

O B S A H

	Strana
Předmluva.....	3
Obecné základy nácviku techniky lehkootletických disciplín (B. Choutková, CSc.).....	5
Metodika nácviku techniky běhu (M. Bureš)	10
Metodika nácviku techniky nízkého startu (doc. K. Kněnický)	20
Metodika nácviku techniky rozestavného běhu 4x100 m (4x60 m, 4x50 m, 4x200 m) (E. Dostál, CSc.) ...	32
Metodika nácviku techniky překážkového běhu (B.Choutková, CSc.).....	42
Metodika nácviku techniky běhu na 1500 m překážek (O.Šťastný). ..	57
Metodika nácviku techniky skoku do dálky (J.Vacula, CSc.).....	61
Metodika nácviku techniky skoku do výšky (V. Velebil).....	77
Metodika nácviku techniky trojskoku (Zb. Příhoda).....	93
Metodika nácviku techniky skoku o tyči (Zb.Příhoda).....	111
Metodika nácviku techniky vrhu koulí (V. Vomáčka).....	126
Metodika nácviku techniky hođu diskem (V. Vomáčka).....	137
Metodika nácviku techniky hođu oštěpem (J.Šimon).....	147
Metodika nácviku techniky hođu kladivem (L.Koštejn, CSc.).....	166
Metodika nácviku techniky sportovní chůze (E.Dostál, CSc.).....	187
Organizace a rozhodování lehkootletických soutěží (O.Šťastný). ..	193
Literatura	203