

Úvodem . . . . .		3
<b>I. PŘEDSPORTOVNÍ POUŽITÍ LYŽÍ</b>		
Lyžování v prvobytně pospolné společnosti . . . . .		5
Lyžování ve středověku . . . . .		12
Využití lyží pro vojenské účely . . . . .		15
<b>II. VZNIK A VÝVOJ LYŽAŘSKÉHO SPORTU</b>		
Skandinávie - kolébka lyžařského sportu . . . . .		18
Fridtjof Nansen . . . . .		22
Počátky lyžařství ve střední Evropě . . . . .		23
<b>III. VÝVOJ LYŽAŘSTVÍ V ČESKÝCH ZEMÍCH</b>		
Počátky našeho lyžařství . . . . .		32
Počátky závodní činnosti . . . . .		40
Lyžařská turistika . . . . .		46
Založení Svazu lyžařů . . . . .		49
Vývoj lyžařského sportu v ČSR . . . . .		53
Vývoj na Slovensku . . . . .		61
<b>IV. MEZINÁRODNÍ LYŽAŘSKÁ FEDERACE . . . . .</b>		
<b>V. VÝVOJ ZÁVODNÍHO LYŽAŘSTVÍ</b>		
Vývoj běhu na lyžích . . . . .		69
Vývoj skoku na lyžích . . . . .		72
Vývoj sjezdových disciplin . . . . .		78
<b>VI. VÝVOJ LYŽAŘSKÉ TECHNIKY A VYBAVENÍ</b>		
Lyžařské školy . . . . .		85
Vývoj techniky klasických disciplin . . . . .		97
Vývoj lyžařské techniky v ČSR . . . . .		100
<b>VII. PŘEHLED VÝSLEDKŮ HLAVNÍCH LYŽAŘSKÝCH ZÁVODŮ</b>		
Zimní olympijské hry a závody FIS . . . . .		102
Závody FIS a mistrovství světa . . . . .		120
Mistrovství zemí koruny české a ČSR . . . . .		130
<b>VIII. PŘEHLED LYŽAŘSKÉ LITERATURY</b>		
Světová lyžařská literatura . . . . .		146
Naše literatura . . . . .		150
Seznam použité literatury . . . . .		153