

OBSAH

1. Kdo nevěří, ať tam běží ... 9
2. Stáří jako odměna a nikoli jako trest ... 15
3. Ing. Jiří Soukup (90), Hradec Králové, nejstarší maratonec v ČR ... 20
4. Můj experiment se sportem ... 28
5. Mýty o prokletí stáří ... 32
6. Vojna není kojná ... 34
7. Mgr. Blanka Vyskočilová (78), Hradec Králové, vytrvalostní a otužilecká plavkyně ... 37
8. První zkušenosti se spojením těla a psychiky ... 45
9. Běžeční veteráni v cíli 120. ročníku Běchovic (fotoblok) ... 49
10. Vytrvalostní sport a rakovina ... 54
11. Prospěšnost půlhodinového běhu ... 59
12. Vítězslav Jantsch (82), Jablonec nad Nisou, vytrvalostní běžec ... 67
13. Kolo, má velká láska ... 74
14. Cyklističtí veteráni v cíli 21. Author Cupu (fotoblok) ... 86
15. Radek Šrot (68), Dolní Třebonín u Českého Krumlova, cyklista ... 89
16. Běžky, má velká láska ... 96
17. Běžkařští veteráni v cíli 50. Jizerské padesátky (fotoblok Jana Wambacha) ... 100
18. *Hybris* a pokrok takzvaně k horšímu ... 105

19. Ing. Miloslav Bayer (70), Suchý u Blanska, ironman ... 109
 20. Rozbité, neharmonické a nefunkční rodiny ... 119
 21. Květa Fryčová (66), Praha, běžkyně na lyžích, *Tvář Jizerské padesátky* ... 122
 22. Co je vrozeno a co jen deformováno ... 129
 23. Ladislav Míka (76), Liberec, běžkař, *Tvář Jizerské padesátky*, účastník padesáti Jizerských padesátek ... 140
 24. Ego (Já), mozek, vědomí a jejich funkce ... 148
 25. Autor (70), cyklista, běžec a běžkař ... 157
- Použitá literatura* ... 159