

JAUNS UN STILĪGS

23

Sinners



IESKATS
FILMAS BADA
SPĒLES
PĒDĒJĀS
DALAS
TAPŠANĀ



Dīvainākās
Džonija Depa
lomas

PROJEKTS
«SPORTO VISA
KLAŠE»

PUSAUDŽU BIEDS:
PUBERTĀTE

VAI GRUPAI
PANIC! AT THE
DISCO DRAUD
IZJUKŠANA?

PŪKAINI,
SILTĪ,
STILĪGI
ZIEMAS
AKSESUĀRI

Uzārdēd

+DAVANĪNA



ONE
DIRECTION

PADARA SLAVENU
KARTUPELI

GARRIX

1,49 EUR
0412-1112.2015.

ISSN 1407 7167

9 771407 716099 23

Pastaiga.ru

MADE
IN
LATVIA

ЗВЕЗДА
ПО ИМЕНИ
СЧАСТЬЕ

ЛАЙМА

НЕЖНАЯ,
КРУТКАЯ,
ДЕСЛОТЛИВАЯ

СЛЕТАЙТЕ СЪ
НА СМЕТ -



ClairForm

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

3,29

ВАЛЕРИЙ МАЛЫГИН.

О ГЕРБОВЕ ВИЛНИОНЕ,
О ВКЛАДАХ И МЕНТАЛЬНОСТИ,
ОБ СКОТЕ И ЖЕНЩИНАХ

ЭКСОРЦИЗМ

КРАСОТА

САМЫЕ ДОРОГИЕ
ЛИЦА СТРАНЫ

Стильный журнал
о хорошей жизни

Найди свой стиль в меняющемся мире!

www.otkrito.lv

Развлекаем и информируем!



17

Стройка в «Дзинтари» не помешает Новой волне 2013»



24

Разные решения «голубого» вопроса



10

В «Виторган клубе» вновь выпивали и закусывали



4

15

6

9

12

30





Золотой голос России Николай Басиков (76) на несколько часов прервал в Латвию для того, чтобы принять участие в фестивале «Юрмала-2013».

«Юрмала-2013» — это фестиваль, посвященный юбилею Латвии. В этом году он проходит в Юрмале, столице Латвии. Николай Басиков, победитель конкурса «Золотой голос России», принял участие в фестивале и исполнил свои знаменитые песни. Он был тепло принят зрителями и получил много поздравлений. В этот вечер он исполнил песни «Любовь, я еду к тебе» и «С любовью к тебе». Николай Басиков — один из самых популярных артистов России. Его песни известны во многих странах мира. Он является лауреатом многих престижных музыкальных премий. В этот вечер Николай Басиков исполнил свои песни с большим успехом. Он получил много поздравлений и аплодисментов. Его выступление стало одним из самых ярких моментов фестиваля.



Николай Басиков — один из самых популярных артистов России. Его песни известны во многих странах мира. Он является лауреатом многих престижных музыкальных премий. В этот вечер Николай Басиков исполнил свои песни с большим успехом. Он получил много поздравлений и аплодисментов. Его выступление стало одним из самых ярких моментов фестиваля.

В этот вечер Николай Басиков исполнил свои песни с большим успехом. Он получил много поздравлений и аплодисментов. Его выступление стало одним из самых ярких моментов фестиваля.

В этот вечер Николай Басиков исполнил свои песни с большим успехом. Он получил много поздравлений и аплодисментов. Его выступление стало одним из самых ярких моментов фестиваля.

и обятия Баскова и Моисеева

Владим Моисеев и Ирина Баскова
на церемонии открытия в Москве
2014 года. Моисеев - олимпийский чемпион,
Баскова - олимпийская чемпионка.

Борис
Моисеев



Пора
в спортзал!



Ирина
Баскова
и Борис
Моисеев



Ирина
Баскова
и Борис
Моисеев

Петросян через три недели после операции на сердце вышел на сцену в Юрмале



Один из самых известных российских музыкантов Евгений Петросян (67) после перенесенной в середине июня операции на сердце вновь вышел на сцену в рамках ежегодного фестиваля «Юрмала 2013».

«Впервые за много лет», — заявил он в интервью «Юрмала 2013».

«Впервые за много лет», — заявил он в интервью «Юрмала 2013».

В последние годы Евгений Петросян перенес несколько операций на сердце. В начале июля он перенес операцию на сердце. В середине июня он перенес операцию на сердце. В середине июня он перенес операцию на сердце.

«Впервые за много лет», — заявил он в интервью «Юрмала 2013».





МОДА, КАЧЕСТВО И НИЗКАЯ ЦЕНА

Модные солнечные очки за 7⁹⁰ Ls

www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com
www.falmar.com

Falmar

www.falmar.com

Во время проведения шестого международного фестиваля юмора «Юмораны 2013» на улицах столицы снова курьезно встречались юмористы.

Скоропалкая Воробей

Скоропалкая Воробей — одна из самых известных юмористок столицы. Она участвует во многих юмористических конкурсах и фестивалях. В этом году она приняла участие в конкурсе «Юмораны 2013». Воробей — одна из самых известных юмористок столицы. Она участвует во многих юмористических конкурсах и фестивалях. В этом году она приняла участие в конкурсе «Юмораны 2013».



Блестящая мама Сова

Блестящая мама Сова — юмористка, известная своими выступлениями. Она участвует во многих юмористических конкурсах и фестивалях. В этом году она приняла участие в конкурсе «Юмораны 2013».



Мария Сальеро — Катя Дочь

Мария Сальеро — Катя Дочь — юмористка, известная своими выступлениями. Она участвует во многих юмористических конкурсах и фестивалях. В этом году она приняла участие в конкурсе «Юмораны 2013».



Будьте замечательны!

В субботу, 4 июля, в ресторане «Славянский» в Юрине состоялось традиционное заседание генерального «Виторган-клуба».

В этот вечер в ресторане «Славянский» Юрине состоялось заседание генерального «Виторган-клуба».

В «Виторган-клубе» вновь выпивали и закусывали



Слева направо: Елена Николаевна Мельниченко, Людмила Ивановна Мельниченко, Татьяна Александровна Мельниченко.



Слева направо: Елена Николаевна Мельниченко, Людмила Ивановна Мельниченко, Татьяна Александровна Мельниченко.



Д

В этот вечер в ресторане «Славянский» Юрине состоялось заседание генерального «Виторган-клуба».

В этот вечер в ресторане «Славянский» Юрине состоялось заседание генерального «Виторган-клуба».

В этот вечер в ресторане «Славянский» Юрине состоялось заседание генерального «Виторган-клуба».

В этот вечер в ресторане «Славянский» Юрине состоялось заседание генерального «Виторган-клуба».

Светлану Светличную в Юрмале похитили поклонники



Светлана Светличная и Юрий Шатунов в фильме «Бриллиантовая рука». Слева: Светлана Светличная и Юрий Шатунов в фильме «Бриллиантовая рука». Фото: РИА «Новости»

Легендарная советская актриса Анна Сергеевна из культовой советской комедии «Бриллиантовая рука», Светлана Светличная (72), после долгого перерыва была рада вновь оказаться в Прибалтике.

«Я» Светлана Светличная — одна из самых известных советских актрис. Она сыграла в более чем 100 фильмах, в том числе в культовой комедии «Бриллиантовая рука». В настоящее время она живет в Юрмале, Латвия. Светлана Светличная была замужем за Юрием Шатуновым. У них есть дочь, Анна. Светлана Светличная является членом Союза актрис Латвии.

Светлана Светличная была замужем за Юрием Шатуновым. У них есть дочь, Анна. Светлана Светличная является членом Союза актрис Латвии. Она сыграла в более чем 100 фильмах, в том числе в культовой комедии «Бриллиантовая рука». В настоящее время она живет в Юрмале, Латвия.

24 август
19:00

ЦЕЛГЕЯ

ВИШНЁВЫЙ САД

Мартиросян отдыхает в Юрмале



В центре Юрмалы на набережной моря в парке имени Г. Мартиросяна в субботу прошел первый этап международного турнира по пляжному футболу. В нем приняли участие команды из России, Украины, Беларуси, Казахстана, Латвии, Литвы, Эстонии и Польши.

Саме до основателя «Юрмалы» Слай, директор и телеведущий Гарик Мартиросян в компании с коллегами и детьми посетил пляж в парке имени Кеткой, директор Жасмен ТВ и сын-актер Армен

Саме до основателя «Юрмалы» Слай, директор и телеведущий Гарик Мартиросян в компании с коллегами и детьми посетил пляж в парке имени Кеткой, директор Жасмен ТВ и сын-актер Армен



Парк имени Г. Мартиросяна в Юрмале в субботу посетил Гарик Мартиросян в компании с коллегами и детьми. Вместе они посетили пляж в парке имени Кеткой, директор Жасмен ТВ и сын-актер Армен

Лазарева привезла детей в Латвию

лицо модели С



Популярная российская телеведущая Татьяна Лазарева (46) показала своим трем детям латвийский курорт.

Татьяна Лазарева, 46 лет, известная российская телеведущая, привезла своих трех детей в Латвию. Вместе с семьей она проводит отпуск на курорте. Лазарева с детьми в Латвию приехала в начале июля. В Латвию Лазарева привезла своих трех детей: старшую дочь Анастасию (12 лет), сына Артема (10 лет) и младшую дочь Софию (8 лет).

Лазарева с детьми в Латвию приехала в начале июля. В Латвию Лазарева привезла своих трех детей: старшую дочь Анастасию (12 лет), сына Артема (10 лет) и младшую дочь Софию (8 лет).

Лазарева с детьми в Латвию приехала в начале июля. В Латвию Лазарева привезла своих трех детей: старшую дочь Анастасию (12 лет), сына Артема (10 лет) и младшую дочь Софию (8 лет).

Лазарева с детьми в Латвию приехала в начале июля. В Латвию Лазарева привезла своих трех детей: старшую дочь Анастасию (12 лет), сына Артема (10 лет) и младшую дочь Софию (8 лет).

29-летний Прохор Шаляпин женится на своей богатой 51-летней возлюбленной

Возможно, в ближайшее время Шаляпин будет женат на своей богатой возлюбленной. Об этом сообщает издание "АиФ". По словам источника, Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.



Шаляпин и его возлюбленная. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.

Прохор Шаляпин, популярный эстрадный певец, женился на своей богатой возлюбленной. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.

Шаляпин и его возлюбленная. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.



Шаляпин и его возлюбленная. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.

Шаляпин и его возлюбленная. Свадьба прошла в закрытом кругу. Шаляпин и его возлюбленная уже поженились. Свадьба прошла в закрытом кругу.



Вера Брежнева показала свое лицо без макияжа

Лид участница группы «ВИА Гра» Вера Брежнева (37) решила показать в Instagram свои фото без макияжа, конечно показала фанатам, как же она выглядит в естественном виде.

К Вера Брежнева показала свои фото без макияжа. Конечно показала фанатам, как же она выглядит в естественном виде.

Стройка в «Дзинтари» не мешает «Новой волне-2013»



«Несмотря на активную стройку в «Дзинтари», «Новая волна-2013» проходит успешно. Работы по установке и настройке оборудования завершены, и в ближайшее время начнется трансляция. В этот момент

завершено и строительство в профиле. Строительство объекта завершено полностью. Установка оборудования завершена, все оборудование установлено, монтаж выполнен, монтаж на все оборудование будет выполнен. В ближайшее время начнется трансляция.

инженер Александров Александр Александрович. В этом году мы будем рады видеть вас на мероприятии. Мы будем рады видеть вас на мероприятии. Мы будем рады видеть вас на мероприятии.

сегодня в «Новая волна-2013» проходит успешно. Работы по установке и настройке оборудования завершены, и в ближайшее время начнется трансляция. В этот момент

Заставь друзей лопнуть от радости!



Мы рады видеть вас на мероприятии. Мы будем рады видеть вас на мероприятии. Мы будем рады видеть вас на мероприятии.

Частичка Азербайджана в Риге

3 июля в Друмилене состоялось открытие самого большого в стране Батлея ресторана азербайджанской кухни «Баур».



Новый проект «Баур» был открыт в Друмилене. Ресторан расположен в центре города. В нем представлены блюда азербайджанской кухни. Также в ресторане есть бар и танцевальный зал.

Ресторан «Баур» является самым большим в стране. В нем представлены блюда азербайджанской кухни. Также в ресторане есть бар и танцевальный зал.

В ресторане «Баур» представлены блюда азербайджанской кухни. Также в ресторане есть бар и танцевальный зал.



В ресторане «Баур» представлены блюда азербайджанской кухни. Также в ресторане есть бар и танцевальный зал.

Ресторан «Баур» является самым большим в стране. В нем представлены блюда азербайджанской кухни. Также в ресторане есть бар и танцевальный зал.

Новый проект «Баур» был открыт в Друмилене. Ресторан расположен в центре города. В нем представлены блюда азербайджанской кухни.



«Мы пережили Б



Моделью семьи Леола вернулась из Америки, где две недели делала благотворительную работу по городу. Походив для кино — продюсская 18-летняя дочка Кристиана, встреча с детьми от первого брака Бернарда Леола и посещение Бермудских островов, с которыми началась карьера в гостиничном бизнесе миллиардера управляющего отеля Grand Palace. Актриса Леола не была из Бермудских островов 25 лет.

Леола пришла в Америку, чтобы заниматься благотворительной работой. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына.

Былая роскошь

Леола была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына.

Леола и ее семья на красной дорожке. Фото: [неизвестно]

Э в начале 2010-х годов Леола была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына.

Леола была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына.

Леола была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына. Она была в Нью-Йорке, чтобы увидеть своего сына.

Здесь можно увидеть все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше.

Здесь можно увидеть все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше.

Вода — на все времена

Здесь можно увидеть все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше.



Здесь можно увидеть все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше.



Здесь можно увидеть все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше. В этом городе вы увидите все, что угодно, и даже то, что вы никогда не видели раньше.



В 2011 году телеведущая и журналистка Ирина Шейн покинула Россию



Ирина Шейн в 2011 году. Фото: Александр Смирнов/ТАСС

Сейчас как никогда актуальна тема края конструктивной информации, которая распространяется по всему миру. И если в России предпочитают игнорировать гайки и принимать законы, направленные против пропаганды гомосексуализма, то на Западе, наоборот, в одной стране за другой начинают одобрять браки. Латвийский журналист Карлис Страйнс с интересом ждет, когда это произойдет в штате Вашингтон, где он родился.

Российские гей-страхи

Вот уже третий раз в России принят закон, запрещающий пропаганду гомосексуализма среди несовершеннолетних. Этот закон, который вступает в силу с 1 сентября, запрещает распространять информацию, содержащую

направление на вовлечение в сексуально-интимные отношения несовершеннолетних. Также запрет на пропаганду распространяется на случаи, когда несовершеннолетние являются участниками брачных отношений. Кроме того, этот закон запрещает распространять информацию о гомосексуальности в школе, на территории образовательных учреждений.

Я «голубого» вопроса

Привет! Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной. Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной. Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной.

Привет! Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной. Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной.

Привет! Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной. Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной.

Привет! Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной. Я очень люблю общаться с вами и хочу, чтобы вы тоже любили общаться со мной.



Виктория Лопухина, телеведущая и актриса, рассказывает о своей жизни и работе. Она говорит о том, как важно поддерживать баланс между личной и профессиональной жизнью, и как это помогает ей оставаться активной и успешной.



«Вот так вот» — это не просто фраза, это способ общения, это способ сказать то, что вы действительно чувствуете. Это может быть и поддержка, и совет, и просто искреннее участие. Это может быть и просто фраза, это может быть и просто фраза, это может быть и просто фраза.



Мил... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

Встреча во Франции

Встреча во Франции... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

Михаил... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

...иногда... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

Пока нестрадал только Карен

Пока нестрадал только Карен... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

...иногда... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

...иногда... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...



Михаил... — говорит Михаил, улыбаясь. Он не знает, как сказать, что ему нравится. Он не знает, как сказать, что он любит. Он не знает, как сказать, что он хочет. Он не знает, как сказать, что он...

Т/Ц SKY&MORE, ДУНТЕС 19А, РИГА

THE|O

БОЛЬШАЯ
РАСПРОДАЖА

ДО **50%**

DIESEL GP FERRE *Armani* VALENTINO 
ARMANI *John* FRED PERRY VERSACE LIVE WISCHING
SEE BY CHLOE *Giuliano* PAL ZILERI Calvin Klein 

Акция в силе 11.07.2013 - 31.07.2013

ЧТО ВРАЧИ ТЕБЕ НЕ ГОВОРЯТ

Новая рубрика

ОТКРОЙ САМЫЕ БЕЗОПАСНЫЕ И ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ



Секрет вечной молодости
Секрет британского и китайского рынков!

Секрет вечной стройности

Вы хотите узнать, как стать стройнее, не прибегая к диетам и упражнениям? Узнайте, как это сделать, и вы сможете наслаждаться идеальной фигурой всю оставшуюся жизнь.

Основная причина лишнего веса — это нарушение обмена веществ. Организм не может эффективно использовать энергию, поступающую из пищи. В результате жир накапливается в организме, а вы становитесь толще. Чтобы вернуть нормальный обмен веществ, необходимо изменить образ жизни. Это включает в себя регулярные физические нагрузки, правильное питание и отказ от вредных привычек. Важно помнить, что процесс похудения требует времени и терпения. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Первая стадия

Первая стадия — это период, когда организм начинает адаптироваться к новым условиям. В это время важно соблюдать строгую диету и избегать стрессов. Организм должен привыкнуть к новому режиму питания. Это поможет запустить процесс похудения. Важно помнить, что первая стадия длится около 10-14 дней. После этого можно переходить к следующей стадии.

Вторая стадия — это период, когда организм начинает активно сжигать жир. В это время можно постепенно увеличивать физические нагрузки. Важно продолжать соблюдать диету. Организм должен привыкнуть к новому режиму питания. Это поможет запустить процесс похудения. Важно помнить, что вторая стадия длится около 10-14 дней. После этого можно переходить к следующей стадии.

В третья стадия — это период, когда организм начинает активно сжигать жир. В это время можно постепенно увеличивать физические нагрузки. Важно продолжать соблюдать диету. Организм должен привыкнуть к новому режиму питания. Это поможет запустить процесс похудения. Важно помнить, что третья стадия длится около 10-14 дней. После этого можно переходить к следующей стадии.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Важно помнить, что похудение — это длительный процесс. Не стоит ожидать быстрых результатов. Только комплексный подход поможет достичь желаемой цели.

Продукты, которые можно есть во время первой стадии диеты

Мясные продукты: говядина, курица, индейка, кролик, телятина.

Рыбные продукты: лосось, форель, скумбрия, сельдь, треска.

Овощные продукты: капуста, морковь, свекла, помидоры, огурцы.

Фрукты: яблоки, груши, апельсины, лимоны, лаймы.

Блюда: супы, салаты, запеканки, котлеты, тефтели.

Напитки: вода, чай, кофе, травяные настои.

Важно помнить, что во время первой стадии диеты необходимо соблюдать строгую диету. Не стоит употреблять продукты, содержащие много углеводов и жиров. Также важно избегать стрессов и регулярно заниматься физическими упражнениями.



Время стадии

Сначала вы можете использовать только один вид мяса. Например, курицу. Когда почувствуете, что можете справиться с несколькими видами мяса, добавьте к курице говядину, свинину, кролика, индейку, баранину и т.д.

Затем вы можете добавить еще один вид мяса. Например, свинину. Когда почувствуете, что можете справиться с двумя видами мяса, добавьте к курице и свинине говядину, кролика, индейку, баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с двумя видами мяса, добавьте к курице, свинине и говядине кролика, индейку, баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с тремя видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине и кролику индейку, баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с четырьмя видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине и кролику индейку, баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с пятью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику и индейке баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с шестью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику, индейке и баранине баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с семью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику, индейке, баранине и баранине баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с восемью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику, индейке, баранине и баранине баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с девятью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику, индейке, баранине и баранине баранину и т.д.

Когда вы сможете справиться с десятью видами мяса, добавьте к курице, свинине, говядине, кролику, индейке, баранине и баранине баранину и т.д.

Добавляйте новые продукты в следующем порядке:

- 10-й день: **Мясо, индейка.**
- 11-й день: **Курица.**
- 12-й и 13-й дни: **Восстановление индейки.** Если есть возможность добавить индейку, добавьте ее, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 14-й день: **Восстановление свинины.** Если есть возможность добавить свинину, добавьте ее, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 15-й день: **Восстановление баранины.**
- 16-й день: **Восстановление кролика.** Если есть возможность добавить кролика, добавьте его, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 17-й день: **Курица, кролик.** Если есть возможность добавить курицу и кролика, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 18-й день: **Свинина, баранина.** Если есть возможность добавить свинину и баранину, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 19-й и 20-й дни: **Курица.** Если есть возможность добавить курицу, добавьте ее, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 21-й день: **Свинина, баранина, кролик.** Если есть возможность добавить свинину, баранину и кролика, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 22-й день: **Курица, баранина, кролик.** Если есть возможность добавить курицу, баранину и кролика, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 23-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину и кролика, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 24-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик, индейка.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину, кролика и индейку, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 25-й и 26-й дни: **Свинина, баранина, кролик, индейка.** Если есть возможность добавить свинину, баранину, кролика и индейку, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 27-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик, индейка.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину, кролика и индейку, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 28-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик, индейка, баранина.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину, кролика, индейку и баранину, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 29-й и 30-й дни: **Свинина, баранина, кролик, индейка, баранина.** Если есть возможность добавить свинину, баранину, кролика, индейку и баранину, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 31-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик, индейка, баранина.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину, кролика, индейку и баранину, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.
- 32-й день: **Курица, свинина, баранина, кролик, индейка, баранина, кролик.** Если есть возможность добавить курицу, свинину, баранину, кролика, индейку, баранину и кролика, добавьте их, даже если есть мясо индейки, индейку и т.д.



Ужасная двадцатка!

Эти 20 продуктов чаще всего вызывают аллергическую реакцию и прибавление в весе. В начале списка есть продукты, которые чаще других вызывают аллергии.

Помимо того, что эти продукты являются источниками аллергенов, они также являются источниками избытка калорий. Если человек в среднем съедает в день около 2000 ккал, то эти продукты могут добавить к этому количеству еще 100-200 ккал.

Важно отметить, что эти продукты являются источниками не только аллергенов, но и избытка калорий. Если человек в среднем съедает в день около 2000 ккал, то эти продукты могут добавить к этому количеству еще 100-200 ккал.

Продукты, вызывающие аллергию

Аллергия — это реакция организма на определенные вещества, которые называются аллергенами. Чаще всего аллергия возникает на продукты животного происхождения и на некоторые растения. Симптомы аллергии могут быть самыми разными: от насморка и чихания до крапивницы и отека гортани. Если вы подозреваете у себя аллергию, лучше обратиться к врачу.

Самые распространенные продукты, вызывающие аллергию, — это молоко, яйца, пшеница, соя, орехи и морепродукты. Однако аллергия может возникнуть и на другие продукты, например, на фрукты и овощи. Если вы подозреваете у себя аллергию, лучше обратиться к врачу.

Важно отметить, что аллергия — это заболевание, которое может возникнуть в любом возрасте. Если вы подозреваете у себя аллергию, лучше обратиться к врачу. Также важно отметить, что аллергия — это заболевание, которое может возникнуть в любом возрасте. Если вы подозреваете у себя аллергию, лучше обратиться к врачу.



Эти продукты чаще всего вызывают аллергическую реакцию и прибавление в весе. В начале списка есть продукты, которые чаще других вызывают аллергии.

УЖЕ НА СЛЕДУЮЩЕЙ НЕДЕЛЕ!

Журнал с большим прицепом!

СЛЕДИТЕ ЗА ИНФОРМАЦИЕЙ

Актуальный журнал с
эксклюзивным контентом



Super Vilnia

Редукция, иллюстрация
и дизайн: Анна Мисюлишвили
www.supervilnia.lt

Completamente wireless 3D

Autoregolazione
della temperatura

Eccezionale
risparmio

Trasmissione wireless

Completamente
wireless 3D

Autoregolazione
della temperatura

Scopri
tutte le
possibilità
per il tuo
salotto
a living area

Il miglior modo di
vivere la tecnologia

EURONICS

Парный вы



Роман Тим, 45 лет, и Елена, 40 лет, в гольф-клубе. Роман в рубашке и пиджаке, Елена в рубашке и юбке. Роман и Елена

Мужчинам в рубашке и пиджаке, женщинам в рубашке и юбке. Роман и Елена



Виктор Гусев, 45 лет, и Елена, 40 лет, в гольф-клубе. Виктор в рубашке и пиджаке, Елена в рубашке и юбке. Виктор и Елена

Он в рубашке и пиджаке, она в рубашке и юбке. Виктор и Елена

Виктор Гусев, 45 лет, и Елена, 40 лет, в гольф-клубе. Виктор в рубашке и пиджаке, Елена в рубашке и юбке. Виктор и Елена

Он в рубашке и пиджаке, она в рубашке и юбке. Виктор и Елена



ИХОД

Кристина Гуркина
представительница
и организатор. Вместе со
Мариной Александровной
Курочкиной. Мария Курочкина
вместе со своей мамой

Возвращение к жизни
после перенесенной операции
на сердце. Счастливые моменты
жизни, когда можно снова
быть собой и любить мир
и людей.



Вместе с мамой
представительница
и организатор. Вместе со
Мариной Александровной
Курочкиной. Мария Курочкина
вместе со своей мамой

Возвращение к жизни
после перенесенной операции
на сердце. Счастливые моменты
жизни, когда можно снова
быть собой и любить мир
и людей.



mix
news

www.mixnews.tv



Мы знаем,
ВЫ ЧИТАЕТЕ



Российская Медиа Групп
+7 (71) 2 79 90 07

Март Джамалов (34)

Актер, режиссер, продюсер. В 2010 году основал студию «Медиа-Группа». В 2011 году основал телеканал «Медиа-Группа». В 2012 году основал телеканал «Медиа-Группа».



Джанна Дала (38)

Актер, режиссер, продюсер. В 2010 году основал студию «Медиа-Группа». В 2011 году основал телеканал «Медиа-Группа». В 2012 году основал телеканал «Медиа-Группа».



**Светлана
Ерман (25)**

Актер, режиссер, продюсер. В 2010 году основал студию «Медиа-Группа». В 2011 году основал телеканал «Медиа-Группа». В 2012 году основал телеканал «Медиа-Группа».


Милла Джамалова (35)

Актер, режиссер, продюсер. В 2010 году основал студию «Медиа-Группа». В 2011 году основал телеканал «Медиа-Группа». В 2012 году основал телеканал «Медиа-Группа».



Милла Пюн (36)

Актер, режиссер, продюсер. В 2010 году основал студию «Медиа-Группа». В 2011 году основал телеканал «Медиа-Группа». В 2012 году основал телеканал «Медиа-Группа».


FOX UN  LG
Life's Good

PIEDĀVĀ

FOTOKONKURSU ROBEŽTILTS

7 fotogrāfi Latvijas fotogrāfi
no 12. jūlija - 7. augustam
Augšpusē: Instagram
Pakšpusē: Facebook
#robeztilts

Reālais sirdsmurka izraisītājs
jauno viedtālruni

LG optimus 



Visietales informācija
www.fox.lv/fox.com/foxtv.html

Сырники от Сергея Зверева



- Порция: 100 г
- Калорий: 150 ккал
- Вкус: сладкий
- Сложность приготовления: средняя
- Время: 15 мин



Экстремальный Сергей Зверев не только умеет играть на гитаре, но и умеет вкусно готовить. В этом году он решил порадовать своих подписчиков сырниками. Он утверждает, что это эффективнейший завтрак и легкий перекус. «Я очень люблю сырники, особенно с добавлением яблок. Вкусно, сытно, полезно. И можно сделать много вариантов: с яблоками, с бананом, с корицей, с изюмом, с орехами, с творогом и т.д.», — говорит Зверев. Он считает, что сырники — это идеальный вариант для перекуса.

Ингредиенты

- 1 стакан творога (100 г)
- 1 яйцо
- 1 столовая ложка сахара
- 1 чайная ложка соли
- 1 чайная ложка растительного масла

Сырники можно подавать с вареньем, медом, сметаной или просто с сахаром. Зверев рекомендует использовать для приготовления сырников только свежий творог. Также он советует не пережаривать сырники, чтобы они остались мягкими и сочными.

Приготовление

- Творог смешать с яйцом, сахаром и солью.
- Добавить растительное масло.
- Выложить смесь на сковороду и жарить до золотистой корочки.

Железный Арни курит сигару, не отходя от кассы

Экс-губернатор Калифорнии Арнольд Шварценеггер (65) во время пребывания в Лондоне отправился в магазин сигар.



После того, как он ушел из политики, Арнольд Шварценеггер начал заниматься бизнесом. Он стал владельцем нескольких компаний, в том числе и в сфере недвижимости. В последние годы он активно занимается благотворительностью, поддерживая различные социальные проекты. Шварценеггер также является активным участником в развитии спортивной индустрии, особенно в области бодибилдинга и фитнеса. В последние годы он также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы.

Шварценеггер также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы. Он является активным участником в развитии спортивной индустрии, особенно в области бодибилдинга и фитнеса. В последние годы он также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы.

Шварценеггер также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы. Он является активным участником в развитии спортивной индустрии, особенно в области бодибилдинга и фитнеса. В последние годы он также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы.

Шварценеггер также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы. Он является активным участником в развитии спортивной индустрии, особенно в области бодибилдинга и фитнеса. В последние годы он также активно занимается политикой, выступая за различные социальные и экономические реформы.

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки



Курьезная фотография Мадонны (34) попала в известнейший американский журнал, и это не могло не отразиться на ее теле.



Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки



Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Мадонна показала ОЧЕНЬ мускулистые руки

Внимание, конкурс! Выпуск 2010 года олимпийского ДНЕВНИКА



КОНЦЕРТ МУЗЫКАЛЬНЫХ
ФОНТАНОВ

ВСТРЕЧА В ГОРОДЕ



Исполнительский состав:
Илона Батталов, Асия Исламбекова
Дирижер:
Илья Канторов и Роланд Штайнберг

27.07. Гулбено
3.08. Саулкрасты
8.08. Алуксне
10.08. Айзкраукле
16.08. Талси
23.08. Бауска
31.08. Прейли

Время работы: понедельник - четверг, выходные дни
и праздники не работают. Сайт: www.fountains.lv

Спонсор: **ALFO**

Партнеры:

A'STUDIO

13 ИЮЛЯ
6.00 ВХОДА

25 лет
Юбилейный концерт

Все гости получают подарки

НАЗОР

6 августа
6.00 ВХОДА
18.30

Гарик Сукачев

Микки Рурк: «Я потерял свою внешность»

Актер, некогда
кандидатом
на пост президента
США Сиксизонна,
жалует об утра-
ченной привлек-
тельности.



Вспомните, как
было. Рурк — это
было. Идиотский
спонсор, который
делал из него идиота.
Он был идеальным
актером. Но как
только он начал
играть, он стал
идиотом. Он был
идеальным актером.
Но как только он
начал играть, он
стал идиотом.

...и он стал идиотом.
Он был идеальным
актером. Но как
только он начал
играть, он стал
идиотом. Он был
идеальным актером.
Но как только он
начал играть, он
стал идиотом.

...и он стал идиотом.
Он был идеальным
актером. Но как
только он начал
играть, он стал
идиотом. Он был
идеальным актером.
Но как только он
начал играть, он
стал идиотом.

...и он стал идиотом.
Он был идеальным
актером. Но как
только он начал
играть, он стал
идиотом. Он был
идеальным актером.
Но как только он
начал играть, он
стал идиотом.





Супергерои
 В этом выпуске мы расскажем о том, как создаются супергерои. Вы узнаете, как работают продюсеры, сценаристы и режиссеры. Мы также поговорим о том, как супергерои становятся звездами.



Судья
 В этом выпуске мы расскажем о том, как работают судьи. Вы узнаете, как принимаются решения, и как судьи взаимодействуют с другими участниками программы.

Судья
 В этом выпуске мы расскажем о том, как работают судьи. Вы узнаете, как принимаются решения, и как судьи взаимодействуют с другими участниками программы.



Супергерои
 В этом выпуске мы расскажем о том, как создаются супергерои. Вы узнаете, как работают продюсеры, сценаристы и режиссеры. Мы также поговорим о том, как супергерои становятся звездами.

СТВ NEWS
 19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS

19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS

19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS
 19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS

19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS
 19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS

19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS
 19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

STV NEWS

19:00 - 19:15
 19:15 - 19:30
 19:30 - 19:45
 19:45 - 20:00
 20:00 - 20:15
 20:15 - 20:30
 20:30 - 20:45
 20:45 - 21:00
 21:00 - 21:15
 21:15 - 21:30
 21:30 - 21:45
 21:45 - 22:00
 22:00 - 22:15
 22:15 - 22:30
 22:30 - 22:45
 22:45 - 23:00
 23:00 - 23:15
 23:15 - 23:30
 23:30 - 23:45
 23:45 - 24:00

ПЕРВЫЙ БАЛТИЙСКИЙ КАНАЛ ПРЕДСТАВЛЯЕТ



**БИТВА
ЭКСТРАСЕНСОВ
АПОКАЛИПСИС**

ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА!

ВЕДЬМЫ ПРОТИВ КОЛДУНОВ



СУББОТА, 17:05

ПЕРВЫЙ
БАЛТИЙСКИЙ
КАНАЛ