

# DOPORUČENÁ LITERATURA

1. ADAMÍROVÁ, J. *Zdravotní tělesná výchova v dospělém věku*. Praha, 1987.
2. APPELT, K. A SPOL. *Názvosloví pro cvičitele*. Praha: Olympia.
3. ATKINSON, H. *Dyna-bend*. Praha: Knižní klub, 1995. ISBN 80-7176-185-0.
4. ČERMÁK, J.; BOTLÍKOVÁ, V. *Záda už mě nebolí*. Praha.
5. DOBEŠOVÁ, P. *Cvičíme s měkkým míčem*. Havířov. ISBN 80-902222-2-6.
6. HÁJKOVÁ, J. *Základní gymnastika*. Praha: Karolinum, 2002.
7. HAMBRECHT, K. *Cvičíme s malým míčem*. Praha: Ivo Železný, 2003. ISBN 80-237-3813-5.
8. KIRSCH, L.M. *Isometriches Training*. Munchen, 1992.
9. KOS, B.; KNÍŽETOVÁ, V. *Strečink, relaxace a dýchání*. Praha: Olympia.
10. KOS, B.; TEPLÝ, Z. *Kondiční gymnastika*. Praha: SPN.
11. KOS, B.; WÁLOVÁ, Z. *Zdravotní a průpravná gymnastika*. Praha: SPN
12. KOS, B. *Abeceda gymnastky*. Praha: Olympia.
13. KOS, B.; HRČKA, J. *Základní gymnastika*. Bratislava: SPN
14. KOS, B.; ŽIŽKA, *Posilovací gymnastika*. Praha: Olympia.
15. KYRALOVÁ, M. *Zdravotní tělesná výchova*. Praha: Onyx, 1995.
16. LIVOROVÁ, H. *Názvosloví cvičení s náčiním*. Metodický dopis. Praha: 1988.
17. ŠMOLÍK, P. *Soubor námětů ke cvičení v základní tělesné a pohybové přípravě*. PRAHA: SPN.
18. TLAPÁK, *Tvarování postavy pro muže a ženy*. Praha, 1998.
19. ZÍTKO, M. *Kompenzační cvičení*. Praha, 2000.