

- 8** Fotomomenty: Ztraceni v davu
- 16** Lenka Kubková: První Češka se šestou hvězdou
- 24** 15 rad pro běhání v horku
- 26** Běhání v těhotenství: Na co si dát pozor?
- 32** 22 otázek pro manažera: Jan Havel
– Od sprintu po letišti k maratonu pod tři
- 36** Modré retro léto
- 42** Mám křečáky! Můžu nosit sportovní kompresky?
- 44** Funkční trika na léto:
Nechte se hýčkat materiály
- 52** Sluneční brýle za tisíce?
- 56** Závodní taktiky a jak na ně
- 62** S rudou hvězdou na hrudi
- 66** Ironmanská výzva:
Ironmanem na první pokus
- 72** SPECIÁL: Nejlepší boty na běh? Žádné!
- 84** Běžecký koncert bílého Američana
- 90** Alberto Salazar: Nesmíte nikdy polevit
- 94** Běhej lesy Jizerská 50 RUN
- 96** Mr. RUN Dan Orálek věří v restart
- 104** Vládli a vládnou česko-slovenskému maratonu
- 108** Marcela Joglová: Trenérka bez trenéra
- 114** Kam se legendy rády vracejí
- 116** Richard Zvolánek:
Ultra na ovoci a zelenině
- 126** Jan Kubíček: Laťka venku je hodně vysoko