

Rok: 2009**Bednár Martin**

25.5.1958

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:36	11:23	19:19	3136m	14092m
20.6.2008	6.5.1999	1999	2000	2003

Adresa: KMB Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **23.**Počet bodov: **270**

Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **D Muži od 50 do 59 rokov**Umiestnenie v kategórii: **6.**

Neredukovaný počet bodov: 289

Počet absolvovaných pretekov: 20

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 22.1.2009

*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	BLŽ body	Druh	Tab.
31.1.2009	I. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrast'	6 km	25:44	23.	16	O 396
28.2.2009	II. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrast'	10 km	50:59	25.	13	O 356
4.3.2009	I. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	12:57	21.	17	Z 379
1.4.2009	II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	12:23	38.	20	Z 391
4.4.2009	Beh oslobodenia Turian, 37.ročník	10 km	44:02	24.	12	S 397
23.5.2009	Beh k srdcu SNP, Martin, 44.ročník	21,097	1:37:25	65.	10	S 398
3.6.2009	IV. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	Cooper	3030m	25.	21	Z 402
23.6.2009	Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m	3:37	23.	13	O 395
1.7.2009	V. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:50	21.	(12)	Z 403
26.7.2009	Kysucká "10", Kysucké Nové Mesto, 4.ročník	10 km	42:26	58.	8	S 407
5.8.2009	VI. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:49	21.	16	Z 404
8.8.2009	Rajecký maratón a polmaratón, 26.ročník	21,097	1:42:26	75.	(7)	O 385
2.9.2009	VII. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	5000 m	20:58	21.	17	Z 399
12.9.2009	Zátokova "10", Žilina - dráha ŽU, 24.ročník	10000 m	43:32	28.	12	O 400
20.9.2009	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 7.ročník	6 km	44:06	103.	10	S 372
7.10.2009	VIII. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:54	20.	26	Z 402
10.10.2009	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 38.ročník	9,6 km	41:15	26.	12	O 403
8.11.2009	Krasňanská "10". Krásno nad Kysucou, 26.ročník	10 km	44:32	60.	15	S 394
26.12.2009	Štefanská hôrecká šestka, 7.ročník	6,1 km	26:56	67.	26	O 389
31.12.2009	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 29.ročník	11,5 km	52:22	59.	6	S 391