

OBSAH:

CHARAKTERISTIKA TRÉNINKU SKOKŮ (Václav Velebil)	4
TRÉNINK SKOKU VYSOKÉHO (Václav Velebil)	6
TRÉNINK SKOKU O TYČI (Petr Krátký)	28
TRÉNINK SKOKU DALEKÉHO (Václav Fišer)	50
TRÉNINK TROJSKOKU (Jaroslav Prišćák)	79
ZÁVĚREČNÉ POZNÁMKY K TRÉNINKU SKOKŮ, ZÁVĚR (Václav Velebil)	109
POUŽITÁ LITERATURA	113