

OBSAH

Slovo k lektorovi	3
Ke komu vlastně mluvíme?	5
Jak vzniklo slovo turistika	5
Co je turistika	6
Opravdu nejsnadnější?	6
Nejméně riziková!	7
Jak turistiku dělíme	8
Organizovaná či neorganizovaná?	8
Podle druhů přesunu	9
Podle náročnosti a účelu	10
Sporty na turistiku navazující	12
Oč jde, když jdeme	13
Především tedy jde o kyslík	14
Rozhýbat nohy znamená pohnout srdcem	14
Chodit a běhat — to je správná věc	15
Terén pro turistiku dětí a mládeže	16
Dávkování turistiky	16
„Čert nikdy nespí“	18
Pro užitek nebo zážitek?	19
Brontosaurus to nepřežil	19
Literatura	21