

Obsah

ČÁST 1

Prolog	5
1 • Nezrozena k běhu	15
2 • Učím se běhat	27
3 • Prodyšná tkanina a s čím ji sladit	38
4 • Jsme jedna rodina	60
5 • Zranění	70
6 • Londýnský maraton	76
7 • Londýnský maraton – opět	94
8 • Běžkyní pro život?	112
9 • Běžecké výšiny	123
10 • Právo běhat	134
11 • Cílová čára	145

ČÁST 2

12 • Ženy, v jejichž stopách běháme	159
13 • Vy a zranění	170
14 • Aby to dobře šlapalo	186
15 • Nezůstávejte stranou	191
16 • Dokonalý běžecký styl	194
17 • Velká událost: Všechno, co potřebujete vědět o maratonu, ale bojíte se na to zeptat.	199
18 • Kouzelné tajemství	218
Poděkování	221