

Publikace poutavě pojednává o fenoménu flow – o zvláštním stavu našeho vnitřního světa. Autoři si dobře uvědomují, jak zásadní význam má flow ve světě sportu, a nejen proto se na něj dívají především touto optikou. Text se opírá o řadu odborných studií, přesto je velmi čtivý a srozumitelný. Autoři však pouze necitují, přicházejí i s konstruktivní kritikou a vlastními postřehy, čímž vedou čtenáře k hlubšímu zamyšlení. V knize se jim podařilo představit složitou problematiku formou, která je atraktivní i pro laickou veřejnost.