

23. Rajd Rzeszowski

START HONOROWY:

7 sierpnia 2014 r. - czwartek, godz. 19

Rzeszów, Rynek 1

NR 324 • ROK IX • 7 SIERPNIA 2014 • RZESZÓW • KROSNO
E-MAIL: extra-podkarpacie@extra-media.pl • www.extrapolska.pl

Opiekunka osób starszych szuka pracy na terenie Rzeszowa.

5-6 godz. dziennie. 5-letnie doświadczenie.

Kontakt 692 255 476

Zamknięcie ulic i dróg podczas 23. Rajdu Rzeszowskiego

W czasie 23. Rajdu Rzeszowskiego część dróg i ulic, po których przebiega trasa rajdu, znajdujących się na terenie Rzeszowa oraz powiatów: rzeszowskiego, ropczycko-sędziszowskiego, strzyżowskiego i krośnieńskiego, zostanie czasowo wyłączona z ruchu.

W czasie 23. Rajdu Rzeszowskiego część dróg i ulic, po których przebiega trasa rajdu, znajdujących się na terenie Rzeszowa oraz powiatów: rzeszowskiego, ropczycko-sędziszowskiego, strzyżowskiego i krośnieńskiego, zostanie czasowo wyłączona z ruchu.

**HARMONOGRAM
ZAMKNIĘCIA DRÓG:**

Czwartek – 7 sierpnia 2014

10:00-17:00 - Zamknięcie dróg: Niechobrz (krzyż milenijny) - Granice - Babia Góra - Niechobrz (krzyż milenijny)

17:00-21:00 - Zamknięcie ulic: Rzeszów, ul. Słowackiego (od skrzyżowania z ul. Króla Kazimierza do skrzyżowania z ul. Matejki), ul. Kościuszki (od Placu Farnego do Rynku)

Piątek – 8 sierpnia 2014

10:00-17:30 - Zamknięcie dróg: Strzyżów, ul. Modrzewiowa - ul. Godowska - ul. Stobnicka - Godowa - Kalwaria - Tamta Strona - Moskalówka - Żytnów - Przy Górze - Lutcza (do skrzyżowania z drogą wojewódzką nr 989)

11:00-18:30 - Zamknięcie dróg: Straszylde (od granicy z miejscowością Lecka) - Podlas - Rzeki - Czeczki - Okop - Liszowiec - Broniakówka - Księży Lasek - Gwoździec - Lubenia - Strona Sucha - Straszylde - Sołonka - Jasienniki - Strona Mokra - Słociny - Maternówka - Kosina (do skrzyżowania z drogą Babica-Straszylde)

17:00-21:30 - Zamknięcie ulic: Rzeszów, ul. Krakowska (od skrzyżowania z al. Wyzwolenia do skrzyżowania z al. Witosza), ul. Kotuli (do skrzyżowania z ul. Ustrzycką), ul. Ofiar Katynia (do skrzyżowania z ul. Mikołajczyka)

Sobota – 9 sierpnia 2014

07:00-16:00 - Zamknięcie dróg: Brzeżanka - Granice - Wysoka Strzyżowska - Sękówka - Stodolina (do skrzyżowania z drogą powiatową)

07:30-17:00 - Zamknięcie dróg: Bratkówka (Dół) - Wólka Bratowska - Rzepnik - Łazy - Łączki Jagiellońskie - Morgi - Łęki Strzyżowskie - Górka - Piotrówka - Łęki Strzyżowskie (do skrzyżowania z drogą powiatową)

08:30-18:00 - Zamknięcie dróg: Szkodna (szkoła) - Plackówka - Pańskie - Zapadzińska - Budy - Majchrówka - Zagorzyce Górne - Rogówka - Tarnów - Pola - Wiercany (Brzeźnik Północny)

14:00-19:00 - Zamknięcie ulic: Rzeszów, ul. Słowackiego (od skrzyżowania z ul. Króla Kazimierza do skrzyżowania z ul. Matejki), ul. Kościuszki (od Placu Farnego do Rynku)

W dniach 7-9 sierpnia 2014

Zamknięcie ulic: Rzeszów, ul. Poznańska (na terenie kampusu Politechniki Rzeszowskiej)

reklama



INWESTYCJĘ WSPÓLFINANSUJE: **PBSbank**

UL. KOPISTO / PODWISŁOCZE
Mieszkania o powierzchni od 36m² do 93m²
www.apartamenty-zamkowe.pl

W REALIZACJI



UL. DUNIKOWSKIEGO 31, 33
Mieszkania o powierzchni od 87m² do 97m²
www.gardenplace.pl

GOTOWE MIESZKANIA

35-511 Rzeszów, ul. Kwiatkowskiego 20/14L
tel. 17 250-94-47, fax 17 250-94-48
development@hartbex.pl

HARTBEX

reklama

NOWE MIESZKANIA w Rzeszowie

2-pokoje 55m² 56m² 60m² 63m² 69m² **4-pokoje**
3-pokoje 33m² 38m² 42m² 47m² 48m² 72m² 74m² 79m² 92m²

4 standardy wykończeń „deweloperskie” „economic” „pod klucz” „do zamieszkania”

Już w sprzedaży!
Nowe funkcjonalne
układy mieszkań
2- i 3-pokojowych



DevelopRes
Sp. z o.o.

Rzeszów, ul. Architektów 1/45
www.developres.pl
tel. 17/86 00 365

OSIEDLE ZAWISZY

116 załóg zgłoszonych w 23. Rajdzie Rzeszowskim

- Znosi się na to, że 23. Rajd Rzeszowski będzie mieć zdecydowanie najwyższą frekwencję spośród rozegranych dotychczas tegorocznych łączonych rund RSMP i RPP – zapowiada Marek Dobrowolski, prezes Automobilklubu Rzeszowskiego.

- Wpłynęło do nas łącznie 116 zgłoszeń do Rajdu Rzeszowskiego. Na tę liczbę składają się 62 zgłoszenia do zawodów w randze 8. rundy Mistrzostw FIA strefy Europy Centralnej (CEZ), 4. rundy LOTOS RSMP oraz 4. rundy Mistrzostw Słowacji; dochodzą do tego 54 zgłoszenia do Rajdowego Pucharu Polski – informuje Damian Dobrowolski, dyrektor imprezy.

- Z uwagi na międzynarodową rangę, będziemy gościć – oprócz krajowych załóg – także reprezentantów Słowacji, Czech i Litwy. Ma również startować jeżdzący z bułgarską licencją Dai-Wei Yein z Tajwanu, który na naszych trasach zadebiutował przed rokiem; tym razem będzie go pilotować Włoch Maurizio Barone. Dwie słowackie załogi (Igor Drotar / Vladimir Banoci oraz Tomasz Kukucka / Marek Podobnik) pojadą w Skodach WRC – pierwsza w Fabii, druga w Octavii – dodaje Dominik No-



woról, wicedyrektor do spraw sportowych.

Nr 1 listy zgłoszeń to liderzy punktacji RSMP, Wojciech Chuchała z Sebastianem Rozwadowskim (Ford Fiesta R5). Kolejne numery przydzielono Grzegorzowi Grzybowi z Danielem Siatkowskim (Skoda Fabia S2000) oraz Tomaszowi Kucharowi z Danielem Dymurskim (Peugeot 207 S2000). Igor Drotar z Vladimirem Bano-

cim nakleją na Fabię WRC numer 4. Następny numer przyznano Maciejowi Oleksowiczowi z Michałem Kuśnierzem (Ford Fiesta R5). Z numerem 6 zadebiutują w Rzeszowie Fiastą R5 Łukasz Habaj z Piotrem Wosiem.

21 załóg pojedzie samochodami z napędem czterech kół (w tym dwie w klasach historycznych). Zabrakło w tej stawce Jozefa

Beresa, jednego z groźnych rywali Grzegorz Grzyba w Mistrzostwach Słowacji. Za to zobaczymy Porsche 911 słowackiej załogi Radovan Mozner / Michaela Vejackova, zgłoszone w klasie 4, która w RSMP nie jest rozgrywana.

Pośród aut z napędem jednej osi najwięcej (aż 11) będzie rywalizować w klasie 6, w której liderami są Łukasz Byśkiniewicz

i Maciej Wisławski (Peugeot 208 VTi nr 27). Siedem załóg w Fordach Fiesta R2 (na czele z braćmi Szejami, numer 37) ma konkurować w markowej klasie 6F. Nie zabraknie liderów kategorii 2WD, Jana Chmielewskiego i Jakuba Gerbera (Citroen DS3 z numerem 22); w klasie 5 zgłosiły się tylko cztery załogi.

Ciekawie zapowiada się walka w Rajdowym Pucharze Polski. Lider tej punktacji, Jakub Brzeziński w Citroenie C2-R2 (nr 101), pojedzie tym razem z Bartłojem Bobą. Znosi się na ciekawy pojedynek z reprezentującą Automobilklub Rzeszowski załogą Hubert Palider / Mateusz Fortuna (Honda Civic Type R nr 102). Także jadący z numerem 103 Tomasz Hupało i Rafał Fijołek (Citroen C2-R2) będą chcieli włączyć się do walki o podium w tej kategorii, ale sporo do powiedzenia będą mieć również Grzegorz Musz i Bogusław Browiński (Honda Civic Type R), którzy otrzymali numer 105.

Sześć ostatnich numerów przyznano załogom w „historykach”. Listę zamyka nr 155 – rzeszowianin Paweł Hoffman w Polonezie 2000, któremu będzie towarzyszył piosenkarz Michał Wiśniewski.

reklama

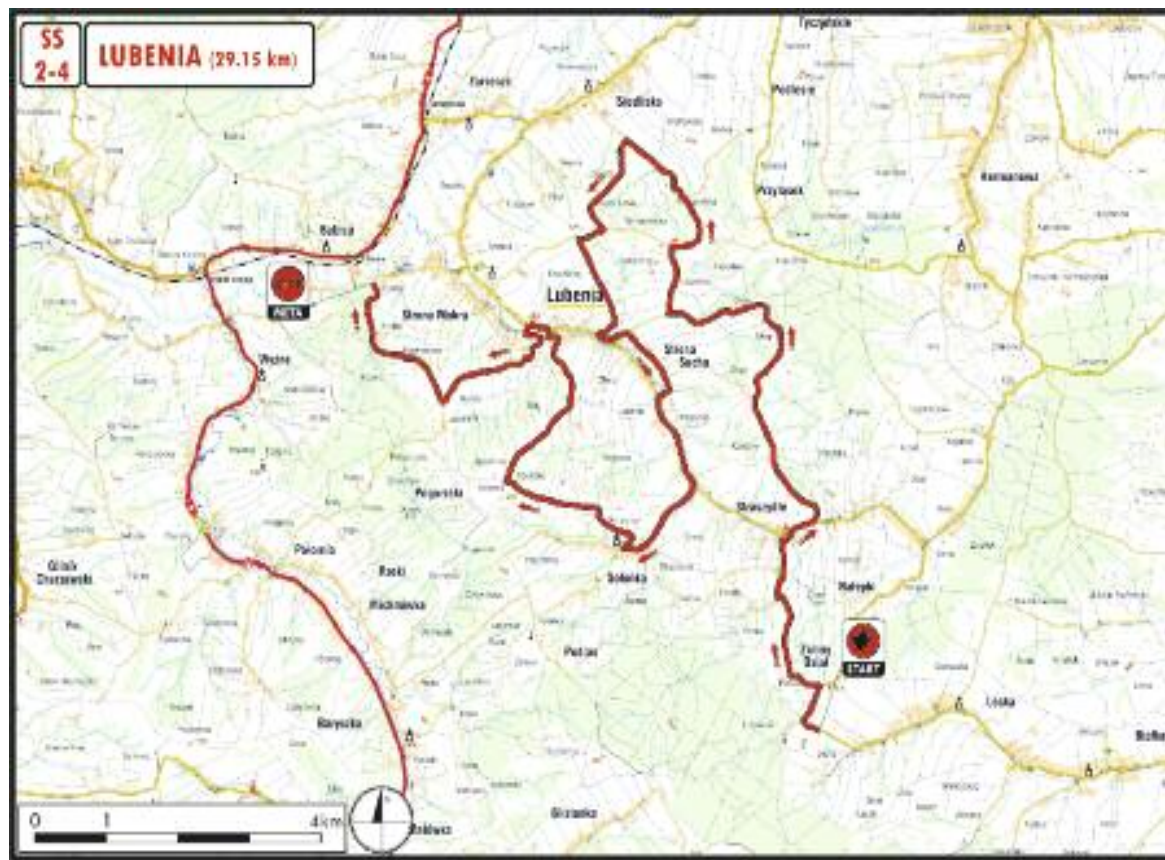



WAKACYJNY ROZKŁAD JAZDY

<p>GRUPOWO DLA GRUP -10% MIN. 5-OSOBOWYCH</p>	<p>PONIEDZIAŁEK ŚRODA CZWARTEK PIĄTEK</p>	<p>HAPPY HOURS 16-18</p>	<p>19 PLN</p>
<p>MYŚLISZ, ŻE JESTES TWARDY? UDOWODNIJ! KUP 3 PRZEJAZDY, A KOLEJNY OTRZYMASZ GRATIS!!</p>	<p>WTOREK</p>	<p>TANI WTOREK</p>	<p>19 PLN</p>
<p>SOLENIZANT MASZ URODZINY? WPADNIJ DO NAS !!! POJEZDZISZ ZA POŁ CENY !!!</p>	<p>CZWARTEK</p>	<p>WYNAJĘCIE NA GODZINĘ NA WYŁĄCZNOŚĆ, MIN. 6 OSOB.</p>	<p>80 PLN/OS.</p>

UL. REJA 12 | TEL: 888-444-557 | WWW.ICFKARTING.PL | FACEBOOK.COM/ICFKARTING

PROMOCJE NIE PODLEGAJĄ ŁĄCZENIU



McDonald's®

zaprasza na Festival Smaków

W polskiej sieci McDonald's ruszyła promocja Festival Smaków. W promocyjnej ofercie znalazły się dwa zupełnie nowe wrapy z soczystym kurczakiem - McWrap® Hawajski oraz McWrap® Włoski.



McFlurry Snickers to z kolei nowość, która szczególnie ucieszy miłośników lodowych deserów. Promocyjną ofertę uzupełniają: McRoyal Podwójny, złociste Łódzki Ziemniaczane z sosem śmietanowym oraz Sałatka Szeffa. Dodatkowo goście, którzy w trakcie trwania promocji zakupią McZestaw powiększony, sałatkę Kurczak Premium lub Chicken Box otrzymają szklankę Coca-Cola gratis.

McWrap® Hawajski to owinięty w pszenny placek, wysmienity soczysty kurczak w opcji chrupiącej bądź grillowanej. Do tego sałata, ser tarty cheddar, ananas i wysmienity sos o orientalnej nucie.

Na miłośników śródziemnomorskich smaków czeka McWrap® Włoski. Soczysty grillowany lub chrupiący kurczak otulony pszennym plackiem z dodatkiem świeżej chrupiącej rukoli, sera mozzarella i pomidorów, którego smak dopełniają dwa sosy: pesto i balsamiczny.

McWrap® Bekon DeLUXE to połączenie soczystego kurczaka i chrupiącego bekonu, sałaty, pomidora i pysznego sosu miodowo-musztardowego.

McWrap® KLASYCZNY to propozycja dla wszystkich, którzy uwielbiają połączenie kurczaka, sałaty, chrupiącej rukoli, tartego sera cheddar i pomidora. Całość dopełniają dwa wysmienite sosy: pomidorowo-cebulowy oraz majonezowy.

Kolejną pozycją w menu jest McRoyal Podwójny. To jeszcze jedna odsłona królewskiej kanapki, w której znajduje się soczyste

mięso wołowe, ser cheddar, pikle, cebula i pszenka bułka z sezamem. McRoyal Podwójny zawiera dodatkową porcję mięsa wołowego.

McFlurry Snickers to wysmienite lody McFlurry z czekoladowo-karmelową polewą i posypką Snickers składającą się z orzechów ziemnych i czekoladowo-karmelowych kulek.

Do oferty wraca dobrze znana przekąska - złociste Łódzki Ziemniaczane z sosem śmietanowym, które są dostępne osobno oraz przy zakupie McZestawu Powiększonego.

Miłośników lekkich przekąsek ucieszy pojawienie się w menu Sałatki Szeffa - chrupiącego miks sałat z pomidorkami koktajlowymi, jajkiem, szynką i wysmienitym serem cheddar.

Zapraszamy na fanpage McDonald's Polska www.facebook.com/McDonaldsPolska i www.mcdonalds.pl.

Dla czytelników mamy podwójne zaproszenia do restauracji McDonald's. Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 7 sierpnia, o godz. 10, otrzymają zaproszenie.



reklama



GALAKTYKA

zaprasza na

KREĞLE

BILARD

AIRHOCKEY

tel.: 17 85 90 880



NAJLEPSZA

PIZZA

WMIĘSCIE



ZAMÓWIENIA
POD NUMEREM:

TEL.: 17 85 90 884

WWW.GALAKTYKA.RZESZOW.PL



YOU PLAY,
iMow



Nowe kosiarki automatyczne iMow
Szybkie, inteligentne, wydajne

Mamy dobre newsy dla właścicieli trawników - nowe kosiarki **iMow** ustanawiają zupełnie nowe standardy koszenia. Zapewniają uzyskanie idealnego wyglądu trawnika w rekordowo krótkim czasie, aby można było z niego korzystać bez ograniczeń. Macie więc dużo czasu dla siebie!

Autoryzowany
Dealer
**TECHMARK
RZESZÓW**

ul. Langiewicza 24 A,
tel. (17) 856 44 89,
al. Niepodległości 1/10 A,
tel. (17) 857 71 13
www.techmark.rzeszow.pl

Homebook.pl – architekcie, projektanci, designerze – *daj się poznać... z dobrej strony*

Nieszablony pomysł, nowatorskie rozwiązanie, oryginalne wykonanie, korzystna oferta – tego najczęściej poszukują inwestorzy w projektach wnętrz. Jak jednak architekci, projektanci, wykonawcy i specjaliści z branży mają w przystępny sposób zaprezentować swoje możliwości twórcze rozległej grupie potencjalnych klientów? Odpowiedź jest prosta – na Homebook.pl

Interne poszukują porad oraz przykładów na to, jak mieszkać pięknie, wygodnie i stylowo. Bezpłatna rejestracja, intuicyjne menu i, co najważniejsze, nowa przestrzeń do inspirowania tym, co modne, efektowne, funkcjonalne i niezbędne w aranżacji wnętrza, zadecydowały o stale rosnącej popularności serwisu Homebook.pl. Warto bliżej poznać jego możliwości. Nawiązując współpracę z serwisem specjaliści z

lub biura projektowego ułatwia kontakt z potencjalnymi klientami oraz umożliwia pozyskanie nowych zleceń. Warto podkreślić, że obecność na tak rozpoznawalnym portalu, umacnia wiarygodność prezentowanej oferty, a poprzez cykliczne publikacje i promocje wybranych projektów, ułatwia wyróżnienie się na tle konkurencji. O funkcjonalności serwisu decydują takie narzędzia, jak wyszukiwarka inspiracji, katalog spe-



homebook.pl

Homebook.pl jest miejscem inspiracji dla szukających pomysłu na aranżację, jak i dla tych, którzy mają bezpośredni wpływ na tworzenie nieszablonych projektów efektownych wnętrz. Architekci, projektanci, wykonawcy i specjaliści z branży za pośrednictwem portalu mogą nie tylko zaprezentować swoje portfolio, ale też dotrzeć bezpośrednio do osób, które w

branży architektonicznej i wnętrzarskiej mają bowiem szansę dotrzeć do tysięcy użytkowników – swoich potencjalnych klientów. Architekci, wykonawcy lub firmy związane z kreacją wnętrz lub przestrzeni mogą stworzyć indywidualne portfolio projektów, produktów czy niestandardowych koncepcji wystroju. Co istotne, Homebook.pl przekierowując na stronę architekta

specjalistów z branży z podziałem na specyfikę działalności i lokalizację czy tematyczne działy, w jakie ujęte są prezentowane produkty i projekty. Co istotne, specjaliści współpracujący z Homebook.pl zyskują nielimitowany dostęp do szerokiej, stale aktualizowanej bazy produktów znanych marek, co w postaci tzw. ideabooków pozwala im gromadzić inspiracje do kolejnych projektów.

reklama



budujemy **TWOJA** przyszłość.
usługi budowlane na najwyższym poziomie

USŁUGI BUDOWLANE

[www: budmar.rzeszow.pl](http://www.budmar.rzeszow.pl)

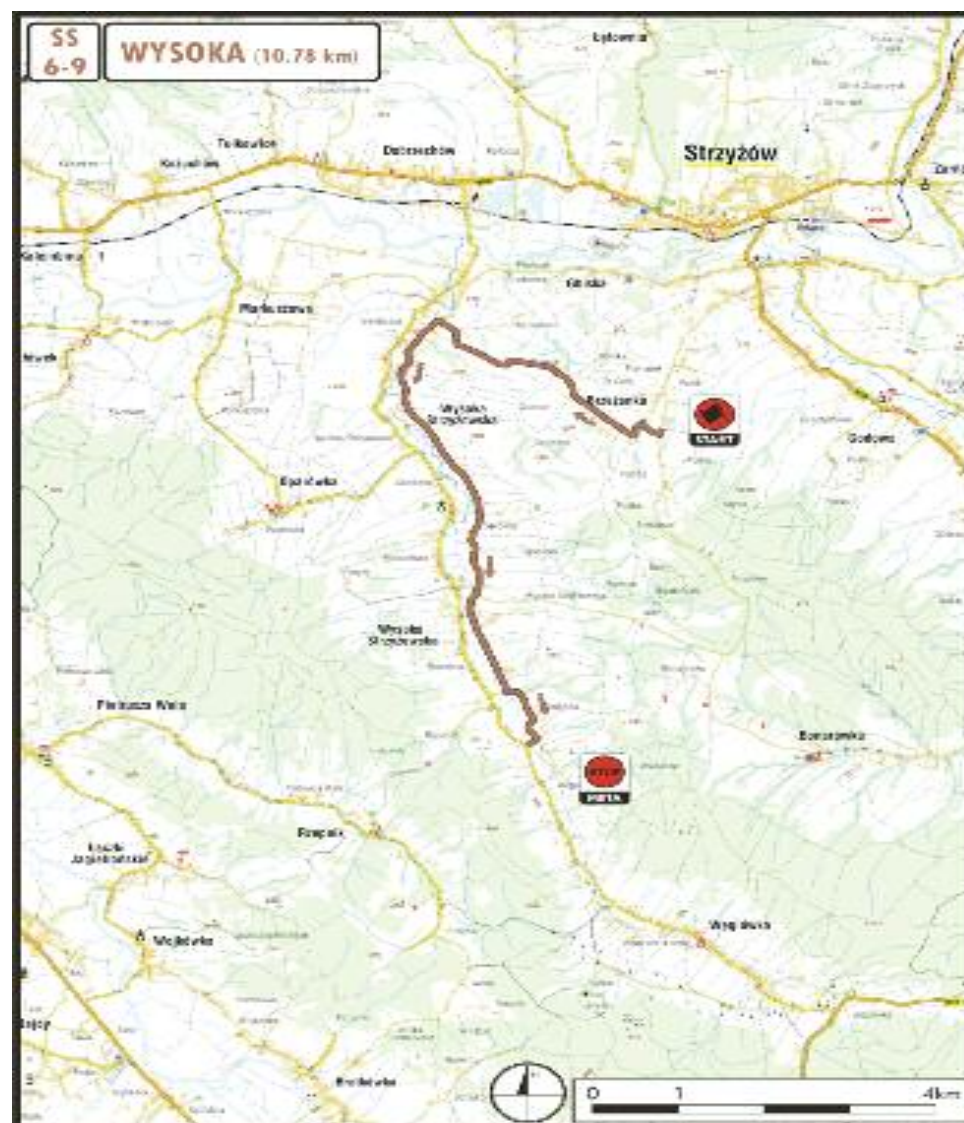
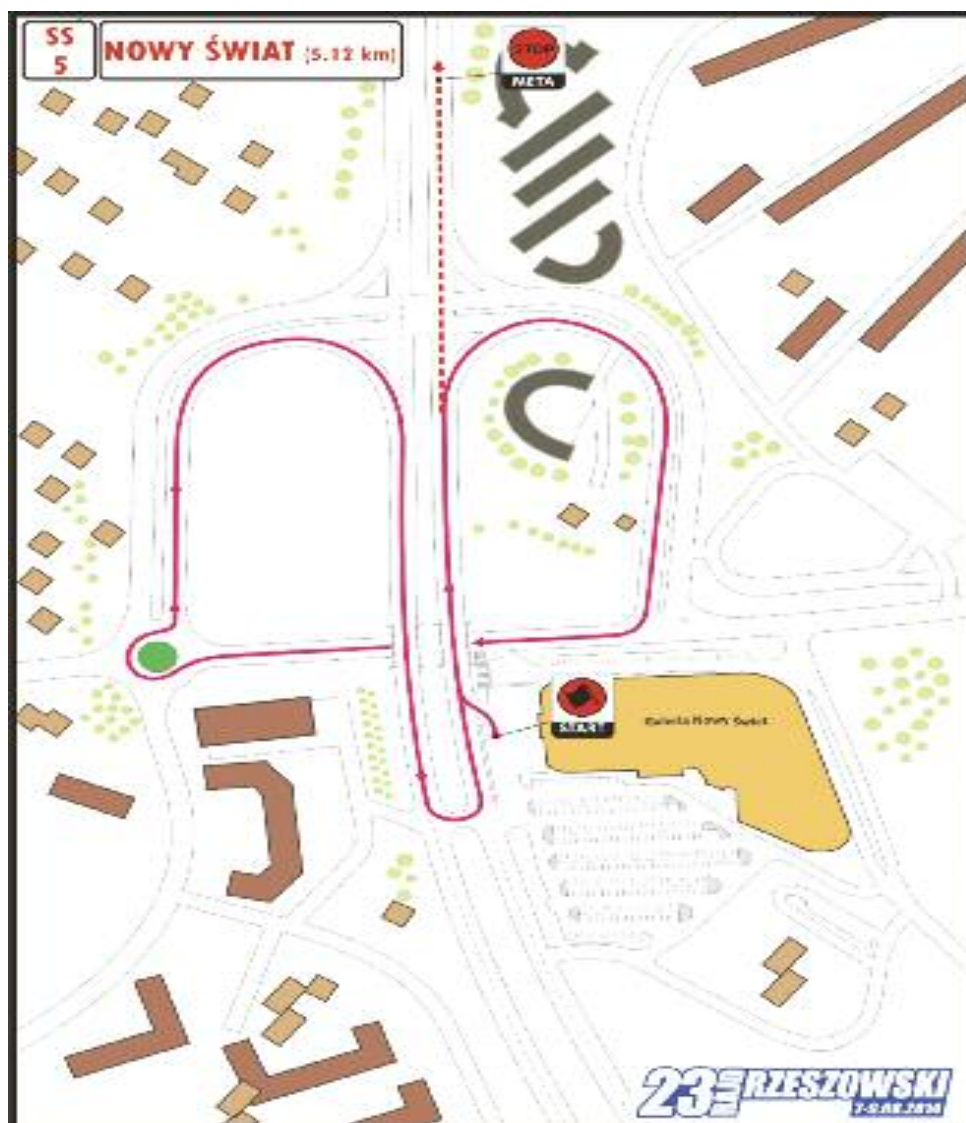
Wólka Niedźwiedzka 513
WOJ. PODKARPACIE
Tel./fax: 17 7728360
Kom.: 604 292 832 , 608 463 942
e-mail: tabakabudmar@wp.pl

Zapraszamy do współpracy, zapewniając szybką, fachową i terminową usługę w konkurencyjnej cenie.

WYKONUJEMY

- Fundamenty
- Dachy
- Mury
- Ogrodzenia
- Stropy
- Kostka brukowa
- Elewacje i docieplenia
- Usługi koparko-ładowarką





reklama



EURO-SZKOŁA BIS

Jacek Sadrakuła i synowie

**SZKOŁA JUTRA JUŻ DZISIAJ
UNIKALNA OFERTA –
GIMNAZJALISTO NIE PRZEGAP !!!**

**JESTEŚMY PIERWSZĄ SZKOŁĄ,
KTÓRA WPROWADZIŁA E-PODRĘCZNIKI
TYLKO U NAS E-PODRĘCZNIKI I TABLETY
DLA KAŻDEGO UCZNIA GRATIS !!!**



ZAPISY I INFORMACJE

Euro-szkoła Bis ul. Św. Barbary 1c, 39-400 Tarnobrzeg www.euroszkola-bis.pl
tel. 15 823 10 36 kom. 608 063 642 e-mail: biuro@euroszkola-bis.pl



reklama

Z tym kuponem 15 zł/10 minut jazdy 6,5 km
 Promocje nie łączą się. Promocja ważna do 31.08.2014 r.

reskart
 R A C I N G
 TOR KARTINGOWY

Tor Kartingowy RESKART
 ul. Hoffmanowej 19, 35-016 Rzeszów
 tel. +48 690-994-226

Lato
PEŁNE PROMOCJI

Poniedziałek-Piątek * 50% taniej drugi przejazd w godz. 12-17

Sobota-Niedziela * trzeci przejazd za 10zł

Karnety wieloprzejazdowe od 19zł/10 minut

- **Pakiet Startowy 50zł** (20 minut jazdy, Kominiarka, Karta Kierowcy)
- **Grupy min. 5 osobowe -10%**
- **Dzieci do 15 lat - 20zł**

* Promocja dla posiadaczy karty Kierowcy. Karta do nabycia w biurze. Od lutego obowiązuje kominiarka pod kask. Promocje nie łączą się.

facebook.pl/reskart
 www.reskart.pl

Komu w drogę temu... bezpieczeństwo

Miesiące letnie to czas wakacyjnych urlopów, a co za tym idzie zwiększonego natężenia ruchu komunikacyjnego. Większa ilość aut na drogach ma swoje odzwierciedlenie nie tylko w postaci korków, ale i w statystykach policyjnych. Opracowany przez Wydział Ruchu Drogowego Biura Prewencji i Ruchu Drogowego Komendy Głównej Policji raport „Wypadki drogowe w Polsce w 2013 roku” jednoznacznie wskazuje, że sierpień to miesiąc, w którym zaraz po październiku i lipcu najczęściej dochodzi do wypadków drogowych w Polsce.

Choć wypadki mają miejsce cały czas, to istnieje pewna prawidłowość co do okresu, kiedy ich ilość przewyższa średnią. Takie „czarne” miesiące to lipiec, sierpień i październik. W odniesieniu do miesięcy letnich głównym powodem jest zwiększony ruch na drodze. Mając tego świadomość, warto zawnoczyć wszelkie możliwe środki, by zadbać o bezpieczeństwo swoje i innych uczestników ruchu. Choć na czynniki takie jak niekorzystna aura pogodowa czy zły stan nawierzchni drogowej nie mamy wpływu - odpowiedzialność kierowcy oraz dbałość o stan techniczny auta mogą nas uchronić, a z pewnością zminimalizować ryzyko wypadku. Paradoksalnie bardzo duży odsetek wypadków ma miejsce przy dobrych warunkach atmosferycznych. Prowadzi to do

NordGlass

wniosku, że to nie aura bywa naszym największym wrogiem, ale my sami. I to właśnie zbytnia brawura kierowców, lekceważenie przepisów, ale i jazda autem, którego stan techniczny pozostawia wiele do życzenia mogą być powodem wypadku. Za swój obowiązek uznajmy też skontrolowanie stanu silnika, płynów hamulcowych, oleju i... szyb samochodowych. Zwłaszcza te ostatnie traktowane są przez kierowców z dużą pobłażliwością. Musimy nabrać nowych - dobrych nawyków. Nie wymawiajmy się brakiem czasu, zwłaszcza, że w profesjonalnym serwisie naprawy i wymiany szyb skontrolowanie stanu szyb samochodowych trwa chwilę. W serwisach NordGlass wykwalifikowani specjaliści bez problemu poradzą sobie z naprawą drobnych uszkodzeń i rys w zaledwie 30 minut. W razie konieczności sprawnie dokonają również wymiany trwałe uszkodzonej szyby samochodowej na nową lub też pomogą przy wyborze i montażu wycieraczek. Każdy z nas, poprzez większą świadomość możliwych zagrożeń, przestrzeganie przepisów drogowych, ale też, zadbanie o dobry stan techniczny auta, może przyczynić się do tego, by w policyjnych rejestrach podsumowujących rok 2014 liczba wypadków była rekordowo niska.



SZYBKI SERWIS



NAPRAWY POGWARANCYJNE



NAPRAWY POWYPADKOWE



ELEKTRYKA



ELEKTROMECHANIKA



**PRZYGOTOWANIE
SAMOCHODÓW RAJDOWYCH**



**MONTAŻ
INSTALACJI GAZOWYCH**



SERWIS KLIMATYZACJI

ul. Matuszczaka 5, tel. 85 04 555



**AUTORYZOWANA STACJA SERWISOWA
OGÓLNOPOLSKIEJ SIECI Q-SERVICE**

McDonald's®

zaprasza na Festival Smaków

W sieci McDonald's w dalszym ciągu trwa promocja Festival Smaków. W wakacyjnej ofercie nadal dostępnych jest aż pięć smaków McWrap®, do zakupu których goście otrzymają mały napój Lipton Ice Tea gratis. W menu debiutuje kanapka Grand Royal Original. Nieprzerwanie można zamawiać również kanapkę McRoyal Podwójny, złociste Łódeczki Ziemniaczane z sosem śmietanowym, Sałatkę Szefa oraz McFlurry Snickers.



Od 30 lipca, do każdego McWrapa zakupionego w ramach oferty klasycznej, goście otrzymają mały napój Lipton Ice Tea gratis. Promocja dotyczy zakupu McWrapa również w McZestawach i McZestawach Powiększonych.

McWrap® Hawajski to owinięty w pszenny placek, wyśmienity soczysty kurczak w opcji chrupiącej bądź grillowanej. Do tego sałata, ser tarty cheddar, ananas i wyśmienity sos o orientalnej nucie.

Na miłośników śródziemnomorskich smaków czeka **McWrap® Włoski**. Soczysty grillowany lub chrupiący kurczak otulony pszennym plackiem z dodatkiem świeżej chrupiącej rukoli, sera mozzarella i pomidorów, którego smak podkreślają dwa sosy: pesto i balsamiczny.

McWrap® Bekon DeLUXE to połączenie soczystego kurczaka i chrupiącego bekonu, sałaty, pomidora i pysznego sosu miodowo-musztardowego.

McWrap® KLASYCZNY to propozycja dla wszystkich, którzy uwielbiają połączenie kurczaka, sałaty, chrupiącej rukoli, tartego sera cheddar i pomidora. Całość dopełniają dwa wyśmienite sosy: pomidoro-cebulowy oraz majonezowy.

McWrap® Orientalny z wołowiną to dobrze doprawiona siekana wołowina i świeże warzywa w orientalnym placku. Do wyboru z sosem łagodnym lub pikantnym.

Grand Royal Original to kanapka z soczystą wołowiną, aksaminowym naturalnym serem ementaler, świeżymi warzy-

wami w postaci pomidora, czerwonej cebuli i sałaty Batawia. Smaku dopełniają pickle oraz połączenie klasycznego sosu kanapkowego i lekko pikantnego, pomidorowo-paprykowego sosu Brava.

Kolejną pozycją w menu jest **McRoyal Podwójny**. To jeszcze jedna odsłona królewskiej kanapki, w której znajduje się soczyste mięso wołowe, ser cheddar, pickle, cebula i pszenna bułka z sezamem. McRoyal Podwójny zawiera dodatkową porcję mięsa wołowego.

W ofercie dostępna jest również dobrze znana przekąska - złociste **Łódeczki Ziemniaczane z sosem śmietanowym**, które są dostępne osobno oraz przy zakupie McZestawu Powiększonego.

Miłośników lekkich przekąsek ucieszy pojawienie się w menu **Sałatki Szefa** - chrupiącego miks sałat z pomidorkami koktajlowymi, jajkiem, szynką i wyśmienitym serem cheddar.

Deser **McFlurry Snickers** to wyśmienite lody McFlurry z czekoladowo-karmelową polewą i posypką Snickers składającą się z orzechów ziemnych i czekoladowo-karmelowych kulek.

Zapraszamy na fanpage McDonald's Polska www.facebook.com/McDonaldsPolska i www.mcdonalds.pl.

Dla czytelników mamy podwójne zaproszenia do restauracji McDonald's. Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 7 sierpnia, o godz. 9, otrzymają zaproszenie.



SWISS CONTRIBUTION

ZAKŁAD PRZECZYWA TRWAŁEGO Regionu Rzeszów 18 listopada 2013 roku rozpoczął realizację projektu pn. „Poprawa jakości oferowanych produktów tradycyjnych Zakładu Przechowywania Trwałego w Rzeszowie poprzez inwestycje w maszyny i urządzenia”. Projekt jest współfinansowany przez Szwajcarię w ramach Szwajcarskiego Programu Współpracy z nowymi krajami członkowskimi Unii Europejskiej. Firma otrzymała 79 999,00 zł dotacji na zakup komercyjnej, nowej zapaszącej-korozującej, talerzy wysockiej, sprężarki lubowej. Dzięki wsparciu ZAKŁAD PRZECZYWA TRWAŁEGO może się rozwijać oraz promować produkty tradycyjne powstałe na terenie województwa podkarpackiego.

Dane kontaktowe: 35-119 Rzeszów, ul. J. Włkosa 57A, tel.: (77) 852 57 00; fax: (77) 852 09 62; e-mail: rataska@pro.onet.pl

Projekt współfinansowany przez Szwajcarię w ramach Szwajcarskiego programu współpracy z nowymi krajami członkowskimi Unii Europejskiej



Specjalna oferta PKP Intercity dla kibiców jadących na Super Mecz

Już 16 sierpnia na Stadionie Narodowym w Warszawie odbędzie się druga edycja Super Mecz – starcia Realu Madryt z włoską Fiorentiną. Z tej okazji PKP Intercity przygotowało specjalną ofertę dla wszystkich kibiców jadących na mecz pociągami. Wystarczy posiadać bilet na Super Mecz 2014 oraz bilet kolejowy do Warszawy na przejazd w dniu 16 sierpnia 2014, aby z powrotem wrócić do domu zupełnie za darmo.

PKP Intercity zostało Partnerem Transportowym Super Mecz. Dzięki współpracy z organizatorem spotkania agencją PSP kibice spoza Warszawy jadący na mecz pociągami będą mogli skorzystać ze specjalnie przygotowanej na tę okazję oferty.

Każda osoba z biletem wstępu na Super Mecz 2014 na Stadionie Narodowym w Warszawie, która kupi bilet na przejazd pociągami TLK lub EIC w tym samym dniu może zupełnie za darmo wrócić pociągami PKP Intercity do domu. Jest jednak kilka warunków.

Przejazd musi dotyczyć relacji do stacji Warszawa Zachodnia, Warszawa Centralna lub Warszawa Wschodnia. Podróżny musi zakupić bilet jednorazowy w klasie 2 pociągu TLK w wagonie z miejscami do siedzenia lub w klasie 2 pociągu EIC. Przejazd powrotny musi odbyć się w tej samej klasie, kategorii pociągu oraz tą samą drogą, którą kibic jechał na mecz, przy czym wyjazd z Warszawy powinien nastąpić najwcześniej o godzinie 23:00 w dniu Super Mecz, a najpóźniej o godzinie 16:00 w dniu 17 sierpnia 2014 r. Bezpłatny powrót jest możliwy poprzez okazanie zakupionego biletu do Warszawy wraz z biletem na Super Mecz i dowodem tożsamości.

Dodatkowo, podróżny może w kasie biletowej lub u konduktora w pociągu (bez opłaty za wydanie biletu) uzyskać nieodpłatną rezerwację miejsca.

Kibice mogą nabyć upragnione wejściówki za pośrednictwem strony www.super-mecz.pl oraz www.ebilet.pl. Z kolei bilety na przejazdy pociągami TLK i EIC można zakupić w kasach biletowych PKP Intercity, automatach biletowych oraz u konduktora pociągu.

reklama

AUTO-KLIMA

wszystko „O” i „Do” klimatyzacji

Przeglądy klimatyzacji, naprawy sprężarek – serwis

CENTRUM OBSŁUGI JAPONSKIE-KOREAŃSKIE

AUTOKLINIKA BOGUCHWAŁA 017/870-11-44, 017/871-48-09
www.autoklinika.com



części
SZiK
Samochodowe

PRZEDSIĘBIORSTWO FAIR PLAY

- **CZEŚCI SAMOCHODOWE**
- **SERWISY SAMOCHODOWE**

Centrala, Tyczyn ul. Grunwaldzka 82
tel. 17 22 93 555 - części
tel. 17 22 91 630 - serwis

- **MYJNIA SAMOCHODOWA**
- **OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW**

tel. 17 23 06 352

do badania prezent **GRATIS**

- **POMOC DROGOWA 24h**
tel. 661 666 125



ODDZIAŁY

- SZCZUCIN
- MIELEC
- GŁOGÓW MŁP.
- DEBICA • KLĘCZANY
- RZESZÓW
- TYCZYN • WOLA RAFAŁOWSKA
- BABICA • BŁAŻOWA
- STRZYŻÓW • DYNÓW
- TWIERDZA • PRZEMYŚL

KŁĘCZANY 299A K/SĘDZISZOWA
TEL. 17 74 55 164

NOWY ODDZIAŁ BŁAŻOWA,
UL. ARMII KRAJOWEJ 22
TEL. 17 22 93 500

TWIERDZA 77 K/FRYSZTAKA
TEL. 17 27 60 123



MARCEL
Nowa expresowa linia autobusowa
RZESZÓW - KRAKÓW

www.marcel-bus.pl
tel. 795 005 006

Joanna Józwik mistrzynią Polski w biegu na 800 metrów

W 90. Mistrzostwach Polski Seniorów w lekkiej atletyce w Szczecinie złoty medal w biegu na 800 metrów wywalczyła wychowanka Victorii Stalowa Wola, reprezentująca obecnie barwy AZS AWF Warszawa Joanna Józwik.

Walka o tytuł mistrzyni Polski na dystansie 800 m rozpoczęła się spokojnie. Żadna z zawodniczek nie kwapiła się do tego by wyjść na prowadzenie, przez co pierwsze okrążenie pokonały w 1 minutę i 3 sekundy. Decydujące rozstrzygnięcia nastąpiły dopiero na 200 metrów do mety. Wówczas na atak zdecydowała się Joanna Józwik. Zawodniczka warszawskiej AZS-AWF szybko wyszła na prowadzenie i zaczęła uciekać rywalkom. Jedyną biegaczką, która próbowała dotrzymać jej kroku była Angelika Cichocka - faworytka tego dystansu. Ostatecznie na ostatniej prostej halowa wicemistrzyni świata nie zdołała dogonić swojej rywalki i zakończyła bieg na drugim miejscu. Czas ostatniego okrążenia - około 59 sekund. Trzecia na kresce Paulina Mikiewicz miała już do czolowej dwójki znaczną stratę.

Józwik wygrała z czasem 2.02,27, wyprzedzając halową wicemistrzynię świata, Angelikę



Cichocką (ULKS Talex Borzytuchochom) - 2.02,73 oraz Paulinę Mikiewicz (Podlasie Białystok) - 2.03,87. Czwarta była reprezentantka Victorii Stalowa Wola, Danuta Urbanik, z czasem 2.04,36.

W finale biegu na 800m panów walczył Kamil Gurdak ze Stali Nowa Dęba i zajął piąte miejsce z czasem 1.49,82. Najlepszy był Adam Kszczot z RKS Łódź - 1.47,07.

Marek Grzesik

reklama

EXTRA
PODKARPACIE

ADRES REDAKCJI

35-074 Rzeszów,
ul. Gałęzowskiego 6/305
tel. (017) 852-10-06
extra-podkarpacie@extra-media.pl

REDAKTOR NACZELNY

Marek Gajos
tel. 17 852 10 06

s.gajos@extra-media.pl

WSPÓŁPRACOWNICY

Marcin Kalita, Marta Studzińska,
Angelika Ślusarczyk, Tomasz
Trzeciak,

Radosław Gajos, Marek Grzesik,

WYDAWCA

Media Rzeszów
Na podstawie umowy
franchisowej
z Extra Media Sp. z o.o.

PRZYGOTOWANIE

GRAFICZNE

Łukasz Stężycki

DRUK Presspublica

ul. Drukarska 2, Raszyn
Redakcja nie odpowiada za
treść reklam i ogłoszeń oraz
zastrzega sobie prawo skrótu
nadsyłanych materiałów.

POWIĘKSZAMY SAMOCHODY

www.**TRANSSport**.pl
Bagażniki na każde auto!

JEDYNY NA PODKARPACIU AUTORYZOWANY SKLEP

- bagażniki samochodowe
- uchwyty narciarskie i rowerowe
- autoboxy dachowe - sprzedaż i wypożyczalnia
- przyczepy i samochody kempingowe
- skup, sprzedaż, zamiana
- przedsiönki, części i akcesoria do przyczep

Zaczeranie 981 (przedłużenie ulicy Warszawskiej, obok hotelu Nowy Dwór)
tel./fax 17 859 55 50, 791 339 447, 793 985 447, 601 517 920

z tą reklamą 10% taniej

www.akademia-zdrowia.pl

AKADEMIA**ZDROWIA**

Rzeszów, ul. Jagiellońska 5
tel. 17853 25 09, 850 73 17
www.akademia-zdrowia.pl

TRWA NABÓR NA ROK SZKOLNY 2014/2015!

POLICEALNA SZKOŁA – UCZ SIĘ ZA DARMO!

TERAZ WYBRANE
KIERUNKI MEDYCZNE ZA **0 zł**

- asystentka stomatologiczna
- asystent osoby niepełnosprawnej
- terapeuta zajęciowy
- technik sterylizacji medycznej
- opiekun medyczny
- opiekun dps
- technik administracji
- technik informatyk
- technik usług fryzjerskich
- technik usług kosmetycznych
- technik masażyста
- biomasażysta
- technik ortopeda
- technik farmaceutyczny
- technik weterynarii
- florysta

KURSY KWALIFIKACYJNE W ZAWODZIE

- technik usług fryzjerskich
- bukieciarstwo, florystyka
- projektowanie i aranżacja ogrodów
- instruktor rekreacji ruchowej (fitness, ćwiczenia siłowe)
- kosmetyka z elementami wizażu
- masaż klasyczny, leczniczy
- opiekun osób starszych i niepełnosprawnych
- dietetyka

WARSZTATY PRAKTYCZNE:

- masaż gorącymi kamieniami
- masaż bańkami chińskimi

NOWOŚĆ DLA MŁODZIEŻY PO GIMNAZJUM!

- TECHNIKUM WETERYNARII
- TECHNIKUM ORGANIZACJI REKLAMY
- TECHNIKUM USŁUG FRYZJERSKICH

LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE DLA DOROSŁYCH

