

Obsah

10 Ať žije sport!

- 12 Správná volba
- 16 Kdy začít?
- 20 Sport a zdraví
- 24 Zlatá sportovní pravidla
- 28 Nepřátelé sportovce
- 29 Sportovní úrazy



30 Svět sportovců

- 32 Závody
- 36 Olympijské hry

42 Průvodce mladého sportovce

- 44 Zárodek přeborníka
- 46 Stát se přeborníkem při studiích
- 48 Sport jako povolání

52 Atletika

- 54 Stadion a vybavení
- 56 Sprint
- 58 Štafetové běhy
- 59 Překážkové běhy
- 60 Běhy na středních a dlouhých tratích
- 62 Ostatní běhy a chůze
- 64 Skoky
- 70 Vrh
- 74 Víceboje



76 Gymnastika

- 80 Gymnastika pro muže
- 84 Sportovní gymnastika
- 86 Umělecká gymnastika
- 88 Trampolína
- 89 Točení s hůlkou

90 Bojové sporty

- 92 Džudo
- 96 Karate
- 98 Aikido
- 100 Anglický box
- 102 Francouzský box
- 104 Zápás
- 106 Šerm



110 Vodní sporty

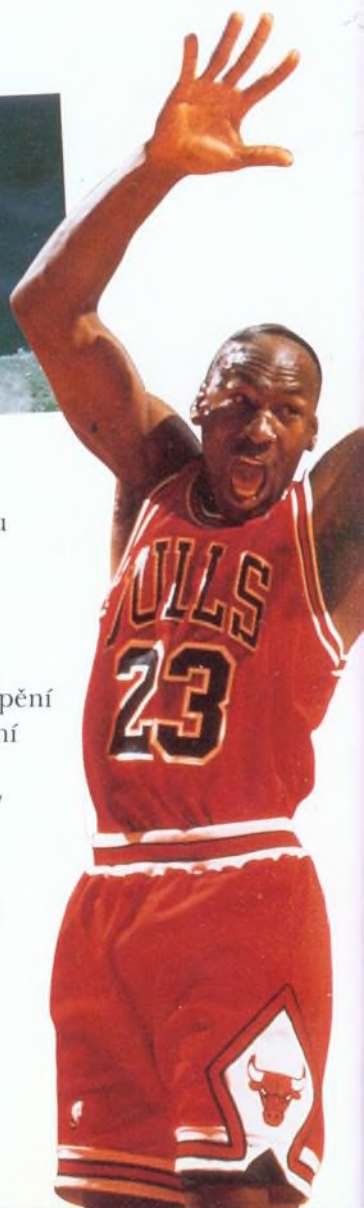
- 112 Potěšení kolem vody
- 114 Plavání
- 118 Synchronizované plavání
- 119 Skoky do vody
- 120 Vodní pólo
- 122 Jachting



- 128 Surfing
- 130 Prkno s plachtou
- 132 Vodní lyžování
- 134 Kanoistika
- 136 Veslařství
- 138 Říční sporty
- 140 Podmořské potápění
- 142 Sportovní rybaření

144 Míčové hry

- 146 Fotbal
- 152 Ragby v patnácti
- 156 Ragby ve třinácti
- 158 Americký fotbal
- 160 Basketbal
- 166 Házená
- 168 Volejbal
- 170 Plážový volejbal
- 171 Pěstová



172 Sporty s náradím a míčkem

- 174 Tenis
- 180 Stolní tenis
- 182 Badminton
- 184 Squash
- 185 Baskická pelota
- 186 Golf
- 190 Baseball
- 192 Pozemní hokej



194 Sporty ve zručnosti

- 196 Koulená
- 198 Biliár
- 199 Bumerang
- 200 Lukostřelba
- 203 Sportovní střelba

204 Sporty na sněhu, na ledě a na horách

- 206 Lyžování
- 208 Běh na lyžích
- 210 Alpské lyžování
- 212 Akrobatické lyžování
- 214 Skoky na lyžích
- 216 Surfing na sněhu
- 219 Jiné druhy lyžování
- 220 Krasobruslení
- 222 Rychlobruslení
- 224 Lední hokej
- 226 Sáňkařský sport
- 227 Boby
- 228 Horolezectví
- 229 Speleologie
- 230 Zlézání horské stěny



232 Jezdeckví

- 234 Člověk a kůň
- 236 Poznej koně
- 238 Jezdecké sporty
- 242 Pólo
- 243 Horse-ball

244 Sporty na kolečkách

- 246 Jízdní kolo
- 248 Silniční cyklistika
- 250 Dráhová cyklistika
- 252 Cyklokros
- 256 Motorismus
- 260 Automobilismus
- 266 Skateboard
- 268 Kolečkové brusle a bruslař



270 Sportovní létání

- 272 Řízení letadla
- 274 Plachtařství
- 276 Parašutismus
- 278 Rogalo
- 279 Paraglyding
- 280 Drak

282 Ostatní sporty

- 284 Rekreační sport
- 286 Silové sporty

288 Sport pro handicapované

- 290 Užitečné adresy
- 294 Rejstřík

