

# OBSAH



Úvod .....	5
Co si vzít s sebou .....	8
Zdravotní příprava .....	11
Nebezpečí na cestě .....	14
Stravování .....	16
Kam a jak .....	20
Kontaktní adresy .....	29
Orientační ceny .....	31
Základní fráze .....	33
Internetové adresy .....	46
Obrazová příloha (obrázky, mapy) .....	47
Obsah .....	65