

# Obsah

Předmluva .....	8
Ale mohl bys trošku zhubnout... ..	10
Nemocný obezitou .....	20
Život je kolotoč .....	41
Od devíti do pěti, nebo od pěti do devíti? .....	52
Jak jím dnes .....	62
Když se hubnutí zastavilo .....	70
Když to miluješ... ..	80
Hubnutí je v hlavě .....	90
Život v pohybu .....	102
Čas se zastavil .....	113
Doslov .....	120