

Kapitola	strana
Úvod (L.Havlíčková)	1
1. Metabolismus (J.Vránová)	3
2. Vnitřní prostředí (J.Vránová)	12
3. Krevní oběh (S.Bartůňková)	20
4. Dýchací systém (S.Bartůňková)	28
5. Exkrece (S.Bartůňková)	40
6. Termoregulace (S.Bartůňková)	44
7. Aktivní a pasivní pohybový systém (J.Melichna)	49
8. Neurohumorální regulace (L.Havlíčková)	73
9. Pohybové schopnosti (L.Havlíčková)	80
10. Příprava organismu k pohybové činnosti (J.Vránová)	88
11. Sportovní trénink (J.Melichna)	92
12. Únava a zotavení (L.Havlíčková)	119
13. Sexuální diferenciacce cvičení (L.Havlíčková)	125
14. Věkové diferenciacce cvičení (L.Havlíčková)	128
15. Výživa (R.Dvořák)	134
16. Pitný režim (P.Šrámek)	141
17. Vliv zevního prostředí na výkonnost (S.Bartůňková)	146
18. Biorytmy (S.Bartůňková)	153
✓ 19. Fysiologické a nefysiologické prostředky limitující výkonnost (J.Melichna)	157
20. Stres, zátěž a adaptace a její regulační mechanismy (J.Melichna)	179
Doporučená literatura	195