версаче все чаще прослеживается в коллекциях грядущего сезона. Нагромождение принтов и деталей, наложение фактур и оттенков, барочные мотивы – китч в лучшем его проявлении снова в моде!

## ТЕХНОГЕННАЯ ЭТНИКА

В этом сезоне дизайнеры выбирают сложные принты, в которых не сразу угадывается источник вдохновения. Например, у Alexander McQueen этнический принт складывается из квадратов белого, черного и красного цветов. Попробуй пойми, Африка это или фантазия на тему живописи Мондриана?

## 3D-ДЕКОР

Двух измерений мало. Дизайнеры украшают вечерние модели фактурными пайетками, а на летних платьях распускаются 3D-цветы.

## РЕТРО-ШИК

В этом сезоне акцент – на моде 60–70-х годов. Наиболее ярко это отражено в коллекции Miu Miu – пальто леденцовых оттенков,

мини-юбки из винила, вязаные леггинсы, туфли с перепонкой модели Mary Jane и высокие ботинки со шнуровкой.

Из 80-х стоит позаимствовать образы для вечеринки – асимметричные топы и мини-платья, байкерские куртки, жакеты мужского кроя и узкие брюки.

## КАРАМЕЛЬ

Один из ключевых трендов предстоящего лета – карамельные оттенки. В кремовый, светло-розовый, коралловый, персиковый и банановый вы можете одеться с головы до ног или сочетать эти цвета друг с другом.

## АПЕЛЬСИН

Платья, обувь, сумки, очки – везде фигурирует цвет апельсина. Если он вам идет – облачайтесь в него и будьте на пике моды!

## ЛИМОН

На подиумах желтый всегда идет рука об руку с оранжевым. В тренде оттенки от бледно-желтого до ярко-лимонного.

## СЕРО-ЗЕЛЕНый

Самым красивым из зеленых на текущих показах стал не свежий травяной или насыщенный изумрудный, а приглушенный, сероватый, похожий на мышьяк оттенок.

## BLACK&WHITE

Белый – один из доминирующих в предстоящем сезоне. Популярны будут элегантные белые наряды с элементами кружева. Хотите разнообразия? Дизайнеры предлагают комбинировать белый и черный цвета. Кстати, черный «соло» тоже приветствуется!

## СИНЕ-ЗЕЛЕНАЯ ГАММА

Электрический синий, глубокий темно-синий, лазурный и бирюзовый, голубой и аквамарин – все эти тона будут на пике популярности. При этом тотально синие



Английская роза – актуальный оттенок будущего сезона. Он элегантный, смелый, сдержанный и сексуальный.

наряды – удел коллекций прошлых лет. Сегодня синие оттенки модно сочетать с пронзительной бирюзой, белоснежным, приглушенным лиловым и зеленым.

Трендов бесконечное множество. Но мода создается не только на подиуме! Она дает простор для нашего креатива. Свяжите огромный свитер актуального цвета. Расшейте гольфы и манжеты рубашек стразами и бусинами, их же приклейте на каблуки туфель. Шейте осторомодные вещи из авангардных тканей.

Ну и в заключение – еще одна хорошая новость. Главный акцент дизайнеры делают на женственность: больше никакого унисекса или нарочито маскулинных вещей!





# Аристократъ

жилой комплекс

Лучший клубный дом Тулы!\*



- ❧ Первый клубный дом, сочетающий в себе современные инженерные решения и высокий уровень безопасности.
- ❧ Уникальная инфраструктура: СПА-салон и фитнес-центр на территории комплекса.
- ❧ Престижный район, пропитанный духом старины и культуры.
- ❧ Квартиры, достойные стать семейной ценностью, с гордостью передаваемой потомкам.

Отдел продаж: +7 (4872) 36 97 40, +7 (495) 740 83 39

[www.aristokrat-tula.ru](http://www.aristokrat-tula.ru)

Проектная декларация на сайте

# Проверка льдом

Половину ушедшего 2013 года МАРУСЯ ЗЫКОВА ПРОВЕЛА НА ЛЬДУ: для участия в «Ледниковом периоде» приходилось тренироваться по пять часов в день. О силе льда в ВОСПИТАНИИ ХАРАКТЕРА, любимой еде и воспоминаниях о Туле АКТРИСА И ТЕЛЕВЕДУЩАЯ рассказала «Модному городу».

**Маруся Зыкова**

**Актриса, телеведущая.**

**Родилась** 25 января.

**В Туле училась** в школе №4.

**Работала ведущей** на телеканалах MTV Тула и СТС-Тула.

**Сделала более 20 пародий** в шоу «Большая разница». Одна из самых известных – пародия на Ксению Собчак.

**Актриса скетч-шоу** «Даешь молодежь».

**Участвовала в шоу** «Ледниковый период» в паре с Романом Костомаровым.

**Замужем.** Дочке Мирре 3 года.

**С** Марусей мы встретились буквально за три дня до её дня рождения и первым делом попросили поделиться планами на праздник.

– Каждый год накануне дня рождения я нахожусь вне настроения его отмечать (смеется). Но где то 23–24 января думаю: «А почему бы не отметить?» И начинается! В прошлом году это было нашествие в бар, где пела группа «Фрукты», и мы все здорово повеселились, натапцевались. Что произойдет на этот раз, пока не знаю.

### «МЕЧТАЮ О ХОККЕЕ»

– Какие события прошедшего года можете назвать самыми важными для себя?

– Наверное, это были те события, которые мне дали что-то ценное. Например, открытие «Кинотавра», где я выступила в достаточно несвойственной мне роли, – я пела. В дуэте с Алексеем Кортневым.

И конечно, самым большим и важным событием стал «Ледниковый период». Он дал мне очень многое: и возможность бес-

Еще я давно мечтаю попасть на хоккей, мне кажется, там адреналин звенит в воздухе!

### СЛАДКАЯ КОНФЕТКА

– Маруся, а правда, что до «Ледникового периода» Вы ни спортом, ни фитнесом не занимались?

– Да, я неспортивный человек. Фитнес – не мое, мне скучно на занятиях. Два или три раза покупала себе годовой абонемент, но в итоге ходила по нему в клуб всего пару раз. Давно думаю попробовать позаниматься йогой или, может быть, танцами. После ежедневных нагрузок на «Ледниковом периоде» я поняла, каким тренированным может быть мое тело. И хочется это состояние сохранить.

– Никогда не занимались фитнесом – и при этом никакого лишнего веса? В чем тогда секрет? Диеты?

– Я осознала, что чудес не бывает: когда ем сладкое и мучное, вес начинает расти. Значит, пора успокоиться и перейти на рукколу. Есть такая хорошая фраза: «Ты – то, что ты ешь». И опасно думать,

А самые ближайшие планы – тур с «Ледниковым периодом», сейчас идут тренировки, а после – на гастроли.

– Интернет говорит про Вас, что вы пишете стихи и музыку, поете, рисуете, фотографируете...

– Боже, неужели я такой разносторонний человек? (Смеется) Когда у меня было побольше свободного времени, я любила поиграть на гитаре, пианино, посочинять песни, но сейчас с моим графиком это нереально. Это только в мечтах – как и научиться управлять вертолетом. Вообще есть очень много вещей, которым я бы хотела научиться. Время, время!..

– Вы знаете, что в начале этого года Ваша кандидатура участвовала в конкурсе «Секс-символ Тулы» и по количеству голосов набрала второе место?

– А почему только второе? Было бы первое, я бы, может, даже приехала к вам на награждение (смеется).

– В Туле у Вас остался кто-то, к кому Вы приезжаете? Родные, друзья...

– Знаете, в силу некоторых обстоятельств в последнее время моего пребывания в Туле я к городу относилась не слишком позитивно. Мне, пожалуй, там было даже труднее, чем в первые мои годы в Москве.

Но вот что удивительно: сейчас, когда мои родители и почти все подруги живут в Москве, – я вспоминаю Тулу. Это как вспышка: вдруг в памяти всплывают отдельные места, перекрестки. Весной, когда начинает пахнуть пылью, в голову приходит перекресток проспекта Ленина и Советской, «пьяный угол». Почему? Необъяснимо... Вспоминаю Ясную Поляну, я фанат этого места. Периодически возникает желание приехать в Тулу на день-два, но время пока не позволяет. Кстати, вместе с «Ледниковым периодом» скоро приеду в Новомосковск. Так что увидимся!

*После ежедневных нагрузок на «Ледниковом периоде» я поняла, каким тренированным может быть мое тело. И хочется это состояние сохранить.*

конечных актерских экспериментов, новых образов, и настоящую проверку моих личных качеств и душевных сил. На проекте я как будто армию прошла (улыбается), это такая закалка, такое внутреннее развитие... После «Ледникового периода» я многие дубли для кино и телевидения снимаю с первого раза. На льду же ничего не переписывают – как откатался, так это и выйдет в эфир. Развилась привычка делать всё хорошо сразу, с первого дубля.

– Когда Вам предложили участвовать в этом проекте, сразу согласились?

– Согласилась сразу. Правда, родители за меня боялись: мама, когда мы жили в Туле, на катке сломала ногу. И папа предостерегал: «Смотри, будешь, как мама, в гипсе!» Но я почему-то не сомневалась, что все будет хорошо. Да, был стесанный подбородок, треснувшие ребра, но в целом – ничего страшного.

– А не собираетесь поболеть за наших фигуристов на Олимпиаде?

– Меня приглашали на открытие Олимпийских игр, но у меня в это время будет свое фигурное катание – гастрольный тур с «Ледниковым периодом». За фигуристов придется болеть по телевизору...

что ты – сладкая конфетка, если любишь сладости (смеется). Когда ешь много мучного, десертов, пиццу, хачапури (это просто моя любовь!), ты и сам такой же, как они – тяжелый, вязкий. А когда ешь рукколу, салаты, овощи – они дают правильную энергию, ты летаешь!

– А секретные знания о том, как хорошо выглядеть, у Вас есть?

– Я настоящий бьютиголик, постоянно пробую новые кремы, косметику. Из средств для ухода за кожей сейчас предпочитаю La Mer, из декоративной косметики очень радуюсь своей последней находке – жидким румянам Giorgio Armani. К косметологу хожу регулярно, но никаких радикальных косметологических процедур не делаю – боюсь их.

### ВСПОМИНАЮ ТУЛУ, КОГДА ПАХНЕТ ПЫЛЬЮ

– В каких фильмах или программах мы увидим Вас в ближайшее время?

– У меня несколько проектов на стадии запуска – и полнометражный фильм, и малосерийный проект. Сняли интересное познавательное шоу с Александром Пуш-

### МАРУСЯ БЛИЦ

– Самая любимая вещь в гардеробе?  
– Всегда разные. Сейчас – толстовка с надписью Magnetic. Для дочки нашла такую же!

– Что Вы ели сегодня на завтрак?  
– Бутерброд с сыром.

– Вы красите волосы?  
– Нет.

– Куда пойдете в субботу вечером?  
– Скорее всего, в Simachev.

– Лучшие выходные для Вас?  
– В другом городе. В Париже. И когда ты никуда не спешишь.

– Куда поедете в отпуск?  
– Планирую во Францию, на океан – хочу встать на серф.

– Еще детей хотите?  
– Когда-нибудь – да. (Попозже!!!).

# Горячее сердце

Когда за окном февральские морозы, особенно начинаешь ценить тепло — домашнего очага, ароматного чая, любящего взгляда... Героями фотопроекта, посвященного Дню влюбленных, стала молодая семейная пара — Евгения и Александр Пастуховы.





**Фото:** Александр Чирков.

**Фотостудия:** «АртХаус».

**Стиль:** Татьяна Агибалова,  
творческое объединение «Грачи  
прилетели».

**Макияж, прически:** Наталья  
Каткова.

Хотите стать героем креативной  
фотосъемки? Звоните в редакцию  
по тел. 8-905-111-07-17.

**Ж**еня – генеральный директор юридической  
фирмы «Правовая защита», Саша – началь-  
ник отдела по работе с клиентами «Россель-  
хозбанка». Вместе ребята чуть меньше года.

– **Саша, Женя, расскажите, как вы познакомились?**

**Женя:** Мы познакомились весной 2013 года. Встреча  
была достаточно случайна: моему будущему мужу необ-  
ходима была правовая консультация по наследству. Мой  
офис оказался недалеко от его работы, и он зашел...

**Саша:** Когда мы увидели друг друга впервые, сим-  
патия, конечно, возникла, но никто из нас даже вида  
не подал. Была совместная работа, а потом начались  
встречи за ее пределами. Иногда бизнес объединяет))).

**Женя:** Мы вместе меньше года, но в сентябре уже  
сыграли свадьбу. Это так здорово – с каждым днем все  
сильнее и сильнее влюбляться друга в друга. И несмотря  
на такие морозы, в нашей душе тепло.

– **Какие качества вы особенно цените друг в друге?**

**Женя:** В Саше мне очень нравится его доброта и го-  
товность помочь в сложной ситуации. А еще то, что он  
умеет меня успокоить, когда я переживаю.

**Саша:** А я ценю уют и тепло, которое Женя создает  
в нашей семье.

– **Есть увлечения и мечты, которые вас объединяют?**

**Саша:** Если говорить об увлечениях, то это спорт,  
плавание. Мы проводим достаточно много совместного  
времени, так как стараемся все делать вместе.

**Женя:** Какой-то тяжело осуществимой мечты у нас  
нет, а всё для того, чтобы быть счастливыми сегодня,  
у нас есть. Наверное, правильнее говорить об общих  
планах, которые реальны и осуществимы: мы хотим  
вместе съездить на море и доделать ремонт в квартире.

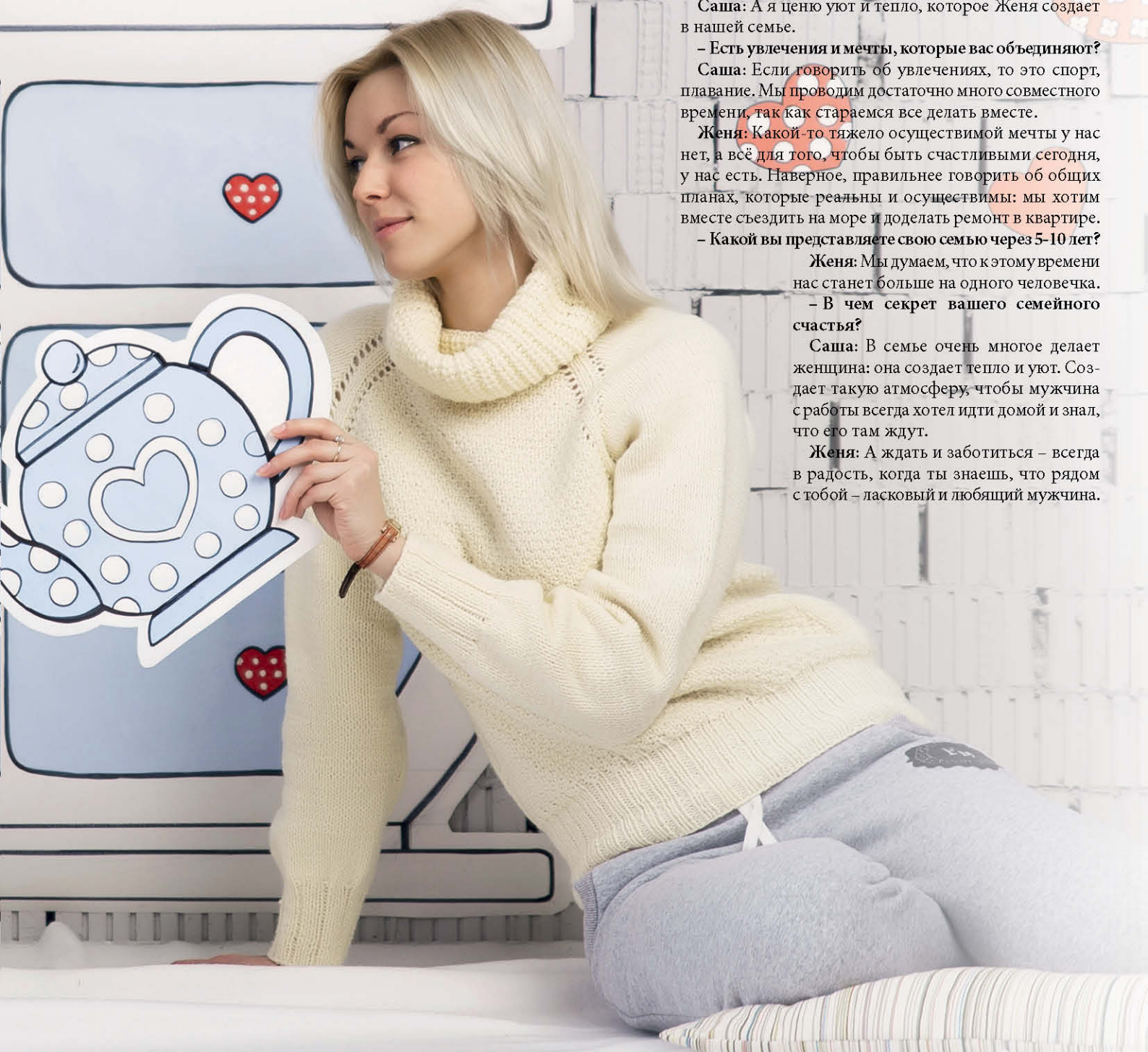
– **Какой вы представляете свою семью через 5-10 лет?**

**Женя:** Мы думаем, что к этому времени  
нас станет больше на одного человечка.

– **В чем секрет вашего семейного  
счастья?**

**Саша:** В семье очень многое делает  
женщина: она создает тепло и уют. Соз-  
дает такую атмосферу, чтобы мужчина  
с работы всегда хотел идти домой и знал,  
что его там ждут.

**Женя:** А ждать и заботиться – всегда  
в радость, когда ты знаешь, что рядом  
с тобой – ласковый и любящий мужчина.



# ЛЕДНИКОВЫЙ период



Встать на коньки – ОДИН ИЗ ТРЕНДОВ олимпийского года. Начинаем ПОКОРЯТЬ ЛЕД с красивых упражнений: тренируемся в поиске УНИКАЛЬНОГО СТИЛЯ и выборе ЭФФЕКТНЫХ ОБРАЗОВ!



Юбка 2349 руб.,  
кофта 2849 руб.,  
куртка 3799 руб.,  
всё – Motivi.



Платье Cherry (ИП Брютова О. Н.)  
7150 руб.

Легинсы 499 руб.,  
футболка 699 руб., куртка  
1999 руб., ремень 199 руб.,  
сумка 999 руб.,  
кольца 499 руб.,  
браслет 299 руб., шейное  
украшение 299 руб.,  
всё – VeFree (ОАО «Мэлон  
Фэшн Груп»).

Модель: Наталья Терещенко,  
агентство «Красота и Стиль».  
Стиль, постановка: Александра Ряммер.  
Прически, макияж: Наталья Каткова.  
Фото: Светлана Колоскова.

Благодарим за помощь в проведении  
фотосессии ледовый дворец «Юбилей-  
ный» (Новомосковск).

# СТИЛЬНЫЕ ДУХОМ

ПРИГЛАШЕНЫ  
НА ВЕЧЕРИНКУ ИЛИ  
СВИДАНИЕ? Если дресс-код мероприятия не обозначен, значит, вам дана свобода – БЫТЬ СОБОЙ, СОХРАНИТЬ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ, проявить чувство юмора и ощущать себя совершенно непринужденно!



Футболка,  
2100 Р.  
Кардиган,  
3750 Р.

Шарф,  
1500 Р.

Джинсы,  
4800 Р.



Рубашка,  
3250 Р.  
Бабочка,  
900 Р.  
Костюм,  
17 800 Р.



Ремень,  
4650 Р.



Рубашка,  
5000 Р.  
Бабочка,  
900 Р.  
Брюки,  
4860 Р.



Рубашка,  
2680 Р.  
Галстук,  
1350 Р.  
Пиджак,  
10 350 Р.



Шарф,  
1500 Р.



Ремень,  
3600 Р.



Брюки,  
4800 Р.


# «Вальмон» — это мужская территория

Магазин для тех, кто стремится к безупречности, индивидуальности и самовыражению во всем — даже в такой детали мужского гардероба, как белье.

В «Вальмон» представлены десятки всемирно известных марок. Эти бренды хорошо известны всем, кто следит за модой и новыми технологиями и стремится примерить последние тренды на себя.

Стильное мужское белье на каждый день и для особых случаев, одежда для дома и отдыха (от пижам до спортивных костюмов), термобелье и купальный ассортимент — все это ждет вас в «Вальмон».

«Вальмон» предлагает все необходимое, чтобы мужчина выглядел безупречно и ощущал постоянный комфорт в любой ситуации — дома, на работе, на отдыхе. Любая модель из ассортимента — прекрасный подарок для вашего любимого!

  
GÖTZBURG

  
atlantic

cornette®

JOLIDON  
EUROPEAN FASHION LINGERIE



Pelican®

PANTELEMONE

CECEBA®  
FINE BODYWEAR SINCE 1953

CHARMANTE®

Billcee

  
TOM TAILOR



Предъявите по  
журнала  
СКИДКА  
**10%**

## МУЖСКОЕ НИЖНЕЕ БЕЛЬЁ

ОДЕЖДА ДЛЯ СПОРТА И ОТДЫХА

  
ВАЛЬМОН  
мужское нижнее белье

ТУЦ «Сарафан», ул. Путейская, 5, 2-й этаж, зал В, секция 51.  
ТЦ «На Хлебной», 2-й этаж, секция 128.

ТЕПЕРЬ и в ТЦ «Демидовский», 1-й эт.

[www.m-valmon.com](http://www.m-valmon.com)

# Александр Рогов Носите цепи!



ИЗВЕСТНЫЙ СТИЛИСТ и,  
между прочим, ТУЛЯК,  
дал МАСТЕР-КЛАСС на  
открытии магазина обуви.



**Я** обожаю одежду! – признался Александр в начале мастер-класса. – Это то, что доставляет мне радость каждый день. А Тула вовсе не чужой для меня город, здесь я учился в университете. Поэтому поделиться с туляками основами шопинга – это удовольствие для меня. Самое главное – не бояться экспериментировать, нужно искать себя и свой образ. Грамотный шопинг позволит насытить гардероб именно теми вещами, с которыми вы сможете создавать новые образы каждый день. Вот что посоветовал Александр Рогов гостям своего мастер-класса:

**1** Избегайте стихийного шопинга. Не нужно покупать вещь, которая вас покорила в данную секунду: потом может оказаться, что вам не с чем ее носить. Поэтому, прежде чем идти в примерочную, закройте глаза и представьте уже существующие вещи в вашем гардеробе. Если есть с чем надеть новинку, – можно идти на кассу.

**2** Куртка-косуха должна быть в каждом гардеробе. Ее можно носить как с джинсами, так и с юбкой-карандаш и даже с кожаными шортами. А под куртку подойдет белая блуза или простая мужская футболка.

**3** «Бойфренд джинс» – джинсы как будто из мужского гардероба. Они более свободные и прямые по сравнению с классическими. Смотрятся они стильно, но обувь на плоском ходу с такими джинсами носить категорически нельзя. Только каблук – иначе все будут думать, что вы слегка пополнили.

**4** Платьев в шкафу должно быть как можно больше. Черное платье-футляр – вообще базовая необходимость. С пиджаком и поясом его можно надеть на работу. А если утром кинуть в сумочку ожерелье и длинные перчатки, то вечером можно преобразиться для вечеринки.

Идеальная длина платья – по колено, ноги выглядят стройнее, а взгляд увереннее. Выбирайте платье-футляр из плотного материала – или же придется носить утягивающее белье, как в фильме «Дневник Бриджит Джонс».

**5** Любите красный? Носите его правильно: «Красный необходим, но нужно уметь либо нейтрализовать его, либо утраивать», – говорит Александр. Например, под красный пиджак можно надеть такого же цвета

платье и дополнить образ алой помадой. А нейтрализовать красный можно бордовым поясом и сумкой.

Самое простая и выигрышная комбинация для красного – с белым и черным. А еще красный пиджак здорово смотрится с джинсами.

**6** Самый модный аксессуар сейчас – золотая цепь. Оказывается, без нее никто уже не живет в Москве! А главное, что надеть ее можно и с платьем, и с пиджаком и даже поверх объемного свитера. Кстати, сейчас по законам моды совмещать золотые и серебряные аксессуары можно, хотя сам Александр Рогов этого не любит.

**7** Платье, купленное на Новый год, можно использовать еще миллион раз, сделав его совершенно неузнаваемым. Из платья можно сделать юбку. Отрезать ничего не нужно, просто поверх можно надеть объемный свитер, пиджак, жилет или даже куртку. Очень здорово будет смотреться легкое платье в пол с курткой-косухой – так можно пойти на прогулку. Еще один образ, который составил Александр, – длинное платье, объемный свитер и валенки. В таком виде можно поехать на загородную вечеринку.

**8** «Вы должны выглядеть небрежно», – неожиданная рекомендация от Александра. Должно казаться, что вы накинули на себя все «на скорую руку». Если вы выглядите так, как будто восемь часов провели перед зеркалом, – вы проиграли. Нельзя выглядеть педантично, конечно, если вы не сотрудник банка.



*Как правильно носить красный цвет? Варианта два: красный нужно либо нейтрализовать другими цветами (черным, белым, бордовым), либо «утроить», добавив еще два красных элемента. Например, к красному платью – алую сумку и помаду.*



# Наши на ОЛИМПИАДЕ

К сожалению, в олимпийской сборной России нет НИ ОДНОГО ТУЛЬСКОГО СПОРТСМЕНА. Но зато В ВОЛОНТЕРСКУЮ СБОРНУЮ, которая будет сопровождать всю Олимпиаду, НАШИ ПРОБИЛИСЬ! Отважные ТУЛЬСКИЕ КРАСАВИЦЫ отправятся за тридевять земель, чтобы стать ЧАСТЬЮ ВЕЛИКОГО СПОРТИВНОГО СОБЫТИЯ!

## АЛЕНА РАДОСТЕВА, 22 ГОДА, АРХИТЕКТОР

На отборе я прошла интервью и тесты на русском и на английском языке. Думаю, по итоговым результатам были отобраны те, кто лучше справился с заданием. Важную роль играло знание английского языка.

Почему меня выбрали из сотен тысяч других волонтеров?.. Здесь, наверное, сыграло роль то, что я участвовала и в тестовых соревнованиях по Олимпийским играм.

В Сочи я буду жить в прибрежном районе, в селе Веселое – волонтерам там предоставляют жилье. В чем конкретно заключаются мои волонтерские обязанности, расскажут на месте. Знаю, что буду работать на старте у горнолыжников по прыжкам с трамплинов и на старте хафпайп сноуборд-фристайла. Рабочий день длится от 8 до 12 часов, и выходных в моем расписании не предусмотрено. Хотя, если учесть тот факт, что я буду на склоне со своим сноубордом, можно принять всё это за небольшие каникулы, где нужно поработать и можно покататься!

Я болею сноубордом и поэтому рада, что на Олимпиаде попала на фристайл. Катаюсь уже 12 лет, больше люблю прыжки с трамплинов. Также играю в мини-футбол за сборную ТулГУ, являюсь арбитром большого мужского футбола.

В Сочи я хочу получить массу эмоций, впечатлений, а также удовольствия от Олимпийских Игр, которые мы и помогаем организовать!





## ЛЮДМИЛА ФИЛИППОВА, 24 ГОДА, ДИЗАЙНЕР

Задолго до отбора мне приснился сон, что я волонтер Сочи-2014. И поэтому, как только я увидела новость о начале приема заявок, сразу отправила анкету в полной уверенности, что она пройдет. Так и вышло – сон оказался вещим!)))

Почему выбрали меня? Мне кажется, я неплохо сдала тесты и прошла интервью. У меня есть опыт работы в команде, что очень важно для волонтера. Я знаю английский язык и 3 раза участвовала в программе Work&Travel в США. На собеседовании задавали кучу вопросов, на которые нужно было отвечать, основываясь на своем личном опыте, а его в Америке я получила с лихвой, так как работала в сфере туризма.

В Сочи я буду жить в пансионате, и плюсов в этом много: общество единомышленников, аквапарк, кинотеатр, комфорт. Минус один – далеко от объекта работы, Олимпийского парка, где сосредоточены все крытые ледовые объекты Олимпиады. Я работаю в составе огромной команды EVS (Event Service) – нас 5500 человек, наши функции заключаются в прямой работе с посетителями, работниками, спортсменами и т. д., вообще со всеми людьми, задействованными на Играх. Мы проверяем билеты и аккредитации, распределяем зрительские потоки, даем справочную информацию и просто встречаем всех искренней и теплой улыбкой. Мы – лицо Олимпиады и нашей страны.

Расписание нашей работы до конца еще не составлено, но нас готовили к тому, что смены будут длиться по 12-13 часов. Нам придется много и плодотворно работать. А в выходные (один выходной в неделю нам пообещали) хочу посмотреть сочинскую природу, великолепные водопады и горы, съездить на Красную поляну и посетить соревнования.

Почему я решила стать волонтером? Мне всегда было интересно посмотреть на такое масштабное мероприятие изнутри. Это первая зимняя Олимпиада в России, и, может быть, последняя на моем веку. Мне кажется, это нельзя пропустить! Я хочу получить опыт подобной работы, познакомиться с новыми людьми и подтянуть английский язык. Делать общее дело и быть в кругу таких же воодушевленных и бескорыстных людей. Убедиться, что в нашей стране деятельных и оптимистичных людей больше, и самой стать лучше. Многие не понимают нас в нашем решении стать волонтерами, пишут нелицеприятные вещи и не испытывают никаких положительных эмоций по поводу Олимпиады в нашей стране. И это очень огорчает. Да, нам не заплатят ни копейки за наш труд, но зато мы получаем нечто большее – впечатления, которые остаются на всю жизнь! И если мы сможем помочь людям и получим в ответ добрую улыбку, это будет замечательно)).





*Впереди два месяца работы спортивным волонтером – полтора месяца в центре мировых спортивных событий! Если моя работа поможет хотя бы одному человеку – это станет моей маленькой личной победой.*

### ТАТЬЯНА ГОЛОВИНА, 21 ГОД, СТУДЕНТКА

– Как каждый из волонтеров, я прошла собеседования, интервьюирования, тестирования. Почему выбрали меня? Думаю, сыграл роль достаточный уровень владения иностранным языком, обширный опыт волонтерской деятельности, в том числе в области спортивного волонтерства, спортивные лыжные достижения и, наверно, очень-очень большое желание поехать на Олимпиаду. Главное, не бояться ставить высокие цели, и тогда обязательно все получится!

Я еду не только на зимние Олимпийские игры, но еще и на Паралимпийские: уезжаю 31 января, а возвращаюсь в конце марта. В Сочи буду жить в волонтерской деревне № 7 в непосредственной близости от своего объекта.

Работать буду на лыжных гонках в лыжно-биатлонном комплексе «Лаура». Функция – Competition Control Crew, команда службы контроля. Мы будем помогать судьям при контроле маркировки спортивного инвентаря и одежды атлетов в соответствии с правилами МОК, контролировать соответствие аккредитационных карт зонам доступа и позиции спортсменов на старте.

Выходные будут, у нас подбирается отличная команда из многих регионов страны, и я уверена, мы придумаем, как интересно и с пользой провести время.

Около 8 лет я занимаюсь лыжными гонками, у меня есть определенные достижения в этой сфере. Я очень хотела попасть на Олимпиаде на этот вид соревнований, и у меня получилось. Я счастлива!

Поездка на Олимпиаду в качестве волонтера для меня в первую очередь – это новые впечатления, саморазвитие. Немаловажен тот опыт, который удастся получить там. Плюс внести свой вклад в качественную организацию Игр. И естественно, сама возможность быть свидетелем XXII зимних Олимпийских игр! «В моих силах сделать мир лучше» – именно это является для меня главным стимулом к волонтерской деятельности.

\* С любовью \*\* Коллекция День Святого Валентина 2014 Реклама



*In Love with* 

ТК «Парадиз», 2 этаж. Тел. 30-40-20 доб. 126

swatch 

ИП Тенцер Е. В.

# Срочно в Сочи!

**Вы думали-думали и наконец придумали ПОЕХАТЬ В СОЧИ НА ОЛИМПИАДУ? Не вопрос! МЫ РАССКАЖЕМ ВАМ, КАК ДОБРАТЬСЯ до Олимпиады, что посмотреть и СКОЛЬКО ЭТО БУДЕТ ВАМ СТОИТЬ.**

## КАК ДОБРАТЬСЯ?



**Самолетом.** Билеты на рейсы Москва-Сочи можно заказать в интернете. В конце января можно было найти авиабилет на февраль за 9525 руб. в сторону Сочи, а на 23 февраля – за 4169 руб. в сторону Москвы. Ежедневно из столицы в Сочи отправляется более 15 авиарейсов. Время в пути – 2 часа 20 минут.



**Поездом.** Билеты на поезд тоже бронируются через интернет. Они есть в наличии и стоят не так дорого. Например, в плацкартном вагоне можно прокатиться до Сочи за 2099 руб., в купе – за 2841 руб. Поезда через Тулу ходят в столицу Олимпиады через день.



**Автомобилем.** Въехать в Сочи на машине – если вы не житель города с госномерами 23, 123, 93 – не получится: с 7 января по 21 марта 2014 года власти ввели запрет на въезд для иногороднего транспорта. Самая ближняя точка, где можно оставить авто, – Туапсе, а дальше – на электричке или автобусе.

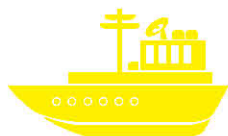
## ГДЕ ЖИТЬ?



**Гостиница.** На сайтах бронирования гостиниц еще имеются остатки свободных номеров, разных по цене вариантов. Например, в конце января на букинге можно было найти номер за 2900 рублей на двоих в сутки, а можно – и за 30 тысяч. Есть номера в отелях Дагомыса (9 км от Сочи) и Лоо (14 км).

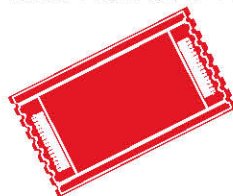


**Частный сектор.** На сайтах бронирования зарегистрированы далеко не все частные мини-гостиницы. Так что, если у вас есть билеты на соревнования, но нет места жительства на Олимпиаде, побродите по частному сектору. Например, в Адлере – ближайшем районе Сочи к Олимпийскому парку.



**Круизный лайнер.** На время Олимпиады в Сочи пришвартованы лайнеры-отели. Места на них уже забронированы, но если вы приедете в Сочи без «вида на жительство» – попытайте счастья: бронь ведь может и отмениться! Тем более что цены не так уж и высоки: от 2900 руб. в сутки на человека.

## КАК ПОБОЛЕТЬ?



**Билеты.** В январе они были в наличии на [tickets.sochi2014.com](http://tickets.sochi2014.com). Например, на церемонию открытия остались билеты за 50000 руб. (а были и за 6000!), на фигурное катание – за 8 и 15 тысяч. На сайте есть и раздел перепродажи: можно выкупить билет у того, кто передумал ехать на Олимпиаду.



**Паспорт болельщика.** Каждый зритель ОБЯЗАН оформить паспорт болельщика на сайте [sochi2014.com](http://sochi2014.com). Без него невозможно попасть в зону проведения соревнований. Сделать его можно за пару минут, заполнив анкету на сайте, и так же быстро его получить – например, в аэропорту и на вокзале Сочи.



**Униформа.** Одежда с символикой Сочи – классный, но не обязательный пункт. Одевайтесь как угодно, но учтите: в Сочи теплее, чем у нас. Настраивайтесь на нашу осень, учитывайте вероятность дождей, ну и зимнюю одежду стоит взять – если вы собираетесь смотреть биатлон, лыжи и сноуборд.

# 1450 км

расстояние автомобильных дорог от Тулы до Сочи. На этой дистанции автомобилистов ждут 3 участка платных дорог, стоимость проезда по которым – от 30 до 85 рублей.

# 5000 рублей

штраф за проезд по олимпийским полосам движения в Сочи. Олимпийские выделенные полосы определены на участках от железнодорожного вокзала Сочи до железнодорожного вокзала Адлера и до аэропорта Сочи, а также на совмещенной дороге до Эсто-Садка и участке автомобильной дороги М-27 «Адлер-Веселое».

# 18 дней

будут идти зимние Олимпийские игры в Сочи. Первые соревнования – слюпстайл в сноуборде, командные соревнования в фигурном катании, могул во фристайле – назначены на 6 февраля, за день до церемонии открытия Олимпиады.

# 98 комплектов наград

будет разыграно на Олимпиаде. Для сравнения: в 2010 году на Олимпиаде в Ванкувере спортсмены получили медали в 86 видах спорта. Дело в том, что на нынешних Играх добавилось несколько новых дисциплин и соревнований. Какие – смотри справа!

# Смотри, болей!

15 ЗИМНИХ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН, ОБЪЕДИНЁННЫХ В СЕМЬ ОЛИМПИЙСКИХ ВИДОВ СПОРТА, ВКЛЮЧЕНЫ В ПРОГРАММУ зимних Олимпийских игр 2014. Среди них есть МНОГО НОВЫХ СОРЕВНОВАНИЙ!



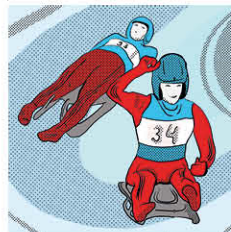
**Пръжки с трамплина, женщины**

До Сочи женщины-прыгуни ни разу не участвовали в Олимпиадах.



**Командные соревнования в фигурном катании**

В команде — 6 участников: одиночник, одиночница, спортивная пара и танцевальный дуэт.



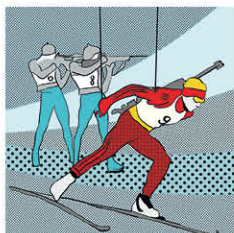
**Эстафета в санном спорте**

Эстафета смешанная: первым стартует мужчина, потом женщина, а завершает гонку парный экипаж.



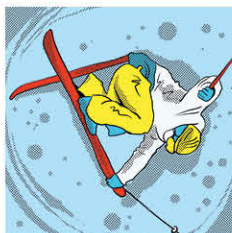
**Хафпайп**

Хафпайп — это полутруба, в которой сноубордисты разгоняются от одной стороны к другой и выполняют трюки в прыжке.



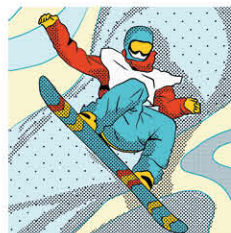
**Смешанная эстафета в биатлоне**

В этой дисциплине первые два этапа бегут женщины, а последние два — мужчины.



**Слоупстайл во фристайле**

Серия акробатических трюков при спуске с горы, которые выполняются на трамплинах, пирамидах, перилах и т. д.



**Слоупстайл в сноуборде**

Трюки, выполняемые при спуске на сноуборде. Каки во фристайле, здесь в соревнованиях участвуют мужчины и женщины.



**Командный параллельный слалом в сноуборде**

Спуск с горы, в котором принимают участие два и более сноубордистов.

## Февраль

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Церемонии																		
Биатлон			●	●	●	●		●	●		●	●		●		●	●	
Бобслей											●	●	●	●				●
Горнолыжный спорт				●	●		●		●	●	●		●	●		●	●	
Кёрлинг															●	●		
Конькобежный спорт			●	●	●	●	●			●	●		●	●		●	●	
Лыжное двоеборье								●					●		●			
Лыжные гонки			●	●		●		●	●	●	●			●				●
Пръжки с трамплина			●	●		●		●	●			●						
Санный спорт			●	●	●	●	●											
Скелетон								●	●									
Сноуборд			●	●		●	●				●	●		●				●
Фигурное катание			●	●		●	●		●		●	●		●	●			
Фристайл		●	●		●	●		●	●			●	●		●	●		
Хоккей															●	●	●	●
Шорт-трек					●			●		●			●			●		

# СПОРТИВНЫЙ ДУХ

В воздухе пахнет Олимпиадой, вы не находите? Мода на спорт вышла за пределы фитнес-клубов и стадионов: сегодня спортивные ароматы в очевидном тренде. Они бодрят, освежают и заряжают – энергией, уверенностью в себе и желанием добиться чего-то большего!



MEXX Energizing woman,  
50 мл  
1970 P.



Dior Homme Sport,  
50 мл  
3990 P.



Dolce&Gabbana the One Sport,  
50 мл  
2950 P.



Armani Sport Code,  
50 мл  
2950 P.



Lacoste Eau de Lacoste,  
50 мл  
2730 P.



Chanel Allure homme Sport,  
50 мл  
4190 P.



Puma sync woman,  
40 мл  
850 P.



Интернет-магазин профессиональной косметики  
[www.cosmetic71.ru](http://www.cosmetic71.ru)



Красота с доставкой на дом

ООО «Клиника В. Н. Коляровой», ОГРН 1107154011370, 300012 г. Тула, пр. Ленина, 81 оф. 10

**PHYT'S**  
NATURO-ESTHETIQUE

 **GENWOL®**  
Всё для блага Ваших ног

**GUAM®**

 **PREMIUM**  
*исполняет Женщины...*

# Секретное оружие

Управляющий ресторана – это ЛИЦО ЗАВЕДЕНИЯ, которое должно быть безупречным, особенно если речь идет о ресторане премиум-класса. АННА МАХЕЛЬ, управляющий рестораном французской кухни «Библиотека», рассказала О СВОИХ БЬЮТИ-СЕКРЕТАХ, помогающих всегда ВЫГЛЯДЕТЬ БЛЕСТЯЩЕ.



## ФРАНЦУЗСКИЙ ШИК

Будучи управляющим французским рестораном, я равнодушно отношусь ко всему французскому – особенно к косметике. Очень люблю косметику L'Occitane: она абсолютно, на 100% натуральна, в составе – только компоненты растительного происхождения. Недавно купила целый набор L'Occitane серии Immortale.

## ДЛЯ ЛИЦА

Это мои любимые средства по уходу за кожей. Ночной крем Payot Design Lift Nuit не оставляет ощущения жирности, кожа после него становится очень нежной. Мусс для снятия макияжа Caudalie полюбился мне за удобство (в виде пенки, не требует спонжей, подходит для снятия макияжа с лица и глаз), мягкость и свежий аромат винограда. Маска Clarins Beauty Flash Balm дает хороший увлажняющий эффект, кожа после нее сияет.



## ДЛЯ ЗИМЫ

Крем для лица Estée Lauder Re-Nutriv Replenishing Comfort Creme. У меня чувствительная кожа, на мороз часто реагирует сухостью и шелушением, а этот крем помогает устранить подобные проблемы и действительно создает ощущение комфорта.

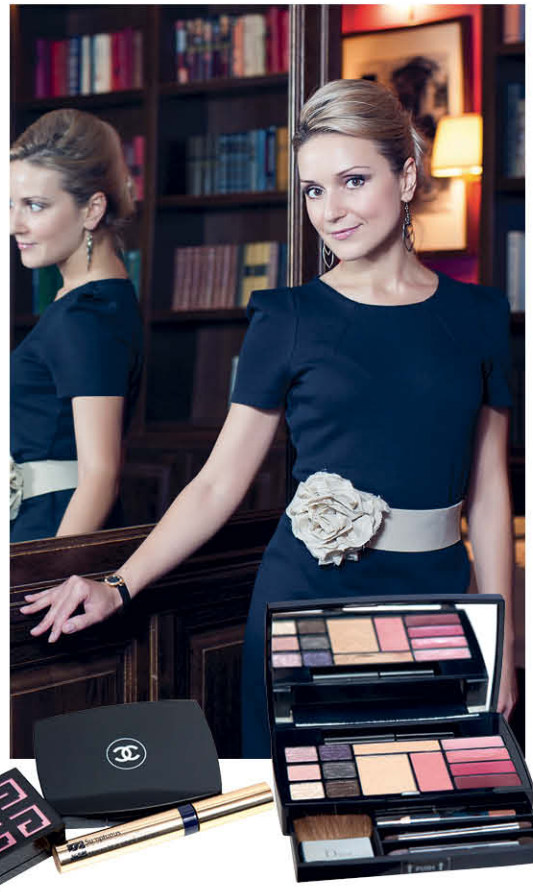


## НЕ МОГУ ОБОЙТИСЬ

Без патчей Shiseido Benefiance от темных кругов под глазами. Если не выспалась или нужно выглядеть особенно ослепительно – они всегда меня выручают. За 15–20 минут с утра осветляют кожу, делают взгляд более открытым. Крем для кожи вокруг глаз – из той же серии: он обладает плотной текстурой и отлично подходит для холодного времени года. Хорошо помогает против темных кругов La Prairie Serum Eclat Caviar Nacre – сыворотка с экстрактом икры.

## АРОМАТ

Gucci Eau de Parfum II. Любимый зимний парфюм. Впервые попробовала его лет 10 назад, с тех пор пыталась найти что-то другое, но все равно возвращаюсь к нему. Плотный, но не приторный, он особенно красиво раскрывается на морозе и хорошо ложится на мех.



## ДЛЯ МАКИЯЖА

Любимая пудра – Chanel (хорошо матирует, держится весь день), румяна – Givenchy (шелковая текстура, естественный румянец, стойкость), тушь – Estee Lauder (дает хороший объем).

В поездках очень удобно иметь всю декоративную косметику в одном наборе – например, от Dior. В нем есть всё и сразу: тени (очень хорошо ложатся, не скатываются, в одном наборе имеется линейка темных и светлых оттенков), румяна, тональный крем, пудра, блеск для губ, карандаши и кисти для макияжа.



## ДЛЯ ГУБ

Нравится бальзам для губ Shiseido: от защищает от мороза, обветривания, дает легкий полупрозрачный блеск. Если нужно больше цвета, в косметичке всегда есть блески Chanel.



PHYT'S  
NATURO-ESTHETIQUE

# ОРГАНИЧЕСКИЙ УХОД для лица и тела

Маникюр | Педикюр | Удаление нежелательных волос | Шугаринг



пр. Ленина, 81, тел.36-49-35 | Бухоновский переулок, 8, тел. 30-81-59  
ул. Демонстрации, 137, тел.79-02-28  
[www.kvk-cosmetic.ru](http://www.kvk-cosmetic.ru)

ООО «Клиника В. Н. Комаровой»



«Счастье не в одних наслаждениях любви, а в высшей гармонии духа»

(Достоевский, «Дневник писателя»)

# SHANTI — индийская сказка для любимых

**М**ногие из нас еще не успели отойти после новогодних праздников, а на пороге уже новая череда празднований – День всех влюбленных, 23 Февраля, 8 Марта. И мы снова задаемся вопросом – где найти оригинальный подарок для любимых? Каким он должен быть, чтобы стать самым ценным и запоминающимся?

Праздник у всех нас ассоциируется со сказкой. Но где же её взять? Ответ – в индийском салоне красоты SHANTI! Мягкой, ароматной сказкой станет для вас двоих посещение индийских процедур.

Основная цель индийских аюрведических процедур – гармонизация физического и душевного состояния человека. Тщательная проработка всего тела и стимулирование жизненно важных центров позволяют снять накопившееся напряжение, повысить уровень жизненной энергии, сохранить вашу красоту и молодость.

Подарочный сертификат в салон SHANTI будет не только романтической неожиданностью, но и полезной процедурой, учитывая февральские холода. Это

один из самых экзотических и вдохновляющих подарков, который только можно получить!

## АБЪЯНГА/ПРОЦЕДУРА РЕЛАКСА И БЛАЖЕНСТВА

Теплая медитативная процедура, направленная на активизацию и пробуждение всего тела. Абьянга за счет особой техники глубокой и естественной гармонизации имеет обширное влияние: делает кожу тела упругой и подтянутой; снимает усталость и наполняет жизненной энергией. В зимнее время особенно приятно после Абьянги оказаться в теплой атмосфере кедровой бочки. Фитопар, насыщенный целебными травами и эфирными маслами, нормализует обмен веществ, омолаживает кожу, повышает работоспособность, снимает стресс и нервное напряжение.

## ПОДИКИЖИ/ТЕПЛЫЙ УХОД ТРАВЯНЫМИ МЕШОЧКАМИ

Ощутите на себе тепло индийских трав в эти холодные дни! Подикижи – необык-

новенно полезная древняя процедура, базирующаяся на учении об энергетических меридианах и акупунктурных точках. Для обработки всех зон и точек идеальным инструментом является подогретый мешочек, наполненный целебными травами. Особая мягкая техника исполнения способствует гармонизации физического и душевного состояния человека, выведению шлаков и токсинов, повышает иммунитет, снимает накопленную усталость и ментальное напряжение.

## СЕАНС ДЛЯ ДВОИХ «ГАРМОНИЯ ЧУВСТВ»

Что может быть приятнее, чем окунуться в мир удовольствия вместе с любимым человеком? «Гармония чувств» – прекрасная возможность провести время вдвоем в спокойной умиротворяющей обстановке. Чарующая романтическая атмосфера, приглушенный свет и ароматы индийских благовоний помогут вам забыть обо всем на свете. После такого сеанса вы будете чувствовать себя отдохнувшими, расслабленными и обновленными.

Незабываемые мгновения радости и блаженства, богатая палитра индийских техник и аюрведических процедур, тонкие восточные ароматы, релаксирующие звуки индийской музыки – вот главные составляющие салона SHANTI.

Только с 1 февраля по 8 марта при покупке подарочного сертификата вы получаете подарок от SHANTI – Fish-пилинг Гарра Руфа или сеанс в кедровой бочке.



*Дарите  
только...*

**shanti**

**ИНДИЙСКИЙ САЛОН КРАСОТЫ**

Запись и консультации по тел.:

**8920-276-03-53,**

**700-048**

ул. Гоголевская, 54-а

Дарите только полезные  
и приятные подарки  
своим близким, исполняйте  
мечты вместе  
с индийским салоном  
красоты SHANTI!



# Фитнес вдвоем

Доказано психологами и фитнес-экспертами: парные, семейные занятия фитнесом во много раз эффективнее, чем одиночные! Когда вы вместе, вам всё идет на пользу – чувство общности, взаимопомощь и даже дух соперничества.

Совместное занятие фитнесом – это прежде всего отличный шанс привлечь к активному образу жизни того партнера, который до сих пор ленился и находил разные отговорки. А здесь мотивов пойти на фитнес сразу несколько, и все они очень весомые. Многим проще начать заниматься, когда рядом есть кто-то знакомый и близкий. Когда оба партнера ходят в один фитнес-клуб, а еще лучше – в одно и то же время, они пропускают занятия гораздо реже: более мотивированный и ответственный всегда напомнит другому о времени тренировки, не позволит лениться, утащит в клуб от дивана и телевизора.

Фитнес вдвоем – это возможность учиться друг у друга: у того, кто ходит в клуб дольше и может дать дельный совет. Более опытный в фитнесе партнер может предостеречь от неправильного выполнения упражнений, поможет отрегулировать тренажер, подскажет, сколько повторов и подходов лучше делать – когда тренера нет рядом. Очень полезный момент – в том числе и для взаимоотношений в семье: вы смотрите на него, такого умного, благодарными влюбленными глазами, и он начинает чувствовать себя настоящим героем)).

Фитнес – это еще одна точка соприкосновения, которая вас сближает. Занимаясь вместе, вы получаете общие цели для достижения, общие темы для обсуждения, новых общих знакомых.





С 1 по 15 февраля  
**СКИДКА**  
**50%**  
на вторую  
клубную карту



С 16 по 28 февраля  
**СКИДКА** **25%**  
на клубную карту  
для мужчин



**VLASTELIN**  
**FITNESS**

Количество карт ограничено. Подробности по телефону 71-63-63. 000 «Спортфит»

ТЦ «Тройка», 4-й этаж, тел. 71-63-63  
[www.vlastelin-fitness.ru](http://www.vlastelin-fitness.ru)

# 12 февраля в Туле

## Бизнес мастер-класс Ирины Хакамады «Дао жизни. Личный успех в эпоху перемен»

Как достичь состояния, когда ничто не мешает быть счастливым? Ирина Хакамада делится собственным рецептом, который привел ее к успеху, совмещающим восточную философию, западные бизнес-подходы и российскую культуру модерна и постмодерна.



- Критерии успеха. Принципы успеха и инструменты.
- Качество личности в 21ом веке. Интеллект. Дух. Физика.
- Методы формирования суперличности.
- Навыки и умения качественной личности.
- Как повысить самооценку, убрать страхи, избавиться от перегрузок и депрессии.
- Борьба с прокрастинацией.
- Дао жизни: путь к себе

Место проведения:  
ККЗ «Олбани»  
Время: 19.00  
Подробности  
по телефону: 79-23-93  
или на сайте [hakamadavtule.ru](http://hakamadavtule.ru)



ООО «Потенциал»

16+

радио-партнер

официальный партнер



МОДНЫЙ ГОРОД



ТЕХНОЛОГИЯ  
КРАСОТЫ





# ПРАЗДНИЧНЫЕ СКИДКИ И ПОДАРКИ

ДЛЯ  
ЛЮБИМЫХ  
МУЖЩИН

НА КЛУБНЫЕ КАРТЫ  
С 17 ПО 23 ФЕВРАЛЯ

СКИДКА **10%**

ДЛЯ  
МИЛЫХ ДАМ

С 1 ПО  
8 МАРТА  
СКИДКА

**10%**

**W**  
WELLNESS-ЦЕНТР  
**-ergo**

Тула, ул. Каракозова, 71,  
т. (4872) 41-90-60, т./ф. 41-80-80

[www.wellness-tula.ru](http://www.wellness-tula.ru)

ЗАО «Автомаг»

# Женщина-контрабас



Своим моноспектаклем «ВСЯ ЭТА СУЕТА» заслуженная артистка России ЮЛИЯ РУТБЕРГ ДОКАЗАЛА ЗРИТЕЛЯМ, ЧТО ЖИЗНЬ – ЭТО КАЙФ!

**Ч**ерный брючный костюм, шляпа, галстук-бабочка... Стройная фигура, высветченное лицо, кисти рук, пальцы, плечи... Хриплый голос и два часа прекрасной поэзии, музыки, откровений... Юлия Рутберг представила в Туле свой авторский спектакль-кабаре «Вся эта суета».

В кабаре Рутберг нет заранее продуманного сценария: все построено на импровизации. Актриса общается с залом, читает стихи, исполняет песни на русском, французском, немецком и английском языках, пьет коньяк и курит сигареты, размышляет вслух и танцует канкан.

му инструменту еще раз прозвучать в облики женщины мне показалось очень достойной затеей...

– Где Вы сейчас снимаетесь?

– У меня небольшая роль в фильме «Алхимик» Александра Муратова. Снимаюсь в фильмах «Орлова и Александров», «Обмани, если любишь». А про проект о Раневской я даже не хочу говорить, потому что прекрасно знаю, что меня ждет. Меня закопают, проклянут, съедят... Я сама определила себе берега и то, что я хочу сделать. Афористичность Раневской, вырванная из контекста, и в контексте – две разные вещи. Я пыталась увести Фаину Георгиевну от того, чтобы она в фильме была клоуном.

*Каждый человек – это музыкальный инструмент и имеет свой звук. Сначала я думала, что я виолончель. Но потом поняла, что я себе безнадежно льщу.*

Два часа Юлия Рутберг «держала зал», не отпускала ни на секунду. Мощная, сильная, талантливая, красивая... А закончила спектакль, спев на бис строки из мюзикла «Чикаго» – те, которые считает самыми главными: «Эта жизнь – разве не шик, разве не блеск, разве не класс, разве не кайф?»

– В том социуме, в котором мы пребываем последние лет 10, человек попадает в воронку странного состояния, и это может сломать ему позвоночник, – поделилась Рутберг на интервью. – Мне кажется, композитор Джордж Гершвин предложил универсальное музыкальное решение проблемы. Он написал, что каждый человек – это удивительный музыкальный инструмент огромного вселенского оркестра и имеет свой звук.

Сначала я подумала, что я виолончель. Но, побывав на одном из последних концертов Ростроповича, поняла, что я себе безнадежно льщу. Я, конечно же, женщина-контрабас. У меня такой же сипатый голос, такая же низкая альтовая тесситура. Как только я слышу контрабас, сразу ощущаю кислород. Дать шанс это-

– На спектакле Вы сказали, что у Вас есть внук. Какая Вы бабушка?

– Прекрасная! Для маленького Гриши я Диснейлэнд. Он прекрасно знает, что если баба рядом, то будет очень весело, будет куча подарков. Но он знает и то, что бабушка ему не даст спуска, в отличие от всех остальных. Он такой чудесный! А характер! И себя я в нем узнаю. И вообще мне кажется, что если чем-то и можно купить человечество, его исправить – это только искренностью и любовью!

## Юлия Рутберг

Родилась 8 июля 1965 г. в Москве.

Была замужем за Алексеем Кортневым («Несчастный случай»), актером Александром Кузнецовым, сейчас ее муж – актер Анатолий Лобозкий.

## Избранная фильмография:

«Каменская», «Московские окна», «Атлантида», «Участок», «Иван Подушкин. Джентльмен ссыска», «Мымра», «Доктор Тырса», «Частное пионерское».



### Diamond Treasures Brilliant Hair

Комплекс профессиональных средств для восстановления волос



### Diamond Treasures Skin Glory

Набор профессиональных средств по уходу за телом



# Desheli

Твой секрет будущего!



### Diamond Treasures Men Gear Private

Набор косметических средств для мужчин



### Diamond Treasures Face

Набор для профессионального ухода за кожей лица в домашних условиях

Запись на презентацию косметики по телефону 8 (4872) 71-61-30.

Тула, ул. Демонстрации, 22, 1-й этаж.

[www.Desheli-Tula](http://www.Desheli-Tula)

# Императорский подарок



ЛЕГЕНДА РАССКАЗЫВАЕТ о том, что китайский император на охоте сильно повредил плечо. Правителю помогло ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОСОБЫЕ ТОЧКИ – секрет, которым с древности ВЛАДЕЮТ КИТАЙСКИЕ МАСТЕРА. Блаженство китайской императорской процедуры В САЛОНЕ «КИМ ТАУ» ощутил на себе известный спортсмен, ТИТУЛОВАННЫЙ КИКБОКСЕР МАНУЧАР ПИПИЯ.

**И**мператорская процедура – это не просто воздействие на тело. За счет особой техники она улучшает работу всего организма, успокаивает нервы, повышает иммунитет, восстанавливает жизненные силы, является мощной антистрессовой процедурой. Одна методика прорабатывает все тело, улучшает состояние кожи, воздействует на глубоком энергетическом уровне, очищает ауру, приводит в порядок мысли и чувства. Это как полуторачасовой энергетический душ, после которого чувствуешь себя обновленным, свежим, полным сил.

Императорская китайская процедура – это 3 часа роскошного ухода за телом: бережные и умелые руки мастера прорабатывают ноги и ступни, голову и лицо, спину и воротниковую зону, где часто скапливается мышечное напряжение.

Специальная техника воздействия стимулирует циркуляцию энергии в организме, очищает, избавляет от стресса и приносит глубокое успокоение.

Это поистине не сравнимое ни с чем удовольствием, когда специалист массирует тело от кончиков пальцев до кончиков волос, а вы словно оказываетесь на небесах от наслаждения, забывая о проблемах и повседневной суете. Императорская процедура станет замечательным подарком себе, родным, близким и друзьям.



KIM  
TAY

金桃

КИТАЙСКИЙ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ЦЕНТР

## КИТАЙ ТЕПЕРЬ В ТУЛЕ

- ☯ Более 20 видов процедур
- ☯ Подарочные сертификаты
- ☯ Процедуры для двоих

ДРЕВНЕЙШЕЕ ИСКУССТВО  
КИТАЙСКИХ МАСТЕРОВ

Теперь только

[www.kim-tay.ru](http://www.kim-tay.ru)

пр-т Ленина, 52-6 +7 (4872) 31 10 18

**SUPREME  
KERATIN**  
SMOOTHING INFUSION SYSTEM™

**Мировая  
премьера 2014**

\*Разглаживающая система

**В**ремя пушистых, ломких, тусклых, непослушных волос закончилось! Supreme Keratin от Schwarzkopf разглаживает волосы и сохраняет их безупречный вид на длительное время. Это решение для всех, кто мечтал о гладких, здоровых, послушных и легко укладываемых волосах.

Это замечательная процедура для обладательниц вьющихся волос, чьи кудряшки пушатся, топорщатся и выглядят сухими и безжизненными.

Это неподобный блеск и восстановление волос после самых агрессивных экспериментов над ними.

Процедура Supreme Keratin возвращает волосам блеск и гибкость, снимает пушистость и разглаживает непокорные волосы, облегчает расчесывание и укладку.

Supreme Keratin – это совсем иная процедура, нежели традиционное выпрямление волос. Наоборот, после Supreme Keratin можно выбирать, как уложить волосы – гладко или волнами, локонами. Больше нет никаких ограничений для стайлинга!

Supreme Keratin – это процедура, которая предназначена для профессионального использования и предлагается только для салонов красоты.

Ее можно применять для всех типов волос: вьющихся, тонких, пористых, жестких, непослушных, после химической завивки и т.д. Supreme Keratin можно делать сразу после окрашивания волос – цвет не пострадает.

Эффект от процедуры Supreme Keratin в салоне сохранится дольше, если дополнить профессиональный уход домашними средствами. Разглаживающие шампунь и маска и легкие капли с аргановым маслом обеспечат гладкость и блеск волос до 12 недель!

**SUPREME KERATIN – новая профессиональная СИСТЕМА РАЗГЛАЖИВАНИЯ И КЕРАТИНИЗАЦИИ волос от Schwarzkopf для салонов красоты. Расскажите вашим клиентам, что ТЕПЕРЬ ВОЛОСАМИ МОЖНО УПРАВЛЯТЬ!**

### SUPREME KERATIN – ДЛЯ РАЗНЫХ ТИПОВ ВОЛОС

#### **Вьющиеся, без блеска.**

Процедура обеспечит долговременное разглаживание, возвращение волосам блеска и гибкости.

#### **Обесцвеченные, поврежденные.**

После процедуры волосы будут блестящими, роскошными, они снова выглядят здоровыми.

#### **Кудрявые, непослушные.**

Новая система позволит управлять волосами: после процедуры их можно носить прямыми или создавать локоны, волны.

**SUPREME  
KERATIN**  
SMOOTHING INFUSION SYSTEM

Система Supreme Keratin от компании Schwarzkopf Professional доступна с ноября 2013 года. Она поможет превратить ваш салон в эпицентр красоты!

Благодарим за помощь в подготовке материала компанию «Каскад».

# КРАСИВЫЕ ПОДАРКИ –

*это просто!*

Набор для ламинирования Constant Delight стандартный – это шампунь с протеинами шелка, горячее обертывание с протеинами шелка, маска с шелком, массажная сыворотка для волос и кожи головы с экстрактом магнолии – итого 4 средства.

Набор для ламинирования воздействует на волосы комплексно и помогает достичь максимального эффекта и значительно улучшить их состояние.



## Каpous

PROFESSIONAL

Новая серия Каpous на основе масла арганы предназначена для глубокого увлажнения и восстановления любого типа волос, в том числе вьющихся, поврежденных и пересушенных. Масло Арганы богато полиненасыщенными жирными кислотами, которые оказывают продолжительный увлажняющий эффект и укрепляют волосы, делая их более объемными эластичными.



## Декоративная косметика

RÉVECEN

PROFESSIONAL MAKEUP

Обеспечивает естественный макияж, подчеркивая натуральные оттенки кожи.



ваша красота наша забота  
**KASKAD**

Магазин профессиональной косметики  
Тула, ул. Союзная, 11, тел.: (4872) 36-96-69, 50-53-74  
Приглашаем салоны к сотрудничеству

# Спортивный настрой



ИГРЫ В СОЧИ ПРИБЛИЖАЮТСЯ, и каждый спортсмен мечтает об олимпийском золоте. А как ДОБИВАТЬСЯ ПОБЕД НА КУХНЕ – всегда, при любых обстоятельствах? Ведущая кулинарной рубрики АЛИНА ШЕПЕЛЕНКО ЗНАЕТ НЕСКОЛЬКО СЕКРЕТОВ!

**Д**ух сочинской Олимпиады захватывает ума и сердца россиян. Полки пестрят рекламной продукцией, спортивные магазины предлагают товары с символикой, по ТВ идут патриотичные ролики о будущих участниках. И сразу хочется приобщиться к общему ажиотажу, купить билет на пару соревнований или хотя бы палки для скандинавской ходьбы (как сделала я). Хорошая физическая подготовка дается непросто. Как профессиональная теннисистка в прошлом, я прекрасно понимаю, что есть три составляющие: база (приемы и техники выполнения), постоянная практика и правильное питание – без него никуда. Поэтому хочу подсказать вам пару основ, которые помогут в достижении кулинарных высот. И дать несколько фитнес-рецептов, включая десерт – спортсмены ведь тоже люди).

Текст, фото: Алина Шепеленко.



## МИРПУА

Волшебная вещь! Эта пережарка из овощей – основа для тушения мяса, овощного рагу, овощных супов-пюре, буйабесса.

**Лук репчатый, морковь, фенхель, сельдерей стеблевой, лук-порей, чеснок, оливковое масло, помидоры черри, розмарин, тимьян.**

1. Чеснок раздавить в шкурке тыльной стороной ножа и положить на сковороду с оливковым маслом, туда же добавить по веточке тимьяна и розмарина. Когда чеснок зарумянится, выбросить его вместе с травами. Получилось ароматизированное масло.
2. Нарезать лук и спассеровать на масле до мягкости, добавить нарезанную морковь и вместе обжарить. Не допускать пригорания!
3. Сельдерей, фенхель, лук-порей порезать и добавить на сковороду. Через пару минут добавить мелко нарезанные помидоры.
4. Потушить все вместе минут 15. Шикарная основа для многих блюд готова!



## ЦЫПЛЕНОК ТАБАКА С КАБАЧКАМИ

**Желтый цыпленок, мирпуа (см. рецепт слева), кабачки, помидоры, пучок зелени (кинза, петрушка, укроп, лук), чеснок, острый перец, специи, оливковое и сливочное масло, соль.**

1. Цыпленка разрезать по грудке. Натереть смесью из соли, перца, карри. Дать напитаться специями минут 15.
2. Сделать мирпуа, добавить нарезанные на кубики кабачки. Посолить и поперчить по вкусу, подливая бульон (или воду). Тушить минут 15-20.
3. Нагреть оливковое масло на сковороде и распустить в нем сливочное, не наоборот! Положить цыпленка и прижать грузом, жарить по 5-7 минут с обеих сторон. Убавить огонь и довести до готовности.
4. Соус идеален к мясу и субпродуктам. Помидоры запечь в духовке (2 часа при 100°C) или на огне. Удалив плодоножку и шкурку, размолоть в блендере, смешать с нарубленной зеленью, чесноком, солью и перцем.
5. Кабачки выложить на тарелку, рядом – цыпленка и подать с соусом.





## ТАТАКИ

Эта закуска – вариация на тему рецепта Юрия Рожкова, бес-  
сменного шеф-повара ресторана VOGUE.

**Вырезка телячья, смесь перцев молотая, соевый соус – 100 мл,  
мед – 1 ст.л., кунжут – 10 г, имбирь свежий – 10 г, васаби, перец  
острый красный, кинза, лук зеленый.**

1. Мясо обвалять в смеси перцев и обжарить на раскаленной ско-  
вородке со всех сторон, оставив центр сырым. Завернуть в пленку  
и положить в холодильник.
2. Соевый соус довести до кипения, добавить мед, мелко нарезанный  
имбирь, кунжут, васаби. Все хорошенько перемешать, снять с огня.
3. Остывшее мясо нарезать тонкими кусочками поперек волокон. Вы-  
ложить на тарелку, полить соусом, украсить колечками острого перца,  
листочками кинзы и мелко резанным луком.



## ТАРТАР ИЗ ЛОСОСЯ

Тартаром по традиции называют сырой фарш из любого продукта.  
Тартар из лосося – прекрасное нежное блюдо, великолепная закуска.

**Лосось, огурец свежий, лук шалот (можно репчатый), лук реза-  
нец (можно просто зеленый), мангольд (можно любой салатный  
микс), оливковое масло, табаско, лимон, соль, перец молотый,  
перец розовый горошком.**

1. Лосося порезать мелкими кубиками, сбрызнуть соком лимона и убрать  
в холодильник.
2. Огурец очистить от кожицы, порезать очень мелко. Также порезать  
оба вида лука.
3. Достать лосося и перемешать с нарезанным огурцом и луком. За-  
править специями, оливковым маслом, табаско и подавать на салатных  
листьях, сбрызнув оливковым маслом и украсив розовым перцем.



## МИНДАЛЬНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Аромат этого печенья бесподобен! Оно такое хрустящее и вкус-  
ное, что вызывает привыкание! И диетическое – в нем нет муки.  
Сладость регулируйте сами.

**Миндаль – 250 г, яйца – 2 шт., сахар – 1 стакан.**

1. Миндаль залить кипятком на 10 минут, промыть холодной водой  
и опять залить кипятком. Когда остынет настолько, что можно будет  
брать орешки руками, – очистить. Выложить на противень и просушить  
в духовке или просто разложить на бумажных полотенцах. Просушен-  
ный миндаль смолоть в блендере с небольшим количеством сахара.
2. Пару ложек сахара оставить, остальной смешать с миндалем. До-  
бавить яйца.
3. Скатать шарики из получившегося теста размером с грецкий орех,  
слегка приплюснуть и обвалять в сахаре.
4. Выложить на противень, застеленный пекарской бумагой, на рас-  
стоянии 7–10 см друг от друга и отправить в духовку (180 °С) минут  
на 20–25. Печенье готово, когда слегка зарумянилось. Оно прекрасно  
и холодным, но от горячего оторваться вообще невозможно!



## ДЕСЕРТ С РУМЯНОЙ ТЫКОВКОЙ

Тыква не перестает меня удивлять! Рецепт родился случайно,  
при внезапных гостях, и был воспринят на ура. Можно заменить  
ванильное мороженое на йогуртовое и таким образом снизить  
калорийность блюда.

**Тыква, оливковое масло, сахар, цедра апельсина, китайский су-  
шенный мандарин (продается на рынке в отделах сухофруктов),  
ванильное мороженое.**

1. Тыкву очистить и нарезать крупными кубиками, сбрызнуть оливковым  
маслом и чуть присыпать сахаром. Отправить в духовку на 20 минут при  
160 °С. Затем поднять температуру до 200 °С и зарумянить еще 15–20 минут.
2. Сделать сахарный сироп – воду и сахар в пропорции 1:1 нагреть  
и довести до кипения. Снять цедру с апельсина, срезать белую часть,  
нарезать тонкими полосками и выложить в сироп. Такими же полосками  
порезать в сироп китайский мандарин, потомить все минут 20–30.
3. Тыкву подавать с шариком мороженого. Сверху полить цитрусовым  
соусом. Кстати, соус, когда остынет, превратится в чудеснейший джем,  
так что делайте его сразу с запасом!

# НА ГЛАВНЫЙ ПРАЗДНИК ЛЮБВИ - ВМЕСТЕ С LOVE RADIO ТУЛА!!!



**ДЕНЬ ВСЕХ ВЛЮБЛЕННЫХ**

**14 ФЕВРАЛЯ 2014**  
**ОЛИМПИЙСКИЙ**



**ЁЛКА**  
**QUEST PISTOLS**  
**ВИА ГРА**  
**БАНД'ЭРОС**

**ДИМА БИЛАН**  
**НЮША**  
**ДИСКОТЕКА АВАРИЯ**  
**ЮЛИЯ САВИЧЕВА**

**ЕВА ПОЛЬНА**  
**СЕРГЕЙ ЛАЗАРЕВ**  
**SEREBRO**  
**ВИНТАЖ и другие**

Организаторы оставляют за собой право изменять состав участников

## **ВЫИГРАЙ СВОЮ ПУТЕВКУ НА ДВОИХ !**

**ПОДРОБНОСТИ В ПРОГРАММЕ BIG LOVE MESSAGE НА 105.8 FM  
И ОФИЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ LOVE RADIO ТУЛА В КОНТАКТЕ**



**1000 тортов**  
торты на заказ  
любой сложности и  
на любой вкус



**Торты на заказ от 1000 руб./кг**

**Смотрите наши работы на сайте: [1000 тортов.рф](http://1000тортов.рф)  
Тула, ул. Н. Руднева, 12, тел.: 35-32-70, (961)266-32-52**

# Легкий флёр



АРТЕМИЙ САФОНОВ,  
ресторанный критик

НОВАЯ ПОРЦИЯ ЕДЫ и свежая пища для размышлений – от ресторанный критика Артемия Сафонова.

**В** самом центре Тулы, среди узких улочек уютно расположился ресторанный дом «Флёр». У входа в заведение меня встретил улыбочивый хостес, радушно проводивший до столика. Через 11 секунд (!) подошел официант, интересуясь моей готовностью совершить заказ. Все блюда, которые я заказал, были выбраны мной по его рекомендации.

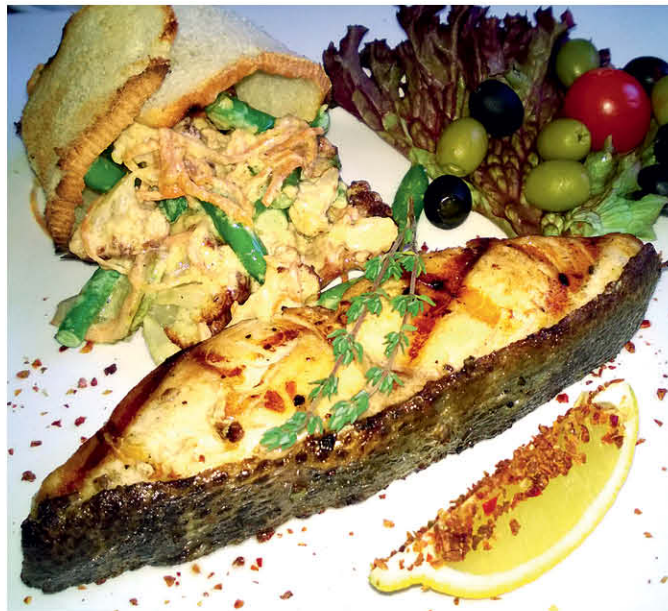
«Флёр» – это несколько залов разной тематики. Я выбрал гриль-зал. Что сказать о его интерьере? На мой взгляд, здесь достаточно строго, я бы даже сказал, чопорно. Но это, конечно же, вопрос вкуса. Уверен, что многим гостям такая обстановка по душе.

Но вернемся к еде. Первым был подан салат с названием «Нюрнберг»: нарезка в стиле жульен (тонкой соломкой) – салатный микс, говяжий язык, куриное филе. Если отталкиваться от названия (Нюрнберг – город в Германии) и традиционных немецких корней этого блюда, то нарезка этого салата должна осуществляться в другом исполнении – кубиком, а подача – в теплом виде, в сочетании с картофельными дольками фрай.



## ЗВЁЗДЫ «МОДНОГО ГОРОДА»

КУХНЯ ИНТЕРЬЕР СЕРВИС АТМОСФЕРА ЦЕНА-КАЧЕСТВО



Горячее заставило себя подождать 30 минут (что и ожидалось от блюд, приготовленных на гриле). Был подан стейк масляной рыбы с гарниром из бутонов цветной капусты и стручковой фасоли. Гарнир имеет очень приятный сливочный вкус и по праву заслуживает похвалы.

Что касается нюансов этого блюда, первое, что бросилось в глаза, – наличие салатных листьев в сервировке. Согласно европейским стандартам, горячие блюда должны подаваться на подогретых тарелках. При такой сервировке салатные листья просто не доживают до подачи блюда гостю, – они просто вянут. Второй момент – корочка, которая особенно ценится в блюдах из рыбы: здесь в ней попадалась чешуя.

Перейдем к десерту. Я выбрал классический португальский десерт «Фондач» (его еще принято называть «Моэллэ»). Его особенность – корочка снаружи и горячая начинка внутри, которая при разламывании выходит на поверхность и своим теплом топит шарик мороженого. В вариации десерта во «Флёр» этого чарующего момента не произошло, что слегка огорчило в конце всей трапезы.

И в заключение – немного лирики, не относящейся конкретно к «Флёру», а навеянной последними моими визитами в тульские рестораны. Выходя из очередного заведения, испытываю стойкое ощущение, что я где-то уже это видел и пробовал. Меню похоже, блюда по сути своей – однообразны, разница лишь в названиях и вариантах подачи. А вот, к примеру, в Париже, который не так уж и велик, в каждом заведении вы получите индивидуальность меню и богатство выбора блюд. Хотелось бы и у нас наблюдать динамику развития, авторскую работу шеф-поваров, являющихся главными творцами в любом ресторане.

Итого: 1050 рублей.

Не согласны с мнением ресторанный критика? Хотите поспорить? Пишите на [shef\\_rk@bk.ru](mailto:shef_rk@bk.ru).

# «Шоу Банкетный зал «Артур»»



ОРГАНИЗАЦИЯ СВАДЕБ,  
ЮБИЛЕЕВ, КОНФЕРЕНЦИЙ,  
БИЗНЕС-МЕРОПРИЯТИЙ,  
КОРПОРАТИВНЫХ ВЕЧЕРОВ.



Вместимость до 350 посадочных мест

Щекинское шоссе, 1-а, тел.: 71-02-03, 8-910-552-93-17

# ГОРОД ТАНЦУЕТ!



1



2



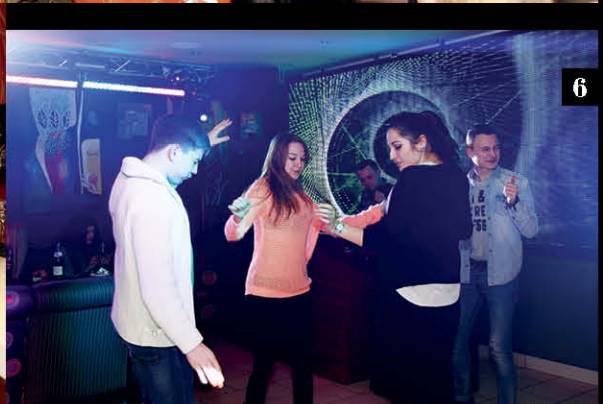
3



4



5



6



7



8



9



10



11

**Д** а, «Город» теперь танцует – на первом этаже знаменитого ресторанного комплекса, в «Какао-баре» открылся танцпол! Так что «Город» стал местом модных ночных вечеринок – с танцами, известными диджеями и неповторимой клубной атмосферой. В «Городе» танцуют по пятницам и субботам с 22.00 до 3.00, в это время действует расширенное меню и богатая коктейльная карта. Зажгите ночь вместе с нами!



Ресторанный комплекс «Город»  
Тула, Красноармейский проспект, 3-а,  
тел. (953) 421-41-15.  
Rkgorod.ru

Фото: Светлана Колосова.

©ИЗДАТЕЛЬСТВО

# 23 февраля

*Дорогие мужчины и любимые женщины!  
С наилучшими пожеланиями  
поздравляем вас с наступающим  
Днем защитника Отечества и, конечно,  
с Международным женским днем  
и приглашаем провести праздничные вечера  
в компании родных, друзей или коллег  
в атмосфере уюта и веселья!*

# 8 Марта

**ИМПЕРИЯ**  
РЕСТОРАН • САУНА • ГОСТИНИЦА

ул. Каракозова, 79-а ☎ 40-56-96 [www.империя71.рф](http://www.империя71.рф)

*Ждем вас.*



It's party time!\*

Только  
отличное  
настроение  
от шоумена  
Евгения  
Реброва  
8(915)699-51-52  
[vk.com/pilot](https://vk.com/pilot)

Только хиты  
в исполнении  
Татьяны Ребровой  
8 (920) 741-88-23  
[vk.com/ezhivi4ka](https://vk.com/ezhivi4ka)

ИП Реброва Е. Д. Выбранное на сайте производится, а не гонимое. Спасибо вашему вниманию за все!

**\*Время вашего праздника!**  
Организация и проведение торжеств, корпоративов, свадеб



*«Лимон» вас любит  
и ждет!*



ИП Белюков Е. К.

*У нас поменялся номер телефона*

**21-83-88**

*Ул. 9 Мая/ ул. Оружейная, 23.*



# СУДАРЬ

РЕСТОРАН



ООО «Престиж»

1 марта, начало в 20.00  
**МАСЛЕНИЧНЫЕ  
ГУЛЯНЯ**  
2 марта, начало в 14.00 (на свежем воздухе)  
В программе: русские народные пляски,  
конкурсы, народные забавы,  
детская анимация, розыгрыш призов

**Ресторанный комплекс «Сударь» приглашает приятно провести время.**

**Отпраздновать дни рождения, юбилеи, провести корпоративы, тематические вечеринки, провести деловые обеды, детские праздники.**

Наш ресторан – это место для проведения самого незабываемого дня в вашей жизни это свадьбы. На красивой и благоустроенной территории в центре города можно сделать выездную регистрацию, кондитер ресторана изготовит неотъемлемый атрибут – свадебный торт. По желанию посетителей можем украсить зал к вашему торжеству, предоставляем ведущих для проведения мероприятий.

Для наших гостей со вторника по субботу звучит живая музыка.

Для вас играет и поет финалист шоу «Большая перемена» – Максим Ларичев с кавер-программой «Рояль в ночи».

**В состав ресторанный комплекс входит два зала в основном здании:**

- белый зал для некурящих расположен на 2-м эт., его вместимость до 70 чел.
- темный зал для курящих расположен на 3-м эт., его вместимость до 50 чел.

**Отдельно стоящее здание:**

- банкетный зал вместимостью до 35 чел.
- летняя открытая веранда вместимостью до 40 чел.

Ресторан принимает к оплате банковские карточки, работает по безналичному расчету. Гибкая система скидок, индивидуальный подход к каждому посетителю. Администраторы ресторана помогут вам составить меню, а шеф-повар со своей командой воплотит это в прекрасный, красиво украшенный и сытный стол, персонал и официанты внимательно и вежливо отнесется к каждой вашей просьбе.

**С 3 февраля – бизнес-ланчи!**

# Кушать подано!

Холодными зимними вечерами ДУША И ТЕЛО ПРОСЯТ ТЕПЛА, уюта и ВКУСНОЙ ОБИЛЬНОЙ ЕДЫ! Ресторан «Сударь» предлагает вам ОТВЕДАТЬ ЯСТВА, приготовленные ПО РЕЦЕПТАМ ЗНАТНЫХ ДОМОВ XVIII–XIX ВЕКА. Тогда знали толк в угощениях! ПОБАЛУЙТЕ СЕБЯ И ЛЮБИМОГО ЧЕЛОВЕКА ЭТОЙ ГАСТРОНОМИЧЕСКОЙ РОСКОШЬЮ!



## ТЕПЛЫЙ САЛАТ «БАРИН»

Такое блюдо достойно барского стола! Роскошно оформленный и по-зимнему сытный – здесь и свинина, и белые грибы, и шампиньоны, и бекон, и лук-порей – при обжарке эти продукты обогащают вкус друга, сливки придают шелковистую текстуру, а соус-ворчестер – особую пикантность. Блюдо подается в сырной корзинке из пармезана, с салатным миксом, помидорчиками черри и несколькими каплями соуса бальзамико.



## САЛАТ «МАНЗО»

Завораживающая симфония, где в одну мелодию сплетаются такие разные вкусы – телятины, слегка обжаренной спаржи, малинового(!) майонеза, острого ароматного сыра дорблю и сладкой клубники. Картину дополняет сочный салатный микс. Необычное сочетание кислого, сладкого и пряного не оставит равнодушным любого гурмана. Это салат, который хочется пробовать снова, каждый раз поражаясь, насколько гармонична его композиция.



## УХА С РАССТЕГАЕМ

Блюдо царского стола, классика русской кухни! Уха варится из трех видов рыб – солирует семга, а палтус и судак оттеняют ее вкус. Рыбу дополняют овощи – лук-порей, морковь, картошечка, стебель сельдерея, помидоры конкассе и маленький штрих – совсем немного водочки. Она делает вкус блюда более нежным, тогда как алкоголь в процессе варки испаряется без следа. Подается уха с расстегаем – свежепеченым пирожком с начинкой из нежной семги.



## КАРЕ БАРАШКА С БРУСНИЧНЫМ СОУСОМ

Нежное сочное мясо с брусничным соусом – это изысканное сочетание вкусов и прекрасное блюдо для романтического ужина! Ягненок, замаринованный в травах и смеси масел, обжарен и подан к столу с соте из овощей. Брусника стараниями шеф-повара превращается в ароматный пряный соус с ярким ягодно-винным вкусом. Великолепно!



## ФИЛЕ-МИНЬОН С ПЕРЕЧНЫМ СОУСОМ

Филе-миньон – самая нежная говядина, какую можно представить. Она не требует сложных гарниров – обжаренное на гриле до любимой вами степени прожарки, мясо прекрасно само по себе! Лучшим аккомпанементом к нему будут овощи – спаржа, томаты черри и перечный соус. От такого сочетания и на душе светло, и нет тяжести в желудке.



## ДЕСЕРТ «МИЛЬФЕЙ»

Предмет восторгов всех дам и – что уж скрывать! – желанный десерт для мужчин. «Мильфей» – это прекрасный дуэт нежного слоеного теста с заварным кремом из домашних сливок. Его великолепный вкус дополняют свежие ягоды и два вида соусов – ягодный и ванильный. Это потрясающе вкусно! Побалуйте себя – все, что доставляет такую радость, не способно навредить фигуре!

Тула, ул. Демидовская, 19.  
Заказ столиков по телефонам: 8-920-744-00-81, 47-00-81.

# ТУЛИЦА-2014-КРУГОВЕРТЬ



**О**льга Чекмазова, президент Федерации эстрадного и современного танца Тульской области, художественный руководитель известного балета «Рэмикс», в восьмой раз собрала на конкурсе «Тулица» талантливых танцоров России. Этот конкурс, с 2011 года имеющий статус Всероссийского, – крупное событие в области народной хореографической культуры. В этом году в нем участвовали 920 танцоров. – Конкурс «Тулица» создан мной с целью сохранения традиций в народном танце, а также преумножения русской народной хореографической школы, – говорит Ольга Чекмазова. – В нашем обществе традиции и инновации в области искусства должны существовать в тесной взаимосвязи, поэтому основой конкурса являются три самые важные дисциплины: народный танец, русский танец и стилизованный танец. Сохранение и изменение, новизна любого танца при сохранении канонов – это два взаимопроницаемых значения, что и подтверждает Всероссийский конкурс «Тулица». И самое важное, чтобы этот баланс сохранялся в каждом участнике и в каждом зрителе.

**1** Продакшен-коллектив «Фламинго», Донской; **2** Президент ФЭСТ ТО Ольга Чекмазова; **3** Школа «РЭМИКС», юниоры, народный танец, второе место на конкурсе; **4, 7, 8, 11, 12** Участники конкурса; **5** Коллектив «Цветы»; **6** Коллектив «Визит»; **9** Ульяна Шишкина, второе место в номинации «Стилизованный танец», дети соло; **10** Школа балета «РЭМИКС», первое место в номинации «Стилизованный танец», юниоры малые группы; **13** Остап Чекмазов, постоянный ведущий всех мероприятий ФЭСТ ТО.



# Императоръ

гостевой дом • ресторан



*от Завтрака до Тура!*



*Завтрак Свадьба Фуриет Бранч Светский раут  
 Ланч Бал Торжество Шведский стол Тусовка  
 Трапеза Туршество Девичник Ужин Юбилей  
 Кейтеринг Застолье Угощение Обед  
 Презентация Банкет Тулянка Корпоратив  
 Вечеринка Свидание Тур*

ООО «Император»

# Модный ужин в модном городе

Консультант по вопросам ресторанного бизнеса, компания BAUM+WHITEMAN (Нью-Йорк), представила прогнозы по ГЛАВНЫМ ТЕНДЕНЦИЯМ В ГАСТРОНОМИИ. В первой четвёрке РЕСТОРАННЫХ ТРЕНДОВ – дегустационное меню, МОДА НА КУРИЦУ, зелёный мейнстрим и паназиатская кухня. РЕСТОРАН LA PIANO ИДЁТ В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ, предлагая модный ужин в модном городе!



**Д**егустационные сетов – самый популярный тренд мировых рестораторов – теперь и в La Piano! У гостей нашего ресторана есть уникальная возможность попробовать не одно блюдо из меню, а сразу 4 в одном сете! Всего дегустационных сетов пять:

1 – Салатный сет Insalata fredda (холодные салаты) – 250 руб. 4 мини-порции (общий вес – 300 граммов) разных холодных салатов.

2 – Салатный сет Insalata calda (горячие салаты) – 300 руб.

В сете 4 мини-порции (300 граммов) различных горячих закусок.

3 – Сет из мяса птицы Pollame (курица, индейка, утка – на выбор) – 250 руб.

Сет формируется из мяса птицы (4 мини-порции по 70 г).

4 – Мясной сет Varia carne (телятина, говядина, свинина, печень) – 300 руб.

4 мини-порции (общий вес сета – 300 граммов).

5 – Рыбный сет Frutti di mare (рыба и морепродукты) – 350 руб.

4 мини-порции (300 г) (рыба, креветки, кальмар и другие морепродукты).

Не обошли вниманием в La Piano и другие модные новинки. Любители экзотики могут отведать японскую кухню, представленную в меню.

Зелёный бум тоже нашёл своё отражение в La Piano – в меню ресторана полный набор зелени как в свежем виде, так и в салатном миксе или соусе.

Ну а если вы поклонник курицы, блюда из которой больше не считаются бюджетным вариантом и занимают прочную позицию в меню фан-дайнинг ресторанов, – добро пожаловать в La Piano! Курицу готовят по технологии Sous Vide, поднимая уровень блюд из мяса птицы до высокой кухни.

Поклонники рыбных деликатесов также не останутся без внимания. Рыба будет выигрышно смотреться в составе вашего салата, пасты, в качестве заказанной вами закуски или основного блюда.



Ресторан La Piano  
Тула, ул. Демонстрации, 5-а.  
Reserve 8-920-782-45-46.

*В тренде 2014 – событийность. Гости хотят получить полный набор впечатлений, и не только от еды. La Piano идет в ногу со временем – в ресторане работает варьете. 15 февраля, в день открытия Венецианского карнавала, вас ждёт феерическое 3-часовое шоу Feerie La Piano. Количество мест ограничено.*

*Viva*  
*Скрипка*

www.viva-skripka.ru

Организация выступлений  
тел. 8-926-460-60-60

**Весной —  
все по-новому!**

*Новая программа.  
Новый имидж.  
Обновленный сайт.*

*Встречайте  
с 1 марта!*





Принято считать Италию родиной макарон, хотя на самом деле итальянцы привезли их из Азии, где ЛАПША всегда была ОДНИМ ИЗ ГЛАВНЫХ БЛЮД НА СТОЛЕ. В Японии, Таиланде, Вьетнаме и Китае лапшу любят и умеют готовить В СОТНЯХ ВКУСНЕЙШИХ ВАРИАЦИЙ.

## Длинная, как жизнь

**В** азиатских странах лапша – это не просто еда, а один из самых распространенных и популярных продуктов. Без нее здесь не представляют ни повседневного стола, ни праздничного застолья, ее едят каждый день – на завтрак или обед как основное блюдо.

А еще лапша в Азии – это целая философия. Она символизирует жизнь, поэтому часто подается очень длинной, не разрезанной. Существует традиция в день рождения дарить имениннику одну невероятно длинную лапшу – как пожелание долголетия.

Азиатская лапша существует во множестве разновидностей. Самые популярные –

гречневая и рисовая лапша соба, бобовая лапша фунчоза, японская яичная лапша, пшеничная лапша удон и сомен. Интересно, что любой из этих вариантов является просто кладезем полезных веществ и витаминов, легко усваивается, имеет минимальную калорийность и потому совершенно не вредит фигуре.

Если во всем мире лапшу варят, то в азиатской кухне ее чаще всего обжаривают. Происходит это очень быстро, на сильном огне в глубокой сковороде-вок вместе с другими ингредиентами – мясом, курицей, рыбой и морепродуктами, овощами, соусами, травами и пряностями. Быстрая обжарка при высокой температуре сохра-

няет в продуктах всю их пользу и естественный вкус.

В азиатских ресторанах можно попробовать разную лапшу, приготовленную различными способами. Она может быть огненно-острой, пряно-сладкой или нейтральной, подчеркивающей вкус мясных, рыбных и овощных ингредиентов. Может быть даже красной, зеленой и других цветов радуги благодаря натуральным красителям из овощей. Это интересное, самодостаточное блюдо, которым можно радовать себя хоть каждый день и которое очень долго будет удивлять вас палитрой вкусов. Приятного вам аппетита и длинной лапши!



# 桜

ЯПОНСКИЙ РЕСТОРАН

# 世天回戸天

Г. ТУЛА, ПР. ЛЕНИНА, 52 А, Т. 8(4872) 31-28-36

-10%\*



### АЖИРУ СОБА

ОБЖАРЕННАЯ УТИНАЯ ГРУДКА С  
ГРЕЧЕВОЙ ЛАПШОЙ И ОВОЩАМИ.  
390 Р.

-15%\*



### ЛАПША ОСТРАЯ

С КУРИЦЕЙ И КРЕВЕТКАМИ  
380 Р.

-20%\*



### ЛАПША С КАЛЬМАРОМ



ПОД ОРЕХОВЫМ СОУСОМ С ИКРОЙ  
ЛЕТУЧЕЙ РЫБЫ 290 Р.

## АКЦИЯ!

\*- Акция действует по будним дням до 30.04.2014г.

ресторанный комплекс

**ЭТАЖИ** 

-  **Ресторан**  
Банкет до 100 человек  
Бизнес-ланч 12.00 – 16.00  
Музыкальная программа  
(по пятницам и субботам)
-  **Суши-бар**  
Японская и тайская кухня
-  **Бильярдная**  
Русский бильярд  
Американский пул

**Чапаева, 34-а** (за ТЦ «РИО»)

**Тел. (4872) 70 17 70**  
**+7 920 775 58 77**





## ТАТЬЯНИНА НОЧЬ

В ночь на 25 января в Hardy Bar творилось озорное безумство – заведение праздновало «Татьянину ночь», музыкальный настрой которой задавали Rom-n-Roll и Соловьев. Все участники зачетной вечеринки на отлично сдали экзамен на умение веселиться и наслаждаться качественной музыкой!



Фото: Михаил Ростов.



## ПОЮЩЕЕ КАФЕ

В Туле открылось новое караоке-кафе La Piano. Праздник по случаю открытия прошел 3 января. Вечер ознаменовался конкурсом на лучший поющий стол. Представители от каждого – всего их было 12 – вытягивали по жребию песню и исполняли ее, а жюри подсчитывало баллы. По итогам конкурса лучшие получили приятные призы и подарки от заведения.

В перерывах между конкурсными заданиями публике скучать не приходилось – пришедших на праздник развлекал зажигательный танцор с псевдонимом Angel.



Фото: Максим Котенёв.



ПРИГЛАШАЕМ ВАС  
ПРОВЕСТИ НЕЗАБЫВАЕМЫЕ  
ПРАЗДНИКИ  
14, 23 ФЕВРАЛЯ И 8 МАРТА  
В  
КРК «МИРАЖ»

Тула, ул. Кутузова, 45, тел.: 48-23-38, 48-05-25

# Мы видим то, что мы хотим. We see what we want

PUBLIC – НАРОД, ПУБЛИКА, ОБЩЕСТВЕННОСТЬ, ОТКРЫТОСТЬ, ДОСТУПНОСТЬ...

Именно такое название выбрал известный СЕРБСКИЙ РЕСТОРАТОР ДЖОРДЖЕ КОСТИЧ для нового проекта в самом сердце нашего города.



**Р**есторан, заинтриговавший многих, готовится к открытию – уже скоро!

Девиз нового ресторана – «We see what we want» – «Мы видим то, что мы хотим», можно понимать по-разному: с одной стороны это отражает главную идею заведения: открытость и доступность. Ресторан PUBLIC впервые в Туле представит гостям большую открытую кухню: присев за барную стойку, отделяющую зал ресторана от кухни, можно будет насладиться не только вкусом блюда, но и посмотреть секреты его приготовления.

С другой стороны, каждый видит в PUBLIC то, что хочет, этот ресторан для каждого свой: кого-то привлечет уютный уголок кофейни с мягкими диванами и богатым выбором десертов, гурманы, несомненно, оценят богатство и разнообразие блюд традиционной балканской кухни, которая, кстати, в Туле представлена впервые! Уютные гостиные для встреч с друзьями и камерная обстановка VIP-зала также найдут своих приверженцев. Оригинальный дизайн лаунж-зоны с разнообразием коктейлей и авторских кальянов – идеальное место для того, чтобы расслабиться в конце рабочей

недели. Каждый четверг, пятницу и субботу с 20:00 до 23:00 в лаунж-зоне DJ-Time: качественный звук и коктейль из лучших треков.

Мы видим то, что мы хотим? Но ведь наши желания так переменчивы! Ресторан PUBLIC готов меняться вместе с ними.

К открытию игр в Сочи подготовлено специальное меню. А трансляция Игр на экране площадью 7 кв. м создаст полную иллюзию присутствия на трибуне стадиона. Фирменный сет от барменов добавит эмоций.

На улице мороз? А в ресторане PUBLIC счастливые часы. С 19:00 до 22:00 действует специальное барное меню: любой напиток – 150 руб.

Душа ресторана – шеф-повар Далибор Миленкович по будням готовит сытный и вкусный «Балканский обед». При заказе блюда дня от шеф-повара гость получает салат, напиток и десерт бесплатно! Как получить сладкий комплимент от шеф-повара? Посетите странички ресторана «ВКонтакте» и Facebook, приходите в гости и ждите сюрпризов!

Ну кто сказал, что поход в ресторан – событие, требующее специального повода? Ресторан PUBLIC – всего лишь часть повседневной жизни. Может быть, ее лучшая часть?



Тула, ул. Демонстрации, 22, тел. 707-227.  
Yourpublic.ru  
vk.com/your\_public\_ru  
facebook.com/yourpublic.ru

# Голодные игры

Hardy  
bar

ВСЕ  
ОЛИМПИЙСКИЕ  
ТРАНСЛЯЦИИ



КОТОРЫЕ ВЫ ХОТЕЛИ УВИДЕТЬ

Расписание и заказ столов  
по телефону

**31-19-73**

Тула, пр-т Ленина, 83-б

# «Сковорода» без жира: ДЕРЖИМ ФОРМУ!



УКРАИНСКАЯ КУХНЯ – щедрая, любит всего побольше и... мало думает о фигуре. Но шеф-повару ресторана «Сковорода» удалось невозможное: он сделал для ресторана НИЗКОКАЛОРИЙНОЕ МЕНЮ – по-украински ВКУСНОЕ И БОГАТОЕ, но при этом ЛЕГКОЕ! Для всех худеющих – НОВАЯ «СКОВОРОДА» БЕЗ ЖИРА!

ресторан украинской кухни  
**СКОВОРОДА**

Тула, пр. Ленина, 57.  
Тел. (4872) 36-47-07.  
[впремьере.рф](http://впремьере.рф)

**С**ейчас все больше людей стремятся к стройности. И просьбы приготовить какое-либо блюдо из меню в более легком варианте звучат в нашем ресторане всё чаще, – говорит шеф-повар ресторана «Сковорода» Юрий Семушкин. – Можно сказать, что именно наши посетители натолкнули меня на идею создания легкого меню – «Сковорода без жира». Теперь они могут есть свои любимые украинские блюда, не опасаясь за фигуру.

– Юрий, но как такое возможно? Разве украинская кухня может быть легкой?..

– В украинской кухне много традиций, отвечающих требованиям здорового питания. В ней много овощей, блюда готовятся в основном с помощью варки или запекания, томления. На этом я и сыграл, используя в рецептах нежирные виды мяса, рыбы, много овощей и вкусных легких соусов. Нам удалось сделать блюда легкими, но при этом по-украински вкусными и сытными.

– «Сковорода без жира» – это полноценное меню?

– Да, с супами, салатами, закусками, горячим – всего 17 блюд. Например, наши гости очень полюбили салат с утиной грудкой. Мясо нежирное, диетическое; его слегка подкопченный вкус оттеняют сладкая груша

**Салат с копчёной утиной грудкой, 138 Ккал.**  
На подушке из салатных листьев со свёклой и грушей, заправленный зелёным оливковым маслом.



**Завиванец, 230 Ккал.** Со слабосоленой форелью, обезжиренным творогом, сельдереем в лепёшке из бездрожжевого теста, на листьях салата.



**Рубленые паровые котлетки из лосося, 265 Ккал.** С соусом из йогурта с домашним хреном, с красной икрой, на подушке из салатных листьев и припущенной морковью.

и свекла. Или, допустим, в традиционном салате картофель мы заменили запеченным корнем сельдерея, а майонез – нежирным йогуртом. Получилось еще вкуснее, чем в классическом варианте! Безумно вкусна говяжья вырезка с овощами, тушенная с черносливом – без жарки, без капли жира получается потрясающее легкое блюдо.

В новом меню – очень вкусные и полезные для фигуры супы. Например, тыквенный – только тыква, сельдерей, лук и морковь, но при этом очень сытно, ароматно.

– Юрий, а что посетители ресторана говорят о новых блюдах?

– В подсознании худеющего человека крепко сидит стереотип, что вкусная еда, скорее всего, вредна, запретна. И бывает сложно осознать тот факт, что ваше любимое блюдо – легкое и полезное для стройности. Могу сказать, что все блюда из легкого меню уже оценены гостями по достоинству: они говорят, что и представить не могли, что низкокалорийная еда может быть такой вкусной.

– Да, с вами можно худеть с удовольствием и не отказывать себе!

– Соглашусь! На диете человек обычно ограничивает себя небольшим набором блюд – отварная курица, овощи. Это быстро надоедает. А в «Сковороде» можно баловать себя любимой украинской едой без вреда для фигуры. Приходите, мы поддержим вашу форму!



# Чик'с гурмэ

быстрая еда для гурманов!

Высокое качество и высокая скорость,  
отвечающая ритму нашей жизни.

Быстрая еда в ресторанном формате –  
вот что такое «Чик'с гурмэ»!



Тула, пр-т Ленина, 74,  
тел.: 36-75-68, 8-915-691-00-07



Сергей и Екатерина на пляже Пра Нанг в провинции Краби.



Огромное искусственное озеро Чео Лан в провинции Сураатханг. До его создания здесь были густые леса. Теперь все это скрыто под водой.

# Лето для двоих

**Таиланд – СТРАНА СВОБОДЫ и вечного лета! ТУЛЯКИ СЕРГЕЙ И ЕКАТЕРИНА ПЕТРОВЫ за две недели ПОСЕТИЛИ ПЯТЬ ПРОВИНЦИЙ этого солнечного рая.**

**С**то километров от аэропорта Пхукета – и вот мы в провинции Краби, в настоящем лете, ожидаемом, но все равно потрясающем после тульской зимы. Близость Таиланда к экватору устанавливает практически круглогодичное равенство. Около 6 утра быстрый рассвет, около 6 вечера короткий закат. Красоту заката рассмотреть не успеваешь – солнце закатывается за море, как монетка в автомат. Сумерки проходят тоже очень быстро. Как будто щелкнули выключателем, и наступила темнота.

В храме Тигра.



Мы больше всего полюбили встречать рассвет на живописном пляже Пра Нанг: туда можно добраться, пройдя по тропе с обезьянками вдоль скалы, любуюсь сталактитами и лианами. Местные виды казались декорациями к «Аватару»...

Чтобы насладиться мягким песочком и теплым морем, нам хватало нескольких часов на рассвете и на закате. А после завтрака мы выезжали на экскурсии: катались на морском каяке по мангровым лесам и к острову Хонг с его белоснежными пляжами, ездили на материк – в национальный парк Кхао Паном Бенча с 11-ступенчатым водопадом и в мистический буддийский храм «Пещера Тигра», где сейчас живут 250 монахов. Побывали на островах Адаманского моря, в том числе там, где снимался фильм «Пляж» с Ди Каприо. А через пять дней нас ждал Пхукет – шумный, многолюдный, с бесчисленными буддийскими храмами, развлечениями, такси тук-тук, зоопарками, слонами и крокодилами...

Двухдневная экскурсия в национальный парк Кхао Сок и на озеро Чео Лан посвятила нас в мир диких джунглей, возделанных плантаций и огромного искусственного пресноводного озера. В парке жили в отеле из бамбука и пальмовых листьев, на озере – в плавучем отеле, кушались и ныряли



Слон – одно из популярных туристических развлечений. А тайцы используют их в качестве перевозчиков грузов и первопроходцев в джунглях.

с понтонов, наслаждались видами диких джунглей из лодки. Кстати, в тайских школах один день в неделю выделен для обучения курсу выживания в джунглях.

Санук и сабай – два краеугольных камня Таиланда, основополагающая концепция мировосприятия, которая делает атмосферу в Таиланде именно той, за которой мы сюда стремимся. Санук – это удовольствие для души, сабай – телесный комфорт. Санук-сабай – это когда все супер, кайф физический и духовный одновременно. В жизни тайца все должно быть санук. Если работа не санук – попытайся превратить ее в санук или брось такую работу.

Больше всего нас поразила многогранность Таиланда и неописуемый азиатский колорит. Можно приехать еще много раз и открыть новую сторону этой великолепной страны – самой свободной в Юго-Восточной Азии. Сами тайцы называют свою родину «Пратхет Тхай», что в переводе означает «земля свободных».



**АННА УЛИТИНА,**  
агентство Coral Travel

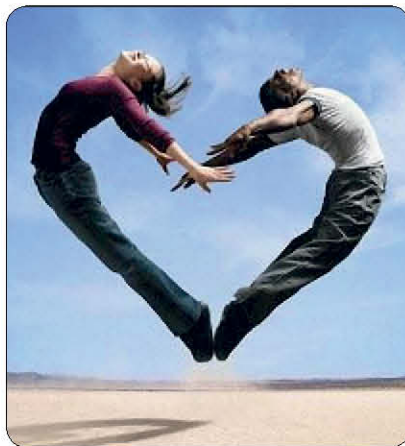
### ТАИЛАНД В ФЕВРАЛЕ

– Февральские дни в Таиланде отлично подходят для туристического отдыха: температура воздуха днем колеблется от 22 до 30 тепла, вода – около 25–27 градусов. Солнце мягкое, ветер легкий, а отсутствие изнуряющей жары делает отдых комфортным.

В это время можно не только отдыхать на пляжах, но и посещать местные культурные достопримечательности. Кстати, в феврале в Таиланде проходит много увлекательных событий, поэтому на пляже лучше не залеживаться. Обязательно стоит посетить праздник цветов: в это время можно увидеть роскошные процессии и базары. Не упустите шанс загадать желание и пустить по воде плот, украшенный цветами.

Еще один февральский праздник – Макха Буча, отмечаемый в течение 3 дней. Если будете в стране в это время, то можете своими глазами увидеть буддийские религиозные богослужения и процессии.

### Агентство Coral Travel



ООО «А Транс Тур»

### День святого Валентина – самый романтичный день года и замечательный повод отправиться в путешествие!

Праздник святого Валентина празднуют повсеместно, в каждой стране существуют свои места, куда принято приходить влюбленным для того, чтобы отдать дань празднику. Небольшое путешествие может стать отличным способом выражения своих чувств, тем более что красивых и романтических мест, которые можно посетить в этот праздник, огромное множество.



Тула, ул. Арсенальная, 18, тел. 70-32-20.

### Туристическое агентство «РИО»



ИП Реунова О.В.

### ТРЕБУЕТСЯ МЕНЕДЖЕР

Египет .....	7900 руб.
Чехия .....	10200 руб.
Ямайка .....	35000 руб.
ОАЭ .....	9500 руб.
Куба .....	31000 руб.
Вьетнам .....	28000 руб.
Таиланд .....	15000 руб.



Тула, ул. Советская, 60-а, оф. 303,  
т.: 305-444, 307-622;  
ул. Фрунзе, 24, т.: 30-50-30, 307-400.  
www.riotula.ru

### Туристическая компания «Санто Доминго»



ООО «Санто Доминго»

**ТОЛЬКО В ФЕВРАЛЕ ВСЕМ ВЛЮБЛЕННЫМ ПАРАМ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ.**

**РОМАНТИЧЕСКИЕ ТУРЫ  
ОТ 15 000 РУБЛЕЙ.**

У нас можно приобрести подарочный сертификат на любую сумму.



Тула, ул. Тургеневская, 47-а, оф. 305.  
Тел.: (4872) 71-78-93, 79-25-30, 8 (920) 746-10-96.  
www.s-domingo.ru, http://vk.com/santodomingo71

### Туристическое агентство «1001 тур»



ООО «Эталон-тур»

День св. Валентина – прекрасный повод показать любимому человеку свою любовь и провести несколько дней в романтическом путешествии за границу!

Египет .....	от 12 000 руб.
ОАЭ .....	от 13 000 руб.
Куба .....	от 44 000 руб.
Доминикана .....	от 42 000 руб.
Италия .....	от 11 500 руб.
Франция .....	от 21 500 руб.

**Акция раннего бронирования 2014 г. началась!**



Тула, пр. Ленина, 46, оф. 506, тел.: 32-55-00, 32-56-85.

### Туристическое агентство «ДЕЛЬТА ТУР»



ООО «Дельта Тур»

### РАННЕЕ БРОНИРОВАНИЕ

**СКИДКИ ДО 50%**



Тула, пр. Ленина, 85, оф. 205  
(здание бывшего ликероводочного завода).  
Тел.: 790-760, 31-19-25.  
www.delta-tur.net

Татьяна Алексеева



Реклама, ООО "Дилленд", Фото Е. Колотев.

## Почему я выбрала кухню «Даллас»

Когда сбылась наша мечта о просторной светлой квартире, мы тут же приступили к ремонту, предвкушая, как реализуем все задумки в интерьере. Это были приятные хлопоты для нашей семьи: рисовать эскизы, листать журналы о трендах в мире мебели, общаться с дизайнерами. И если с комнатами все сразу стало ясно, потому что мы точно видели, каким они должны быть, то с кухней оказалось все гораздо сложнее. Большое помещение нестандартной планировки, казалось бы, мечта для смелого дизайнера интерьера, но ни одна идея не могла раскрыться полностью. В течение года в поисках кухни, одновременно роскошной, уютной и удобной, мы посетили огромное количество кухонных студий. Все не то, не то...

Но все изменилось, когда я, наконец, нашла дизайнера, который смог услышать меня. Это настоящий профессионал с прекрасным вкусом, которого мне рекомендовали друзья, когда-то заказавшие кухню в салоне «Даллас». Елена смогла учесть все наши пожелания вплоть до мелочей, которые органично объединились с идеей рабочего треугольника (расположение трех функциональных зон) в одном проекте. Каково же было мое удивление, что грамотно спроектированная кухня может приносить столько радости во время приготовления завтрака или праздничного ужина для любимых и родных! А встроенная, незаметная глазу техника (это тоже все продумала дизайнер!) становится невидимым помощником

хозяйки в любых ее начинаниях, не позволяя уставать, потому что все под рукой. Здесь – специальный шкаф для кастрюль, а здесь выдвигающая овощерезка. Умная техника предупреждает любое мое движение, не отвлекая на мелочи от кулинарных идей. Фурнитура, какая мелочь, кажется на первый взгляд. Но она оснащена системой амортизации, а это значит, что шкафчики и дверцы закрываются сами, до конца, не хлопая и не провисая, не раздражая взор хозяйки неопрятностью. Бог – в мелочах, из которых может сложиться прекрасная картина. Надо ли говорить, что с некоторой пор кухня – любимое место встречи для всей семьи. P.S. Это был лучший подарок к 8 Марта, который только можно себе пожелать!

Тула, ул. Первомайская, д. 12, тел.: 31-86-26  
Тула, Красноармейский пр-т, д. 1, тел.: 30-39-79  
Тула, ул. Коминтерна, 246 (МЦ "Таурис"), тел.: 36-97-53



ЦЕНТР КУХНИ ДАЛЛАС

[www.ckuhni.ru](http://www.ckuhni.ru)



Александр Кутын, нападающий футбольного клуба «Арсенал», лучший бомбардир зоны «Центр». День рождения: 13 февраля.

*«Неважно, какой частью тела и в какой манере забит гол. Главное, чтобы судья его засчитал».*

(21.01–19.02)

В этом году жизнь даст вам шанс круто изменить свою судьбу, и февраль, пожалуй, самый подходящий для этого месяца. Смотрите в оба: возможность сменить работу, погрузиться в совершенно иную сферу деятельности, в том числе вдали от дома, шанс встретить новую любовь ждет вас — остается только их заметить. Для семейных Водолеев отъезд или длительные командировки дадут возможность немного отдохнуть друг от друга, соскучиться и освежить отношения.

### ОВЕН (21.03–20.04)

Начало года окрылит вас успехами, и этот позитивный заряд сохранится на ближайшие месяцы. В вас сейчас таится целый генератор идей и планов, а энергии хватит на десятерых. Месяц хорош для наращивания оборотов в бизнесе, поиска новых ниш и направлений и наращивания личных денежных запасов. Предстоят крупные покупки.

### ТЕЛЕЦ (21.04–21.05)

У Тельцов на первый план выходят вопросы имиджа и престижа, поэтому в феврале вас, как никогда раньше, будет заботить ваш внешний вид, гардероб и различные показатели статуса. Хлопоты приятные и увлекательные, кстати, не исключена и покупка нового автомобиля. Февраль удачен для реализации брачных планов или хотя бы более решительных действий на личном фронте.

### БЛИЗНЕЦЫ (22.05–21.06)

Февраль будет для Близнецов месяцем небывалой активности: сейчас движение — это действительно ваша жизнь. Предстоят деловые поездки, бесконечные встречи, активный отдых. Не исключено путешествие или переезд. Самое время записаться на фитнес или в бассейн — именно сейчас вы быстро придете в желаемую форму. В целом ваша активность принесет пользу бизнесу и разнообразие в личный досуг и семейную жизнь.

### РАК (22.06–23.07)

Раки сейчас — в самом центре событий: если вы мечтали стать пупом земли, этот момент настал! Внимание со стороны противоположного пола, ухаживания, свидания, предложения — личная жизнь будет бить ключом. В связи с этим несколько в стороне останется работа, но особого урона такое положение вещей вам не нанесет. Следите за своими тратами: вы сейчас склонны к расточительству.

### ЛЕВ (24.07–23.08)

В феврале Львы будут на подъеме: вы готовы работать за двоих и коллективу не дадите расслабиться. В этом месяце вы задумаетесь о развитии бизнеса, переезде в новый офис, замене оборудования. Не торопитесь залезать в долги и кредиты — немного усилий, и вы сможете воплотить эти планы своими силами.

### ДЕВА (24.08–23.09)

Работать, работать и еще раз работать! — ваш девиз на февраль. Дел будет столько, что, возможно, даже о выходных придется на время забыть. Удивительно, но при такой загруженности и личная жизнь будет кипеть: вы сейчас приковываете к себе множество заинтересованных взглядов.

### ВЕСЫ (24.09–23.10)

Для вас месяц будет посвящен отношениям — на работе, в семье, с друзьями. Вы обнаружите, что рядом с вами много тех, на кого вы смело можете положиться. Этот надежный тыл подтолкнет Весов к важным переменам в жизни: вы задумаетесь о смене работы или пополнении в семействе.

### СКОРПИОН (24.10–22.11)

Судьбоносная встреча, настоящая страсть — в феврале всё это может случиться с вами с большой долей вероятности. Голова отключена, поэтому поступки могут быть необдуманными. И если вдруг появятся заманчивые предложения, связанные с инвестициями, новыми проектами, звезды советуют не рисковать: подумайте о них, скажем, в марте!

### СТРЕЛЕЦ (23.11–21.12)

Желание начать новую жизнь, не отпускающее Стрельцов с прошлого года, в феврале обострится. Вы почувствуете, что вас недооценивают на работе, или осознаете свою роль «жертвы» в личных отношениях. Это понимание поможет увидеть новые перспективы, гордо расправить плечи и двинуться навстречу переменам!

### КОЗЕРОГ (22.12–20.01)

Некоторое посленоеводное затишье в делах позволит Козерогам посвятить время наведение порядка — в том числе в гардеробе и питании. Это означает весьма приятный шопинг и диету, которая не замедлит положительно сказаться на вашей внешности. Перемены не останутся незамеченными, и личная жизнь определенно активизируется.

### РЫБЫ (20.02–20.03)

Сейчас вашего особого внимания требуют близкие люди — дети, родители, любимый человек. Хлопот много, но они в большинстве своем приятны: это будут дела, связанные с учебой, свадьбой или юбилеем. Затишье на работе будет вам на руку: пока вы вряд ли настроены на активные действия и профессиональный рост, предпочитая спокойствие, комфорт и гармонию в семье. Тем более в финансовом плане сейчас все стабильно.



ХОРОШИЙ АВТОМОБИЛЬ требует соответствующего отношения к себе – СОВРЕМЕННОГО ОБОРУДОВАНИЯ, грамотного подхода. Все мы понимаем это, пока ПО ГАРАНТИИ ездим в официальный сервис на ТО. А когда гарантия заканчивается – почему-то включается «РЕЖИМ ЭКОНОМИИ»...

# Фирменный сервис или гараж?



**ДЕНИС КУЗЬМЕНКО,**

руководитель сервисной службы на Рязанской, 28-б

**П**ока на машину действуют гарантийные обязательства, мы исправно приезжаем в сервисные центры, где ее проверяют на современном оборудовании и при необходимости проводят ремонт. При этом ТО тоже не бесплатно, но экономить на нем никто не стремится: надо – значит надо.

Но вот гарантия заканчивается – и многие едут на ремонт в гаражи, в небольшие частные мастерские: говорят, там дешевле! Мы забываем о том, что качественный ремонт требует фирменного оснащения и материалов,

которых в гаражах чаще всего нет. И только столкнувшись с тем, что после «частников» приходится многое переделывать, понимаем преимущества фирменного сервиса.

Группа компаний «ВИСТА» – это не только известный дилерский центр HONDA, SUZUKI, SEAT. У «ВИСТЫ» есть надежная техническая база – два сервисных центра по обслуживанию и ремонту автомобилей и центр кузовного ремонта. Перечень услуг огромен: от шиномонтажа до капремонта двигателя и восстановления после ДТП. Технические центры оснащены по всем стандартам мировых автопроизводителей.

Диагностика – пожалуй, самая важная процедура для автомобиля. Диагноз в техцентре «Виста» ставит профессиональный дилерский комплекс-сканер. Программное обеспечение – от фирм-производителей, оно точно определяет причины поломок и просто необходимо для ремонта электронных систем современных автомобилей. Программное обеспечение постоянно обновляется и недоступно хакерам. Откуда ему взяться в гаражном сервисе? Его там нет, а потому вы сильно рискуете, доверяя

«гаражу» ремонт электронных «мозгов» машины.

Современные иномарки – это сложные системы, которые постоянно совершенствуются. Чтобы разбираться в них, нужно постоянно учиться. В «Висте» специалисты ежегодно проходят обучение в центрах компаний-производителей. Так что им по силам ремонт любой сложности, а качество их работы подтверждает гарантия – 6 месяцев. Запчасти – только оригинальные, гарантия на них – один год.

Техцентры «ВИСТА» обслуживают и ремонтируют автомобили любых марок. А что касается экономии – в техцентрах «Виста» действует гибкая система скидок и бонусные программы, есть возможность провести ремонт в кредит. Регулярно проходят специальные акции – например, ряд работ по диагностике автомобиля проводится бесплатно. Качественный ремонт, который не нужно переделывать, плюс все эти бонусы позволяют клиентам «ВИСТЫ» в итоге тратить меньше, чем у мастера-частника. И при этом вы будете уверены в надежности и безопасности вашего автомобиля.

**АВТОСАЛОН**  
**ВИСТА**

Автоцентр ул. Рязанская, 28-б  
Продажа автомобилей Honda, SEAT.  
Техцентр Honda, SEAT и другие иномарки.  
Режим работы: пн.-сб. 9.00–20.00, вс. 9.00–18.00.  
Телефон 25-05-05.

Техцентр ул. Чмутова, 1-а  
Сервис Suzuki.  
Постгарантийный ремонт иномарок  
Режим работы: пн.-сб. 9.00–20.00, вс. 9.00–18.00.  
www.vista-auto.ru

# HONDA VS SUZUKI. ПРОТИВОСТОЯНИЕ



В самый разгар новогодних каникул, 5 января, группа компаний «Виста» позволила всем желающим взбодриться и провести время активно на экстремальном тест-драйве. За звание лучшего предстояло сразиться двум автомобильным гигантам – Honda и Suzuki («Виста» предоставила несколько моделей каждой марки), а в роли испытателей автомобилей мог выступить любой водитель. Организаторы устроили автомобилям настоящую проверку, усложнив трассы: скоростную сделали ледяной, а внедорожную, наоборот, «размочили».

Какие страсти кипели на трассах! Какие выражения выписывали машины на льду и как отважно сражались с грязью! На наш взгляд, проигравших не оказалось: Honda одержала победу на скоростной дистанции, а автомобили Suzuki оказались лучшими на бездорожье. Все участники получили огромное удовольствие от тест-драйва!



- 1 Соперники готовы к битве! 2 Машины гостей и гости мероприятия; 3 Алексей с сыновьями Иваном и Егором; 4 Виталий, Владимир, Денис; 5 Юлия на Honda Pilot и отважные «пилоты» «Висты» Владимир и Кирилл; 6 Honda покоряет ледяную пустыню; 7 Анна и Дмитрий с сыновьями Мишей, Костей и Гошей (в коляске); 8 Антон и Ольга, гости из Москвы и Калуги; 9 Павел и Дмитрий; 10 Кто кого? 11 Роман, Наталья и сын Никита; 12 Анастасия и Евгений.

# KIA QUORIS

Искусство в ощущениях

Особые условия



The Power to Surprise\*

В каждом прикосновении, в каждой детали Вы ощущаете, что **KIA Quoris** создан как истинное произведение искусства. **KIA Quoris** — это мир элегантности и комфорта, спокойствия и уверенности. Это мир Ваших привилегий и нашего эксклюзивного сервиса.



7,77% ставка по кредиту  
7 лет гарантии\*\*  
7 лет помощи на дорогах  
7 лет особого сервисного обслуживания

Служба клиентской поддержки KIA Quoris 8 800 700 37 11

КИА центр  
на Рязанской

710-787 | ул. Рязанская, 44 Б | [www.kia71.ru](http://www.kia71.ru)

\* Искусство удивлять.

\*\* Беспрецедентная гарантия действительна в течение 84 месяцев или 150 000 км пробега (в зависимости от того, что наступит ранее) на автомобили, реализуемые официальными дилерами ООО «КИА Моторс Рус» с 1 марта 2009 года на условиях, указанных на сайте [www.kia.ru](http://www.kia.ru) в сервисной книжке производителя. Подробнее о гарантии, ее условиях и сроках вы можете узнать, связавшись с дилером KIA.

\*\*\* Партнер программы: Русфинансбанк, лиц. №1792 от 15.02.2006



# ГОД В ЭФИРЕ

[www.1tulatv.ru](http://www.1tulatv.ru)

12+

# Новый Toyota Highlander: твои 249 жизненных сил

НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ  
HIGHLANDER прибыло  
в Россию! Он даст  
своему взыскательному  
владельцу гораздо  
больше при минимальном  
увеличении цены: это  
НОВЫЙ КУЗОВ, еще  
более высокое качество,  
ИННОВАЦИОННОЕ  
ОСНАЩЕНИЕ и большие  
возможности для апгрейда,  
доступные ранее только  
в ПРЕМИУМ-БРЕНДАХ.



## 249

### ЛОШАДИНЫХ СИЛ

мощность двигателя объемом 3,5 л. Он обеспечивает мощный разгон до 100 км/ч за 8,7 с. При этом расход топлива в смешанном цикле составляет 10,6 л/100 км. С новым Highlander доступен еще один вариант двигателя – объемом 2,7 л и мощностью 188 л.с. Он позволяет разогнаться до 100 км/ч за 10,3 с, а расход топлива – 9,9 л/100 км в смешанном цикле.

## 7

пассажиров  
плюс водитель

вмещает салон нового Highlander. Добиться посадки троих взрослых на третий ряд удалось благодаря увеличению ширины салона в задней части на 11 см. Кресла третьего ряда обеспечивают комфортную посадку, места по ширине, над головой и для ног достаточно. Во втором ряду установлены два отдельных кресла, трансформирующиеся при необходимости в три посадочных места.

## 50:50

один из вариантов распределения крутящего момента между осями Highlander в сложных дорожных условиях. В целом диапазон может варьироваться от 100:1 до 50:50 – за это отвечает система динамического межосевого распределения крутящего момента, которая обеспечивает активную помощь водителю при движении и автоматически переключается на полный привод при ускорении или заносе.

## 8

подушек  
безопасности

входит в стандартное оснащение нового Highlander. Автомобиль также получил улучшенную систему курсовой устойчивости, электронную систему распределения тормозных усилий (EBD), усилитель экстренного торможения (BAS), антипробуксовочную систему (TRAC), антиблокировочную систему (ABS), а также систему помощи при подъеме (HAC) и при спуске по склону (DAC).

## 12

динамиков

имеет система JBL Premium в новом Highlander: она позволяет наслаждаться интенсивным и объемным звучанием. Комфорт обеспечивает широкий набор опций: интеллектуальная система доступа в автомобиль и запуск двигателя кнопкой, 3-зонный климат-контроль, память настроек водительского сиденья, подогрев всех сидений и рулевого колеса, мультимедийная система Toyota Touch 2 с экраном 8 дюймов.

## 1 760 000

рублей

минимальная розничная цена на новый Toyota Highlander в России. Цена варьируется до 2 138 000 рублей в зависимости от уровня оснащения. Их три: две комплектации – «Элеганс» и «Престиж» и возможность дополнить версию «Престиж» с двигателем 3,5 л расширенным пакетом опций «Люкс». Заказы на Toyota Highlander нового поколения уже принимаются официальным дилером.



# Toyota RAV4 20 лет истории

**RAV4 – автомобиль, который СТАЛ СНАЧАЛА ЗАКОНОДАТЕЛЕМ МОД среди автомобилей, А ПОТОМ И ЛЕГЕНДОЙ. Каждое из четырех поколений этой модели СТАНОВИЛИСЬ БЕСТСЕЛЛЕРОМ. 2014 год – юбилейный для RAV4: легендарной модели Toyota ИСПОЛНИЛОСЬ 20 ЛЕТ!**

**И**зобретая класс компактных кроссоверов, инженеры Toyota нашли золотую жилу. Рынок легких внедорожников, в отличие от других сегментов, растет из года в год, обеспечивая устойчивую популярность первопроходцу – Toyota RAV4. Все 20 лет своей истории он пользуется огромным спросом и ставит рекорды.

*5 000 000 Toyota RAV4 было продано в мире с момента выпуска первой модели.*

А ведь в далеком 1989 году, когда RAV4 существовал только в виде концепта, главному инженеру RAV4 было нелегко убедить руководство компании в том, что новый автомобиль открывает сегмент рынка, который будет невероятно популярен. Однако он победил, и RAV4 вышел в серийное производство.

Первое поколение Toyota RAV4 было представлено публике в 1994 году на Женевском автосалоне. В том же году начались продажи RAV4 и был поставлен первый рекорд: заказы на автомобиль в два раза превысили план продаж. Дальше – больше: в первый год продаж в мире было реализовано 53 000 автомобилей Toyota RAV4. В следующем году эта цифра выросла еще в три раза. А в прошлом, 2013-м, продажи RAV4 в 10 раз превысили результаты 1994 года!

За 20 лет было создано 4 поколения RAV4, от симпатичной трехдверки с коротким кузовом и 2-литровым двигателем до модели 2013 года, с ярким дизайном, изысканным интерьером, повышенным комфортом, динамичностью и безопасностью.

Четвертое поколение Toyota RAV4 – это 5-дверная версия с единой колесной базой. Автомобиль имеет более жесткий кузов и серьезно модернизированное шасси. Линейка двигателей – это два варианта бензиновых (2,0 и 2,5 л) и дизельный объемом 2,2 л.

Годы идут, RAV4 меняется, но сохраняет главное – фамильные черты и превосходные ездовые характеристики.

## RAV4: КАК ЭТО БЫЛО

**Первое поколение  
1994–2000 гг.**



Первый в мире компактный полноприводный автомобиль.

Трехдверный кузов – компактный и легкий. Двигатель – 2-литровый, 129 л.с., трансмиссия без понижающей передачи, постоянный полный привод. В 1997 году появилась 5-дверная версия RAV4, а в 1997-м – трехдверная с откидным верхом.

**Второе поколение  
2000–2006 гг.**



3 и 5-дверные версии. Два двигателя: 1,8 л мощностью 123 л.с. и 2,0 л 150 л.с. Постоянный полный привод с межосевым дифференциалом. В 2002 году на RAV4 впервые стал доступен 2-литровый дизельный двигатель.

**Третье поколение  
2006–2013 гг.**



Только 5-дверная версия, но с двумя вариантами колесной базы. Длина кузова увеличилась на 19 см для короткобазной и на 47,5 см для длиннобазной версии. Линейка двигателей – четыре бензиновых и один дизельный. На автомобиле появилась новая система интеллектуального полного привода, система помощи при подъеме и при спуске по склону.

Vorsprung durch Technik



## Бонус Сочи 2014.

# Остальные вынуждены догонять

Только до 16 марта 2014 года вы можете стать владельцем автомобиля Audi на эксклюзивных условиях и прикоснуться к главному событию года. Ваша награда ждет вас в салоне официального дилера Audi АЦ Тула\*.



Реклама

## АЦ Тула

ул. Рязанская, д. 7  
+ 7 (4872) 71 14 24  
[www.audi-tula.ru](http://www.audi-tula.ru)

\*Предложение ограничено и действует до 16 марта 2014 года на автомобили Audi 2013 года выпуска

# Дискриминационный маркетинг

80% РЕШЕНИЙ ЧЕЛОВЕК принимает под влиянием ЖИВОТНЫХ ИНСТИНКТОВ, а бизнес работает ПО ЗАКОНАМ ДИКОЙ ПРИРОДЫ! Эти и другие не менее НЕВЕРОЯТНЫЕ ФАКТЫ способен раскрыть перед вами дискриминационный маркетинг – ИСКУССТВО УПРАВЛЯТЬ ПРОТИВОРЕЧИЯМИ.



**ВСЕВОЛОД ТАТАРИНОВ,**  
предприниматель,  
бизнес-тренер

**Д**искриминация – это проявление неравенства, угнетение. Если рассматривать это понятие с точки зрения бизнеса, то неравенство в нем, конечно, присутствует – это противоречие между трудом и капиталом. Они не могут быть преодолены, поскольку у владельца бизнес и его работников разная мотивация: первый хочет платить меньше, но получать больше прибыли, вторые – давайте будем честными – хотя бы меньше работать и больше зарабатывать. Если противоречие непреодолимо – как на нем можно заработать? Надо понимать, что именно конфликт является движущей силой всего, разница потенциалов, плюс и минус, перепады температур, высот вызывают определенные явления. Противоречия приводят к движению и росту,



а дискриминационный маркетинг учит искусству ими управлять, тем самым повышая эффективность бизнеса.

В основе дискриминационного маркетинга находится этология – наука об иерархии в животной стае, которая изучает человека как биологический вид, *homo sapiens*. Дело в том, что 80% того, что мы делаем и какие решения принимаем, свя-

*В животной стае  
и в обществе людей –  
одна и та же иерархия.*

зано вовсе не с разумом, а с физиологией, инстинктами. В том числе бизнес. В том числе выбор партнера.

В животной стае и в обществе людей – одна и та же иерархия: одни стоят на самом вершине пирамиды, у них высокий ранг, другие – середнячки, кто-то занимает место в самом низу системы. Почему это происходит?

Занимать определенное место в иерархии – природная особенность человека, и иерархия есть в любом коллективе, компании, на предприятии. Если ее нет или она выстроена неосознанно – рано или поздно система развалится и бизнес не будет работать эффективно. Дискриминационный маркетинг учит строить иерархию, подбирать на каждую ее ступень правильных людей, диагностировать отношения в коллективе, достигать более высоких рангов для себя лично и роста в бизнесе.

Люди, которые владеют технологиями дискриминационного маркетинга, значительно превосходят всех остальных в искусстве управления бизнесом. Кто-то имеет эти знания на подсознательном уровне, но такие неосознанные программы плохи своей безотчетностью, несистематизированностью, невозможностью их повторения в другом бизнесе, другой компании. Их нужно перевести в сознательное понимание, чтобы руководитель мог использовать дискриминационный маркетинг как систему правил, которые приводят к нужным достижениям. В умелых руках это мощнейшее оружие на пути к успеху.

предприниматель, бизнес-тренер,  
общественный деятель



# Всеволод Татаринов

представляет  
авторскую обучающую программу



## Дискриминационный маркетинг

Новый уровень  
управления собой и людьми

Тула, 19-21 апреля



vsevolodtatarinov.com



rost-prodazh.com



# Volkswagen.

## Доставляем эмоции всей стране



**15 февраля 2014**

Зимние игры в Сочи начались!

Окунись в атмосферу соревнований: участвуй в уникальном тест-драйве, получай призы и болей за нашу сборную 16.02.2014 с 11.00 до 15.00 по адресу: пос. Малахово, горнолыжный комплекс

**С уважением,  
Ваш Кайзеравто**



**Das Auto.**

Официальный дилер Volkswagen **Кайзеравто**

Тула, ул. Октябрьская, д. 316; тел. (4872) 71-18-66; [www.kaizerauto.ru](http://www.kaizerauto.ru)



# УЖИН НА ДВОИХ



**ЮЛИЯ ХАРИТОНОВА  
И НАТАЛЬЯ ЕРШОВА,**  
дизайнеры кухонной  
студии «Мария»

РОМАНТИЧЕСКИЙ ВЕЧЕР,  
мерцание свечей, пузырьки  
в бокале, тихая музыка –  
и ТОЛЬКО ВЫ ДВОЕ...  
НАКРЫВАЕМ СТОЛ для  
ужина вдвоем – в феврале  
и марте для этого будет  
предостаточно поводов!

**В** сервировке стола для романтического ужина традиционно используется красный, но мы советуем экспериментировать: попробовать бело-голубую, бело-зеленую гамму или весеннее свежее сочетание розового с белым и зеленым, которое выбрали мы.

Цветы на столе всегда вносят особую ноту в общую атмосферу, будь то сложный букет или всего один цветок в вазе. Цветовая гамма букета должна соответствовать общей палитре.

Свечи – обязательное украшение, причем их много не бывает! Крупные, в красивых подсвечниках, и маленькие

ароматические, разных форм и цветов, подходящих к цветовой гамме стола.

Дорожка по центру стола вместо скатерти – актуальный тренд в сервировке. У нас она выполнена из розовой тканевой «подложки» и кружевного полотна сверху.

Оформите столовые приборы красивой салфеткой – например, нежным белым кружевом, перевязанным яркой лентой.

Есть вроде бы не самые важные, но очень красивые детали, которые всегда добавляют шарма в общую картину сервировки. Крупные и мелкие прозрачные бусины, декоративные сердечки, ведерко для шампанского... А главное – ваше настроение, ваши чувства! С праздником!





# ПОЛОНЕЗ

САЛОНЫ МЕБЕЛИ

# Мария Кухни



ООО «Экспресс-Гарант»

## У НАС ЮБИЛЕЙ! ДАРИМ ПОДАРКИ!!!\*

ул. Октябрьская, 23-а **НОВЫЙ**  
ул. Metallургов, 96  
ул. Советская, 54

*Приглашаем к сотрудничеству дизайнеров*

\*Подробности акции уточняйте у менеджеров в салонах

**КОГДА  
КУХНЯ  
В РАДОСТЬ**



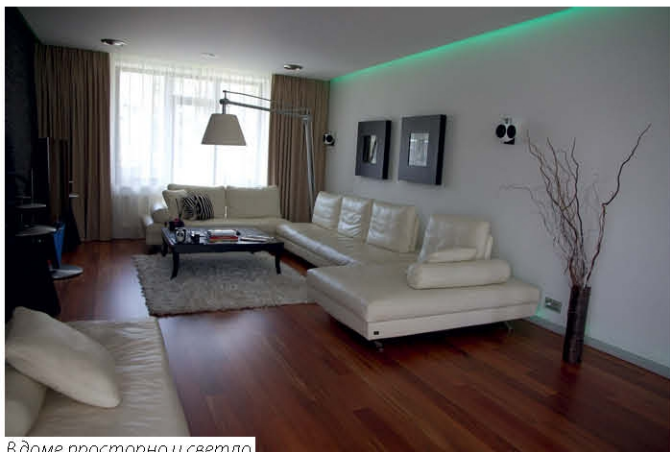
В этой мастерской Дмитрий создает авианосцы, самолеты и вертолеты.



В гостиной нет ничего лишнего: стол, бар и –рояль, в котором «живет» Рахманинов.



Рабочий кабинет Дмитрия Диброва наполнен музыкой.



В доме просторно и светло.

курсе стендового моделизма в Москве, в котором участвовали анонимно. Сейчас мы работаем над моделью самого большого в мире космического корабля «Энтерпрайз» – его назвали в честь звездолета в популярном сериале «Звездный путь»...

Из мастерской по винтовой лестнице можно спуститься в еще одно «убежище» Диброва – его личный кабинет. Однако вместо стандартного стола с компьютером и ворохом деловых бумаг у Дмитрия в кабинете – мини-студия с кучей музыкальной аппаратуры, ударной установкой и двумя десятками электрогитар самой причудливой формы.

– Мои любимые – сигарные гитарки: вроде бы сделаны из коробки из-под сигар, а какой блюз выдают! – делится с нами восторгами Дмитрий. – Хочу записать несколько мелодий, чтобы показать Константину Эрнсту (генеральному директору Первого канала. – Прим.авт.).

Третий этаж пока полностью принадлежит маленькому Саше. Игровая, спальня, кинотеатр с диафильмами.

Садом командует жена Диброва Полина. Она занимается ландшафтным дизайном, а всю работу делают, естественно, специально обученные люди: садовник ухаживает за деревьями, рабочие чистят бассейн и уличный джакузи.

– Даже зимой у нас в джакузи автоматически поддерживается нужная температура, – объясняет хозяин. – И знаете, как здорово – залезть в горячую ванну, а сверху чтобы падал снег... Мы живем в северной стране, и в этом есть свои прелести, нужно только их найти...

## УСАДЕБНАЯ ФИЛОСОФИЯ

– Человеку естественно жить в своем мирке, – говорит Дибров. – Но в православной молитве есть слова: «Не должно человеку на Земле едину быти». Когда человек один сидит, как Обломов, у себя в усадьбе, он дичает. И дом, который не наполняется детскими голосами, – наполняется кошмарами. С этими кошмарами можно ужиться в городской квартире: там ты спустился на лифте на первый этаж – и попал в круговорот городской жизни. Гламурные выставки, презентации, поцелуи воздуха при приближении друг к другу, двусмысленные обращения друг к другу, пошленький юмор «ниже пояса»...

Эта вся «предель» городская рано или поздно должна надоесть. И сейчас каждому русскому интеллигенту необходимо построить маленькую вселенную – и в ней жить. Не вникая в политические распри, все эти казнокрадства, грызню пауков в банке за деньги государственные. Не следует питать нашей русской энергией этот злокозненный купол. Из ста тридцати миллионов маленьких вселенных родится одна огромная – под названием Россия. И если это произойдет только через 30 лет – их надо где-то пережить. А где? В своих усадьбах. Так, кстати, всегда было в России...

Эксклюзивная люстра от Кавалли...

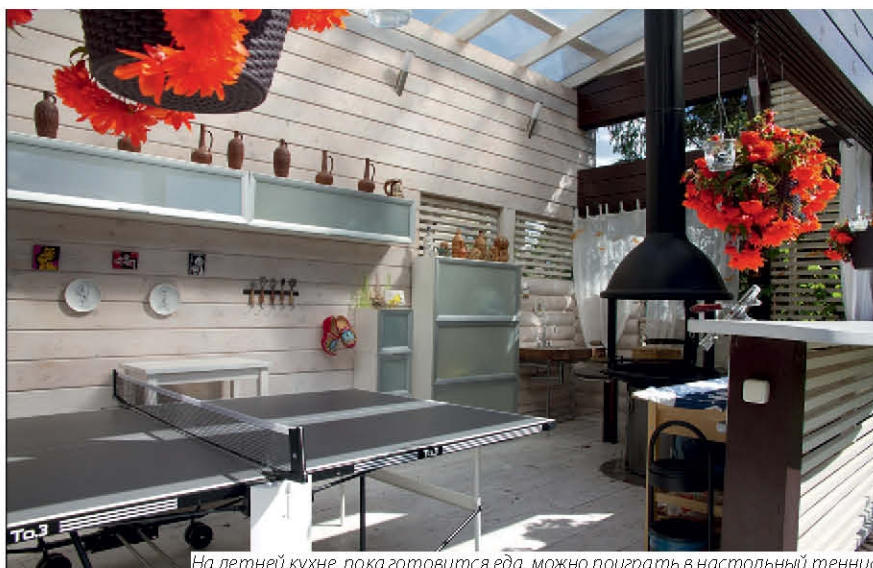


...служит еще и качелями.



# Дмитрий Дибров: Дом «на вырост»

Еще предки знали: наше СПАСЕНИЕ – В УСАДЬБАХ. Что за жизнь в квартирах? Теснота, а отсюда – ругань, ссоры, разводы... Поэтому телеведущий ДМИТРИЙ ДИБРОВ И ЕГО ЖЕНА ПОЛИНА решили: для большой семьи нужен большой дом с садом. И ПОСТРОИЛИ «ВИЛЛУ ПОЛИНА» в элитном поселке в Подмосковье.



На летней кухне, пока готовится еда, можно поиграть в настольный теннис.



Один из экспонатов – модель самого большого в мире самоходного орудия.

## КТО ЖИВЕТ В РОЯЛЕ

У дома есть имя собственное: Villa Paulina – так он назван, естественно, в честь супруги. Из холла ведут несколько дверей. Тут расположилась и кухня, и просторная столовая с полным баром напитков, и белоснежные кожаные диваны. Тут же и главная достопримечательность – большой черный концертный рояль.

– В нашем доме все по делу, здесь нет ни одной ненужной вещи. Все, к чему не прикасается рука на протяжении двух месяцев, следует немедленно вышвырнуть из дома – эта ненужная вещь забирает энергию! Рояль нужен для того, чтобы сын Саша слушал Рахманинова. Или, например, люстра, что висит в прихожей, – творение итальянского дизайнера Кавалли. Совершенно неожиданное решение: это ведь действующие качели!

## ТАЙНЫЕ КОМНАТЫ

На второй этаж ведет лестница. Направо – Полинин «девичий» кабинет, рядом – спальня.

Налево – широкий коридор, который ведет в «техническую» пристройку, на первом этаже которой – взрослый гараж и большая «стоянка» для Сашиних машин. Кстати, в этом самом коридоре чего только нет: тут и солярий с тренажерами, и зимний сад. И дверь в заветный мир – мастерскую Дмитрия. Здесь, под стеклянными куполами – более двух десятков моделей самолетов, вертолетов, кораблей, самоходных орудий. И целый стеллаж с красками – ими в семье заведует Полина, потомственная художница.

– Обязанности в мастерской мы делим так: я отвечаю за инженерную работу, а Полина за художественную, – рассказывает Дмитрий. – С помощью специальных инструментов она создает эффект ржавчины, старины. Наша первая совместная работа – японский авианосец «Акаги». С него адмирал Ямамото благословлял летчиков на Перл-Харбор, что привело к переделу мира. Мы получили за свою модель диплом на XI Всероссийском кон-

Ювелирная  
коллекция подарков



СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ

**ТУТАНХАМОН**

ТУЦ «Сарафан», ул. Путейская, 5  
пр-т Ленина, 19 • ул. Советская, 56  
ул. Октябрьская, 48-а • ул. Руднева, 59  
ул. Макаренко, 20

**БРЕНД-ЗАЛ:**

Тула, ТРЦ «Гостиный двор»,  
ул. Советская, 47, 1-й этаж,  
тел. +7 (960) 619-60-00

[tutanhamon.ru](http://tutanhamon.ru)

8-800-700-57-72



**Кольцо Roberto Coin, коллекция Cocktail**  
розовое золото, бриллианты, лазурит, перламутр, рубин



**Подвеска Roberto Coin, коллекция Cocktail**  
белое золото, бриллианты, лазурит, перламутр, рубин

**Кольцо и серьги Roberto Coin, коллекция Pois et Moi**  
жёлтое золото, бриллианты, рубин



**Кольцо Carrera y Carrera, коллекция Ecuestre**  
жёлтое золото, бриллианты



**Серьги и кольцо Roberto Coin, коллекция Shanghai**  
жёлтое золото, оранжевые сапфиры, цитрины, бриллианты, рубин

**Подвеска Carrera y Carrera, коллекция Velazques**  
жёлтое золото, бриллианты



**Кольцо и серьги AnnaMaria Cammilli, коллекция Nastri Light**  
розовое золото, бриллианты



**Браслет Roberto Coin, коллекция Primavera**  
жёлтое золото, рубин



**Подвеска и кольцо, Roberto Coin,**  
желтое золото, бриллианты, рубин



**Кольцо Carrera y Carrera, коллекция Gardenia**  
жёлтое золото, жемчуг, бриллианты



CARRERA y CARRERA  
MADRID

ROBERTO COIN


ANNAMARIA  
CAMILLI  
FIRENZE

GIORGIO VISCONTI



БРЕНД - ЗАЛ  
ТУТАНХАМОН

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж,  
тел. +7 (960) 619-60-00 tutanhamon.ru



Подвеска и кольцо,  
Carrera y Carrera,  
коллекция Ecuestre,  
жёлтое золото,  
бриллианты



Серьги Roberto Coin,  
коллекция Cocktail  
розовое золото,  
жёлтый кварц,  
перламутр,  
рубин



Кольцо, серьги, подвеска  
AnnaMaria Cammilli,  
коллекция Saala,  
белое золото,  
бриллианты



CARRERA y CARRERA  
MADRID

ROBERTO COIN

ANNAMARIA  
CAMILLI  
FIRENZE

GIORGIO VISCONTI



Б Р Е Н Д - З А Л  
ТУТАНХАМОН

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж,  
тел. +7 (960) 619-60-00 tutanhamon.ru

**Кольцо и серьги**  
жёлтое золото,  
сапфир



**Кольцо и серьги,**  
жемчуг «Барокко»  
желтое золото,  
бриллианты



**Серьги**  
розовое золото,  
топаз, аметист



**Кольцо и серьги,**  
жемчуг «Барокко»  
розовое золото,  
бриллианты



**Кольцо** белое золото,  
изумруд, бриллианты



**Кольцо и серьги**  
жёлтое золото,  
розовый кварц,  
бриллианты



**Кольцо и серьги**  
жёлтое золото,  
турмалин,  
бриллианты



**Кольцо**  
белое золото,  
черные и белые бриллианты



СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ  
**ТУТАНХАМОН**

ТУЦ «Сарафан», ул. Путьская, 5 • пр-т Ленина, 19  
ул. Советская, 56 • ул. Октябрьская, 48-а • ул. Руднева, 59  
ул. Макаренко, 20

# МОДНЫЙ ГОРОД

## ЛЕГКОЕ МЕНЮ

В КОНЦЕПЦИИ УКРАИНСКОЙ КУХНИ  
ОТ ШЕФ-ПОВАРА РЕСТОРАНА «СКОВОРОДА»

ЮРИЯ СЕМУШКИНА

ПОДДЕРЖИВАЕМ

# Ф•О•Р•М•У

ресторан украинской кухни  
**СКОВОРОДА**

**БЕЗ  
ЖИРА!**

Тула, пр-т Ленина, 57. Телефон: 8 (4872) 36-47-07

