

# Náš REGION

## PLZEŇSKO – KARLOVARSKO

[www.nasregion.cz](http://www.nasregion.cz)

Zdarma každý týden

NEZÁVISLÝ MÍSTNÍ ZPRAVODAJ

19. ročník / číslo 12 / čtvrtek 21. 3. 2024

### A11 ENERGIE

Dodavatel elektřiny a zemního plynu

CHCI FÉR CENU ELEKTŘINY: +420 771 241 144  
CHCI FÉR CENU PLYNU: +420 778 466 020

[www.A11ENERGIE.cz](http://www.A11ENERGIE.cz)



INZERCE

ZDARMA

## Bosoboty leguano přicházejí do Varů!



Foto: Jan Branc

Foto: Archiv Petra Exnara

Skvělé barefootové boty značky leguano otevírají v Karlových Varech svou prodejnu. Jde celkem již o jejich čtvrtou pobočku v Čechách a na Slovensku. Pro jejího šéfa Petra Exnara jsou tyto boty srdeční záležitostí. Když si je poprvé obul, okamžitě jejich kouzlu podlehl a teprve ve čtyřiceti letech zjistil, že celý život chodil špatně. A že „bosoboty“ nabízí oproti klasické obuvi svobodu pohybu. Sám jich má doma přes dvacet párů.

**Sít prodejen německé barefootové obuvi značky leguano, kterou vedete, otevírá v Karlových Varech svou další pobočku. Kolikátou a proč právě zde?**

Jedná se o čtvrtou pobočku. První jsme otevře-

li v Praze 6 v Dejvicích 11. 11. 2015. Pak po delší odmlce následovala 22. 2. 2022 Trnava a 23. 2. 2023 jsme otevřeli v pasáži Černá růže v centru Prahy. No a 29. 2. 2024 slavnostně přestěhovali pásku pobočky

v Karlových Varech v Jugoslávské 8 ultramaratonec, propagátor zdravého životního stylu, trenér běhu a zakladatel běžecké školy Miloš Škorpil. A proč v Karlových Varech? Německý výrobce leguano otevřel první

pobočku leguano v roce 2013 v lázeňském městě. Barefoot leguano jsou o zdraví a o svobodě a které lázeňské město je v Čechách největší? Karlovy Vary byla jasná volba. Karlovy Vary jsou krásné město a mají své nezaměnitelné kouzlo.

**Jak se vůbec ve vašem životě objevily boty leguano?**

Manželka pracuje jako fyzioterapeutka, a když mi v roce 2013 řikala, že existují barefoot boty, příliš mě to nezaujalo.

**pokračování na str. 2**

### Z obsahu čísla

#### Rozhovor s Veronikou Arichtevou



Oblíbená herečka o svém manželovi, romantice, skvělých filmových i televizních rolích, rozpadu populárního tria 3v1 nebo o tom, jak miluje Thajsko a 60. léta.  
**více na str. 4 a 5**

#### Tuhnická lávka může být na zimu zvednutá



Tuhnická lávka v Karlových Varech by mohla být po dobu, kdy se očekávají vyšší hladiny Ohře, zvednutá. Lávka je na hydraulických pilířích, které ji v případě potřeby mohou zvednout mimo dosah zvednuté hladiny.

**více na str. 10**



Oslovily mě až v roce 2015 na fyzioterapeutickém veletrhu v Lipsku, kde bosoboty leguano vystavovali. Hned po vyzkoušení to byla láska na první obutí. Pochopil jsem, o čem žena mluvila. Po veletrhu jsme domluvili spolupráci. Plán zněl prodat pár set kusů.

Chodilo se v nich skvěle, ale jako klasický konzervativce potřebuji mít jistotu, že vše funguje naplno. Takže nastalo období pečlivého zkoušení a testování. Po prostudování spousty materiálů o bosobotách, jejich vlivu na celé tělo, jsem kompletně přešel na leguano. Nenašel jsem žádnou chybu. Prodeje se skvěle rozběhly a od té doby se průběžně zvětšujeme.

Většinou, kdo leguano obuje, tak už klasickou obuv nechce. Upřímně, jsou trochu návykové. Seznamovat lidi se zdravotním přínosem a filozofií bosobot leguano je pro mě poslání.

### Jaké jsou základní principy těchto bot?

Základním principem barefoot bot je nulový drop, tedy žádný podpatek a tenká, ohebná podrážka. Špička je dostatečně široká, aby prsty měly

dost místa, tvar boty kopíruje přirozený tvar chodidla. Bosoboty leguano mají unikátní, velmi flexibilní podrážku s polokouličkami, které skvěle zprostředkovávají chodidlům informace o terénu, po kterém se pohybují. Svršek bot je pružný a krásně se přizpůsobuje tvaru nohy. Celé chodidlo má volnost a pohybuje se tak, jak má. Jako při chůzi naboso.

Jsou to boty dobré náladý. Když si je člověk nazuje, tak za chvíli ani necítí, že je má. A vesměs se usmívá. Stimulace reflexních bodů na chodidle je velmi příjemná. V botách leguano chůzi procítíte, nic netlačí, nedře, cítíte se jako v papučkách.

### Když to řeknu trochu „ezo“, v barefootech jste ve spojení s energií matky Země?

Dá se to tak říct. Člověk naboso nebo v bosobotách chodí vědomě. Nebo by měl, pokud si nechce ublížit. Je potřeba zkrátit krok, zpomalit, našlapovat měkce na celou patu nebo chodidlo, zapojovat prsty do odrazu, všimát si terénu, okolí... to vše ho přivádí k vnímání přítomného okamžiku.



Ze slavnostního otevření nové prodejny v Karlových Varech.

### Mají i fyzioterapeutický účinek na tělo?

Největším přínosem bosobot je, že nebrání chodidlům ve správném, přirozeném pohybu a ochraňují ho před zraněním. Takto prostě zní základ ke správnému používání nejen chodidel, ale celého těla. Například

i jen malý podpatek mění těžiště těla, svalové řetězce pracují trochu jinak, mohou se přetěžovat kolena nebo záda, zkracují se Achillovy šlachy.

V barefoot může chodidlo správně pracovat, používat všechny svaly, šlachy, klouby, klenby, tělo má správnou základnu,

na které se může správně pohybovat.

### A není problém trochu vyšší cena bot?

Za problém to nepovažuji, protože investice do zdraví se nemůže nevyplatit, v budoucnosti se několikrát násobně vrátí. Z mé zkušenosti a pře-





svědčení jsou barefoot boty leguano ty nejlepší na světě a investovat do nich se rozhodně vyplatí. Navíc polovinu obchodu v Karlových Varech tvoří nabídka outletových modelů za velmi zajímavé ceny.

Bosoboty leguano mají patentovanou, velmi odolnou a přesto flexibilní podrážku, jsou ručně šité, vyráběné v Německu. Mohou se prát v pračce. Jsou velmi lehké, skvělé do města i na sport. V kufříku na dovolenou nezaberou moc místa a můžete v nich do moře. I řízení auta je v nich zážitek. Častokrát jsme slyšeli přirovnání, že leguano jsou mercedes mezi barefoot.

### Jak dlouho vydrží taková bota?

Jako klasická bota, tedy některá víc, některá méně. Životnost klasické boty je zhruba tisíc kilometrů. Je velmi důležité, jaký máte nášlap. Pokud v leguano budete chodit správně, váha těla se správně rozloží a boty vydrží víc. Pokud ale budete chodit špatně, například našlapovat na hranu paty, tak se ty „čuplíky“ na přetřezované části podrážky rychleji ochodí.

### Jste jednička na trhu barefootových bot v Česku?

To se úplně říct nedá, protože jsme nezačali jako první. Ale myslíme si, že jsme nejlepší. Největší jsou kolegové z naBOSO, kteří otevírají v Praze na Andělu již pátou prodejnu. Je zajímavé, že jsme shodou okolností začali v Dejvicích stejně jako oni. V jedné ulici. Takže jsme z Dejvic udělali takovou barefootovou velmoc.

### Kde se dá barefoot obuv leguano koupit?

Máme ještě prodejnu v Praze v Dejvicích. V roce 2022 jsme otevřeli značkovou prodejnu pro slovenské klienty v Trna-

vě, následovala prodejna v Černé růži a nyní v Karlových Varech. A potom máme asi padesát dalších velkoobchodních partnerů, kterým bosoboty leguano dodáváme. Stejně tak i firmě naBOSO, se kterou pořádáme 1. června Barefoot Fest.

### Asi máte i e-shop, což je v dnešní době hodně důležité...

Ano, i když upřednostňuji možnost vyzkoušet si barefooty v kamenné prodejně. Na e-shopu [www.leguano.cz](http://www.leguano.cz) jsme museli hodně zapracovat v době covidu. Velkými úpravami prošel v době uzavřených provozoven a ano, samozřejmě objednávky přes e-shop stále chodí. Pro slovenské klienty provozujeme e-shop [www.leguano.sk](http://www.leguano.sk).

Období covidu nebylo vůbec jednoduché, ale ukázalo nám, že to nejdůležitější, co lidé mají, je zdraví. Začali na něj více myslet a stalo se větší prioritou. Barefooty se začaly prodávat více a více.

### Jiné boty už na nohu nevezmete?

Jedině na fotbal, který hrajeme s kamarády.

### Klasické kopačky?

Už jen spíš sálou obuv. Vloni jsem vyzkoušel fotbal na umělé trávě v barefoot obuvi. Lidem bych to ale neradil. Jinak v barefootech leguano i běhám. Uběhl jsem v nich maratony i půl maratony. Řekl jsem si, že když už je prodávám, tak se v nich musím naučit nejen chodit, ale i běhat. Běhání v bosobotách obsáhne samostatný vědní obor. Je to složitější, zvláště pokud roky běháte v různých odpružených běžeckých botách. Chce to trpělivost, ale naučit se to dá. Plánujeme, že s Milošem Škorpilem budeme v karlovarské prodejně barefoot leguano v Jugoslávské ulici pořádát tréninky jeho běžecké školy.



Petra Exnara k „bosobotám“ přivedla jeho manželka, která pracuje jako fyzioterapeutka.

### Jakou budoucnost má podle vás tento byznys?

Optimistickou, stále více lidí si uvědomuje důležitost umožnění vlastnímu tělu zdravý pohyb a rozvoj. Nejvíce je to patrné u rodičů malých dětí. Velmi se zajímají o to nejlepší pro své ratolesti a často i oni přecházejí na barefoot obuv. Dělali jsme si takovou cimrmanovskou legraci – že do roku 2070 bude více lidí nosit barefoot než klasickou obuv. Takhle se u nás žertovalo asi před třemi roky. Ale čísla která teď máme, dávají naději, že by se to mohlo opravdu stát.

### A dnes je ten poměr jaký?

V loňském roce provedla agentura STEMMARK průzkum z kterého vzešlo že sedm procent lidí barefoot již vyzkoušelo, takže by to mohlo být sedm párů barefoot na 93 párů takzvané klasické obuvi. Ale na těch 51 na 49 by to za 30 let už být mohlo.

### Chcete být jako novodobý Baťa, který obuje Česko nově a zdravě?

To určitě chceme. Ale nejsme výrobci. Je to německá značka, kterou dovážíme, protože nám je jejich filozofie velmi blízká. Ale Baťa je nám vzorem. Líbí se nám jeho příběh. Baťa lidi obouval kvůli ochraně chodidel, my je přezouváme do zdraví.

### Dá se říct, že vašim klientům záleží na

### svém zdraví a víc přemýšlejí o přístupu k životu?

Ano, je to tak. Já mám takové heslo: I boss může být bos. Občas si všimáme, že někteří majitelé firem chodí naboso. Je to opravdu jistá životní filozofie. Jsme velice šťastní, že si k nám pro boty chodí uvědomělit sebestíjí lidé, kteří vědí, co chtějí a na svém zdraví jim opravdu záleží. ■

**Jitka Kačánová  
a Daniel Hudek**

## PETR EXNAR

- Vystudoval mezinárodní vztahy a evropská studia na Metropolitní univerzitě v Praze a dosáhl titulu doktor filozofie.
- Šest let strávil v předních funkcích Asociace prádel a čistíren. Od roku 2023 je prezidentem Asociace barefoot obuvi.
- V listopadu 2015 otevřel svou první značkovou prodejnu německé obuvi leguano v Dejvicích. V roce 2016 získal i výhradní zastoupení německé firmy leguano pro Slovenskou republiku. V roce 2022 přibyla pobočka v Trnavě, v roce 2023 pak v pasáži Černá růže v samotném centru Prahy. Od března 2024 s manželkou a americkými společníky spustil první e-shop s barefoot leguano na západním pobřeží USA v Portlandu.