

# Obsah

1. Óda na zadek	4
2. Pozadí v popředí	6
3. Krása polokoulí	8
4. Pomoc, hemoroid!	12
5. Sedavé žití, kam se to řítí	14
6. Řešení pro klidné sezení	18
7. Hemoroid odletěl jak asteroid	24