

OBSAH

Úvodní slovo (Bohumír Roubal)	7
1. Historie florbalu v Čechách a ve světě (Tomáš Rambousek)	8
2. Sportovní trénink (Mgr. Miroslav Zítko, Mgr. Zdeněk Skružný)	10
3. Kompenzační cvičení (Mgr. Miroslav Zítko)	20
4. Systematika florbalu	23
Herní činnosti jednotlivce (Mgr. David Zlatník)	23
Činnost brankáře (Tomáš Kafka, Mgr. David Zlatník)	30
Herní kombinace útočné (Petr Harapát, Luděk Beneš)	35
Herní kombinace obranné (Mgr. David Zlatník)	39
Herní systémy (Mgr. Zdeněk Skružný)	41
5. Psychologie koučování a vedení družstva (Mgr. Zdeněk Skružný)	45
6. Výňatek z pravidel (Petr Černý)	47
7. Florbalová výstroj a výzbroj (Petr Ďarmek)	54
8. Systém soutěží v ČR (Tomáš Rambousek)	57
9. Přílohy	59