

## Paměť rozhybe sudoku, tělo Bikram jóga

Vážení čtenáři, měsíc utekl jako voda a my opět přinášíme hromádku sudoku k luštění. Jsme rádi, že se vám líbí naše novinka: písmenné luštění. Již několik desítek dopisů jsme dostali k této inovační metodě: „Sudoku mě naučil luštit můj vnuk,“ píše paní Marie Krátká z Liberce, jež si pochvaluje, jak se jí díky našemu měsíčníku začala třibít paměť. „Dříve jsem občas na nákupu zapomněla něco koupit a teď se mi to už nestává,“ svěřila se nám.

Velkým příznivcem luštění se stal podle svých slov i prezident Václav Klaus, který si sudoku luští před spaním.

V. I. P. prostor dnes vě-

nujeme zpěvačce Iloně Csákové, která je v porotě soutěže Česko hledá Superstar. Novinky o projektech, kterých se účastní, přinášíme na str. 25 a kromě nich můžeme i vřele doporučit návštěvu Studia Bikram jógy v Praze 1, ulici Karolíny Světlé 8, kde jsme Ilonu Csákovou zastihli při slavnostním otevření. Ze nevíte, co to Bikram jóga je?

Bikram jóga je cvičení ve speciálních devadesátiminutových lekcích, které se skládají z 26 poloh a dvou dýchacích cvičení. Specialitou je, že se cvičí v sále, vyhřátém na 42 °C. Cvičení je vhodné pro každého, bez ohledu na stupeň pokročilosti, věku,

či méně vážným zdravotním kontraindikacím.

Přeji mnoho krásných chvil při luštění nebo při cvičení Bikram jógy a zůstávám s přátelským pozdravem

Jan Beer, vydavatel

### PRAVIDLA JSOU JEDNODUCHÁ!

Sudoku je jednoduchá číselná křížovka. Není nutné mít nějaké extra matematické zadání. V připravené tabulce o rozměrech 9x9 nebo 6x6 máte připraveno několik čísel a musíte doplnit všechna ostatní. Počet čísel a jejich rozmístění určuje obtížnost.

Cílem sudoku je vyplnit volná místa v hracím poli čísly od 1 do 9, přitom smí být každé číslo v každé vodorovné a svislé řadě a také v každém čtverci použito jen jednou. Při dosazování nás vede určité množství čísel již předem vyplněných.

Sudoku pochází z Japonska. Původní název „Suji wa dokushin ni kagiru“ byl však i pro Japonce příliš složitý. Proto název zjednodušili na Su (číslo) a doku (jednotlivý).

Zajímavou obměnou, se kterou se však pracuje na stejném principu, jsou písmenná či slovní sudoku. Hodně štěstí při luštění! REDAKCE

**2.**

4	7	8						9
6								
		9		6		1	8	
				9	5		1	4
			2		7			
8	5		1	3				
	9	4		5		6		
								8
1						7	2	5