

LITERATÚRA

1. Alter, M.J. Strečink. Praha: Grada Publishing, 1999. 232 s.
2. Blahušová,E. Aerobic Professional Manuál. 109 s.
3. Blahušová,E. Balance Ball. (metodický materiál). 68 s.
4. Blahušová,E. Box aerobics (metodický materiál).
5. Blahušová,E. Hlaváčková,K. Fit Ball (metodický materiál)
6. Blahušová,E. Kalanetika. Praha: Olympia,1992. 138 s.
7. Blahušová,E. Kick box step (metodický materiál).
8. Blahušová,E. Non Impact Aerobics (metodický materiál).
9. Blahůtková,M. Psychomotorika. Brno: MU, 2003. 91 s.
10. Bursová, M. Kompenzační cvičení. Praha: Grada Publishing, 2006. 196 s.
11. Bursová,M. Rubáš,K. Základy teorie tělesných cvičení. Plzeň: ZČU, 2003. 86s.
12. Buzgová, E. : Aerobik, PVT, Bratislava a. s., divízia Prešov, 1997
13. Czichoschewski,H. Perfektní Bodystyling. Praha: Grada Publishing, 2005. 190 s.
14. Čechovská,I. Novotná,V. Milerová, H. Aqua-fitness. Praha: Grada Publishing, 2003. 136 s.
15. Edwards,S.: The Heart Rate Monitor Book. Polar Elektro Oy, Finland 1993
16. Hermann,E. Pilates cvičení na míči. Brno: Computer Press, 2006. 120 s.
17. Hinson, C.: Pulse power – a heart physiology program for children, Joperd,1994
18. Hnízdil,J. Kirchner,J. Novotná,D. Spinning. Praha:Grada Publishing, 2005. 108 s.
19. Hrčka, J. : Šport pre všetkých, ManaCon, Prešov, 2000
20. [http:// www.sipkova.cz](http://www.sipkova.cz)
21. [http:// www.hejbejse.cz](http://www.hejbejse.cz)
22. Jarkovská,H. Jarkovská,M. Posilování. Praha: Grada Publishing, 2005. 212 s.
23. Jansen,P.: Taraining Lactate Puls Rate. Polar Elektro Oy, Finland 1995
24. Knížetová,V. Kos,B. Strečink. Praha: Olympia, 1998. 80 s.
25. Křištofič,J. Gymnastická průprava sportovce. Praha: Grada Publishing,2004.192 s.
26. Komadel,L.: Testovanie funkčných schopností. In: Telovýchovnolekárske vademékum, SSTL a Berlin Chemie, Bratislava 1997

27. Kostková, J. a kol.: Rytmická gymnastika, Praha , Olympia, 1990
28. Kyselovičová, O.: Uplatnenie aerobiku v školskej telesnej výchove stredoškolačok, In:Tel. vých. a Šport, 10, 2000, 2, s. 2 – 7
29. Kyselovičová, O.: Aerobik – teoretické základy. Bratislava. ŠPV č. 15, 1985
30. Lenková, Rút. 2002 : Príklady komplexov cvičení. In: Kondičná príprava v športových hrách nešpecifickými tréningovými prostriedkami. 2002. SZH. Bratislava str.22, 33-35. ISBN 80-968400-5-3
31. Lenková, R. – Skladaný, J. 2002 : Fyziologická účinnosť rôznych druhov aerobiku na hodinách TV FHPV PU. In: Studia ART ET SPORT. Telesná výchova a šport. s. 188-198, FHPV PU v Prešove. ISBN 80-8068-105-8.
32. Macáková, M. Aerobik. Praha: Grada Publishing, 2001. 120 s.
33. Mach, . a kol.: Aerobik od A po Z, IFFA, Praha,1998
34. Novotná,V. Čechovská,I. Bunc,V. Fit programy pro ženy. Praha: Grada Publishing, 2006. 228 s.
35. Palovičová, J.: Ako motivovať vysokoškolačky pre pravidelnú pohybovú aktivitu. In: *Vývojové tendencie v tel. výchove a športe na vysokých školách*. Bratislava: Mff KTVS UK, 2000, s. 61-64. ISBN 80-223-1554-0
36. Palovičová, J.: Pravidelná pohybová aktivita v dennom režime vysokoškolačok. In.: *Súčasný stav a vývojové trendy vysokoškolskej telesnej výchovy a športu pred vstupom do Európskej únie*. Bratislava. Mff KTVS UK,SAUŠ, 2003 s. 52 – 56. ISBN 80-223-1880-9
37. Perečinská, K., Lenková, R., Všeobecná gymnastika. Gymnastika – Aerobik – Cvičebné programy. Vysokoškolské učebné texty. s.106, Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 80-8068-538-X
38. Seliger,V. a kol.: Fysiologie tělesných cvičení. Avicenum, Praha 1980
39. Skladaný, J. – Lenková, R. 2000. Sledovanie fyziologickej účinnosti hodín aerobiku. In: Zdravá škola. Zborník z vedeckej konferencia MC Prešov, 2000
40. Šípková,O. Havrdová,J. Valouch,V. Krejčík,V. Bud' fit s ČT. Praha: ČT, 2006. 174 s.
41. Štulrajter, V. a kol.: Vrodené adaptačné predpoklady pulzovej frekvencie, In: Tel. vých. a Šport , 13,2003,3,s.27 – 31
42. Štulrajter,V., Záhorec,J.: Pulzová frekvencia ako základný ukazovateľ intenzity zaťaženia v cykloturistike a pešej turistike. Tel.Vých.Šport,9,1999,1 str.20-25.

43. Velínská, L. Aerobik. Praha: ČASPV, 2004. 62 s.
44. Zítko, M., Skopová, M. Fit sestavy. Praha: Olympia, 2004. 46 s.
45. Zrubák, A. – Šrulrajter, V. a kol.: Fitnes. Bratislava, FTVŠ UK, 1999.

Internetové zdroje: <http://www.aerobikfisaf.cz>
<http://www.ciclosport.de>
<http://cigorka.hyperlink.cz/sport/kondice/default.asp>
<http://www.hejbejse.cz>
<http://www.kpo.cz>
<http://www.linda-linie.cz>
<http://www.lindaxa.cz>
<http://www.obezita.com>
<http://www.polar.fi>
<http://www.sipkova.cz>
<http://www.zdravi-hubnuti.cz>