

FRESHMAG

NR 35 CZERWIEC 2014



TATARAK
— MUSIC FESTIVAL —

OPCJA

UL. PÓŁWIEJSKA 18
TEL. 665 808 000
INFO@KLUBOPCJA.PL
WWW.KLUBOPCJA.PL

06.06 FUNK! HEN / BOOGIE / FRU

07.06 TAŃCZ BEZ WSTYDU RUBIN / POLAR / WOJTMAN

13.06 SZPAGARTY #18 GRANIE I MALOWANIE

14.06 TAŃCZ BEZ WSTYDU BOOGIE / HEN / KANGUR

20.06 LATO! RUBIN & IKS / MUERTOS / MAQOO

21.06 TAŃCZ BEZ WSTYDU WOJTMAN / HEN / RUBIN

27.06 FRESHMAG PARTY ZAKOŃCZENIE SEZONU

28.06 TAŃCZ BEZ WSTYDU RUBIN / BOOGIE / HEN

Czerwiec!

WTORKI

CZASOUMILACZ BENDA

PRÓBOWNIA JAM SESSION

03.06 DONUT 17.06 FELIX THE BAKER

10.06 BASSCRATCH CONNECTION 24.06 SAWANTY

ŚRODY

ELECTRICITY MARGIN

CZWARTKI

ELOMELO RUBIN ROBI RABAN





INTRO

← Bartosz Nowacki

Pamiętam czasy, gdy byłem jeszcze piękny i młody. Pamiętam też, że bardzo wtedy lubiłem czerwiec i nie tylko dlatego, że zbliżał się koniec szkoły (nie biorąc pod uwagę wrześnieowych kampanii), ale też dlatego, że zbliżały się upragnione wakacje. Z pewnością też zwróciście uwagę, że w szkieleku i na necie kończą się Wasze ulubione seriale, programy muzyczne, kulinarne, taneczne czy też z ludźmi walczącymi o kwadrat pod miastem. Co łączy czerwiec i te wszystkie nieistotne rzeczy z Freshmagiem? Niestety dużo... My też, jak co roku w czerwcu kończymy sezon wydawniczy.

Ktoś rzuci hasłem, że miasto latem znowu opustoszeje, a koncerty i imprezy skurczą się do ilości wydarzeń odbywających się w Lesznie (nic nie mam do tego miasta, i od razu pozdrawiam znajomych). Na szczęście Poznań to nie Leszno i może zaoferować coś więcej, np. duże plenerowe wydarzenia, na które już dzisiaj zapraszamy: Juwenalia, koncert Iron Maiden, Transatlantyk, Męskie Granie, Malta Festival oraz na naszą imprezę Freshmag - Zamknięcie Sezonu, która odbędzie się 27.06 w klubie Opcja. Musicie przyznać, że jednak trochę tego jest.

A co w czerwcowym numerze? Po burzliwych naradach w redakcji zdecydowaliśmy się na trzy wywiady, z artystami z uzupełnieniem innych bajek. Mamy dla Was obszerny wywiad z duetem XXANAXX, funkowymi Łąki Łan oraz z punkowym zespołem Farben Lehre.

Tak, jak kiedyś bardzo lubiłem czerwiec, tak teraz przypominam mi o tym, że musimy się rozstać z życiem miasta. Na szczęście mamy naszą stronę www.freshmag.pl, gdzie cały czas będziemy trzymać rękę na imprezowym pulsie Poznania i nie tylko. Widzimy się w październiku!

SPIS TREŚCI

ŁUDZIE

- 6 Łąki Łan
- 7 Farben Lehre
- 8 Xxanax

KALENDARIUM

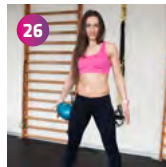
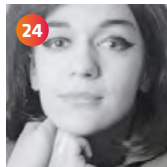
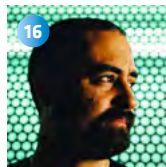
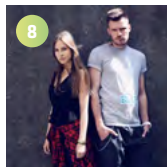
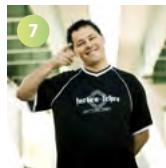
- 12 Koncerty
- 16 Imprezy

KULTURA

- 22 Przesiew kulturalny
- 24 Film, muzyka, książki

LIFE STYLE

- 25 Miejsce
- 26 Trening z Oliwią Guilherme



FRESHMAG.PL

REDAKTOR NACZELNY:

Bartosz Nowacki
bartosz@freshmag.pl

ZASTĘPCA REDAKTORA

NACZELNEGO:
Dawid Balcerek
dawid@freshmag.pl

WYDAWCWA:

Fresh Group
ul. Św. Rocha 19d/17
61-142 Poznań

PROJEKT I SKŁAD:

Adam Korzeń
kontakt@adamkorzen.pl

REKLAMA:

Bartosz Nowacki
519 161 491
Dawid Balcerek
508 243 456
Michał Krupski
695 823 184
reklama@freshmag.pl

WSPÓŁPRACA:

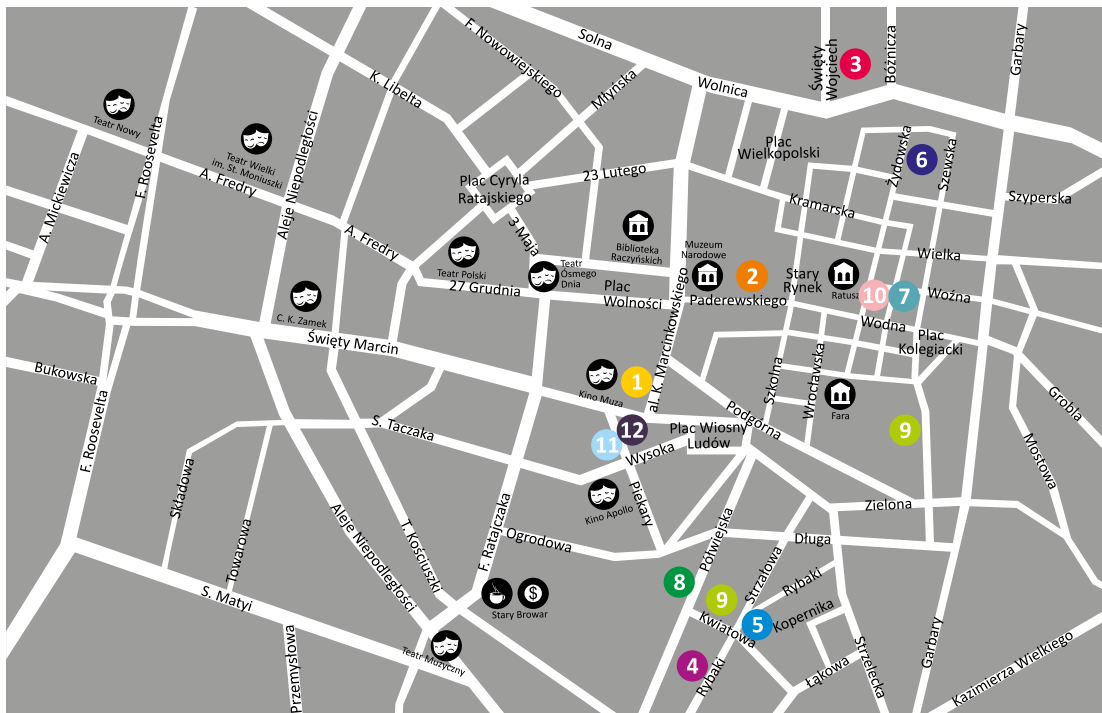
Sylvia Klaczyńska
Oliwia Guilherme
Natalia Bednarz
Monika Feigel
Julia Murawska
Michał Krupski

OKŁADKA:

Błażej Żuławski
NAKŁAD
7000 sztuk



Polub nas na facebooku i bądź na bieżąco z imprezowo-kulturalnym życiem miasta
www.facebook.com/freshmagazine



200 m 400 m 600 m 800 m 1000 m



PONAD 170 MIEJSC DYSTRYBUCCJI

KLUBY

ALLIGATOR ul. Stary Rynek 26
BAKER STREET ul. Piekary 22/23
BLUE NOTE ul. Kościuski 76/78
ROGATA CLUB ul. Św. Marcina 10/82
BUNUBA CAFE ul. Szewska 20
CACTUS FACTORIA ul. Ślusarska 5
CAFÉ MIESIA ul. Garbary 52
CZARNA OWCA ul. Jaskółcza 13
DRAGON ul. Zamkowa 3
ESKIL ul. Probyzowskiego 39
JOHNNY ROCKER ul. Wielka 5
KAWIARNIA NOCNA KISIELICE ul. Taczaka 20
KLUBKIECZANIA ul. Św. Marcina 30
KOSMOS Święty Marcin 24 (Galeria MM)
KULTOWA ul. Wrocławska 16
MESALUNA KLUBKAWIARNIA Stary Rynek 6
OPCJA ul. Półwiejska 18
POD MINOŁCĄ ul. Nowowiejskiego 8
POD PRECIETEM ul. Św. Marcina 80/82
POP ART CAFE ul. Długa 6
PROBLET LAB ul. Ciochowe Łąki 5
RSVY ul. Woźna 2/3
SHARK Stary Rynek 48
SHVAZ ul. Podgajna 6
STARE KINO ul. Nowowiejskiego 8
SZMIRA Stary Rynek 92
SQ ul. Półwiejska 42
TAFLA ul. Wrocławska 10
THE ROOTZ ul. Kantakta 4
TROCHE KULTURY ul. Dominikańska 7a
TROPS ul. Świętego Rocha 9
TUNEL ul. Wrocławska 4
TWIDIA STARA ul. Rybakich 13
U BAZYLEJ ul. Św. Wojciecha 28
UNDERGROUND ROCK BAR ul. Strzelecka 18
WALKA CLUB ul. Klasztorna 26

PUBY

5 STOP ul. Łacińska 5/8
ACADEMIC PUB ul. Taczaka 11
84 KROKI ul. Woźna 24
BASILUNO ul. Woźna 24
BIĄLE WINDO I OWCOE Stary Rynek 92
BLAZON ul. Miodowa 22
BLACK BALL POOL ul. Wielka 21
BROGANS IRISH PUB ul. Szewska 20a
BROMA PUB ul. Półwiejska 42
CHMIELNIK ul. Zydzowska 27
CZUPITO ul. Rymkowa/Zamkowa
DEJA VU ul. Woźna 21
FUEGO COCKTAIL BAR Stary Rynek 28
INFINITY SHOT BAR ul. Jaskółcza 15a
JAMSTON ul. Św. Marcina 26
LIBERUM VETO ul. Klasztorna 17
MAMAŁYCA ul. Nowowiejskiego 17
MĄSTAWINA Park Winięzowskiego
PIWIARNIA WARKA ul. Świętojańska 19
PRAWNO PRZECIEKNO Stary Rynek 42
POD FILAREM ul. Przeworskiego 174
POMIDOR ul. Długa 7
PREL ul. Zydzowska 11
PROLETARIAT ul. Wrocławska 9
PUB ZA KULISAMI ul. Woźna 24
ROCK ART PUB ul. Wrocławska 2
ROZLEWNIJA PUB ul. Taczaka 21a
SETKA PUB ul. Św. Marcina 8
SHISHA PUB ul. Taczaka 15
TANNER'S PUB ul. Zydzowska 17/18
VAN COCH PUB ul. Klasztorna 12
ZIELONA CĘS CAFE ul. Nowowiejskiego 8

HOTELE / HOSTELE

CINNAMON HOSTEL ul. Gwarna 10/2
CINEMA PARADISO HOSTEL ul. Słowackiego 27/6
BLOOMS BUTIQUE HOSTEL ul. Kwiatowa 1
GARDEN BUTIQUE HOTEL ul. Wroniecka 24
HIH HOSTEL ul. Zamkowa 4/2
NIH HOTEL ul. Św. Marcina 6
VILLA ATELIER ul. Klasztorna 19
POCO LOCO HOSTEL ul. Taczaka 23
REYS HOSTEL ul. Kramarska 11
TEY HOSTEL ul. Świętojańska 12
TOPKAZ ul. Przemysłowa 34a
VERY BEERY HOSTEL ul. Marcinkowskiego 11

PUNKTY HANDLOWO-USŁUGOWE

BOLTWOOD ul. Żupnicka 19/5
BOARDERS SNOWBOARD SHOP ul. Noskowskiego
CARTON SHOP ul. Ogrodowa 20
CAP HEAVEN ul. Długa 19
FAJOWO EU ul. Św. Marcina 47/7a
GALERIA MALTA E-PAPIEROS ul. Abb. Baraniaka 8
GALERIA PESTKA E-PAPIEROS ul. Solidarności 4
HIGH FLY ul. Łąkowa 16
MINI RAMPA ul. Długa 9
NEA ul. Św. Marcina 45
PROSTO SHOP ul. Półwiejska 8
QUEENSLVER ROXY DC ul. Półwiejska 32
ROCK LONG LUCK ul. Półwiejska 22

ROHO ART BOUTIQUE ul. Św. Marcina 47/7
RUN COLORS ul. Półwiejska 37
SATISFACTION-SCAR SHOP ul. Długa 13
SLEPE E-PAPIEROS ul. Głomicka 291
STARY BROWAR ul. Półwiejska 37
SUPREME SHOP ul. Półwiejska 11
TUTU ul. Ratajszaka 3
UNHUMAN ul. Długa 13
VERT ul. Półwiejska 20
VINYLFACE RECORDSTORE ul. Garmarska 3

CAFE

BARKI CAFE ul. Kramarska 21/2
BUBBLE PLANET ul. 27 grudnia 1
CACAO REPUBLIKA ul. Zamkowa 7
CAFE KAWKA ul. Zydzowska 26
CAFE KLATKA ul. Szewska 19
CAFE PIKAWKA ul. Wroniecka 18
CAFE KAWKA ul. Zydzowska 8
CAFE SOHO ul. Wroniecka 2
CAFE STARY MLYNEK ul. Zydzowska 9
CHILLI CAFE Stary Rynek 53/54
CHIMERA ul. Dominikańska 7
COPILIA ul. Zydzowska 29
CYRUL ul. Libeńska 1A
CZEKOLADA CAFE ul. Zydzowska 29
COLEBNIK CAFE ul. Wielka 21
GWARNA 9 CAFE ul. Gwarna 9
KAWA KAMP CO. ul. Kutrzebno 10
KAWIARNIA NASTAWIWA POC Park Winięzowskiego
KAWIARNIA W STAREM PIEKARNI ul. Rynek Środecki 17
LA RUINA KAWIARNIA ul. Środka 3
LAVENDA ul. Woźna 24
MOROWISKO ul. Szewska 20A
OLALA CAFE ul. Garmarska 4
PIECE OF CAKE ul. Zydzowska 29/5
POST OFFICE CAFE Stary Rynek 55/29
PSYCHOLLOZA ul. Woźna 17/18
PTASIE RADIO ul. Teleszka/Kościuski 74
PTASIEK CAFE ul. Zydzowska 10
STYLICA CAFE ul. Zydzowska 28
STRZELCAN KAWIARNIA ul. Ratajszaka 31
TACZAKA 20 ul. Taczaka 20
U MNIE CZY U CIEBIE ul. Gwarna 3

BASTIONAMA

7 STREET BAR & GRILL ul. Piekary 12a
BAR-A-800 ul. Taczaka 11
BADZETA ul. Kutrzeb 12a
CESKA HOSPODA ul. Zydzowska 26/4
CIĄSTKARNIA ul. Kryszewska 6
CZERWONA PAPPYKA Stary Rynek 49
FISZKA ul. Taczaka 17/3
FUDGE PHILOSOPHY ul. Długa 9
JUCE DRINKERS ul. Dobrowskiego 8
KOKO TO THE CHICKEN BAR ul. Ratajszaka 33
LARU PAPU ul. Kwiatowa
PU PAPA BAGUETE ul. Garbary 47
MANEKIN ul. Kwiatowa 3
MARCHEWKOWE POLA ul. Andersa 5
MUSZY'S GRILL-BURGERS ul. Kwiatowa 2
MOLDKO SHAKE ul. Rybakich 12
MOMO ul. Szewska 2
PIEROZKI I KOMPÓCZI ul. Rybakich 22
PIKA PIKA TAPAS BAR ul. Zamkowa 5
PINZMOND ul. Półwiejska 39
PIZZA A PEZZI ul. Ratajszaka 36
PUNKT SPORNY Stary Rynek 27
PURE ul. Piekary 25
PYRA BAR ul. Strzelecka 13
PYSZNA Stary Rynek 57
REPUBLIKA RÓŻ Plac Kolegiacki 2
SPOT RESTAURACJA ul. Doña Wilida 67
TAPAS BAR Stary Rynek 60
TARSKI CYTADELI Park Cytaдела
TEK DONER & PIZZA ul. Sieroca 5/6
TOSKA CANTINE ul. Aleksandra Fredry 9
TROSKA LUNCH & WINE ul. Półwiejska 32
YETZU POZNAJAN ul. Krywilewska 6
ZIELONA WERANDA ul. Radziewskiego 7
ZIELONE SŁONIE ul. Ratajszaka 19
ZUPPI ul. Św. Marcina 63

INFORMACJA

CIM ul. Dworcowa 2
CIM ul. Ratajszaka 44 (Arkadia)
CIM FILIA LAWICA ul. Bukowska 285
CIT FILIA CIM Stary Rynek 59/60
ESTRADA POZNAŃSKA ul. Masztalárska 8
URZĄD MIASTA POZNAŃNIA Plac Kolegiacki 17

INNE

GALERIA MIEJSKA ARSENAL Stary Rynek 6
KINO MUZA ul. Św. Marcina 30
KINO APOLO ul. Ratajszaka 18
KOTENERANT Nag Wąrtą
MK BOWLING ul. Św. Marcina 24 (Galeria MM)
NAUTILUS TRAINING CENTER ul. Chmińskiego 34
PROGRES HR ul. Św. Marcina 73/5
WSNHID ul. gen. Tadeusza Kutrzebno 10

BAKER STREET MUSIC CLUB

BATCH PLEASE! PRESENTS

HIP HOP NIGHT VOL 2

PT 20/06 START 21:00

DJ FIOŁAS & DJ TAEK (CROSSKILLACREW) FEAT. P.T.JAY (LIVE DRUMS)

PANIE WSTĘP FREE ALL NIGHT LONG LISTA FB WSTĘP FREE DO GODZ. 23:00 DO GODZ. 23:00 FREE WELCOME DRINK & GIFTS

www.bstmrz.pl
 facebook.com/BakerStreetClub
 ul. Piekary 22, góra



ŁĄKI ŁAN

NIE DO SKLASYFIKOWANIA

Michał Krupski

Zespół Łąki Łan zna chyba każdy. Niedawno wystąpili na Polibuda Open Air. Do Poznania zresztą wracają dość często. Ich muzyka to grom energii, a na koncertach nie ma możliwości, by się nie bawić. Poniżej przeczytacie wywiad z jednym z założycieli zespołu - Mega Motylem.

Dlaczego Łąki Łan, kim jesteście, co gracie i skąd pochodzicie?

Łąki Łan to najbliższe naszym sercom zestawienie słów. Muzykę którą tworzymy bardzo trudno sklasyfikować, ale wydaje nam się, że wypływa ona z głębi naszego wnętrza, czyli śmiało możemy określić ten gatunek jako źródłowy.

Jaka jest dla was różnica pomiędzy wielkim koncertem i wielką widownią, a czymś mniejszym i publiką powiedzmy w ilości 100 osób?

Im więcej jest ludzi na koncercie tym więcej jest energii, natomiast granie w klubach umożliwia bliższy kontakt z publicznością, a atmosfera jest bardziej kameralna.

Często jak patrzę na plakaty juwenaliowe, to jest tam nazwa Łąki Łan. Czym studenci sobie zasztyli na tak częstą zabawę przy Łąki Funk?

Każdy na Ziemi zasłużył na to, żeby słuchać naszej muzyki i po to

ją właśnie tworzymy.

Wasza twórczość zdecydowanie jest skierowana do młodych ludzi. Zdarzało się wam grać jakiś koncert dla starszej publiczności?

Nasza muzyka jest skierowana do wszystkich, a teksty mówią także o rzeczach poważnych i sprawach, które dotyczą każdego człowieka. Na naszych koncertach można spotkać ludzi w bardzo różnym wieku, od młodych rodziców z dziećmi, przez nastolatków i studentów, aż po osoby starsze. Gramy na wielu różnych imprezach, co pozwala nam dotrzeć do szerokiej i bardzo zróżnicowanej publiczności.

Często w wywiadach pada pytanie o najlepszy koncert. Ja zapytam odwrotnie. Jakie było wasze najgorsze doświadczenie?

Ostatnio miało miejsce bardzo nieprzyjemne zdarzenie. Przed nami występował zespół, którego zachowanie i treści głoszone ze sceny bardzo nas zbulwersowały. Spowodowało to całkowity spadek energii w zespole, a ja osobiście musiałem się zbierać po tym wydarzeniu przez parę dni. Zdarzyło nam się też kilka razy odwołać koncert, oczywiście nie z naszej winy, a to zawsze jest bardzo przykre.

Bywaliście na kilku festiwalach. Który z nich jest dla was szczególnie? I gdzie zagracie w tym roku?

Wyjątkowo wspominamy Przystanek Woodstock. Rekordowa liczba festiwalowiczów zrobiła na nas ogromne wrażenie i przeszła nasze najśmielsze oczekiwania. Tam też powstało pierwsze koncertowe DVD Łąki Łan. Jak co roku sezon plenerowy zaczęliśmy od serii koncertów juwenaliowych. Latem zagramy na kilku festiwalach m.in. Gdańsk Dźwiga Muzej, Cieszanów Rock Festiwal czy Kazimiernej-szyn - autorski projekt Paproduziada odbywający się w Kazimierzu Dolnym. Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do śledzenia naszego profilu na FB, gdzie regularnie pojawiają się informacje o kolejnych koncertach.

Na razie wydaliście 3 płyty. Planujecie w niedalekim czasie coś nowego?

W dorobku mamy już 4 wydawnictwa: Łąki Łan, Łąkiłanda, Arman-da i dwupłytowy album CD/DVD z Przystanku Woodstock. Pracujemy obecnie nad nowym materiałem, ale szczegółów na razie nie zdradzę.

Życie z muzyki, czy macie inne zajęcia które pozwalają wam egzystować?

Nie jest tajemnicą, że ciężko jest się utrzymać, starając się stworzyć coś naprawdę oryginalnego, ale nie rozdrabniamy się na inne zajęcia i skupiamy się tylko i wyłącznie na muzyce, co bardzo osobiście mnie cieszy.

Cały wywiad znajdziecie na www.freshmag.pl



FARBEN LEHRE

KĄŻDY DZIEŃ JEST CENNY

Julia Murawska

Zapraszamy do rozmowy z Wojciechem Woźniakiem, wokalistą zespołu Farben Lehre, który niebawem wystąpi na Juwenaliach w Poznaniu.

Już niedługo Juwenalia w Poznaniu. Zagracie starsze kawałki, czy najnowszą płytę z 2012?

Myślę, że koncerty plenerowe, w racji swojej specyfiki wymagają zagrania takiego programu, który zarówno obejmuje ostatnią płytę studyjną „Achtung 2012” oraz kilka starszych, tych bardziej rozpoznawalnych kompozycji z wcześniejszych albumów.

To nie będzie Wasz pierwszy koncert w Poznaniu. Czego się spodziewacie po koncercie u nas w czerwcu?

Tradycyjnie dobrej zabawy i przedniej atmosfery, bo z tymi atrybutami od wielu lat spotykamy się, grając koncerty w Poznaniu. Wierzę, że tej zacnej tradycji stanie się zadość...

Co więcej możecie powiedzieć o Waszej ostatniej płycie „Achtung” z 2012. Skąd czerpicie inspirację i dlaczego ta płyta nosi taką nazwę?

Ta płyta ma już blisko 20 miesięcy, zatem trudno o niej mówić, jako o wyjątkowo świeżym wydawnictwie. Trochę nam się osłuchała i nabraliśmy odpowiedniego dystansu do tego materiału, co pozwala bardziej obiektywnie spojrzeć na rzeczony krążek. Nie ukrywam, że do przyjęcia takiego tytułu zainspirowała mnie swego czasu przepowiednia Majów, wieszcząca koniec świata w grudniu 2012, co oczywiście – jak się można było domyślać – nie nastąpiło. Natomiast poszczególne kompozycje to pewien zwarty przekaz, który opiera się na przesłaniu, aby w swoim życiu uważać na siebie, na to, co z kim, gdzie i jak robimy, bo każdy dzień jest cenny i szkoda tracić swój czas na myśli smutne, czy negatywne emocje. To tak w telegraficznym skrócie o wszystkich tekstach.

Okładka płyty przedstawia zębatkę z tarczą zegara, który zamiast godzin wybijają kolejne słowa. Czy to Wasza wersja dekalogu?

Celna uwaga i wnikliwa obserwacja pytającego (uśmiech). Faktycznie te 12 kawałków, jak i słowa klucze do ich odczytania, to nasza wersja takich 12 istotnych przykazań dla funkcjonowania we współczesnym świecie. Ot taka nasza autorska wersja dekalogu.

Bardziej jesteście chłopakami z Mazowsza, czy nosicie spodnie z GS-u? A może to wszystko się ze sobą łączy?

Myślę, że to wszystko co razem robimy gdzieś tam się ze sobą łączy. Chociaż z drugiej strony, o ile stanowczo czujemy się charakternymi chłopakami z Mazowsza i z ulicy, o tyle noszenie spodni z GS-u w realiu traktowałbym jako zwykły obciach (uśmiech).

Czy można na polskim rynku odnieść sukces i jednocześnie pozostać do końca niezależnym od wpływów z zewnątrz?

Można i my jesteśmy tego żywym przykładem...

Jak wyobrażasz sobie Farben Lehre za parę lat?

Jako ten sam energetyczny zespół, tylko trochę starszy, z większą ilością siwych włosów na skroniach. Zmęczenie, rutyna, zjadanie własnego ogona, tudzież indolencja twórcza nam nie grożą, bo jeśli dojdziemy do wniosku, iż spełniliśmy swoją misję, to najnormalniej w świecie zwiniemy żagle i zakończymy tę całą historię, zwaną Farben Lehre.

Cały wywiad znajdziecie na www.freshmag.pl

XXANAXX

MAMY CEL A NIE MARZENIA!

← Dawid Balcerek

XXANAXX to duet z Warszawy, który tworzą wokalistka Klaudia Szafrąńska wraz z instrumentalistą Michałem Wasilewskim. Mają na koncie występy na największych festiwalach muzycznych w kraju i nie tylko. Pod koniec maja na sklepowe półki trafił ich debiutancki album „Triangles”, na którym skupiliśmy naszą rozmowę...

Na sklepowe półki wchodzi właśnie Wasz debiutancki album „Triangles”. Jak to przeżywacie? Z pierwszą płytą z pewnością wiąże się duże emocje.

Klaudia: Jest to dla nas ogromne wydarzenie i przeżywamy to bardzo emocjonująco. Jest to tak naprawdę nasze spełnienie marzeń. Od początku istnienia naszego duetu marzyliśmy, by wydać długogrający krążek. Jesteśmy bardzo zadowoleni i spełnieni.

Michał: Cieszę się, że udało nam się doprowadzić całą akcję do końca, że udało się wszystko zrobić w terminie, że płyta brzmi tak, jak to sobie dokładnie założyliśmy. Zostało odrzuconych kilka utworów, które nam nie do końca pasowały. Zostały natomiast dokładnie te, które idealnie pasują do całości i naszej koncepcji. Trzymanie tej płyty w dłoniach jest niesamowitym uczuciem.

EPkę wydaliście w niezależnej wytwórni You Know Me Records. Swoją płytę wydajecie w dużej wytwórni, co jest wielkim przeskokiem. Jak doszło do współpracy z Warner Music i dlaczego padło właśnie na nich?

M: Opcji było kilka po wydaniu Epki. Warner był jedną z kilku ofert. Zaproponowali nam najciekawsze warunki, więc zdecydowaliśmy się właśnie na nich.

K: Przede wszystkim nie było nacisku z ich strony jak mamy brzmieć i jak to wszystko ma wyglądać. Dali nam wolną rękę, wszystko zależało tak naprawdę od nas. Był to główny czynnik, który zdecydował o tym, że wybraliśmy Warnera.

M: To jest coś czego ludzie się bardzo boją, że duże wytwórnie oznaczają od razu więzienie jeśli chodzi o proces twórczy. W przypadku Warnera i nas jest 100% wolność i to było rzeczywście takim magnesem, który nas przyciągnął i nawiązaliśmy współpracę.

Po dobrze przyjętym singlu „Stay”, czas na kolejne ruchy promo-

cyjne. Z pewnością pojawią się nowe single, a czy planujecie może jakieś klipy?

K: Mamy plan, żeby pojechać do Berlina i nagrać tam teledysk do naszego wakacyjnego singla „Story”. Tak więc, już niedługo będzie można się spodziewać teledysku w sieci.

M: Myślę, że jest to kwestia maksymalnie miesiąca kiedy pojawi się singiel wraz z teledyskiem. To najbliższe nasze plany singlowo teledyskowe..

K: Oczywiście planujemy jeszcze single na jesień, ale to już w późniejszym czasie.

M: Musimy się jeszcze wyklócić, który utwór zostanie kolejnym singlem (śmiech).

K: Na razie skupiamy się na wakacyjnym „Story”.

Na albumie pojawił się Tomek Makowiecki. Opowiedzcie coś o tej kolaboracji. Jak do niej doszło i jak przebiegała współpraca.

K: Od dawna wiedzieliśmy, że chcielibyśmy nagrać jakiś duet z wokalistą, ale nie było żadnego ciśnienia w tym kierunku. Wiedzieliśmy, że jeśli pojawi się odpowiednia osoba, to wtedy zaczniemy działać. Tak się fajnie stało, że akurat nasz menager Jacek Budny skontaktował się z Tomkiem Makowieckim i zaproponował mu współpracę. Nasz utwór „Wolves” był nagrany już dużo wcześniej przeze mnie. Zapadła decyzja, że Tomek się dogra akurat do tego utworu, wszedł do studia i nagrał refren i zwrotekę.

M: Zrobił to tak, że opadły nam kopary i do teraz nie możemy się pozbierać. Wyszło świetnie, jesteśmy bardzo zadowoleni z tej współpracy i liczymy, że nie jest to ostatni raz kiedy ze sobą współpracujemy.

W przyszłym roku wystąpiłicie na Openerze, Selektorze i Auditoriver. Jak na tak „młody” zespół to macie już niezłe CV. Niektóre zespoły mogą tylko pomarzyć, żeby zagrać przed taką publiką. Jak wspominiacie te występy, i który Wam zapadł szczególnie w pamięci?

K: Każdy tak duży festiwal zapada w pamięci. Zwłaszcza dla nas, tak młodego zespołu nie mającego wtedy jeszcze epki. Przynajmniej tak wtedy było w przypadku Openera.

M: My tak naprawdę jeszcze nic nie mieliśmy, dwa single puszczone do sieci.

K: Tak, mieliśmy w sumie tylko dwa single puszczone do sieci. Każdy festiwal był dla nas dużym wydarzeniem i wyróżnieniem.

M: Chociaż każdy z nas ma swój ulubiony. Klaudia ma Heinekena.

K: Tzn. Heineken i Auditoriver zapadły mi szczególnie w pamięci Heineken dlatego mi zapadł w pamięci, bo to był pierwszy duży festiwal na jakim graliśmy. Auditoriver zapadł mi w pamięci, gdyż

przyszło tam bardzo dużo ludzi. Nie spodziewaliśmy się tak dużej publikii na naszym występie. Cała ta górką, która się tam znajduje przed sceną zapełniła się w kilku minut. To było niesamowite uczucie, kiedy widzisz, że grasz dla tych ludzi i im się to podoba. Byliśmy naprawdę zachwyceni tym festiwalem.

A Heineken... również fajne wrażenie, bo sporo ludzi na nas przyszło, mimo, że graliśmy o wcześniej godzinie. Dodatkowo był to pierwszy duży festiwal, na którym udało nam się zagrać. Wszystkie dobrze wspominamy, ale te dwa szczególnie miło.

Największe festiwale odhaczone. Jakie plany na tegoroczne lato?

K: W czerwcu gramy na Orange Warsaw Music Festiwal, gramy również na Malta Festival w Poznaniu.

M: Mieliśmy również okazję zagrać na festiwalu The Great Escape w Brighton.

K: Mamy zaplanowane wakcje, tak więc nie będziemy beczynninie siedzieć

M: Mamy zaplanowane wakacje, tak że będziemy przez nie pracować.

Planujecie z nową płytą zaatakować rynek europejski?

K: To jest dla nas największe marzenie...

M: Nie! Mamy cel, a nie marzenia..

K: Tak, to jest dla nas największy cel. Zawsze gdzieś dążyliśmy do tego, żeby nasza muzyka wyszła gdzieś po zagranicę Polski.

M: No i mamy nadzieję, że uda nam się zrobić to z tą płytą. Stąd też wszystkie teksty pisane po angielsku, gdyż jest to bardziej uniwersalny język niż polski. Zdecydowanie łatwiej będzie ludziom zagranicą zrozumieć to, co śpiewamy i co mamy do przekazania.

W Poznaniu grywacie dość regularnie. Jak podoba Wam się klimat naszego miasta? Wspominacie może jakiś koncert szczególnie?

K: Ja bardzo blisko mieszkam Poznania. Dlatego od dziecka tam często bywałam i dobrze poznałam Poznań. Ja bardzo chętnie wracam do Poznania. Mam tam wielu znajomych, publika na koncertach nam zawsze dopisuje i świetnie nam się tam gra. Jest tam wspaniały klimat i miasta i ludzi, dlatego tak często tam wracam.

M: No i oczywiście chciałem wspomnieć, że zagraliśmy tam w ogóle swój pierwszy koncert poza Warszawą, a drugi w ogóle, i to też jest taki fajne wspomnienie. Ten koncert w porównaniu do tego, jak gramy teraz, jak rozbudował się nasz set, moje zaplecze muzyczne, to jest to dość wszystko niesamowite. Wspominam też ten koncert pod katem tego, jaki nocleg zaoferował mi Tomek Nowakowski, menager sceny Pod Minogą (śmiech).

Cały wywiad znajdziecie na www.freshmag.pl

SPONSOR IMPREZY

ŻYWIĘC

facebook.com/juwenaliapoznán www.juwenalia.poznan.pl

juwenalia 2014

5-8 czerwca

Poznań

Nowe miejsce! przy **INEA Stadionie**

Kult Kamp! Sokół i Marysia Starosta

Te-Tris & Pogz Rust Habakuk Strachy na Lachy

Tom Novy Freemasons Cała góra barwinków Zeus

Farben Lehre NeeVald Brainfreezer Bas Tajpan & BobOne

WIELKI POCHÓD JUWENALIOWY

temat pochodu : "Wolne Wybory. Inspiracje '89"

Czwartek 05.06 start 17:00 Hala Arena Poznań

Studenci WJAZD FREE!

Reszta Świata 10/20pln, Karnety 30/60pln

www.juwenaliazywca.pl

Wszystkie bilety i karnety do zakupienia w sieci sklepów **Empik** oraz na www.ebilet.pl

PARTNERZY **POZnań**



SPONSORZY **ARTUR ZYS**

SPONSOR GŁÓWNY



PRODUCENT: **U** Uniwersytet im. Piusa XI

PARTNER STRATEGICZNY **SIG EO add Me**

ORGANIZATOR:

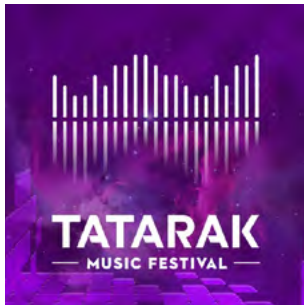


SPONSORZY



PARTYNAT MEDIALNY





Tatarak Music Festival

11 – 13 lipca 2014

Znamy już cały line-up tegorocznej edycji Tatarak Music Festivalu, który w dniach 11-13 lipca odbędzie się w Ostrowie Wielkopolskim. Poza niżej wymienionymi artystami na Tataraku wystąpią także: WhoMadeWho, Jan Blomqvist, O.S.T.R., Mikro-

music, xnanaxx, Daniel Spaleniak, MÖWE, Beats Friendly, neeVald, Simon Mattson, Pete Grace, Banan Sax, DanSax, Juniore, Sounds, Dj Y – GREG. Więcej o festiwalu na www.tatarak-festival.pl



HVOB

HVOB to trio reprezentujące słynny label Olivera Koletzkiego, Stil Vor Talent. Nazwa grupy to skrót od Her Voice Over Boys. Pierwsze utwory zespołu, które pojawiły się na soundcloud spowodowały prawdziwe poruszenie w serwisach muzycznych i blogach w całej Europie, a niedługo potem zaczęły podbijać listy przebojów. Ich debiutancki album, wydany w zeszłym roku, to muzyka pełna emocji, głębokich i nastrojowych kompozycji. Świetne recenzje zebrał nie tylko krążek, ale i występy na żywo. Trio koncertowało już między innymi na Electronic Beats, Melt! Festival czy Auditoriver.



THE NATURAL BORN CHILLERS (LIVE)

TNBC to eksplodujące połączenie rock'n'rolla z electro, mieszanka pulsującej elektroniki, mocnych gitar i perkusji. Czerpiąca ze zderzenia gatunków energetyczna muzyka łączy klimat granego na żywo koncertu z roztańczoną klubową imprezą. W czteruosobowym składzie istnieją od 2008 roku – zaczęli od grania koncertów w formie setów łączących ich własne utwory z remixami, dziś na koncertach grają wyłącznie własne kompozycje. Byli gośćmi na największych polskich festiwalach (Heineken Open'er Festival, Coke Live Music Festival), jak również na poprzednich edycjach Tatarak Music Festival. Regularnie grają koncerty na klubowych scenach w całym kraju.



BUMI PHILLIPS

Od kilkunastu lat zachwyca szerokim wachlarzem brzmień od jazzu po taneczną elektronikę, używając płyt analogowych.. Chętnie grywa długie konceptualne Dj-sety w których usłyszeć można dźwięki na styku gatunków: Chill-Out, Funk, Jazz, Soul, Disco, Deep & Dub House, Minimal, Drum and Bass, gdzie w elastycznej selekcji i eklektycznym mixie wszystko ma swój początek i koniec.



FAIR WEATHER FRIENDS (LIVE)

Siła i moc tanecznych rytmów zakłęta w chwytliwej piosence. Fair Weather Friends potrafią swoimi utworami pogodzić fanów indie-popu z entuzjastami elektroniki. Zagłębiowsko-śląsko kwartet nie idzie na łatwiznę i gra na koncertach jako pełny skład (gitar, bas, perkusja, elektronika, wokół) nie ma więc miejsca na pół-playbackowe ściemy. Fair Weather Friends są postrzegani koncertowo jako wulkan energii, który, eksplodując dźwiękami, przynosi dobrą zabawę. Na swoim koncicie mają już ponad 100 występów w Polsce i za granicą.



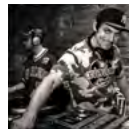
Blóm



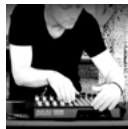
Bogucki & Longair



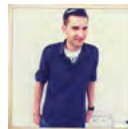
Czapa



DJ Grześ



Dream Chach



Eleminctromal



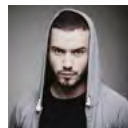
Hot Months



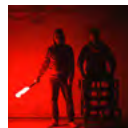
Jacob A



Loverdozed



Matthew Clark



Miód



Ysiu



OVER 150 TYPES OF POLISH BEER
IN THE HEART OF POZNAŃ

PONAD
150
GATUNKÓW
POLSKICH
PIW



FACEBOOK.COM/CHMIELNIK

5.06 CZWARTEK

Trust

ESKULAP | start 20 | bilety: 45/55 zł

Juwenalia 2014

INEA STADION | start 17 | bilety: 10-60 zł | 5-8.06



W czwartek 5 czerwca rozpoczyna się poznańskie Juwenalia. Studenckie święto potrwa do niedzieli 8 czerwca. Tym razem spotkamy się w nowym miejscu, pod stadionem Lecha Poznań. W ciągu czterech dni, na przyległych terenach Inei Stadionu wystąpią m.in.: Strachy na Lachy, Kult, Sokół i Marysia Starosta, Kampl, Zeus, Farben Lehre, Te-tris & Pogz. Na wydarzenie zapraszamy nie tylko studentów, ale i wszystkich mieszkańców

Poznań, Dokładną rozpiskę koncertów i ceny biletów znajdziecie na naszej stronie www.freshmag.pl

Fingers, Charlie M. Kapitan Stereo

TROCHĘ KULTURY | start 20 | bilety: 10 zł

6.06 CZWARTEK

New Guilty

TANNER'S

Sean Webster

BLUE NOTE | start 20 | bilety: 25/30 zł

Miss Furia + SZA

U BAZYLA | start 19

7.06 SOBOTA

Dragon Folk Fest Vol.5

DRAGON | start 12

Norbid Posen Ritual vol. 3

U BAZYLA | start 18.30

Matthew Kelly

TANNER'S | start 20.30 | wstęp wolny

9.06 PONIEDZIAŁEK

Rebollo

PLAC WOLNOŚCI | start 22.30 | wstęp wolny

Miss May I

POD MINOGĄ | start 19

10.06 WTOREK

W.E.N.A., Quebonafide

U BAZYLA | start 19

11.06 ŚRODA

Czesław Spiewa, Bednarek, Nosowska, Pajujo

MALTA | start 18 | bilety: 59/69 zł

Jordan O'Keefe

MESKALINA | start 19 | bilety: 12/20 zł

12.06 CZWARTEK

Mighty Oaks

PLAC WOLNOŚCI | start 21.30 | wstęp wolny

Dhafer Youssef

CK ZAMEK | start 20 | bilety: 40 zł

14.06 SOBOTA**Soulfy**

ESKULAP | start 19 | bilety: 75/85 zł

Mistifier

U BAZYLA | start 18

Matthew Kelly

TANNER'S | start 20.30 | wstęp wolny

Ghost Capsules

PLAC WOLNOŚCI | start 22.30 | wstęp wolny

15.06 NIEDZIELA**Voo Voo**

MESKALINA | start 19 | bilety: 50/70 zł

Renata Rosa

CK ZAMEK | start 20 | bilety: 30 zł

17-18.06 WTOREK**Enter Music Festival 2014**

JEZIORO STRZESZYŃSKIE | bilety: 90/150 zł | info: www.freshmag.pl

19.06 ŚRODA**Rangleklods**

PLAC WOLNOŚCI | start 21.30 | wstęp wolny

20.06 CZWARTEK**XXANAX**

PLAC WOLNOŚCI | start 21.30 | wstęp wolny

Donut

TROCHĘ KULTURY | start 20

Krzysztof Ścierański

BLUE NOTE | start 20 | bilety: 30/40/45 zł

21.06 SOBOTA**Meskalina 4Y**

MESKALINA | start 20 | bilety: 20/30 zł | 21-22.06



Meskalina 4Y to cykl specjalnych koncertów i innych wydarzeń urodzinowych z okazji 4-lecia Klubokawiarni Meskalina. W piątek 21.06 w klubie zagrają: Halla Nordford, Agata, Henia Ulrich, Kev Fox, QL Head + Siara, Moryc. Dzień później wystąpią: Hello Mark, Peter J. Birch & The River Boat Band, Jazzpospolita. Kalendarium czerwcowych imprez urodzinowych znajdziesz na www.freshmag.pl Zapraszamy do świętowania 4. urodzin!

„Hip Hop Poza Układami”

U BAZYLA | start 19

A.G. Trio

PLAC WOLNOŚCI | start 21.30 | wstęp wolny

24.06 WTOREK**Actitud Maria Marta**

PLAC WOLNOŚCI | start 22.30 | wstęp wolny



HIP HOP KEMP 2014

Już niebawem będziemy celebrować 13. edycję Hip Hop Kempu - najbardziej klimatycznego melanżu. Od 21 do 23 sierpnia bawimy się w Hradec Králové, zaledwie 50 km od polskiej granicy w Kudowie Zdrój. Hip Hop Kemp to międzynarodowa mekka kultury czterech elementów.

Na głównej scenie legendy rapu z całego świata przyciągają na zapierające dech w piersiach koncerty, a w festiwalowych hangarach mistrzowie didżeingu rozkręcają imprezy do białego świtu, w rytm klasycznych hip-hopu i funku. Do tego wszystkiego dochodzi jeszcze mnóstwo atrakcji związanych z aktywnym spędzaniem czasu - streetball, skateboarding, wyścigi gokartów, parkour, skoki na bungee, zapasy w czeladzie, kąpiele w pobliskich jeziorach, czy po prostu wylegiwanie się w hamakach. Na 13. edycji festiwalu Hip Hop Kemp pojawią się między innymi: **Onyx (USA)**, **Ceelo Green (USA)**, **KRS-One (USA)**, Bizarre Ride 2 The Pharcyde w składzie Fatlip, Slimkid3, J-Swift, L.A. Jay i K-Natural (USA), **Action Bronson (USA)**, **Black Milk (USA)**, **Black Moon (USA)**, **Rapsody & 9th Wonder (USA)**, **Dillon Cooper (USA)**, **DJ Static & Nat III**, J-Spliff, Temu, Peaceful James i Nappion (DK) oraz polscy reprezentanci - **Pokahontaz**, **Rasmentalism**, **Ten Typ Mes**, **Kękę** czy **Sztigar Bonko**.

Bilety na **Hip Hop Kemp 2014** dostępne są w polskiej przedsprzedaży w cenie **209 PLNów** i **389 PLNów** (VIP) na www.joyStore.pl
www.hiphopkemp.pl
www.fb.com/hiphopkemp14

OOCJA

ELOMELO

Lato

KAŻDY CZWARTEK
RUBIN ROBI RABAN
 START: 21:00 / TAX: FREE

Iron Maiden

INEA STADION | start 17 | bilety: 159-699 zł



Do Poznania zawita legenda światowego rocka, zespół Iron Maiden. Koncert odbędzie się na Inea Stadionie. Będzie to najbardziej spektakularne rockowe show w historii tego obiektu! Zespół zagra koncert w ramach światowej trasy Maiden England, którą rozpoczął w 2012 roku. Po koncertach m.in. w Stanach, Ameryce Południowej przyszedł czas i na Polskę. Przed główną gwiazdą zagrają zespoły Player oraz Ghost.

Kwartet Proforma i goście

TANNER'S

27.06 PIĄTEK**Wojciech Karolak Quartet**

BLUE NOTE | start 20 | bilety: 60/70 zł

28.06 SOBOTA**Plaga + Raped Christ**

U BAZYLA | start 19

29.06 NIEDZIELA**Damon Albarn, Rebeka**

STARA GAZOWNIA | start 18 | bilety: 170 zł



Damon Albarn, wokalista legendarnego zespołu Blur i współzałożyciel grupy Gorillaz jest muzyczną gwiazdą Malta Festival Poznań. 29 czerwca w Starej Gazowni zaśpiewa utwory z długo wyczekiwanego, solowego i najbardziej osobistego w jego karierze albumu „Everyday Robots”.

 boltimor
 printing & graphics

druk cyfrowy

Najlepsze ceny druku!

www.boltimor.pl



FESTIWAL AUDIORIVER 25-27 LIPCA 2014

Festiwal Auditoriver to obowiązkowa pozycja w wakacyjnych planach osób ceniących dobrą muzykę. W ciągu 8 lat na malowniczej plaży nad Wisłą oraz na plockim Starym Rynku wystąpiło kilkadziesiąt gwiazd muzyki elektronicznej i alternatywnej z całego świata.

Koncerty i sety DJ-skie obejrzało już ponad 150 tys. fanów z Polski i Europy. **Dotychczas ogłoszeni artyści edycji 2014 to:** Little Dragon, Trentemøller live, Naughty Boy, Loco Dice, Camo & Krooked Present Zeitgeist, Pretty Lights, Zmanydjs, Booka Shade live, Maetrik, John Digweed, Nina Kraviz, Brodinski, DJ Koze, LTJ Bukem, Zeitgeber (Speedy J & Lucy), Hot Since 82, Erol Alkan, S.PY feat. MC LowQui, Fred V & Grafix feat. Dynamite MC, Gary Beck, Hybrid Minds feat. Riya, Phace b2b Misanthrop, Karocel live, Dom & Roland, Max Cooper live, Daniel Avery, Riton, Kangding Ray live, Skalpel, Special Request, Mind Aganinst, Koven live, Maribou State, Audio, Ivy Lab, Dense & Pika, Akkord, Lakker live, BOKKA, Hatti Vatti & Lady Katee live.

Więcej informacji na www.audioriver.pl



AUDIORIVER FASHION DAY 26 LIPCA 2014

Audioriver Fashion Day to zupełnie nowa inicjatywa naszego festiwalu, mająca na celu promocję polskiej mody niezależnej. To odpowiedź na liczne zapytania projektantów i marek, które chciałyby zaprezentować swoje kolekcje wielotysięcznej publiczności

plockiego wydarzenia. Publiczności słuchającej muzyki alternatywnej i często poszukującej innych form wyrazu, będących z dala od mainstreamu.

Audioriver Fashion Day to przestrzeń targowa dla około 60 wystawców oraz scena prezentująca lekką, plażową muzykę od downtempo po deep house. Zlokalizowana ona będzie między głównym terenem festiwalu oraz pobliskim zalewem Sobótka. Już teraz jest to teren odwiedzany w ciągu dnia przez tysiące osób nocujących na polu namiotowym oraz tych, którzy szukają ochłody na kąpielisku.

Targi odbędą się w sobotę 26 lipca 2014 w godzinach 12:00-20:00, a wstęp dla odwiedzających będzie bezpłatny.



BAKER STREET MUSIC CLUB ZAPRASZA



URBAN DISCO LIVE

PRES.

DJ MAQOO FEAT. P.T.JAY [PREKUSJA LIVE]

14/06/14 START 21:00

LISTA FB WSTĘP DO 23:00 FREE



**TRADYCJA
I
SMAK**

**BABCIA ALINA ODMYKA ANTREJKĘ O 11:00
A W KUCHNI KUSI DO 21:30
DZIOŁCHA MUSI PRZEPĘKAĆ DO 22:00
COBY DRZWI ZAKŁUCZYĆ.**

**ul. Rybaki 22
61-884 Poznań**

tel: 690 000 424
www.pierozekikompcik.pl
pierozekikompcik@gmail.com
www.facebook.com/pierozekikompcik

5.06 CZWARTEK**Octoberfest: Dj Maqoo**

BAKER STREET | start 21

Czwartek wyskocz z majtek – studencka impreza klubowa: Dj Gregory, Dj Maxx

KOSMOS KLUB | start 21

Rubin Robi Raban

OPCJA

Cztery na cztery w czwartki za cztery: Joana & Julia

PROJEKT LAB | start 23 | wstęp 4 zł

6.06 PIĄTEK**Bitch Please pres. The ruffs is on fire: Dj Fiolas & Taek**

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free

DJ Against Egoism pres. Luk & The House of Soul

KONTENERART | start 20

Piątki za piątki

KOSMOS KLUB | start 20

Funk! Grają: Boogie, Hen, Fru

OPCJA

Wypożyczalnia Kumpłi - Był sobie bunkier: Anja Kraft, Electrifeed, Darkm, Wawa

PROJEKT LAB | start 22 | wstęp 10 / 15 zł

All Black Everything! Rubin Robi Raban, Dj Panda

SQ | start 20 | wstęp 20 zł

7.06 SOBOTA**Urban disco pres. Dj Mentalcut**

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free

DJ Gary Hollidman & Vladimir Kozakov

KONTENERART | start 20

Największe hity lat '80 i '90

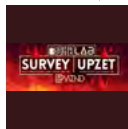
KOSMOS KLUB | start 21

Tańcz bez wstydu: Polar, Rubin, Wojtman

OPCJA

DrumObsession #62 with Out Of Mind: Survey, Upzet, Alergia

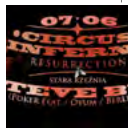
PROJEKT LAB | start 23 | wstęp 15/20 zł



Survey i Upzet reprezentują berlińską ekipę Out Of Mind, która organizuje imprezy w wielu klubach w tym mieście, a ostatnio ma także czym się pochwalić po stronie produkcyjnej! Duet Survey (czyli Hardy i SolHo) wydaje dla takich wytwórni jak Invisible należące do Noisii, znanego Wam zapewne IM:LTD, Protect Audio czy Bios. Z kolei mózg operacji od strony promotorstwa - Upzet to bardzo utalentowany selektor.

Circus Inferno – Resurrection with Steve Bug, Bshosa, Julia, Hrabioza

STARA RZEŹNIA | start 22 | wstęp 25-35 zł



Panie i panowie, do miasta ponownie zawita cyrk, a razem z nim – same osobliwości! Mistrzowie djskich ceremonii, scenografie zachwycające tłumy niczym tancerki na linie, ziejące ogniem wizualizacje, akrobaci danceflooru i dźwięki skaczące przez płonące obręcze. Przed wami druga odsłona Circus Inferno! Ponownie w niesamowitych cyrkowych dekoracjach powitają Was dźwięki deep i tech house'u serwowane przez legendę berlińskiej sceny

– Steve'a Buga.

Eye See You Night: Wojtek Chlost, Impulz, Stinson
 TROCHĘ KULTURY | start 21 | wstęp 10 zł

10.06 WTOREK

Parter: Czasomilacz gra Benda / Piętro: Próbownia Jam Session gra Donut
 OPCJA



Próbownia to miejsce, w którym wszyscy miłośnicy słuchania, grania-improvizowania oraz poznawania świeżych dźwięków mogą zagrać próbkę materiału, nad którym pracują i który aktualnie tworzą. Na każde jam session zapraszany jest zespół, który zaczyna jamowanie grając półgodzinną próbę przed słuchaczami, nie zamykając się z twórczością w salce prób, czy zaciszu domowym. Spotykajcie się, grajcie i rozmawiajcie o muzyce w Opcji.

11.06 ŚRODA

ElectriCity prezentuje Wojtek Dominik
 OPCJA

HIS! Grają Simo & Biskup
 SQ | start 22 | wstęp 5/10 zł

12.06 CZWARTEK

Octoberfest pres. UAM, gra Dj Maqoo
 BAKER STREET | start 21



Student nie wielbiąć – pić musi! W każdy czwartek zapraszamy was do klubu Baker Street na nowy cykl imprez: octoBEERfest. Jest to jedyna tego typu impreza studencka w mieście gdzie dla pierwszych 100 osób czeka schłodzony ziócisty trunek z bąbelkami. Imprezę nakręca DJ Maqoo, który zagra nowoczesne klubowe brzmienia urozmaicone o elementy hip-hopu, r'n'b, funky, disco. Dodatkowo klub przygotował dla was specjalne promo na barze.

Czwartkowy Klasyk: Simo & Biskup
 BLUE NOTE

Czwartek wyskocz z majtek – studencka impreza klubowa: Dj Gregory, Dj Maxx
 KOSMOS KLUB | start 21

Rubin Robi Raban
 OPCJA

13.06 PIĄTEK

Bitch Please: Dj Fiofas & Taek
 BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free

Piątki za piątki
 KOSMOS KLUB | start 20

Szpagarty 18
 OPCJA



Gorąco zapraszamy na najgorętszą i najbardziej dziwą imprezę w mieście – Szpagarty 18! Tym razem nasze piękne miasto nawiedzą artyści malarze i drapacze płyt z Warszawy i Wrocławia, jednak na ten moment nie możemy zdradzić Wam wszystkich szczegółów. Gościem specjalnym imprezy będzie DJ Praktyczna Pani z Warszawy, jak zwykle w klimat funk wprowadzi Was znany i lubiany DJ Kangur. To ostatnie Szpagarty przed wakacjami, więc nie może Was na nich zabraknąć.

LIVE MUSIC,
 MAIN SPORTS ON TV,
 WHISKEY BAR,
 LAGERS, ALES,
 STOUTS, CIDER



TANNER'S IRISH PUB
 ul. KLASZTORNA 18, POZNAŃ
 FACEBOOK.COM/TANNERSIRISHPUB
 TEL. 612215107

Analogen presents Damon Wild (Synewave), Michał Krych, Joana

PROJEKT LAB | start 23 | wstęp 15 zł / 20 zł

Smutne Kobiety – live set

RYSY | start 20 | wstęp 10 zł

Miejska Dżungla w Tunelu: Colie Weed, Uobuz, Freak

TUNEL | start 22 | wstęp 10 zł



Kto ma już po dziurki w nosie deszczu, a pierwszy słoneczny majowy dzień powitał szerokim uśmiechem na twarzy? Stęsknieni za beztrojskim czasem po sesji lub wakacyjnym urlopem? Zatem zapraszamy na Miejską Dżunglę 13 czerwca do klubu Tunel gdzie rozbrzmiewać będą najbardziej bujające i wyluzowane dźwięki które przeniosą Was w wakacyjny czas. Będziecie mogli powyginać się do muzyki ragga jungle i wkręcić w inny wymiar w transowym klimacie. Na dwóch scenach usłyszycie 10 dj-ów i dużo dobrego flow!

14.06 SOBOTA**Urban disco pres. Dj Maqoo feat T.T.Jay (perkusja live)**

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free

Saturday Hit Fever: Dj Robert

BROWAR PUB | start 20 | Panie do godz. 23 wstęp free / 20 zł

Największe hity lat '80 i '90

KOSMOS KLUB | start 21

Tańcz bez wstydu: Boogie, Hen, Kangur

OPCJA

Malta Festiwal: Silent Disco: gra Tadeusz Maszewski

PLAĆ WOLNOŚCI | start 23:30 | wstęp free

Co cię Trapy, Ginger, Mad Ops

PROJEKT LAB | start 22 | wstęp 10/15 zł

Miejski Płaj: grają Simo & Biskup

SQ | start 22 | wstęp 15/20 zł

Urodzinowe starcie pokoleń: Wacek Van Der Włosy, Pkot

TROCHĘ KULTURY | start 21 | wstęp free

17.06 WTOREK**Parter: Czasoumilacz gra Benda / Piętro: Próbnia Jam Session gra Jam Session**

OPCJA

18.06 ŚRODA**ElectriCity prezentuje Wojtek Dominik**

OPCJA

Hi5! Grają Simo & Biskup

SQ | start 22 | wstęp 5/10 zł

19.06 CZWARTEK**Octoberfest: Dj Maqoo**

BAKER STREET | start 21

Czwartek wyskocz z majtek – studencka impreza klubowa: Dj Gregory, Dj Maxx

KOSMOS KLUB | start 21

Rubin Robi Raban

OPCJA

20.06 PIĄTEK**Bitch Please pres. Hip hop Honeys Night vol. 2: Dj Fiofas & Taek**

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free



Piątki za piątki

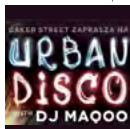
KOSMOS KLUB | start 20

Lato! Grają: Muertos, Rubín & Xsu, Maqoo

OPCJA

21.06 SOBOTA
Urban disco pres. Dj Maqoo feat. Bartek Szymoniak (live violin)

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free



Najlepiej wypieczony w mieście klub Baker Street przygotował dla Was doskonały cykl bardzo miejskich imprez! Urban Disco to dwa parkiety dobrze wyselekcjonowanej muzyki tanecznej. Jak co sobotę muzykę w klimatach mashup, r'n'b grać dla Was będą dj'e Mentalcut, oraz Maqoo. Cyklicznie na imprezie wraz z dj'ami grają muzycy live. Redakcja naszego magazynu gorąco poleca to wydarzenie. Nie możecie tego przegapić.

Największe hity lat '80 i '90

KOSMOS KLUB | start 21

Tańcz bez wstydu: Rubín, Hen, Wojtman

OPCJA

Back2Back Night

PROJEKT LAB | start 22

Befor Time: Frank, X-Thoff, Dirty Daniels, Grass

TUNEL | start 21 | wstęp 10 zł

24.06 WTOREK
Parter: Czasomilacz gra Benda / Piętro: Próbnia Jam Session gra Sawanty

OPCJA

25.06 ŚRODA
ElectriCity prezentuje Wojtek Dominik

OPCJA

Malta Festival: Murcof

PLAC WOLNOŚCI | start 22:30 | wstęp free



Murcof to pseudonim sceniczny meksykańskiego artysty tworzącego muzykę elektroniczną. Źródłem inspiracji są dla niego minimalizm, postmodernizm i muzyka barokowa. Murcof określa siebie jako kompozytora używającego technologii po to, by tworzyć poruszające widza epickie suity, podsyte duchowym niepokojem, poruszające takie tematy, jak życie, śmierć, wieczność. Murcof od 2006 r. mieszka w Hiszpanii. Współpracował z wieloma artystami, m.in. Talvinem Sincem i Erikiem Truffazem.

HIS! Grają Simo & Biskup

SQ | start 22 | wstęp 5/10 zł

26.06 CZWARTEK
Bitch Please: DJ Fiofas & Taek

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free



W odpowiedzi na przedwznowione klubowe trendy, klub Baker Street postanowił zadbać o odpowiedni poziom dobrego rapu. Piątkowe noce w Baker są pełne tłustych, rapowych bangerów, klasyków polskich i zagranicznych oraz wszystkiego, co w czarnej muzyce najlepsze. Każdy piątek w klubie Baker Street to cykl Bitch Please, czyli najlepszy rap, oldschool i r'n'b. Grają DJ Taek & Fiofas czyli CrossKillaCrew!



FAST-FOOD CLASSICS

SLOW-FOOD QUALITY

inne oblicze burgera
 Garbary 47

inne oblicze bagietki
 Kwiatowa 1

ZRÓB MI ZDJĘCIE
**I POKAŻ W LOKALU,
 A OTRZYMASZ**
**10% ZNIŻKI
 NA ZAMÓWIENIE.**


City Sounds: Dj Morowy

BROWAR PUB | start 21 | wstęp free do północy i listy FB

Czwartek wyskocz z majtek – studencka impreza klubowa: Dj Gregory, Dj Maxx

KOSMOS KLUB | start 21

Rubin Robi Raban

OPCJA

27.06 PIĄTEK

Free Fridays

BROWAR PUB | start 22 | wstęp free

Piątki za piątki

KOSMOS KLUB | start 20

FRESHMAG – Koniec sezonu: Dj Haem, Kangur, Rubin, Pręciol, Dj Bydle

OPCJA | start 21 | wstęp 10/15 zł

4 sezon wydawniczy naszego magazynu dobiega końca. W związku z tym postanowiliśmy uczcić to huczną imprezą, która już 27 czerwca odbędzie się w klubie Opcja. Podczas imprezy zagra DJ Haem z łódzkiego składu Tabasko, który na co dzień gra koncerty z Ostrem. Jego oficjalny debiut za gramofonami miał miejsce w 1997 r. Występował m.in. kilkakrotnie na międzynarodowym festiwalu Hip Hop Kemp, wielokrotnie na Open'er Festival i Coke Live Music Festivalu. Swoją obecnością zaszczyczą nas również król poznańskiego funku Kangur, oraz dżiki za konsolą Rubin, który jak zwykle zrobi konkretny raban. 27 czerwca widzimy się w Opcji i zaczynamy sezon wakacyjny w miejskim stylu! CrossKillaCrew!

FRESHMAG

KONIEC SEZONU

Karaoke

POP ART CAFE | start 21

28.06 SOBOTA

Urban disco pres. Dj Mentalcut

BAKER STREET | start 21 | do godz. 23 lista FB wstęp free

Saturday Hit Fever: DJ Rober

BROWAR PUB | start 23 | wstęp 20 zł, do godz. 23 Panie free

Największe hity lat '80 i '90

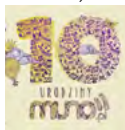
KOSMOS KLUB | start 21

Malta Festiwal: Silent Disco: 3 dżów z Trójki - Programu 3 Polskiego Radia: Szydłowska, Nogaś, Obszańska

PLAC WOLNOŚCI | start 23:30 | wstęp free

10 Urodziny Muno

PLAŻA MIEJSKA



10 lat zobowiązuje. Zresztą urodziny Muno zawsze zobowiązują! Cieszymy się, że i w tym roku, będziemy mogli spotkać się z nimi i uczcić tak wspaniałą rocznicę! Rokrocznie w maju ekipa Muno odbywa tournée po polskich miastach i najlepszych klubach. Starają się by imprezy pod szyldem Muno.plniosły wiele niezapomnianych chwil. To zawsze doskonała okazja by spotkać się osobście i dobrze pobawić.

Tańcz bez wstydu: Rubin, Boogie, Hen

OPCJA

Karaoke

POP ART CAFE | start 21

Satisfaction
scar

POZNAŃ UL. DŁUGA 13
WWW.SATISFACTION-SCAR.PL

METAL gothic shop ROCK

GADŻETY T-SHIRTY

RAMONESKI

ODZIEŻ SKÓRZANA

WINYLE GLANY

Facebook icon

Skull logo

Star logo

Image of a guitarist playing an electric guitar

Image of two black leather boots

PIĄTKI ZA



5

W każdy piątek od 20.00

DRINK z 40ml - 5zł

WHISKY 40ml - 5zł

RMF MAXXX
hit za hitem
93,5 FM

KLUB KOSMOS W GALERIA MM UL. ŚWIĘTY MARCIN 24 POZNAŃ
WWW.KOSMOSKLUB.PL

1.06 NIEDZIELA

Konkurs literacki „Poznań fantastyczny” – Miejska Paralaksa

Poznań | konkurs potrwa do 15.09 | www.wmpoznania.pl

Figurama 2014 – Międzynarodowa Wystawa Rysunku Studenckiego

CK ZAMEK | wystawa potrwa do 18.06

2-6.06 PONIEDZIAŁEK

Wystawa Końcoworoczna UAP 2013/2014

GALERIA UAP | start 12 | wstęp wolny

7.06 SOBOTA

Fashion LEOs Passion vol. 4

INEA STADION | start 20



Fashion LEOs Passion to impreza, która z roku na rok ma coraz mocniejsze miejsce w modowym kalendarzu Polski. Moda najwyższych lotów, piękne modelki, nowoczesna muzyka oraz towarzysząca idea pomocy potrzebującym są kluczowymi elementami pokazu mody w Poznaniu. Fashion LEOs Passion zgromadzi znane nazwiska i popularne marki. Żądnych niezapomnianych wrażeń zapraszamy na I Trybunę INEA Stadionu.

Slam polsko-czeski

CK ZAMEK | start 16

Spektakl „Anioł Dziwnych Przypadków” – prapremiera

TEATR WIELKI | start 19.30

8.06 NIEDZIELA

Skandynawia do Poznania

MALTA | start 11



Skandynawia do Poznania to piknik rodzinny, który odbędzie się nad Jeziorem Maltańskim na Trybunach Ziemych. Celem imprezy jest przybliżenie Poznaniakom, tym małym i tym dużym, kultury i tradycji krajów skandynawskich. Zdrowy i sportowy styl życia, aktywizujący całą rodzinę będzie motywem przewodnim wydarzenia. Tego dnia, na zielonych tarasach Malty, powstanie prawdziwe skandynawskie miasteczko, w którym odbędą się liczne animacje, zabawy oraz konkursy z atrakcyjnymi nagrodami ufundowanymi przez sponsorów wydarzenia.

11.06 ŚRODA

Spektakl „Dwunastu gniewnych ludzi”

TEATR NOWY | start 19

12.06 CZWARTEK

Fifa World Cup 2014

TANNER'S | codziennie



Zapraszamy do Tanner'sa na wspólne oglądanie meczów mistrzostw świata w piłce nożnej, które w tym roku odbędą się w Brazylii. Wprawdzie na mundialu nie zagrają Polacy i Irlandczycy, ale emocje i tak mamy gwarantowane. W lokalu obejrzyjecie mecze na kilku telewizorach, które są rozmieszczone po całym pubie. Do tego dodajmy, że na barze macie do wyboru sporo marek piwa. Jeśli szukacie klimatycznego lokalu na oglądanie mistrzostw w Brazylii to zapraszamy na ul. Klasztorną 17.

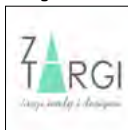
13-14.06 PIĄTEK

We Love Streetwear / Summer

POZNAŃ CITY CENTER | start 11

15.06 NIEDZIELA

Zatargi vol. 5



KONTENERART | start 12

Zatargi to targi mody i designu, to inicjatywa stworzona przez projektantów dla projektantów. Organizatorzy promują polską modę, pokazując ciekawy design, tworząc nowe trendy. Zatargi to jest sieć plug-in dla innych sieci plug-in. Sieć powiązań, kontaktów, pasji i zajawek. Przetestowana, działająca i wciąż udoskonalana. Zorientowana na modę, ale rozumiejąca ją do-

syć szeroko, by nie utknąć w tym ciasnym gorsecie, straszącym z większości poznańskich witrzyn.

Spektakl „Ślub doskonały”

SALA ZIEMI MTP | start 17.30 i 20.30

Spektakl „Firma”

TEATR NOWY | start 19

20.06 PIĄTEK

Nocne zwiedzanie Zamku

CK ZAMEK | start 22 | bilety: 15 zł

Spektakl „De repente fica tudo preto de gente”

CK ZAMEK | start 21 | bilety: 15 zł

American Musical Kaleidoscope & Swinging Chopin

SALA KONCERTOWA OSM II | start 19

21.06 SOBOTA

Taneczny spektakl „Drumming”

AULA WSNHID | start 19 | wstęp wolny

Cananapa vol. 2 – Poznań YoYo Battle

TWOJA STARA | start 20

23-24.06 PONIEDZIAŁEK

Spektakl „La Revolución

GALERIA JEZUITÓW | start 18

26.06 CZWARTEK

Spektakl „Madera”

PAWILON NOWEJ GAZOWNI | start 21 | bilety: 15 zł

27-28.06 PIĄTEK

Spektakl „Golgota Picnic”

CK ZAMEK | start 21 | bilety: 15 zł



„Golgota Picnic” to jeden z ikonicznych spektakli reżysera – Rodrigo Garcia – pokazywany był już w wielu krajach, wszędzie wywołując wśród widzów duże emocje, od zachwytu i oczyszczenia po oburzenie. Spektakl poraża niezwykłym połączeniem krytycznego przekazu, silnych obrazów, muzyki i poezji. Jest ironiczny, obsceniczny i ekscesywny, ale proponuje też sceny wywołujące skupienia, pozwalające na wyciszoną kontemplację.



TARASY *Cytadeli'*

Restauracja czynna cały rok
Poniedziałek-Piątek od 10⁰⁰ do 23⁰⁰
Sobota-Niedziela od 10⁰⁰ do 01⁰⁰


Wszystkie zamówienia są na bieżąco przygotowywane ze świeżych,
regionalnych produktów.
Czas oczekiwania na potrawy od 15 do 45 minut

Kuchnia przyjmuje zamówienia
Niedziela-Czwartek do 21⁰⁰
Piątek-Sobota do 23⁰⁰

Oferujemy catering i zamówienia na imprezy okolicznościowe

Obowiązuje obsługa kelnerska w części restauracyjnej

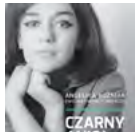
Możliwość płacenia kartą płatniczą
www.TarasyCytadeli.pl

Polub nas! 

www.facebook.com/TarasyCytadeli

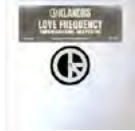


KSIĄŻKA


Czarny anioł. O Ewie Demarczyk | Angelika Kuźniak, Ewelina Karpacz-Oboładze | wyd. Znak

Droga Czarnego Anioła polskiej piosenki do artystycznej wielkości – tak zapowiadana jest książka dwóch pań - Kuźniak i Karpacz-Oboładze. Zamiarem autorek jest oddanie czci jednej z największych artystek polskiej piosenki – jej silnej osobowości i charyzmie, która uczyniła z niej legendę i talentowi, który sprawiał, że literaturę z najwyższej półki przekuwała w piękne piosenki. Próbuje odpowiedzieć na pytania, dlaczego piosenki Demarczyk żyją i są nieustannie przypominane na polskich estradach, łacząc fałszem w innych, nowszych aranżacjach. Pomagają im w tym Zygmunta Konieczny, Andrzej Zarycki i przyjaciele z krakowskiej Piwnicy pod Baranami.

MUZYKA


Klaxons - Love Frequency

New rave indie rock, acid-rave sci-fi punk rock, psychedelic progressive pop...jakkolwiek by nie nazwać muzyki granej przez londyńczyków, jest powiemem świeżości nie tylko na brytyjskiej scenie. Pierwszy singiel „Gravity's Rainbow” wydany został jedynie w 500 egzemplarzach na płytach winylowych osobście ozdobionych przez członków zespołu. Od tego czasu minęło 8 lat, a w międzyczasie muzycy zdążyli wystąpić m.in. z Rihanną. Najnowsza płyta „Love frequency” jest trzecią w dorobku muzyków. Zgodnie z zapowiedziami ma trafić do sklepów 16 czerwca. W produkcji pomogli m.in. James Murphy i Chemical Brothers.


Body Count - Manslaughter

Tak jak nazwa Body Count może nie być tak powszechnie znana, tak nazwisko frontmana grupy jest już szerzej znane. Chodzi o rapera Ice-T, który w 1990 roku założył Body Count z Ernielem C (odpowiada za muzykę). Zespół od zawsze wywoływał wiele kontrowersji – ich utwór „Cop killer” krytykujący skorumpowanych policjantów przez wielu odbiorców został uznany za nawołujący do przemocy wobec stróżów prawa, a więc niebezpieczny. Tytuł nowego albumu oraz singla, który go zapowiada („Talk shit, Get shot”) wskazują na to, że nic się w tej kwestii nie zmieniło. Ice-T jako autor tekstów nadal hołduje swej zasadzie, że bardziej straszne od wymyślonych opowieści rodem z horroru, są historie z życia ulicznych gangów.

FILM


Michael Kohlhaas|Francja, Niemcy 2013 | reż. Arnaud des Pailières | wyk. Mads Mikkelsen, Delphine Chaillet

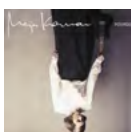
Tytułowy bohater wieździe dostatanie życie do czasu, gdy lokalny arystokrata narusza jego terytorium. Zbagatelizowany przez sąd, postanawia walczyć – formuje armię, morduje wrogów prawa i pustoszy okolicę. Historia rewolucjonisty, który w służbie sprawiedliwości zaczął iść po trupach, jest prawdziwa. Film od 13 czerwca w Kinie Muza.


Sztuka podróżowania | Jacek Pałkiewicz | wyd. PWN

Wydawnictwo PWN przygotowało nowe wydanie jednego z najlepszych kompendiów wiedzy o świecie podróży autorstwa Jacka Pałkiewicza. Co czyni to kompendium takim szczególnie? Dokładne informacje, praktyczne rady i niezastąpione wskazówki oparte na bagażu doświadczeń mądrego i niezmordowanego eksploratora. Książka przybliży piękny świat przygody, budzi marzenia, prowokuje do rozmyślań, wzbogacania swojej kultury i odkrywania świata na swój sposób. „Sztuka podróżowania” nadaje się na każdy wyjazd – jest źródłem inspiracji i siły. Każdy znajdzie w niej coś dla siebie – bez względu na to, gdzie i z kim się wybiera.


Matiyahu - Akeda

Matthew Matt Miller długo szukał, zanim uspokoił swoją buntowniczą naturę, odnalazł swoje miejsce na ziemi, muzyczną drogę i przybrał pseudonim Matiayahu, czyli po hebrajsku Mateusz, czyli „dar od Boga”. Czerwcowy album jest już piątym w dorobku artysty – opiewa na piętnaście utworów, w tym tytułowy „Akeda” na ostatniej pozycji. Wygląd okładki najnowszej płyty oddał w ręce swoich fanów. Zwycięski projekt autorstwa Jimmy'ego Ovadii najbardziej wyrażał koncepcję muzyka. A jest ona jak zwykle dojrzała i bogata w przemyślenia na temat religii, granic ludzkiego umysłu, moralności i wielu innych ważkich spraw. Transformacja muzyczna Matiayahu ciągle trwa i warto ją uważnie śledzić.


Maja Koman - Pourquoi pas

„Kobieta o stu twarzach”, „szatan o anielskim głosie”... to tylko kilka określeń debiutującej na muzycznym rynku Mai Koman. Urodzona w Poznaniu młoda kompozytorka i wokalistka próbowała swoich sił w tańcu, fotografii, malarstwie, a nawet charakteryzacji, w końcu została artystką multimedialną, a wieloletnie interdyscyplinarne doświadczenie pomaga jej realizować swoje niebanalne pomysły. Debiutancka płyta o francuskim tytule mieści w sobie mnóstwo ironii, żalu i melancholii, a jednocześnie zachwyca tekstowo. Mai towarzyszy kontrabas Piotra Masternaka, skrzypce Pawła Ersta, wiolonczela Roberta Wojnowskiego i elektronika Roberta Markiewicza. Ta muzyczna językowa podróż jest dowodem na to, że cisza potrafi krzyczeć.


O krok od sławy | USA 2013 | reż. Morgan Neville | wyk. reż. Morgan Neville | USA 2013 | 91 min

Dokument Neville'a opowiada o tych, bez których większość wielkich gwiazd muzyki popularnej nigdy nie odniosłaby takiego sukcesu. Mowa o utalentowanych chórzystach, którzy towarzyszą wielkim, pozostając anonimowymi. W swoim filmie Neville daje im szansę wreszcie wyjść z cienia i stanąć w pierwszym rzędzie. Film od 20 czerwca w Kinie Muza.



ŁAPU-PAPU ZWALNIAJĄ FAST FOODY

Łapu-Papu zrodziło się z głębokiego przekonania, że szybkie jedzenie na mieście może ze swobodą sprostać wymaganiom atrakcyjnej zdrowej żywności na miarę XXI wieku. Jest to koncept opierający się na idei slow-food, ale niekoniecznie tak 'slow', a także podchodzący pod street-food, ale bez nacisku na 'street', bo w komfortowych lokalach przy ruchliwych ulicach.

Smakotyki Łapu-Papu bez wątpienia rozkładają na łopatki stereotyp fast-foodowego biznesu pod względem jakości dań. Przygotowane ze świeżych starannie dobranych składników, podawane są w przyjaznej, luźnej atmosferze. I wyraźnie odzwierciedlają zamiłowanie do nowatorskich trendów kulinarnych i regionalnych tradycji z różnych zakątków świata.

Najpierw, z początkiem 2012 roku na Garbarach powstało Łapu-Papu Burger, kolebka zdrowych burgerów w Poznaniu kultywująca autentyczny sposób przyrządzania tej oryginalnej tradycji Stanów Zjednoczonych, wywodzący się sprzed obecnej dominacji McDonald's.

Niedawno, w lutym tego roku w Łapu-Papu Baguette na Kwiatowej, transformacji poddano rodzime zapiekanki, które oprócz klasycznej pozycji wzbogacono o praktycznie nieskończoną ilość możliwości łączenia ponad pięćdziesięciu świeżych składników idealnie pod indywidualny gust gości.

A już całkiem niedługo, w pełni tego sezonu letniego, Łapu-Papu umożliwi Poznaniakom i odwiedzającym nasze miasto rozkoszowanie się kolejnym amerykańskim przysmakiem bezpośrednio na płycie Starego Rynku. Więcej szczegółów o tej niespodziance w następnym wydaniu FreshMag.

Znajdź ŁP na FB

Łapu-Papu Burger: ul. Garbary 47, między Wodną a Wszystkich Świętych

Łapu-Papu Baguette: ul. Kwiatowa 1, niemal przy rogu z Półwiejską



PIĘKNE RAMIONA I PROSTE PLECY

**OLIWIA GUILHERME
ZAPRASZA NA TRENING**

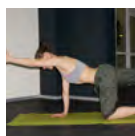


Olivia Guilherme - instruktorka fitness i trenerka personalna, posiada 11 lat doświadczenia w zawodzie. Na codzień spotkasz ją m. in. w klubie Nautilus Training Center w Poznaniu.

Piękne ramiona i proste plecy.

4 ćwiczenia, które wysmuklą Twoje ramiona i wzmocnią plecy. Przed właściwymi ćwiczeniami, wykonaj rozgrzewkę.

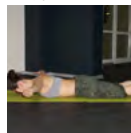
1. W podporze klęcznym.



=> Dłonie pod barkami, kolana pod biodrami. Wyciągnij w górę prawe ramię (dłoń kciukiem w stronę sufitu) i lewą nogę w tył. Proste ramię robi małe ruchy w górę i w dół.

=> Wykonaj max. ilość powtórzeń przez 1 – 2 min. Zamień strony.

Technika: mocno wciągnij brzuch, utrzymuj proste plecy i długą szyję.

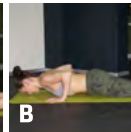


2. W leżeniu przodem.

=> Unieś tułów minimalnie nad ziemię, unieś ramiona w powietrze i kreśl nimi małe kółka.

=> Wykonaj max. ilość powtórzeń przez 1 – 2 min kręcąc ramionami w jedną stronę i później w drugą.

Technika: Utrzymuj długie plecy, szyja przedłużeniem kręgosłupa.

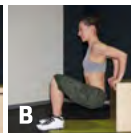
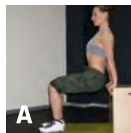


3. Pompki na kolanach.

=> Dłonie oparte na ziemi trochę szerzej niż barki. Ugnij łokcie, idź pionowo w dół i w górę.

=> Wykonaj max. ilość powtórzeń przez 1 – 2 min.

Technika: Mocno napnij brzuch i utrzymuj jedną linię ciała.



4. Pompki tyłem.

=> Oprzyj stopy o podłogę i dłoń o podwyższenie palcami skierowanymi do siebie (krzesło, stopień, etc.). Ściągnij łopatki i wydłuż szyję. Obniż ciało uginając łokcie i wróć w górę.

Uginając łokcie i wróć w górę.

=> Wykonaj max. ilość powtórzeń przez 1 – 2 min.

Technika: Trzymaj biodra blisko podwyższenia, nie blokuj łokci, kiedy jesteś w górze.

Możesz wykonać każde ćwiczenie niezależnie lub jeśli chcesz zrobić dłuższy trening, połącz je. Wtedy pomiędzy poszczególnymi ćwiczeniami zrób 30 sek. przerwy i cały obwód powtórz 3 razy.

Ciekawostka:

Czy wiesz, że pijąc zimną wodę spalisz więcej kalorii? Ciało zużyje dodatkową energię do jej ogrzania.

Spotkajmy się w klubie Nautilus Training Center, zapraszam Cię na trening! Koniecznie pobierz darmowy freepas ze strony: www.nautilus.pl

Nautilus Training Center

ul. Chwiałkowskiego 34, Poznań tel.: 61 8 339 581



ZAMÓW TELEFONICZNIE DO DOMU LUB ODBIERZ NA MIEJSCU

Piekary: 882 736 437 Franowo: 601 373 520

www.foodpatrol.pl / facebook.com/foodpatrolpl





**BAKER STREET
MUSIC CLUB**

DOBRE WYPIECZONY KLUB

PREZENTUJE

**BITCH
PLEASE**



DJ FIOŁAS DJ TAEK

CROSS KILLA CREW

HIP-HOP

R'N'B

PIĄTEK

21:00

DO 20 LISTA FB WSTĘP FREE