

- 9 Úvod
- 11 Práce s QR a web kódy
- 12 Výuka dětí na kole
- 16 Jaké vybrat kolo

40 výletů

- 22 Karlovarský kraj, Loket
- 26 Karlovarský kraj, Boží Dar
- 30 Plzeňský kraj, Domažlice
- 34 Plzeňský kraj, Velhartice
- 38 Plzeňský kraj, Rabí
- 42 Plzeňský kraj, Modrava
- 46 Jihočeský kraj, Stožec
- 50 Jihočeský kraj, Borovany
- 54 Jihočeský kraj, Červená Lhota
- 58 Středočeský kraj, Nižbor
- 62 Středočeský kraj, Okoř
- 66 Středočeský kraj, Loučeň
- 70 Středočeský kraj, Kost
- 74 Středočeský kraj, Poděbrady
- 78 Praha-Středočeský kraj, Davle
- 82 Ústecký kraj, Lovosice
- 86 Liberecký kraj, Máchovo jezero
- 90 Liberecký kraj, Hamr na Jezeře
- 94 Liberecký kraj, Bedřichovská přehrada
- 98 Liberecký kraj, Pěnčín

- 102 Liberecký kraj, Radvánovice
- 106 Královehradecký kraj, Horní Maršov
- 110 Královehradec. kraj, Třebech. p. Oreb.
- 114 Královehradecký kraj, Kudowa Zdrój
- 118 Královehradecký kraj, Ústí nad Orlicí
- 122 Královehradecký kraj, Orlické hory
- 126 Pardubický kraj, Hradecké lesy
- 130 Pardubický kraj, Pardubice
- 134 Pardubický kraj, Slatiňany
- 138 Pardubický kraj, Luže
- 142 Kraj Vysočina, Jihlava
- 146 Kraj Vysočina, Pilská vodní nádrž
- 150 Kraj Vysočina, Svratka
- 154 Jihomoravský kraj, Sloup
- 158 Jihomoravský kraj, Nové Mlýny
- 162 Zlínský kraj, Kroměříž
- 166 Zlínský kraj, Zlín
- 170 Zlínský kraj, Velké Karlovice
- 174 Olomoucký kraj, Bouzov
- 178 Moravskoslezský kraj, Hlučín

- 182 Minivýbava pro malé cyklisty
- 186 Na trhu pro dospělé
- 188 Zábava a hry na kole i na zastávkách
- 196 Hledání pokladů – geocaching
- 200 Závody Tour de Kids