

#### Běh na lyžích

trénujeme s Kateřinou Neumannovou  
E. Bolek, J. Ilavský, L. Soumar



Olympijská vítězka Kateřina Neumannová provází milovníky bílé stopy kompletním průvodcem běhu na lyžích. Dozvíte se nejen jak správně běhat, ale také jak dosáhnout lepších výsledků.  
16×24 cm, šitá vazba, 176 stran, 199 Kč, 8,56 €, ISBN 978-80-247-1371-7

#### Snowboarding

Oto Louka, Martin Večerka



Všem snowboardákům je určena knižka se spoustou instruktážních fotografií, zabývající se nejen základy jízdy, ale především freestylem i freeridingem, a která vám ukáže „jak na to“.  
16×24 cm, šitá vazba, 148 stran, 299 Kč, 14,90 €, ISBN 978-80-247-1378-6

#### Lyžování

od začátků k dokonalosti

Jiří Reichert, Dalibor Musil



Všem milovníkům zasněžených plání přinášíme novou moderní učebnici lyžování. Zkušební autoři vám na více než dvou stovkách barevných fotografií ukážou, jak postupovat při výuce základního lyžování, jak si poradit s pokročilou technikou a carvingovými oblouky. Vyznavačům volného ježdění budou přinášet informace o fresstylu a freeridingu. Každý zájemce jistě přivítá rady odborníků při výběru lyží.  
16×24 cm, šitá vazba, 192 stran, 199 Kč, 8,56 €, ISBN 978-80-247-1724-1

#### Aerobik

kompletní průvodce

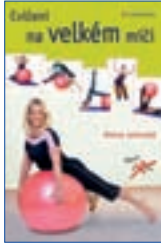
Marie Skopová, Jana Beránková



Publikace dává možnost využít jedinečnou kombinaci popisu jednotlivých forem, prvků a cviků aerobiku v knižní podobě a obrazového záznamu různých typů lekcí na příloženém DVD.  
16×24 cm, šitá vazba, 208 stran, 249 Kč, 10,71 €, ISBN 978-80-247-1746-3

#### Cvičení na velkém míči

Helena Jarkovská



Úspěšná kniha obsahuje více než 150 cvičení pro správné držení těla, k posilování problémových partií a k protahování zkrácených svalů. Je doplněna třemi kompletními cvičebními programy.  
16×24 cm, šitá vazba, 184 stran, 339 Kč, 16,50 €, ISBN 978-80-247-1751-7

#### Běhání

od joggingu po maraton

A. Tvrzník, L. Soumar, M. Škorpil



Kniha, doplněná o DVD, je kompletním „informačním servisem“ pro všechny běžce bez rozdílu výkonnosti a věku. Autoři připravili tréninkové programy zaměřené na různé výkonnostní skupiny.  
16×24 cm, 248 stran, 369 Kč, 18,19 €, ISBN 978-80-247-1220-8

#### Inline bruslení

bezpečně

Jiří Procházka



Zájemcům o aktivní pohyb na inlinech je určena tato kniha s výukovým DVD. Zkušený instruktor vás provede bezpečnou a zároveň zábavnou jízdou, od prvních krůčků až po pokročilé techniky.  
16×24 cm, šitá vazba, 96 stran, 269 Kč, 11,57 €, ISBN 978-80-247-3331-9

#### Florbal

kompletní průvodce

Jiří Kysel



Moderní učebnice florbalu je zaměřena na metodiku hry, herní činnosti jednotlivce, hru brankáře a výklad pravidel. Autor připravil 140 konkrétních herních cvičení a tréninkových jednotek.  
16×24 cm, šitá vazba, 144 stran, 249 Kč, 10,71 €, ISBN 978-80-247-3615-0

#### Volejbal

viděno třemi

Zdeněk Haník a kolektiv



Osobnost českého volejbalu přináší hráčům i trenérům jedinečný způsob výkladu volejbalové techniky - rozhovor trenéra, hráče a teoretika, který doplňuje více než 150 tréninkovými cvičeními.  
16×24 cm, šitá vazba, 344 stran, 399 Kč, 19,48 €, ISBN 978-80-247-2744-8

#### Fotbalový trenér

základní průvodce tréninkem

Jaromír Votík, Jiří Zalabák



Barevná publikace určená fotbalovým trenérům obsahuje ilustrovaný popis technických prvků, zaměřuje se na základní všeobecnou přípravu začínajícího fotbalisty a zabývá se didaktickými formami tréninkového procesu. Podstatnou část knihy tvoří zásobník jednoduchých pohybových i přípravných her a herních cvičení, určených k nácviku a zdokonalování herních dovedností hráčů v poli i brankáře.

16×24 cm, šitá vazba, asi 184 stran, cca 269 Kč, 9,95 €, ISBN 978-80-247-3982-3

#### Cvičení pro radost

4 týdny v pohybu

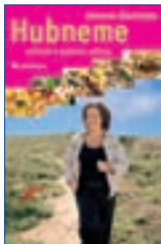
Václav Krejčík, Jana Altnerová



Kniha přináší pohled na zdravý životní styl očima Vaška Krejčíka – známého fitness trenéra a propagátora radostného způsobu života, s nímž si můžete projít čtyřtýdenní tréninkový cvičební program.  
16×24 cm, šitá vazba, 184 stran, 249 Kč, 12,18 €, ISBN 978-80-247-2031-9

#### Hubneme cvičením a správnou výživou

Johannes Roschinsky



Všem, kteří si chtějí upravit svoji stávající hmotnost, přinášíme jedinečný návod, jak na to. Úspěch zaručí kombinace vhodných stravovacích návyků a pravidelná tělesná aktivita.  
16×24 cm, 140 stran, 99 Kč, 4,85 €, ISBN 80-247-1747-6

#### Poprvé ve fitness centru

Martin Hojda

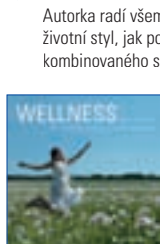


Kniha popisuje 123 konkrétních cviků rozdělených podle svalových skupin, které můžete cvičit ve fitness centru. Celý průběh pohybu každého cviku si můžete zkontrolovat na příloženém DVD.  
16×24 cm, 188 stran, 149 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-2152-1

#### Wellness

od vnějšího pohybu k vnitřnímu klidu

Hana Cathala



Autorka radí všem zájemcům o zdravý životní styl, jak pomocí aktivního pohybu kombinovaného se zdravou stravou a péčí o tělo i duši dosáhnout lepší fyzické i psychické kondice.  
23×21 cm, šitá vazba, 168 stran, 79 Kč, 3,95 €, ISBN 978-80-247-2323-5

#### Strečink

240 cvičení pro dokonalé protažení celého těla

Klára Buzková



Jedinečná publikace, určená všem rekreačním i výkonnostním sportovcům, přináší 240 podrobně popsanych a ilustrovaných cviků, rozdělených do šestnácti svalových skupin.  
16×24 cm, šitá vazba, 220 stran, 299 Kč, 14,90 €, ISBN 80-247-1342-X

#### Strečink

na anatomických základech

A. G. Nelson, J. Kokkonen



Na sedmdesáti konkrétních cvicích, rozdělených podle jednotlivých částí těla, se můžete přesvědčit, které svaly a jak správně protahovat. Všechny svaly jsou popsány česky i latinsky.  
16×24 cm, šitá vazba, 144 stran, 349 Kč, 17,19 €, ISBN 978-80-247-2784-4

#### Velká kniha posilování

Jim Stoppani



Kniha, určená kulturistům, silovým trojbojářům, výkonnostním i kondičním sportovcům a jejich trenérům, detailně popisuje všechny hlavní aspekty silového tréninku, ať již je jeho cílem nárůst svalové hmoty, nebo rozvoj svalové síly. Ucelený tréninkový návod obsahuje definice klíčových pojmů a postupů, výběr vhodných tréninkových prostředků a nejnovejších metod rozvoje jednotlivých svalových skupin a popis konkrétních cviků.

16×24 cm, šitá vazba, 440 stran, 469 Kč, 22,87 €, ISBN 978-80-247-2204-7

**Bestseller**

6933

## Bike manuál

**Vše, co potřebujete vědět o svém kole**  
Fred Milson

Vše, co potřebujete vědět o svém kole, naleznete v této publikaci, která v originále vyšla již popáté. Bikerům, cyklistům a sevismanům přináší jedinečný, bohatě ilustrovaný návod, jak si bicykl udržovat a případně i opravit. Na více než osmi stech barevných fotografiích najdete mnoho zajímavých tipů, jak seřadit jednotlivé komponenty, jak provést základní nutnou údržbu i jaké nářadí k tomu použít.

21×27 cm, šitá vazba, 192 stran, 449 Kč, 22,17 €, ISBN 978-80-247-2214-6



6960

## Cyklistika

**průvodce tréninkem**  
Ondřej Vojtěchovský, Jiří Sekera

Publikace je průvodcem cyklistickým tréninkem s konkrétními ukázkami tréninkových plánů, ale poradí i s vybavením a oblečením, seznámí se správnou technikou jízdy a zásadami bezpečnosti.

16×24 cm, šitá vazba, 184 stran, 299 Kč, 12,86 €, ISBN 978-80-247-2911-4



6945

## Bike

**dokonalá jízda v terénu**  
Holger Meyer, Thomas Rögner

Kniha seznamuje všechny zájemce s technikami extrémní jízdy v terénu - mimo jiné s bezpečným brzděním, projížděním zatáček a sjížděním serpentin, jízdou v kopci i po schodech a se skoky.

17×24 cm, šitá vazba, 128 stran, 299 Kč, 14,90 €, ISBN 978-80-247-2776-9



## Jak dokonale zvládnout... BAREVNÁ EDICE

6274

### Jak dokonale zvládnout carving

K. Částka, I. Kolovská, J. Votík

První publikace o carvingu, která krok za krokem pomáhá všem lyžařům bezpečně zvládnout správnou techniku jízdy. Autoři popsali a nafotili osmdesát zajímavých průpravných cvičení.

17×24 cm, pevná vazba, 112 stran, 199 Kč, 9,89 €, ISBN 80-247-1358-6



6944

### Jak dokonale zvládnout horské kolo

**vybavení – údržba – technika jízdy**  
Florian Haymann, Ulrich Stanciu

Populárně napsaná publikace vám poradí s výběrem vhodného kola i dalšího vybavení, s jeho údržbou, seznámí vás s technikou jízdy a ukáže, jak měřit tréninkovou zátěž a používat navigaci.

17×24 cm, šitá vazba, 128 stran, 249 Kč, 12,18 €, ISBN 978-80-247-2775-2



6281

### Jak dokonale zvládnout snowboarding

Lukáš Binter

Tato kniha, nazývaná abecedou snowboardingu, je praktickým průvodcem začínajících snowboardistů a rádcem pokročilých jezdců. Podle názorných fotografií se rychle naučíte jezdit.

17×24 cm, pevná vazba, 96 stran, 199 Kč, 9,89 €, ISBN 80-247-1509-0



6958

### Jak dokonale zvládnout kickbox

Klaus Nonnemacher

Moderní publikace z oblasti bojových umění nabízí popisy technik, řadu tipů a rad pro správné využití tréninkového náčiní v kickboxu i autorův popis přípravy na mistrovství světa.

17×24 cm, šitá vazba, 144 stran, 299 Kč, 14,90 €, ISBN 978-80-247-2836-0



6224

### Jak dokonale zvládnout indoorcycling

Hana Lepková a kolektiv

17×24 cm, pevná vazba, 96 stran, 99 Kč, 4,85 €, ISBN 978-80-247-1748-7



6279

### Jak dokonale zvládnout inline bruslení

Jiří Reichert, Jan Krejčíř

17×24 cm, pevná vazba, 96 stran, 199 Kč, 9,89 €, ISBN 80-247-1534-1



6924

### Jak dokonale zvládnout tenis

Vanda Koromházová, Denisa Linhartová

17×24 cm, pevná vazba, 112 stran, 199 Kč, 12,18 €, ISBN 978-80-247-2316-7



6953

### Jak se dokonale protáhnout

64 strečinkových cvičení při sportu, v kanceláři, v autě, na zahradě

Gunda Slomka, Petra Regelin

17×24 cm, šitá vazba, 124 stran, 149 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-2403-4



6291

### Kondiční příprava na golf

Vlasta Reicheltová

17×24 cm, pevná vazba, 104 stran, 99 Kč, 4,85 €, ISBN 978-80-247-1858-3



6938

### Perfektní domácí trénink

Wolfgang Mießner

17×24 cm, šitá vazba, 128 stran, 149 Kč, 6,41 €, ISBN 978-80-247-2591-8



## Ostatní

6965

### Jak přežít cokoli a kdekoli

Chris McNab

Kniha je uceleným manuálem dovedností potřebných k přežití v přírodě i městském prostředí, praktikovaných elitními jednotkami americké i britské armády. Dr. Chris McNab shromáždil řadu cenných informací odkrývajících základy přežití v každém prostředí, od polárních oblastí po rozpálenou poušť, a v jakýchkoli podmínkách, od pobytu v divočině až po napadení ve městě.

17×24 cm, šitá vazba, 320 stran, 399 Kč, 17,16 €, ISBN 978-80-247-3116-2

Bestseller



6967

### Sebeobrana pro ženy

Bedřich Ryč, Veronika Petru

Publikace s množstvím názorných fotografií seznamuje ženy všech věkových kategorií se sebeobranými technikami, a to s ohledem na jejich menší tělesnou konstituci a sílu ve srovnání s muži.

16×24 cm, 192 stran, 229 Kč, 9,85 €, ISBN 978-80-247-3145-2



6954

### Sebeobrana na ulici

Bedřich Ryč, Veronika Petru

Publikace přibližuje čtenářům bez ohledu na věk a sportovní zdatnost, co dělat při napadení. Autoři vycházejí z jednoduchých technik a úchopů a dostanou se až k ohrožení zbraní.

16×24 cm, 200 stran, 229 Kč, 11,19 €, ISBN 978-80-247-2440-9



1975

### Cvičení a sport v těhotenství

Jitka Bejdáková

17×24 cm, šitá vazba, 136 stran, 225 Kč, 11,19 €, ISBN 80-247-1214-8




2218

### Strečink

Jednoduché protažení před a po zátěži

Kamil Ramík

14×21 cm, 80 stran, 129 Kč, 5,55 €, ISBN 978-80-247-3153-7



1988

### Cviky na vaši bolest

Rychlá a účinná úleva

Kamil Ramík

14×21 cm, 96 stran, 149 Kč, 7,20 €, ISBN 978-80-247-2391-4



2216

### Jóga

Krátká cvičení pro každý den

A. Zylla, W. Mießner

19×21 cm, 96 stran, 259 Kč, 11,14 €, ISBN 978-80-247-3036-3



2213

### Posílení svalstva

Rychlý program

Dieter Grabbe

19×21 cm, 128 stran, 299 Kč, 12,86 €, ISBN 978-80-247-3033-2



2215

### Pilates

Krátká cvičení pro každý den

A. Zylla, W. Mießner

19×21 cm, 96 stran, 259 Kč, 11,14 €, ISBN 978-80-247-3035-6



2208

### Posílení pánevního dna

Heike Höfler

22×22 cm, šitá vazba, 96 stran, 299 Kč, 12,86 €, ISBN 978-80-247-2958-9



## Fitness – síla – kondice

**Kinesiotaping pro sportovce**  
sportujeme bez bolesti  
Radka Doležalová, Tomáš Pětivlas



Kniha je praktickým pomocníkem všech sportovců, trenérů i fyzioterapeutů, kteří se často setkávají s úrazy. Neinvasivní metoda lepení barevných pásek na kůži přináší výborné výsledky.  
17×24 cm, 96 stran,  
169 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-3636-5

**Relaxační techniky ve sportu**  
autogenní trénink – dechová cvičení – svalová relaxace  
Daniela Stackeová



Publikace přináší informace o regulačních a autoregulačních technikách ve sportu a popis jednotlivých relaxačních technik, včetně praktických návodů na cvičení a jejich vhodné kombinace.  
17×24 cm, 136 stran,  
229 Kč, 9,85 €, ISBN 978-80-247-3646-4

**NOVINKA**

**264 cvičení na velkém míči**  
zásobník posilovacích a protahovacích cviků  
Helena Jarkovská



Po velkém úspěchu první knihy o cvičení na velkém míči autorka vybrala a uspořádala 264 vhodných cviků pro posilování problémových partií a protahování zkrácených svalů. Jednotlivé cviky jsou uspořádány podle zatížených partií těla a vytvářejí tak velmi přehledný a dobře využitelný zásobník pro všechny, kdo chtějí cvičit doma, a také pro instruktorky fitness, trenéry a rehabilitační pracovníky.

17×24 cm, 208 stran, 198 Kč, 8,51 €, ISBN 978-80-247-3820-8

**NOVINKA**



**Cvičení pro zdravé klouby**  
Maren Schwichtenberg  
17×24 cm, 144 stran,  
175 Kč, 8,60 €, ISBN 978-80-247-2173-6



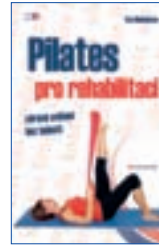
**Cvičení s měkkým míčem**  
Marta Muchová, Karla Tománková  
17×24 cm, 160 stran,  
189 Kč, 8,13 €, ISBN 978-80-247-3115-5



**Kardiofitness**  
vyrvalostní aktivity v každém věku  
Jitka Dýřová, Hana Lepková  
17×24 cm, 192 stran,  
149 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-2273-3



**Kompenzační cvičení**  
uvolňovací, protahovací, posilovací  
Marta Bursová  
17×24 cm, 196 stran,  
189 Kč, 9,19 €, ISBN 80-247-0948-1



**Pilates pro rehabilitaci**  
Eva Blahušová  
17×24 cm, 192 stran,  
198 Kč, 8,51 €, ISBN 978-80-247-3307-4



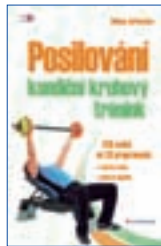
**Strečink** 311 protahovacích cviků pro 41 sportů  
Michael J. Alter  
16×23 cm, 232 stran,  
169 Kč, 8,27 €, ISBN 80-7169-763-3



**Posilování s vlastním tělem** 417krát jinak  
Helena Jarkovská, Markéta Jarkovská  
17×24 cm, 212 stran,  
189 Kč, 9,19 €, ISBN 80-247-0861-2



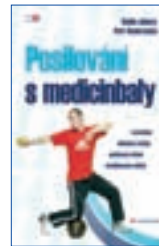
**Posilování s náčiním** 306krát jinak  
Helena Jarkovská, Markéta Jarkovská  
17×24 cm, 208 stran,  
99 Kč, 4,26 €, ISBN 978-80-247-2535-2



**Posilování – kondiční kruhový trénink** 200 cviků ve 28 programech  
Helena Jarkovská  
17×24 cm, 144 stran,  
99 Kč, 4,26 €, ISBN 978-80-247-3056-1



**Posilování s balančními pomůckami**  
Radim Jebavý, Tomáš Zúmr  
17×24 cm, 176 stran,  
199 Kč, 9,89 €, ISBN 978-80-247-2802-5



**Posilování s medicínabaly**  
Radim Jebavý, Petr Doubravský  
17×24 cm, 144 stran,  
229 Kč, 9,85 €, ISBN 978-80-247-3364-7



**Sportovní trénink**  
Tomáš Perič, Josef Dovalil  
17×24 cm, 160 stran,  
189 Kč, 8,13 €, ISBN 978-80-247-2118-7

**Fitness výživa**  
Power Eating program  
Susan Kleiner



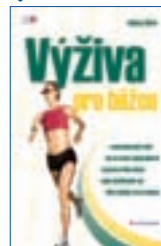
Žádný jiný dietní plán vám nepomůže tak snadno získat svalovou hmotu a redukovat přebytky tuků jako program Power Eating vycházející z moderních vědeckých poznatků o výživě.  
17×24 cm, 304 stran,  
349 Kč, 14,99 €, ISBN 978-80-247-3253-4

**Sportovní výživa**  
nové, přepracované vydání  
Nancy Clark



Nejprodávanější best-seller o sportovní výživě ve svém přepracovaném vydání přináší nejnovější poznatky, které pomohou sportovcům zlepšit kondici v rekreačním i výkonnostním sportu.  
17×24 cm, 352 stran,  
349 Kč, 17,19 €, ISBN 978-80-247-2783-7

**Výživa pro běžce**  
Nancy Clark



Publikace odbornice na výživu je jednoduchým návodem pro začínající i pravidelně trénující kondiční a výkonnostní běžce. S její pomocí mohou dosáhnout svých cílů bez zbytečného strádání.  
17×24 cm, 104 stran,  
189 Kč, 8,13 €, ISBN 978-80-247-3121-6

**Výživa pro maximální sportovní výkon**  
Heidi Skolnik, Andrea Chernus



V publikaci je mnoho cenných rad a ukázek vzorových jídelníčků, nutričních projektů a stravovacích plánů, které využijí sportovci i zájemci o zdravou, vyváženou a dietní stravu.  
17×24 cm, 240 stran,  
249 Kč, 10,71 €, ISBN 978-80-247-3847-5

**NOVINKA**



**Cvičení na balanční plošině**  
Marta Muchová, Karla Tománková  
17×24 cm, 144 stran,  
279 Kč, 11,99 €, ISBN 978-80-247-2948-0



**FIT po 50** aktivním životem k dobré kondici a zdraví  
W. H. Ettinger, B. S. Wright, S. N. Blair  
17×24 cm, 248 stran,  
179 Kč, 8,90 €, ISBN 978-80-247-2203-0



**Fit programy pro ženy**  
V. Novotná, I. Čechovská, V. Bunc  
17×24 cm, 228 stran,  
99 Kč, 4,85 €, ISBN 80-247-1191-5



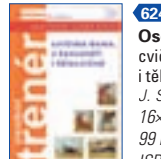
**Fitness jóga**  
harmonické cvičení těla i duše  
Klára Buzková  
17×24 cm, 168 stran,  
189 Kč, 9,19 €, ISBN 80-247-1525-2



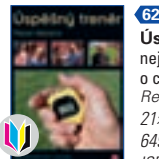
**Jóga**  
jak si vybrat tu pravou  
H. Kubrychtová Bártová, R. Stuchlík  
17×24 cm, 208 stran,  
199 Kč, 9,89 €, ISBN 978-80-247-2071-5



**Kondiční trénink**  
207 cvičení s medicínabaly, expandery a aerobary  
Jaroslav Křištofič  
17×24 cm, 196 stran,  
149 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-2197-2



**Osobní trenér II**  
cvičíme doma, v kanceláři i tělocvičně  
J. Strakoš, V. Valouch  
16×23 cm, 196 stran,  
99 Kč, 4,85 €, ISBN 80-247-0475-7



**Úspěšný trenér**  
nejprodávanější kniha o coachingu  
Reiner Martens  
21×29 cm, 504 stran,  
649 Kč, 31,80 €, ISBN 80-247-1011-0

## Sport



**Běh na lyžích**  
Libor Soumar, Emil Bolek  
14x21 cm, 132 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0015-8



**Běhání**  
A. Tvrzník, L. Soumar, I. Soulek  
14x21 cm, 112 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0715-2



**Florbal**  
Zdeněk Skružný a kolektiv  
14x21 cm, 120 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0383-1



**Fotbal**  
96 tréninkových programů  
Gerhard Frank  
14x21 cm, 216 stran,  
99 Kč, 4,85 €,  
ISBN 80-247-1337-3



**Fotbal**  
technika a taktika hry  
Erich Kollath  
14x21 cm, 140 stran,  
49 Kč, 2,39 €,  
ISBN 80-247-1336-5



**Fotbal**  
trénink budoucích hvězd  
Jaromír Votík  
14x21 cm, 140 stran,  
99 Kč, 4,85 €,  
ISBN 80-247-0463-3



**Futsal**  
Jan Kresta  
14x21 cm, 112 stran,  
49 Kč, 2,11 €,  
ISBN 978-80-247-2534-5



**Karate**  
cesta k prvnímu danu  
Karel Strnad  
17x24 cm, 192 stran,  
249 Kč, 12,18 €,  
ISBN 978-80-247-1932-0



**Lezení na umělých stěnách**  
druhé, doplněné vydání  
Ladislav Vornáček, Soňa Boštíková  
14x21 cm, 144 stran,  
139 Kč, 6,57 €,  
ISBN 978-80-247-2174-3



**Lyžování**  
od základů po freestyle  
Jiří Reichert, Dalibor Musil  
14x21 cm, 120 stran,  
139 Kč, 6,57 €,  
ISBN 978-80-247-2135-4



**Nohejbal**  
druhé, doplněné vydání  
Vladimír Pavlík, Martin Maršálek  
14x21 cm, 96 stran,  
49 Kč, 2,11 €,  
ISBN 978-80-247-3490-3



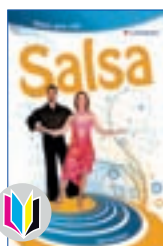
**Nordic walking**  
Martin Škopek  
14x21 cm, 96 stran,  
159 Kč, 6,84 €,  
ISBN 978-80-247-3242-8



**Plavání**  
druhé, přepracované vydání  
Irena Čechovská, Tomáš Miler  
14x21 cm, 136 stran,  
139 Kč, 6,57 €,  
ISBN 978-80-247-2154-5



**Prevence úrazů pro sportovce**  
Jaroslav Pilný a kolektiv  
14x21 cm, 104 stran,  
79 Kč, 3,95 €,  
ISBN 978-80-247-1675-6



**Salsa**  
tanec pro vás  
Šárka Kociánová  
14x21 cm, 104 stran,  
99 Kč, 4,26 €,  
ISBN 978-80-247-3479-8



**Snowboarding**  
třetí, přepracované vydání  
Lukáš Binter a kolektiv  
14x21 cm, 140 stran,  
119 Kč, 5,88 €,  
ISBN 80-247-1474-4



**Stolní tenis**  
Lenka Mišicková  
14x21 cm, asi 128 stran,  
14x21 cm, 128 stran,  
149 Kč, 6,41 €,  
ISBN 978-80-247-3363-0



**Tai chi**  
Vlasta Pechová  
14x21 cm, 112 stran,  
149 Kč, 7,27 €,  
ISBN 978-80-247-2743-1

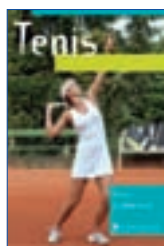
### 6986 Anglicko-český/německo-český/česko-německo-anglický slovník sportovního tréninku

Eva Pokorná, Róbert Kandráč



Trojazyčný slovník sportovní terminologie je určen trenérům, sportovcům, sportovním manažerům, studentům tělesné výchovy, novinářům, překladatelům i odborné sportovní veřejnosti.  
17x24 cm, šitá vazba, asi 192 stran, cca 299 Kč, 12,86 €, ISBN 978-80-247-3937-3

PŘIPRAVUJEME



**Tenis**  
Denisa Linhartová  
14x21 cm, 104 stran,  
99 Kč, 4,26 €,  
ISBN 978-80-247-2703-5



**Tréninkový deník**  
Aleš Tvrzník, Vít Rus  
21x29 cm, šitá vazba, 144 stran, 139 Kč, 6,57 €, ISBN 80-247-0348-3



**Volejbal - kondiční příprava**  
Miroslav Vavák  
14x21 cm, 224 stran,  
229 Kč, 9,85 €,  
ISBN 978-80-247-3821-5



**6214 Bowling a kuželky**  
Jiří John, Antonín Nosek  
14x21 cm, 100 stran,  
109 Kč, 5,38 €,  
ISBN 80-247-9048-3



**6241 Carving**  
Jan Maršák  
14x21 cm, 100 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0594-X



**6247 Fotbal**  
kondiční trénink  
Rudolf Psotta a kolektiv  
14x21 cm, 220 stran,  
189 Kč, 9,19 €,  
ISBN 80-247-0821-3



**6271 Fotbal**  
velký lexikon  
Günter Simon, Bernd Rohr  
14x21 cm, šitá vazba, 496 stran, 149 Kč, 7,20 €, ISBN 80-247-1158-3



**6297 Jujutsu**  
více než sebeobrana  
Matěj Novák  
14x21 cm, 116 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 978-80-247-1884-2



**6226 Lední hokej**  
trénink budoucích hvězd  
Tomáš Perič  
14x21 cm, 128 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0472-2



**6206 Lyžování**  
Miloš Příbramský  
14x21 cm, 124 stran,  
79 Kč, 3,40 €,  
ISBN 80-7169-786-9



**6245 Spinning**  
J. Kirchner, J. Hnízdil, D. Novotná  
14x21 cm, 108 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0963-5



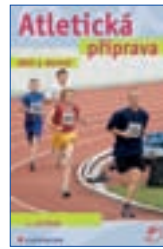
**6228 Squash**  
Vladimír Süß, Petra Matošková  
14x21 cm, 104 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0477-3



**6237 Vysokohorská turistika**  
Soňa Boštíková  
14x21 cm, 124 stran,  
129 Kč, 6,57 €,  
ISBN 80-247-0696-2

## Děti a sport

Publikace určené trenérům, cvičitelům, učitelům, studentům tělesné výchovy a samozřejmě i rodičům srozumitelnou formou seznamují se základními sportovními návyky, které by si měly děti osvojit pro svůj zdravý vývoj i jako základ budoucí specializované sportovní přípravy. Čtenáři se seznámí se základní metodikou sportovních činností, naleznou množství konkrétních příkladů a rady, jak pracovat s různými věkovými kategoriemi a s méně či více nadanými dětmi.



**Atletická příprava dětí a dorost**  
Petr Jeřábek  
14x21 cm, 192 stran, 99 Kč, 4,85 €, ISBN 978-80-247-0797-6



**Cvičení dětí s rodiči**  
Radomíra Uhrová  
14x21 cm, 112 stran, 149 Kč, 6,41 €, ISBN 978-80-247-3446-0



**Pohybová příprava dětí gymnastická cvičení**  
Jaroslav Křištofič  
14x21 cm, 112 stran, 129 Kč, 6,57 €, ISBN 80-247-1636-4



**Fotbalová školička**  
Václav Brůna a kolektiv  
14x21 cm, 120 stran, 79 Kč, 3,95 €, ISBN 978-80-247-1908-5



**Hry s míčem pro děti**  
druhé, doplněné vydání  
Martin Tůma, Jiří Tkadlec  
14x21 cm, 112 stran, 79 Kč, 3,40 €, ISBN 978-80-247-3489-7



**Lezeme a šplháme**  
68 her a cvičení  
J. Baláš, B. Strejcová, L. Vomáčka  
14x21 cm, 120 stran, 59 Kč, 2,89 €, ISBN 978-80-247-2272-6



## Fotbalová cvičení a hry

druhé, doplněné vydání

Jaromír Votík

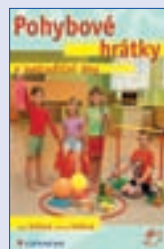
Nové vydání úspěšné publikace přináší zásobník 150 graficky velmi názorně zpracovaných cvičení a her vhodných pro osvojení a zdokonalování obranných i útočných herních činností jednotlivce a brankáře a k získání základních kombinačních schopností týmu. Doplněné vydání je rozšířeno o nové poznatky z tréninku brankáře a o doporučení k využití kompenzačních a balančních cvičení pro zdravý vývoj sportujících dětí.

14x21 cm, 152 stran, 149 Kč, 6,41 €, ISBN 978-80-247-3576-4

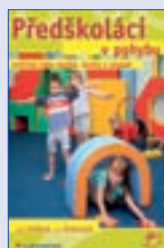
**NOVINKA**

## Cvičíme nejen s předškoláky

Názorné publikace s množstvím obrázků a fotografií, určené především cvičitelkám dětí předškolního a mladšího školního věku, učitelkám v mateřských školách a rodičům, se zabývají všestrannou pohybovou přípravou dětí. Autorky se zaměřily na praktické ukázky cvičebních jednotek a pohybových her. Pro jednodušší pochopení a větší zájem dětí využívají jako motivaci u tří knih zvířátka a u čtvrté tzv. netradiční dny (např. dětský karneval, Velikonoce).



**Pohybové hrátky v netradičních dnech**  
H. Volfová, M. Volfová  
14x21 cm, 112 stran, 149 Kč, 6,41 €, ISBN 978-80-247-3196-4



**Předškoláci v pohybu**  
cvičíme jako myška, kočka a pesek  
Hana Volfová, Ilona Kolovská  
14x21 cm, 120 stran, 149 Kč, 7,20 €, ISBN 978-80-247-2317-4



**Předškoláci v pohybu 2**  
cvičíme jako zajíc, žába a had  
Hana Volfová, Ilona Kolovská  
14x21 cm, 112 stran, 149 Kč, 7,27 €, ISBN 978-80-247-2748-6



**Předškoláci v pohybu 3**  
cvičíme jako opice a lev  
Hana Volfová, Ilona Kolovská  
14x21 cm, 112 stran, 149 Kč, 6,41 €, ISBN 978-80-247-3590-0



## Sportovní příprava dětí

druhé, upravené vydání

Tomáš Perič

Doplněné vydání úspěšné publikace je určeno trenérům, sportovním instruktörům, cvičitelům a rodičům. Populární-odbornou formou seznamuje čtenáře se zásadami a požadavky na moderní trénink dětí z hlediska jeho podstaty ve všech sportovních odvětvích. Kniha s názornými ilustracemi a fotografiemi přináší více než 500 cvičení zaměřených na rozvoj koordinace, rychlosti, síly, vytrvalosti a pohyblivosti.

17x24 cm, 192 stran, 199 Kč, 9,89 €, ISBN 978-80-247-2643-4

**PŘIPRAVUJEME**



**Šachmat!**  
moje první šachové partie  
Garry Kasparov  
20x21 cm, šitá vazba, 96 stran, 249 Kč, 12,18 €, ISBN 978-80-247-2785-1



**Cvičení s miminkem**  
Baby gymnastika  
Barbara Zukunft-Huber  
14x21 cm, šitá vazba, 180 stran, 279 Kč, 13,88 €, ISBN 978-80-247-1713-5



**Pohyb s říkadly pro nejmenší**  
Pro děti od 6 týdnů do 5 let  
Z. Pospíšilová, P. Poláčková  
14x21 cm, 128 stran, 199 Kč, 9,89 €, ISBN 978-80-247-2769-1



**Lyžování dětí**  
Josef Tremel  
14x21 cm, 124 stran, 79 Kč, 3,40 €, ISBN 80-247-0682-2



**Škola inline bruslení**  
krok za krokem  
Lenka Mišíčková  
14x21 cm, 144 stran, 79 Kč, 3,40 €, ISBN 978-80-247-3072-1



**Tréninkový deník mladého sportovce**  
Aleš Trvrzník, Vít Rus  
17x24 cm, šitá vazba, 72 stran, 79 Kč, 3,95 €, ISBN 80-247-0115-4