

O B S A H

	str.
Předmluva	3
I. Úvod	5
II. Společenský význam plavání	7
III. Vliv vodního prostředí a plavání na organismus člověka	10
IV. Využití plaveckých způsobů při oslabení pohybového systému	20
V. Využití plavání v pohybovém režimu osob různě zdravotně oslabených a postižených ...	31
VI. Metodické a organizační pokyny	36
VII. Doplnkové činnosti ve vodě pro zdravotně oslabené	42
VIII. Plavání a cvičení ve vodě při vertebro- genních potížích	44
IX. Závěr	47
Seznam použité literatury	49
Seznam doporučené literatury	50
Obsah	51