

PŘEHLED.

	Strana
III. Družstvo.	5
Rozvrh pro III. družstvo.	6
1. Změny visu.	7
2. Změny visu	7
3. Závěs	8
4. Podpor a změny podporu	8
5. Ručkování	9
6. Komihání	9
7. Obraty	10
8. Výmyky visem prostým	10
9. Výmyky závěsem	11
10. Vzepření závěsem	11
11. Toče závěsem	12
12. Mety únožmo	12
13. Mety odbočmo a přednožmo	13
14. Mety skrčmo	13
15. Odkoky	14
16. Podmety přes motouz	14
17. Výdrže	15
18. Opakování (1)	15
19. Opakování (2.)	16
20. Opakování (3.)	16

II. Družstvo	17
Rozvrh pro II. družstvo	18
1. Změny visu	19
2. Vis a změny visu	19
3. Změny visu	20
4. Změny závěsu	20
5. Ručkování	21
6. Komihání	21
7. Obraty	22
8. Výmyky (vis prostý)	22
9. Výmyky (vis prostý)	23
10. Výmyky (vis prostý)	23
11. Výmyky závěsem	24
12. Vzepření vzklopno	24
13. Vzepření vzklopno	25
14. Vzepření vzklopno	25
15. Vzepření závěsem	26
16. Vzepření závěsem	26
17. Vzepření jízdomo	27
18. Přemyky	27
19. Toče (vis prostý)	28
20. Toče závěsem	28
21. Toče závěsem	29
22. Mety únožmo	29
23. Mety zánožmo	30
24. Mety odbočmo	30
25. Mety skrčmo	31
26. Mety skrčmo	31
27. Mety roznožmo	32
28. Podmety	32

	Strana
29. Výdrže	33
30. Sřity	33
I. Družstvo	35
Rozvrh pro I. družstvo	37
1. Změny visu	39
2. Závěs	39
3. Přesedání	40
4. Ručkování	40
5. Ručkování (v toči a výdrži)	41
6. Komihání	41
7. Výmyky	42
8. Výmyky	42
9. Výmyky	43
10. Výmyky	43
11. Vis až vzepření	44
12. Výmyky až vzepření	44
13. Vzepření tahem	45
14. Vzepření tahem	45
15. Vzepření cukem	46
16. Vzepření cukem	46
17. Vzepření cukem	47
18. Vzepření vzklopno	47
19. Vzepření vzklopno	48
20. Vzepření vzklopno	48
21. Vzepření kmihem	49
22. Vzepření kmihem	49
23. Vzepření jízdmu	50
24. Vzepření závěsem	50

	Strana
25. Vzepření závěsem	51
26. Přemyky	51
27. Přemyky	52
28. Přemyky	52
29. Toče (visem prostým)	53
30. Toče (visem prostým)	53
31. Toče (visem prostým)	54
32. Toče (visem prostým)	54
33. Toče (visem smíšeným)	55
34. Toče (visem smíšeným)	55
35. Toče závěsem.	56
36. Toče závěsem	56
37. Mety únožmo	57
38. Mety zánožmo	57
39. Mety odbočmo	58
40. Mety přednožmo	58
41. Mety přednožmo	59
42. Mety skrčmo	59
43. Mety skrčmo	60
44. Mety přemetmo	60
45. Mety — přeskoky	61
46. Podmety přes motouz	61
47. Výdrže	62
48. Výdrže	63
49. Výdrže	63
50. Sřity	65
Cvičení zvláštní	65
