
OBSAH

<i>Úvod</i> (Oldřich Ondřej)	5
------------------------------	---

I.

<i>Atletika</i> (Petr Krátký)	9
-------------------------------	---

Sprint	12
Start	14
Vytrvalostní běh	16
Skok do dálky	20
Hod kriketovým míčkem	23
Kondiční trénink běžce pro zdraví	26
Kondiční posilování	28
Organizace soutěží v atletice	29

<i>Bruslení</i> (Dagmar Havránková)	31
-------------------------------------	----

<i>Lyžování</i>	49
-----------------	----

Běh na lyžích (Felix Chovanec)	49
Sjezd (Miloš Příbramský)	60

<i>Masové branné sporty</i> (Zdeněk Vojtíšek)	73
---	----

<i>Orientační běh</i> (František Dvořák)	76
--	----

<i>Plavání</i> (Taťána Preislerová)	88
-------------------------------------	----

<i>Triatlon</i> (Oldřich Ondřej)	101
----------------------------------	-----

II.

<i>Badminton</i> (Vojtěch Zoula)	104
----------------------------------	-----

<i>Boccia – koule</i>	108
-----------------------	-----

<i>Fresbee – létající talíř</i>	111
<i>Gorodky</i>	115
<i>Kroket</i>	120
<i>Ringtenis – kroužkový tenis</i>	125
<i>Softtenis</i>	128
<i>Stolní tenis (Karel Chyba)</i>	132
<i>Střelectví (Zdeněk Vojtíšek)</i>	142

III.

<i>Bikros (Zdeněk Vojtíšek)</i>	144
<i>BOAS – Branně orientační automobilová soutěž</i>	147
<i>Cyklotrial</i>	149
<i>Horské kolo – Mb – Mountain bike (Jaroslav Cihlář)</i>	150
<i>Jachtink (Jindra Černá)</i>	151
<i>Skoky na trampolíně (Ivo Fibiger)</i>	155
<i>Sportovní gymnastika (Vratislav Svatoň)</i>	161
<i>Sportovní potápění (Jan Bělohávek)</i>	172
<i>Tenis (Mirko Lekič)</i>	178
<i>Windsurfing (Jan Hruša)</i>	187