

---

# Obsah:

---

## I.

### Vzpomínky

<b>Fr. Plánička</b>	
Pánáct let v brance Slavia . . . . .	9
<b>Ženíšek</b>	
Pevnou vůlí k úspěchu. . . . .	25
<b>Jar. Burger</b>	
Moje fotbalové zážitky . . . . .	43
<b>Pešek-Káča</b>	
Co vše může dobrý footballista uvidět . . . . .	51
<b>Ant. Vodička</b>	
Kopaná, moje největší radost . . . . .	59
<b>Ing. Borecký</b>	
V cizích službách . . . . .	69
<b>Ol. Nejedlý</b>	
Moje mezinárodní zápasy . . . . .	77
<b>Olda Rulc</b>	
Vzpomínky na zájezdy . . . . .	90
<b>VI. Kopecký</b>	
Něco o sobě . . . . .	97
<b>Ant. Puč</b>	
Běh mého života, aneb jak se rodí levé křídlo . . . . .	106
<b>Fr. Cejnar</b>	
Více než čtvrt století fotbalovým rozhodčím . . . . .	123
<b>N. Novák</b>	
Rozhodčí má slovo . . . . .	130

# Zkušenosti

## I. *Footballové systémy.*

Ant. Vodička: Technická připomínka . . . . .	133
Dr. Pešek-Káďa: Různé systémy v kopané . . . . .	134
Jar. Burger: Football český, italský a maďarský . . . . .	138

## II. *Naši slavní hráči.*

Dr. Pešek-Káďa: O hráčích z let 1925—1943 . . . . .	141
Ol. Nejedlý: Srovnání našich národních jedenáctek z roku 1934 a 1943 . . . . .	145

## III. *Hra jednotlivých řad.*

Fr. Plánička: Úkoly brankáře . . . . .	147
Ženíšek: Chcete být dobrým obráncem? . . . . .	151
Dr. Pešek-Káďa: Hra zálohy . . . . .	153
Zd. Kopecký: Něco o hře středního útočníka a jeho uplatnění v novém WM systému . . . . .	157
Olda Rulc: Některé pokyny křídílům . . . . .	160

## IV. *Trening.*

Ant. Vodička: O treningu . . . . .	163
Olda Rulc: Trening, předpoklad úspěchu . . . . .	164
Ing. Borecký: Můj způsob treningu . . . . .	166
J. Burger: Důležitost treningu . . . . .	168
Franta Plánička: Trening brankářův . . . . .	169
Oldřich Nejedlý: Trening středního útočníka . . . . .	171

## V. *Životospráva a tělesná rovnováha sportovce.*

Ženíšek: Životospráva . . . . .	172
Fr. Plánička: Tělesná rovnováha sportovce . . . . .	174

## VI. *Úkoly rozhodčího.*

Fr. Cejnar: Dokonalý rozhodčí . . . . .	176
V. Novák: Rozhodčí, hráči a obecenstvo . . . . .	179

*VII. Úkoly klubového lékaře.*

Mudr. Václav Hojný: Lékař a kopaná . . . . . 182

*VIII. Výchovná a sociální stránka kopané.*

Ant. Vodička: Kolektivní výchova . . . . . 188

Ing. Borecký: Klady a nedostatky profesionálního footballu  
a pobytu v cizině . . . . . 190

*IX. Mladé generaci.*

Jar. Burger: Slovo k mladým . . . . . 194

Ant. Puč: Péče o dorost . . . . . 196

Ant. Vodička: Rady mládeži a jejím vychovatelům . . . 196

Ženíšek: Jak se stát vynikajícím? . . . . . 201