

Použitá a doporučená literatura

- ALTER, M. *Strečink*, Grada, 1999.
- BORN, S. *The Endurance Athlete's Guide to Success*. www.e-caps.com.
- CLARKOVÁ, N. *Sportovní výživa*. Grada, 2000.
- COOPER, K. *Aerobický program pre aktívne zdravie*. Šport, 1990.
- HENDERSON, J. *Marathon Training*, Human Kinetics, 2002.
- CHOUTKA, M., DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Olympia, 1991.
- LYDIARD, A. *Jogging mit Lydiard*. Meyer-Meyer Verlag, 1994
- MARQUARDT, M. *Die Laufbibel*, Spomedis, 2009.
- NEUMANN, G., HOTTENROTT, K. *Das grosse Buch vom Laufen*. Meyer-Meyer Verlag, 2002.
- NEUMANN, G., PFÜTZNER, A., HOTTENROTT, K. *Trénink pod kontrolou*. Grada, 2005.
- PETRAČIČ, B., RÖTTGERMANN, F., TRAENCKNER, K. *Optimiertes Laufen*. Meyer-Meyer Verlag, 1997.
- PFITZINGER, P., DOUGLAS, S. *Road Racing for Serious Runners*. Human Kinetics, 1999.
- SOUMAR, L., SOULEK, I., KUČERA, V. *Laktát a tepová frekvence jako významní pomocníci při řízení tréninku*. CASRI Praha, 2000.
- TVRZNÍK, A., SEGEŤOVÁ, J. *Síla pro všechny*. Grada, 1998.
- TVRZNÍK, A., SOUMAR, L., SOULEK, I. *Běhání*. Grada, 2004.
- TVRZNÍK, A., SOUMAR, L. *Jogging*. Grada, 2004.
- TVRZNÍK, A., ŠKORPIL, M., SOUMAR, L. *Běhání – Od joggingu po maraton*. Grada, 2006.
- WESSINGHAGE, T. *Laufen*, BLV, 1996.
- WILMORE, J., COSTILL, D. *Physiology of Sport and Exercise*. Human Kinetics, 1998.