

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
2:54	9:20	16:18	3793m	17334m
10.6.2004	7.7.2004	2004	2004	2004

Adresa: Kysucké Nové Mesto Revolučná
 Telefón: 0905111340 02404
 E mail: Tichypefo@pobox.sk

Celkové umiestnenie: **1.** Počet bodov: **373** Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **B** **Muži od 30 do 39 rokov** Umiestnenie v kategórii: **1.**

Neredukovaný počet bodov: 406 Počet absolvovaných pretekov: 20

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 7.2.2004

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
8.9.2004	VII. kolo BL, Žilina - dráha ŽU	5000 m	16:18	1.	28	Z
4.8.2004	VI. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	9:23	3.	28	Z
7.7.2004	V. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	9:20	1.	25	Z
6.10.2004	VIII. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	9:42	2.	22	Z
16.6.2004	IV. kolo BL, Žilina - dráha ŽU	12 minút	3793m	1.	21	Z
5.5.2004	III. kolo BL, Žilina - Sad Mieru	3000 m	9:26	2.	19	Z
7.2.2004	I. zimné kritérium, Žilina - Veľký Diel	6,8 km	23:11	2.	28	O
26.12.2004	Štefánska Hôrecká šestka, 2. ročník	6,1 km	20:29	4.	28	O
25.9.2004	Zátopkova desiatka, 19. ročník, Žilina - dráha ŽU	10000 m	32:43	2.	27	O
14.9.2004	Žilinská hodinovka	1 hodina	17334m	1.	22	O
25.4.2004	Beh oslobodenia obce Strečno, 20.ročník	5 km	19:26	5.	22	O
22.5.2004	Memoriál J.Gabčíka, Žilina, 10. ročník	11,5 km	40:09	5.	20	O
9.10.2004	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 33. ročník	9,6 km	32:48	3.	(19)	O
10.6.2004	Beh olympijskeho dňa, Žilina, dráha ŽU	1000 m	2:54	2.	(14)	O
14.11.2004	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou	10 km	36:13	23.	22	S
14.8.2004	Rajecký maratón, 21. ročník	42,195 km	2:29:23	1.	20	S
31.12.2004	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky	11,6 km	39:14	1.	16	S
18.4.2004	Čadčianska desiatka	10 km	34:06	2.	12	S
10.7.2004	Beh priateľov Jedľovín, Vrútky	10 km	34:40	13.	7	S
29.5.2004	Kysucký maratón, Čadca, 30. ročník	42,195 km	2:32:26	2.	6	S