

# OBSAH

Slovo editorky na úvod .....	5
Předpoklady zdravého životního způsobu (A. Hogenová) .....	7
Komplexní přístup a zdraví (P. Garbová) .....	15
Tělesná identita současných mužů a žen (L. Fialová) .....	20
Hodnotová orientace jako moderátor životní spokojenosti (J. Dosedlová) .....	27
Sport a osobní pohoda (V. Hošek) .....	41
Zdravotní postižení a nezávislý způsob života (J. Potměšil) .....	49
Rozvoj sebekontroly a sebeúcty prostřednictvím jógového tréninku a následný revitalizační efekt (M. Krejčí) .....	55
Psychologie fitness – nový trend ve sportovní psychologii (D. Stackeová) .....	66
Pohybové aktivity a psychosociální vývoj dětí a dospívajících (J. Šmídová) .....	81
Závěry (L. Fialová) .....	86
Přehled autorů .....	87