

<b>Když začínáme...</b> .....	5
Honzík dostal kolo .....	7
Honzík začíná v cykloškolce .....	8
Seznámení s jízdním kolem .....	9
Než nasedneme na kolo .....	11
Učíme se jezdit na kole .....	13
Už umíme jezdit .....	15
Co by měly děti na jízdním kole zvládnout .....	16
Učíme se základní dopravní předpisy .....	17
Kdo má na přechodu pro chodce přednost? .....	18
Poslouchat semafor se vyplatí! .....	19
Jedíme a chodíme vpravo! .....	20
Učíme se ukazovat odbočení .....	20
Kdy můžeme vyjet na silnici? .....	20
Čištění kola .....	23
Jak postupovat s očištěním kola? .....	23
Cykloškolka – závěrečný test .....	24
<b>...a když na kole jezdit umíme</b> .....	27
Honzík postoupil do cykloškoly .....	29
Druhy jízdních kol .....	30
Jízdní kola podle velikosti .....	30

Jízdní kola pro určitý terén .....	34
Zvláštní kola .....	40
Jednotlivé části kola .....	41
Světla .....	48
Doplňky k jízdnímu kolu .....	48
Nářadí .....	50
Přídavná zařízení k jízdnímu kolu .....	50
Příprava kola před jízdou .....	52
Jak správně nastavit sedlo? .....	53
Co na sebe? .....	56
Běžné oblečení .....	56
Cyklistické oblečení .....	57
Co si vezmeme na jednodenní výlet? .....	59
Cyklistická přilba .....	59
Jak přilbu vybíráme .....	60
Jak si přilbu nasazujeme .....	61
Jak chrání cyklistická přilba? .....	62
Jdeme koupit nové kolo! .....	62
Učíme se jezdit na kole .....	63
Než sedneme na kolo .....	64
Jak sedíme na kole? .....	64
Nácvik na menším kole .....	65
Jak na to? .....	65
Nácvik na velkém kole .....	66
Taktika jízdy .....	68

Nejedeme bez rozmyslu .....	69
Z kopce a do kopce .....	69
Učíme se měnit převody .....	71
Jak na to? .....	72
Nácvik zvláštních dovedností .....	73
Jak na to? .....	74
Jízda ve skupině .....	75
Oprava a údržba kola .....	76
Etapy údržby kola .....	77
Kontrola a údržba jednotlivých částí kola .....	78
Co s propíchnutou duší? .....	80
Nalepení záplaty na duši kola .....	81
Rychloopravy jízdního kola na cestě .....	82
Čištění kola .....	83
Co jízda na kole dětem přináší .....	86
Hurá na silnici! .....	87
Umíme dát znamení o změně směru jízdy .....	88
Chodíme a jezdíme VPRAVO .....	89
Rozeznáváme křižovatky .....	90
Poznáme uzavřenou a jednosměrnou silnici .....	92
Po chodníku – pěšky, nebo na kole? .....	93
Silnice neboli vozovka .....	93
Železniční přejezd .....	95
Závěrečné testy cykloškoly .....	97