

Obsah

Úvodní slovo	4
Krok za krokem basketbalem – představení programu	5
K čemu a komu slouží náš manuál?	6
Jaká je struktura programu?	7
Jak se bavit basketbalem	9
Přehled zábavných basketbalových cvičení v programu	19
Jak porozumět pravidlům basketbalu?	39
Jak se stát dobrým sportovcem?	47
Jak hrát naše hry?	49
Obecná pravidla basketbalu	52
Jak se stát užitečným rodičem v našem programu?	55
Test tvých basketbalových znalostí	59
Co znamenají tyto basketbalové pojmy?	60
Návod na sestavení tréninkové hodiny	63