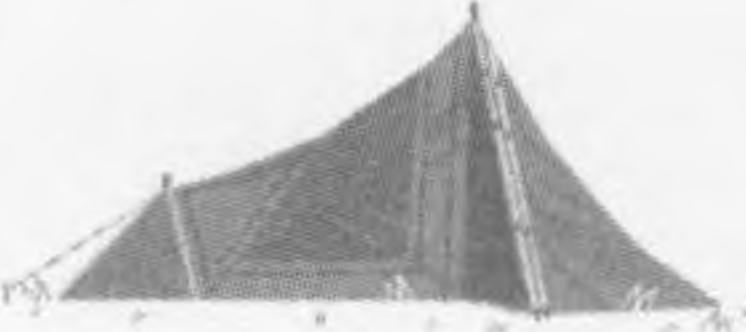
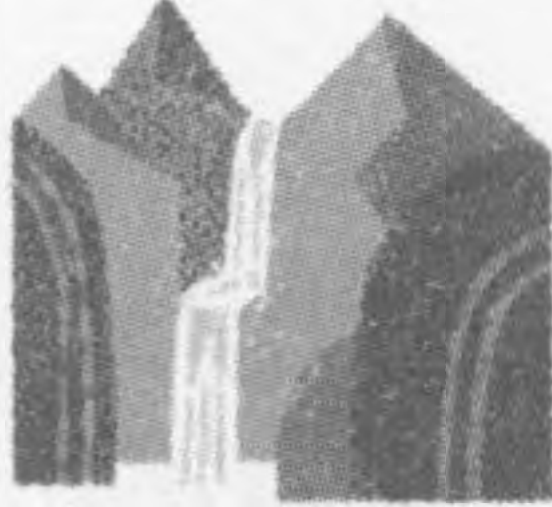
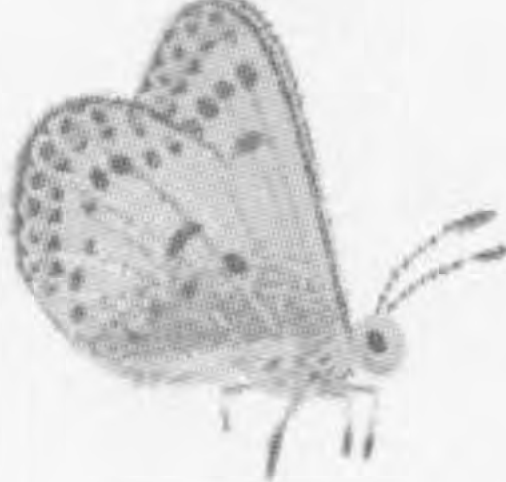
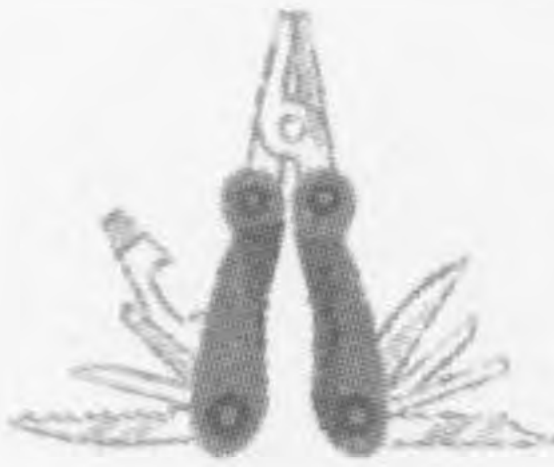
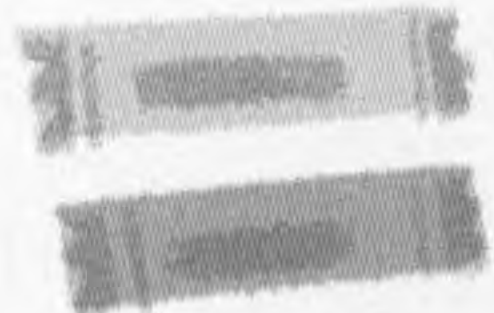


Obsah

	9	Úvod		28	<i>Horolezectví a bouldering</i>
	11	Proč chodit do přírody?		30	Setkání se zvířaty
	12	<i>Pobřežní stezky</i>		32	<i>Noční obloha</i>
	14	Desítka nezbytností		34	Jak najít Polárku
	16	<i>Jarní louky</i>		36	<i>Procházky kolem jezer</i>
	18	Sedm zásad pro nezanechávání stop		38	V bezpečí na sněhu
	20	<i>Lesnaté krajiny a pralesy</i>		40	<i>Horské cesty</i>
	22	Na záchod v lese		42	Přespávání venku – jdeme na to!
	24	<i>Horké a suché pouště</i>		44	<i>Stavba tábora</i>
	26	Voda je důležitá		46	Bezpečný oheň
				48	<i>Stezky v říčních údolích a roklich</i>



- | | | | | | |
|--|-----------|--|---|-----------|--------------------------------|
|  | 50 | Navigační nástroje
a dovednosti |  | 72 | <i>Vodopády a jezírka</i> |
|  | 52 | <i>Do divočiny!</i> |  | 74 | Všímavost v přírodě |
|  | 54 | Lesní plody |  | 76 | <i>Vřesoviště a mokřady</i> |
|  | 56 | <i>Skalní útvary</i> |  | 78 | Lehký batoh |
|  | 58 | Co dělat, když se ztratíš |  | 80 | <i>Ledovcové řeky</i> |
|  | 60 | <i>Pastviny a prerie</i> |  | 82 | Dálkové pochody |
|  | 62 | Co si sbalit k jídlu |  | 84 | <i>Lesní stezky</i> |
|  | 64 | <i>Úbočí hor a horské cesty</i> |  | 86 | Jdi svou vlastní cestou |
|  | 66 | Extrémní podmínky |  | 88 | <i>Jehličnaté lesy</i> |
|  | 68 | <i>Prehistorické krajiny</i> |  | 90 | Tak vzhůru na výlet! |
|  | 70 | Pár rad na cesty | | | |