



14 Lidé

Petra Kamínková

Výbava

30

Srovnávací test
Ponožky pro běh v zimě



40 zdraví

Dřep a mrtvý tah
dají tělu sílu i zdraví

Trénink

50

Zdolejte jarní maraton
pod čtyři hodiny



76 závody

Skyrunning
Vrcholem sezony bude Chamonix