

## OBSAH

Úvod . . . . .	5
O vodě a lodích . . . . .	7
Lodi . . . . .	10
Vesla . . . . .	25
Ošetřování veslařského materiálu . . . . .	31
Rozbor tempa . . . . .	36
Veslování v praxi . . . . .	61
Veslování na lodích nepárových . . . . .	61
1. Základní výcvik . . . . .	61
2. Výcvik ve cvičném člunu . . . . .	67
Veslování na lodích párových . . . . .	75
Celoroční práce veslařského oddílu . . . . .	86
Kormidelník . . . . .	101
Start . . . . .	105
Závod . . . . .	107
Dýchání . . . . .	111
Životospóra a hygiena veslaře . . . . .	113
Veslování mládeže a žen . . . . .	118
Cvičitel . . . . .	124
Stručně o vývoji veslařství . . . . .	126
Doslov . . . . .	128
Literatura . . . . .	129
Slovníček cizích a odborných výrazů . . . . .	130