

D o p o r u č e n á l i t e r a t u r a

- | | |
|---|---------------------|
| Sto rad pro kondici, Kvapilík J., MUDr. | Olympia, Praha 1977 |
| Běh pro zdraví, Dostál E. | Olympia, Praha 1981 |
| Pohybem ke zdraví, Daněk K. | Olympia, Praha 1983 |
| Gymnastika pro každý den, Kos B., Štěpnička J. | Olympia, Praha 1980 |
| Hubneme pohybem, Hanušová J., Šmolík P. | Olympia, Praha 1981 |
| Boj proti otylosti cvičením a dietou, Šonka M., MUDr. a kol. | Olympia, Praha 1981 |
| Nebezpečný svět kalorií, Doleček R., MUDr. | Olympia, Praha 1980 |
| Aerobní cvičení, Cooper K., MUDr. | Olympia, Praha 1983 |
| Texty kondičního programu 12x12: | Sportpropag, Praha |
| + Kondiční program a test pro každého | 1978 - 1982 |
| + Záznamník Buď fit | |
| + Běh pro zdraví, zdatnost a radost | |
| + Kondiční gymnastika | |
| + FIT program v areálu zdraví | |
| + Kolik shodíš pohybem | |
| + Posilovací cvičení | |
| + Plavání pro radost i pro zdraví | |