

Rok: 2004**Vanák Ján****MK Rajec** 31.12.1975**Najlepšie výkony na BLŽ:****1000m****3000m****5000m****Cooper****Hodinovka****17:55****15136m**

2004

2004

Adresa: Rajec

Telefón:

E mail: jano.vanak@stonline.sk

Celkové umiestnenie: **22.**Počet bodov: **103**

Počet započítaných pretekov: 8

Kategória v BLŽ: **A Muži do 29 rokov**Umiestnenie v kategórii: **6.**

Neredukovaný počet bodov: 103

Počet absolvovaných pretekov: 8

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	17:55	7.	22	Z
26.12.2004	Štefánska Hôrecká šestka, 2. ročník	6,1 km	23:47	24.	16	O
14.9.2004	Žilinská hodinovka	1 hodina	15136m	8.	15	O
7.2.2004	I. zimné kritérium, Žilina - Veľký Diel	6,8 km	28:18	18.	12	O
14.8.2004	Rajecký maratón, 21. ročník	42,195 km	2:53:37	23.	15	S
11.7.2004	Malý štrbský maratón, Štrba, 27. ročník	32 km	2:08:14	36.	10	S
18.4.2004	Čadčianska desiatka	10 km	38:25	13.	7	S
17.7.2004	Beh na Klak, Fačkov, 3. ročník	6 km	52:21	52.	6	S