

OBSAH

ÚVOD (<i>Milan REJL</i>)	7
NEŽ SE VYDÁME NA ŘEKU (<i>J. ŘEPA</i>)	10
TECHNIKA JÍZDY	19
Výcvik a technika jízdy na pramci	19
Technika jízdy na kanoi	27
Jízda jednotlivce na kanoi (v singlu)	45
Výcvik a technika jízdy na kajaku	46
VÝBĚR VÝSTROJE	58
Oblečení	61
Stan a věci na noc	63
Skládání celých jehlanů	64
Skládání stanu typu „A“	66
Spací pytel	72
Věci na vaření	73
Tábornické nářadí	78
Věci k osobní hygieně a šití	78
OŠETŘOVÁNÍ A OPRAVY VYBAVENÍ	81
CO MUSÍME VĚDĚT O VODĚ	83
Umělé překážky na vodě	90
O KANOISTICKÉ ROVNOVÁZE	99
PLÁNOVÁNÍ CESTY	121
VYDALI JSME SE NA CESTU	128
TÁBOŘIŠTĚ	140
Ohniště a jejich úprava	142
Stavba stanů	146
VAŘENÍ	151

PRVNÍ POMOC 154

STAVBA A OPRAVY LAMINÁTOVÝCH LODÍ
(K. LIŠKA — J. ŘEPA) 162

NAŠE ŘEKY (V. TEKLÝ) 181

Vltava 185

Lužnice 194

Otava 197

Sázava 199

Berounka 201

Labe 203

Ohře 207

Morava 208

Dyje a Svratka 211

Dunaj 213

Váh 216

Hron 218

LITERATURA 220