

NOWOŚCI

Index	Pełna nazwa tytułu	Cena	Częstotliwość	Opis tytułu
517534	12 MINUT NA TRENING	24.99	jednorazówka	<p>Kompleksowy przewodnik o tym, jak zbudować masę mięśniową, rozwinąć rzeźbę i spalić nadmiar tkanki tłuszczowej, opierając się wyłącznie na 12-minutowych sesjach treningowych możliwych do przeprowadzenia niekoniecznie na siłowni, lecz w domu lub plenerze i z wykorzystaniem podstawowego sprzętu (hantle, sztanga, drążek, piłka medyczna, mata). Publikacja adresowana do kobiet i mężczyzn, którzy nie mają czasu, chęci lub możliwości ponosić dużych nakładów czasowych na ćwiczenia, a pomimo to nie chcą rezygnować z szansy na metamorfozę. W książce zrezygnowano z porad z zakresu diety i suplementacji. Jest w niej tylko to, co niezbędne, żeby wywołać zauważalne skutki anatomiczne, nie wychodząc z treningiem poza objętość 12 minut.</p> <p>Obecne na rynku poradniki przemiany wymagały wdrożenia w życie drakońskich zmian - poczynając od zmiany diety, a kończąc na wygospodarowaniu na trening kilku godzin w tygodniu. W praktyce niewiele osób jest w stanie wytrzymać ten reżim i szybko porzuca realizację planu treningowego (lub wręcz nigdy nie czuje gotowości, żeby go rozpocząć).</p> <p>„12 minut na trening” oferuje zmiany wolniejsze i mniej widoczne, ale nie tak inwazyjne, przez co zawarty w poradniku plan treningowy ma szansę stać się trwałym elementem rozkładu dnia</p>

				„zwykłego" nie cierpiącego na nadmiar wolnego czasu, a nawet nieco leniwego czytelnika.
517321	ATENY	12.50	jednorazówka	
515159	AUTA 3 SASZETKI Z NAKLEJKAMI	2.50	jednorazówka	5 naklejek w saszetce z kolekcji filmowej AUTA 3.
515167	AUTA 3 ZESTAW STARTOWY	4.50	jednorazówka	Album do wyklejania + 1 saszetka z naklejkami z filmowej kolekcji AUTA 3.
41803X	AUTA KOLEKCJA FILMOWA	7.99	nieokreślona	Seria: AUTA KOLEKCJA FILMOWA Tytuł pierwszego numeru: NR 1. Książka z zadaniami i naklejkami, format 240x330 mm, ilość stron: 16 + 2 strony naklejek
417890	BAJKI CZYTAJKI	9.99	nieokreślona	seria klasycznych opowieści dla dzieci, które zaczynają samodzielnie czytać. Proste słowa, krótkie zdania i duża czcionka zachęcają do lektury książki. Ciekawa fabuła i barwne ilustracje rozwijają wyobraźnię dziecka. Dzięki pytaniom zawartym na ostatniej stronie rodzic może sprawdzić, czy dziecko zrozumiało treść bajki. Posłuchaj, jak czyta Twoje dziecko.
418099	BASTEI RAETSEL FUXX	9.90	dwumiesięcznik	krzyżówki
418013	BEZ CENZURY	4.90	miesięcznik	Miesięcznik społeczno-ekonomiczny, śledczy. Nawiązujący do poglądów śp. Stefana Kisielewskiego: nie mamy poglądów politycznych, tylko ekonomiczne, Kontrowersyjne tematy, niepokorne opinie, oryginalne tezy.
417300	BLAZE BAWIĘ SIĘ CZYTAM BUDUJĘ	14.99	nieokreślona	Seria książeczek typu „zrób to sam" Książeczka zawiera elementy go samodzielnego złożenia i zbudowania miasta gdzie swoje przygody przeżywa Blaze. Dodatkowo w każdej książeczce łamigłówki, labirynty i zagadki, a także plansza i postaci, po złożeniu których powstaje baza Psiego

				Patrolu. Zabawa, nauka i rozwijanie zdolności manualnych gwarantowane. Blaze i megamaszyny zapraszają do zabawy.
417386	BLAZE I MEGAMASZYNY. FILMOWE OPOWIEŚCI	24.99	jednorazówka	Seria książeczek „Filmowe opowieści” z przygodami Blazea i jego przyjaciół to wspaniała historyjka wydana jako książeczki w twardej oprawie i pięknej szacie graficznej uzupełniona płytą. W każdej książeczce mali czytelnicy znajdą opowiadanie oraz płytę DVD z bajkami. Blaze i megamaszyny bawić będzie dzieci przez ok. 55 minut . Wspaniała zabawa zapewniona.
513768	BLAZE I MEGAMASZYNY. RUCHOME OBRAZKI	9.99	jednorazówka	Książeczka dla dzieci z naklejką 3D
417998	DZIEŃ DOBRY MAŁOPOLSKA	2.00	miesięcznik	PRASA OGÓLNOPOLSKA REGIONALNA
41798X	DZIEŃ DOBRY WIELKOPOLSKA	2.00	miesięcznik	prasa ogólnopolska regionalna
517224	GRUZJA	12.50	jednorazówka	
417572	HISTORYJKI PODWÓRKOWE	5.99	nieokreślona	Seria zawiera pięknie ilustrowane proste historyjki o przygodach podwórkowych zwierząt. O tym, jak Kotek Trzepiótek polował na słoninkę O tym, jak wiosną Kogutek Filutek szukał zaginionego kurczaka O tym, jak latem konik Pomponik pojechał po jabłka do sadu O tym, jak jesienią Piesek Urwisek postanowił wyruszyć w świat Książki te rozwijają wyobraźnię, rozbudzają ciekawość świata, uczą empatii, wzbogacają słownictwo oraz wzruszają i bawią
517283	ISLANDIA	12.50	jednorazówka	
517240	KATALONIA	12.50	jednorazówka	
418021	KATARZYNA PUZYŃSKA GWIAZDA POLSKIEGO KRYMINAŁU	6.99	dwutygodnik	Saga kryminalna o policjantach z Lipowa. Opowieści łączą w sobie elementy klasycznego kryminału i

				<p>powieści obyczajowej z rozbudowanym wątkiem psychologicznym. Porównywane są do książek Agathy Christie i powieści szwedzkiej królowej gatunku, Camilli Läckberg. Książki Katarzyny Puzyńskiej są cenione za unikalny styl narracji, trzymającą w napięciu fabułę i doskonale dopracowane portrety psychologiczne bohaterów. W skład kolekcji wchodzi książki wydane w latach 2014-2017.</p> <p>Katarzyna Puzyńska (ur. 1985) – z wykształcenia psycholog. Przez kilka lat pracowała jako nauczyciel akademicki na wydziale psychologii. Teraz całkowicie skupiła się na realizowaniu swojej największej pasji, czyli pisaniu. W wolnych chwilach biega, spaceruje ze swoimi psami i jeździ konno. Uwielbia Skandynawię i Hiszpanię. Pochodzi z Warszawy, ale w dzieciństwie wiele czasu spędzała w niewielkiej wsi pod Brodnicą, gdzie toczy się akcja jej powieści.</p>
417661	KOLEKCJA DLA DZIECI FRANKLIN	4.99	dwutygodnik	<p>Zielony żółwik Fanklin, znany między innymi z filmów animowanych i seriali telewizyjnych, towarzyszy już kilku pokoleniom małych czytelników. W szkolnych i domowych perypetiach Franklina, jego relacjach z kolegami, rodzicami i siostrzyczką każdy kilkulatek odnajdzie własne rozterki i kłopoty, a co najważniejsze – dowie się, jak może sobie z nimi poradzić. To najważniejsza zaleta tych pełnych ciepła, doskonale czytających się na głos książeczek</p>
417653	KOLORUJĘ KREDKAMI	3.99	nieokreślona	<p>zawiera rysunki o prostych kształtach i wyraźnych konturach rozwija motorykę ręki uczy precyzji i koncentracji rozwija wyobraźnię</p>

				rozbudza ciekawość świata wzbogaca słownictwo zapewnia pożyteczne i miłe spędzanie czasu
517291	KORFU, LEFKADA, ITAKA, KEFALONIA, Z AKYNTHOS	12.50	jednorazówka	
517372	KORSYKA	12.50	jednorazówka	
517380	KRETA, RODOS, SANTORINI	12.50	jednorazówka	
517569	KUCHNIA PEŁNA ZIÓŁ	24.99	jednorazówka	Książka o gotowaniu stworzona wspólnie przez Ewę Chodakowską i Tomka Woźniaka, która idealnie łączy ich pasje. U Ewy to propagowanie zdrowego styl życia, u Tomka - tworzenie autorskich wersji potraw z różnych stron świata. Znajdziesz tu 42 przepisy na dania na każdą porę dnia (śniadania, obiady, przekąski i desery), dostosowane do rozmaitych upodobań (mięsne, wegetariańskie, z owocami morza). Wszystkie potrawy są pyszne, zdrowe i obłędnie pachną, bo do każdej z nich ich używa się świeżych ziół - przygotowując je, dowiesz się więcej o ich właściwościach czy najlepszych połączeniach z innymi produktami. Każde danie zostało opatrzone przez dietetyka informacją o wartości energetycznej i odżywczej, więc bez problemu dopasujesz je do swojej diety. Gotuj je, smakuj i częstuj nimi gości - wakacje to świetny moment, by pokazać, jakie z ciebie kulinarne ziółko!
517577	LEGO NINJAGO TCG SERIA 2 - MULTIPACK PLUS	19.99	jednorazówka	to specjalny zestaw przygotowany na czerwiec - miesiąc, w którym dzieci otrzymują prezenty z okazji zakończenia roku szkolnego i rozpoczynają wakacje. Zestaw zawiera aż pięć saszetek (czyli 25 kart), 2 karty limitowane, dwustronną planszę do gry oraz folder z regułami gry - dzięki czemu

				można właściwie rozpocząć grę już po odpakowaniu zestawu. Nazwa PLUS wskazuje na to, że w zestawie znalazły się karty limitowane, które nie są oferowane w standardowych saszetkach!
517356	LIZBONA	12.50	jednorazówka	
517216	MĄDRE BAJKI Z CAŁEGO ŚWIATA	9.99	jednorazówka	Wydanie jednorazowe. Książeczka plus 2 płyty cd z bajkami.
517364	MADRYT	12.50	jednorazówka	
418005	MŁODA LEGIA. WYDANIE SPECJALNE	19.99	kwartalnik	Legia Warszawa w zeszłym roku dokonała pozornie niemożliwego – jako pierwszy polski zespół od prawie 20 lat dostała się do fazy rozgrywek grupowych Ligi Mistrzów. A to był zaledwie początek „cudów”, niesamowitych emocji, a przede wszystkim pożądanego piłki nożnej. Oto specjalne wydanie magazynu „Młoda Legia” poświęcone niesamowitym ubiegłorocznym dokonaniom ekipy z ulicy Łazienkowskiej w Warszawie. Wspomnienia, ciekawostki, zestawienia, plakaty a także niesamowity prezent – torba, do której nie tylko wrzucisz potrzebne rzeczy, lecz przede wszystkim zamanifestujesz, który klub piłkarski skradł twoje serce!
418072	ORTOGRAFICZNA KOLOROWANKA-UMIEM NA SZÓSTKĘ	4.99	nieokreślona	Wesołe zadania ortograficzne dostosowane do umiejętności uczniów klas I-III, czyli zabawa z ortografią w tle! Dowcipne wierszyki i zadania, proste polecenia w stylu „wpisz ó lub u”, które pomogą utrwalić pisownię, „ułóż zdanie z rozsypanych wyrazów” (ćwiczenia na wielką literę), „znajdź wszystkie przedmioty na rz”. Przewodnikami będą w zależności od serii: książeczka, zwierzęta, dinozaury i pojazdy. Czarno-białe ilustracje

				można dodatkowo pokolorować (np. na konkretny kolor te elementy rysunku, w których nazwach pojawia się litera „ó”). Zabawy ortograficzne niosą wiele korzyści: utrwalają poprawną pisownię, ćwiczą spostrzegawczość, poszerzają wiedzę, wzmacniają sprawność manualną.
517259	PARYŻ	12.50	jednorazówka	
417394	PEPPA PIG. BAWIĘ SIĘ I UCZĘ	12.99	nieokreślona	Seria książeczek typu 'zrób to sam'. Książeczka zawiera elementy do samodzielnego złożenia i zbudowania świata w którym mieszka i bawi się Peppa i jej przyjaciele. Dodatkowo w każdej książeczce zabawy edukacyjne, labirynty i zagadki, a także książka do samodzielnego złożenia. Zabawa, nauka razem z Peppa Pig, która zaprasza do zabawy.
514098	PEPPA PIG. MALOWANY ŚWIAT	19.99	jednorazówka	Książeczka dla dzieci do kolorowania z farbkami i pędzelkiem.
51375X	PEPPA PIG. RUCHOME OBRAZKI	9.99	jednorazówka	Książki dla dzieci z naklejoną kartką 3D na okładce
514489	PEPPA PIG. WIELKIE KOLOROWANIE	19.99	jednorazówka	Wyczerpujące informacje o tytule: „Peppa Pig. Wielkie kolorowanie” to wspaniała propozycja dla dzieci, dzięki której otrzymują wielką kolorowaną (format A3) oraz ponad 100 naklejek. Kolorowanka jest duża, ale dzięki ręczce łatwa do trzymania i przenoszenia. Duża ilość naklejek to dużo zabawy.
418048	PLAYMOBILE BLUE	12.99	kwartalnik	na 36 kolorowych stronach zawiera komiksy, gry i quizy, związane z popularnymi postaciami znanymi wszystkim miłośnikom niezwykle popularnych klocków i zabawek. Dodatkowo pocztówki, plakaty, a przede wszystkim – oryginalne figurki PLAYMOBIL jako bezpłatny dodatek do każdego numeru! Figurki

				<p>przedstawiają najbardziej lubiane przez dzieci postaci ze świata PLAYMOBIL, każda z nich została wyprodukowana specjalnie na potrzeby czasopisma i nie jest dostępna nigdzie poza nim. Marka PLAYMOBIL jest powszechnie znana i ceniona jako producent wysokiej jakości zabawek dla dzieci, które są solidne, bezpieczne i promują powszechnie aprobowane wartości . Nie prezentują i nie promują przemocy, posiadają za to wiele walorów edukacyjnych, uznanych i docenianych przez ekspertów. Dokładnie te same cechy posiada nowy magazyn PLAYMOBIL.</p>
418056	PLAYMOBILE PINK	12.99	rocznik	<p>na 36 kolorowych stronach zawiera komiksy, gry i quizy, związane z popularnymi postaciami znanymi wszystkim miłośnikom niezwykle popularnych klocków i zabawek. Dodatkowo pocztówki, plakaty, a przede wszystkim - oryginalne figurki PLAYMOBIL jako bezpłatny dodatek do każdego numeru! Figurki przedstawiają najbardziej lubiane przez dzieci postaci ze świata PLAYMOBIL, każda z nich została wyprodukowana specjalnie na potrzeby czasopisma i nie jest dostępna nigdzie poza nim. Marka PLAYMOBIL jest powszechnie znana i ceniona jako producent wysokiej jakości zabawek dla dzieci, które są solidne, bezpieczne i promują powszechnie aprobowane wartości . Nie prezentują i nie promują przemocy, posiadają za to wiele walorów edukacyjnych, uznanych i docenianych przez ekspertów. Dokładnie te same cechy posiada nowy magazyn PLAYMOBIL.</p>
41770X	POŁĄCZ KROPKI	7.99	nieokreślona	<p>Połącz cyferki i pokoloruj obrazki</p>

				według wskazówek. Odpowiedz na pytania ukryte w wesołych rymowankach.
517232	PORTO	12.50	jednorazówka	
51733X	PORTO SERIA MICHELIN	12.50	jednorazówka	
517305	PORTUGALIA OD LIZBONY DO ALGARVE	12.50	jednorazówka	
517399	PRAGA	12.50	jednorazówka	
417378	PSI PATROL. FILMOWE OPowieści	24.99	jednorazówka	Seria książeczek „Filmowe opowieści” z przygodami piesków z Psiego Patrolu to wspaniała historyjka wydana jako książeczki w twardej oprawie i pięknej szacie graficznej uzupełniona płytą. W każdej książeczce mali czytelnicy znajdą opowiadanie oraz płytę DVD z bajkami o ulubionych bohaterach. Pieski z Psiego Patrolu bawić będzie dzieci przez ok. 55 minut. Wspaniała zabawa zapewniona.
513741	PSI PATROL. RUCHOME OBRAZKI	9.99	jednorazówka	Książki dla dzieci z naklejoną kartką 3D na okładce
509647	PSI PATROL. WIELKIE KOLOROWANIE	19.99	jednorazówka	Psi Partol. Wielkie kolorowanie" to wspaniała propozycja dla dzieci, dzięki której otrzymują wielką kolorowanę (format A3) oraz ponad 100 naklejek. Kolorowanka jest duża , ale dzięki rączce łatwa do trzymania i przenoszenia. Duża ilość naklejek to dużo zabawy.
41784X	PYSZNA KUCHNIA	4.99	kwartalnik	Tytuł z przepisami wykorzystującymi robot marki Thermomix. Nr 1/2017: Pieczemy z Thermomixem - ciasta z serem.
517313	RIWIERA CHORWACKA	12.50	jednorazówka	
517267	RZYM	12.50	jednorazówka	
517623	SMERFY. SMERFASTYCZNE ZADANIA	7.99	jednorazówka	"SMERFY. Smerfastyczne zadania" to książka typu acitivity. Zawiera mnóstwo zadań, rebusów, łamigłówek przeznaczonych dla starszych przedszkolaków i dzieci wczesnoszkolnych. W towarzystwie

				sympatycznych bohaterów popularnej kreskówki dzieci uczą się logicznego myślenia, ćwiczą spostrzegawczość i koncentrację oraz trenują umiejętności manualne.
417408	STRAŻAK SAM. BAWIĘ SIĘ I UCZĘ	12.99	nieokreślona	Seria książeczek typu 'zrób to sam'. Książeczka zawiera elementy do samodzielnego złożenia i zbudowania świata w którym mieszka i pomaga Strażak Sam. Dodatkowo w każdej książeczce gra planszowa, zabawy edukacyjne, labirynty i zagadki, a także książka do samodzielnego złożenia. Zabawa i nauka.
512613	STRAŻAK SAM. FILMOWE OPOWIEŚCI	24.99	jednorazówka	Książeczka „Filmowe opowieści” z przygodami dzielnego Strażaka Sama to wspaniała pouczająca opowieść wydana jako książeczki w twardej oprawie i pięknej szacie graficznej uzupełniona płytą. W każdej książeczce mali czytelnicy znajdą opowiadanie oraz płytę DVD z bajkami o ulubionym bohaterze. Strażak Sam bawić będzie dzieci przez ok. 55 minut . Wspaniała zabawa zapewniona.
513776	STRAŻAK SAM. RUCHOME OBRAZKI	9.99	jednorazówka	Książki story z naklejoną kartką 3D na okładce
418080	SUPER EXPRESS EXTRA KRZYŻÓWKI	4.99	półrocznik	SUPER EXPRESS EXTRA to zbiór ponad 100 krzyżówek panoramicznych, wykreślanek i szyfrokrzyżówek wraz z indeksem haseł. Pierwszy numer będzie zawierał zdjęcia , i nformacje oraz ciekawostki o największych gwiazdach PRL-u kina i telewizji m.in. Barbarze Brylskiej, Poli Raksie, Elżbiecie Sommer itp.
517348	TOSKANIA	12.50	jednorazówka	
41705X	TUPCIO CHRUPCIO. FILMOWE OPOWIEŚCI	24.99	jednorazówka	Seria książeczek „Filmowe opowieści” z przygodami Tupcia Chrupcia to książeczki w twardej

				oprawie i pięknej szacie graficznej. Dedykowane dla dzieci w wieku 2-7 lat. W każdej książeczce mali czytelnicy znajdą pouczające opowiadanie oraz płytę DVD z bajkami. Tupcio Chrupcio bawić będzie dzieci przez ok. 55 minut . Wspaniała zabawa zapewniona.
417416	WISSPER. BAWIĘ SIĘ I UCZĘ	12.99	nieokreślona	Seria książeczek typu 'zrób to sam'. Książeczka zawiera elemnty do samodzielnego złożenia i zbudowania świata w którym mieszka i bawi sie Peppa i jej przyjaciele. Dodatkowo w każdej książeczce zabawy edukacyjne, labirynty i zagadki, a także książka do samodzielnego złożenia. Zabawa, nauka razem z Wissper.
517275	WYBRZEŻE BUŁGARII	12.50	jednorazówka	
417734	WYDANIE SPECJALNE MAGAZYNU TVP ABC	19.99	kwartalnik	Pierwszy na polskim rynku edukacyjny magazyn dla dzieci w wieku 2,5 - 6 lat, o zakupie którego decydują rodzice. Uruchamia wyobraźnię i rozbudowuje ciekawość, inspiruje rodziców, którzy poprzez mądrą zabawę chcą rozwijać umiejętności i wiedzę swoich dzieci. Magazyn tworzony wspólnie z TVP, w oparciu o kanał edukacyjny dla dzieci TVPabc. W miesięczniku prezentowane będą treści atrakcyjne i wartościowe dla dzieci odpowiadające ich potrzebom i zainteresowaniom, propagowane będą pozytywne zachowania i postawy, prezentowane efektywne sposoby wykorzystania czasu wolnego i aktywizowania całej rodziny. W każdym numerze w powiązaniu z konkretnymi zadaniami, zabawami i łamigłówkami rodzice znajdą wskazówki dotyczące nie tylko tego, jak najskuteczniej pomagać dziecku,

				ale i jak najlepiej zadbać o siebie w procesie wychowawczym, zgodnie z zasadą, że szczęśliwa mama i tata to szczęśliwe dziecko. Każdy numer z najbardziej popularnymi i budzącymi zainteresowanie wśród dzieci gadżetami.
417807	WYDANIE SPECJALNE WYSOKICH OBCASÓW EXTRA	9.99	nieokreślona	Wysokie Obcasy Extra wydanie specjalne to 25 opowieści o dzieciństwie. O tym co ich ukształtowało opowiadają nam m.in. Biskup Pieronek, Dorota Maślowska, Jurek Owsiak, Maria Peszek, Czesław Moził, Krystyna Kofta, Maja Ostaszewska, Dorota Sumińska, Andrzej Grabowski, Agnieszka Glińska KS. Jan Kaczkowski, Magdalena Zawadzka.