

# Obsah

## ČÁST 1

Prolog .....	5
1 • Nezrozena k běhu .....	15
2 • Učím se běhat .....	27
3 • Prodyšná tkanina a s čím ji sladit .....	38
4 • Jsme jedna rodina .....	60
5 • Zranění .....	70
6 • Londýnský maraton .....	76
7 • Londýnský maraton – opět .....	94
8 • Běžkyní pro život? .....	112
9 • Běžecké výšiny .....	123
10 • Právo běhat .....	134
11 • Cílová čára .....	145

## ČÁST 2

12 • Ženy, v jejichž stopách běháme .....	159
13 • Vy a zranění .....	170
14 • Aby to dobře šlapalo .....	186
15 • Nezůstávejte stranou .....	191
16 • Dokonalý běžecký styl .....	194
17 • Velká událost: Všechno, co potřebujete vědět o maratonu, ale bojíte se na to zeptat .....	199
18 • Kouzelné tajemství .....	218
Poděkování .....	221