

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:29	11:48	20:18	2947m	13398m
10.6.2004	6.10.2004	2004	2004	2004

Adresa: Vrútky

Telefón:

E mail: P.Novak@elteco.sk

Celkové umiestnenie: **15.**Počet bodov: **138**

Počet započítaných pretekov: 17

Kategória v BLŽ: **C Muži od 40 do 49 rokov**Umiestnenie v kategórii: **4.**

Neredukovaný počet bodov: 149

Počet absolvovaných pretekov: 21

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 7.4.2004

*Z každého preteku sa započítava iba beh s najväčším počtom bodov !**Do celkového poradia sa počíta iba najlepších 6 pretekov druhu Z, 6 pretekov druhu O, 6 pretekov druhu S !**Nezapočítavané body sú v zátvorke !*

Preteky - kedy, kde, koľko		Výkon	Miesto	Body	Druh
7.4.2004 II. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	12:27	16.	15	Z
8.9.2004 VII. kolo BL, Žilina - dráha ŽU	5000 m	20:18	16.	13	Z
6.10.2004 VIII. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	11:48	13.	11	Z
4.8.2004 VI. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	11:55	20.	11	Z
7.7.2004 V. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	11:55	16.	10	Z
3.11.2004 Beh 17. novembra - IX. kolo BL, Žilina - Areál ŽU	3,9 km	17:36	13.	7	Z
5.5.2004 III. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	12:02	15.	(6)	Z
16.6.2004 IV. kolo BL, Žilina - dráha ŽU	12 minút	2947m	17.	(5)	Z
9.10.2004 Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 33. ročník	9,6 km	40:45	12.	10	O
25.9.2004 Zátopkova desiatka, 19. ročník, Žilina - dráha ŽU	10000 m	41:48	23.	10	O
10.6.2004 Beh olympijskeho dňa, Žilina, dráha ŽU	1000 m	3:29	7.	9	O
14.9.2004 Žilinská hodinovka	1 hodina	13398m	14.	9	O
25.4.2004 Beh oslobodenia obce Strečno, 20.ročník	5 km	23:58	27.	9	O
20.6.2004 Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 2. ročník	1460 m	26:50	29.	1	O
20.3.2004 Rajecký Borošovec, Šuja, 9. ročník	14,7 km	1:13:11	44.		O
14.11.2004 Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou	10 km	42:44	64.	10	S
31.12.2004 Silvestrovský beh zdravia, Vrútky	11,6 km	51:35	12.	5	S
17.7.2004 Beh na Kľak, Fačkov, 3. ročník	6 km	57:45	71.	4	S
10.7.2004 Beh priateľov Jedľovín, Vrútky	10 km	42:13	52.	3	S
29.5.2004 Beh k srdcu SNP, Martin, 39. ročník	21,097 km	1:34:25	35.	1	S
3.4.2004 Beh oslobodenia Turian, 32. ročník	10000 m	43:10	26.		S