

OBSAH

PROLOG	1
CO ROZUMÍME POD POJMEM VÝSTROJ A VÝZBROJ	2
JEDNODENNÍ VÝPRAVY	2
VÝPRAVY DVOUDENNÍ A VÍCEDENNÍ	3
VÍCEDENNÍ PUTOVÁNÍ - EXPEDICE	6
PĚŠÍ PUTOVÁNÍ NEBOLI OBYČEJNÁ TURISTIKA	6
CYKLOTURISTIKA	7
VODNÍ TURISTIKA	8
KRASOVÁ TURISTIKA	10
VYSOKOHORSKÁ TURISTIKA	12
ZIMNÍ PŘEJEZDY POHOŘÍ	16
PŘEHLED VÝSTROJE A VÝZBROJE, MATERIÁLY	16
PROSTŘEDKY K UDRŽENÍ TEPELNÉHO KOMFORTU	16
OBLEČENÍ	17
PŘEHLED MATERIÁLŮ POUŽÍVANÝCH NA OUTDOOROVÉ OBLEČENÍ	22
TÁBORNICKÉ OBLEČENÍ	24
TURISTICKÁ OBUV	25
SPACÍ PYTLE	29
IZOLAČNÍ PODLOŽKY	33
STANY	34
PROSTŘEDKY K ZAJIŠTĚNÍ ENERGIE	37
VAŘIČE	38
OCHRANA PROTI ZIMĚ A VĚTRU	41
NÁDOBÍ	42
JÍDLO - STRAVA	42
TRANSPORTNÍ PROSTŘEDKY	44
ZIMNÍ TRANSPORTNÍ PROSTŘEDKY, LYŽE, SÁNĚ, SNĚŽNICE	47
KOLA	50
PLAVIDLA	51
TURISTICKÉ LODĚ	52
LODĚ NA DIVOKOU VODU	54
NAFUKOVACÍ PLAVIDLA	54
PÁDLA	55
PROSTŘEDKY PRO ZAJIŠTĚNÍ BEZPEČNOSTI	56
PROSTŘEDKY PRO LETNÍ I ZIMNÍ VHT	56
PROSTŘEDKY PRO CYKLOTURISTIKU	58
PROSTŘEDKY PRO SPELEOLOGII	58
PROSTŘEDKY PRO VODNÍ TURISTIKU	58
PROSTŘEDKY K ORIENTACI	59
NÁŘADÍ	60
MINIMÁLNÍ ZDRAVOTNICKÉ ZABEZPEČENÍ	61
PSYCHICKÁ ODOLNOST	61
LITERATURA	63
OBSAH	64

