

Rok: 2009	Koleda	Zdeno	MK Rajec	23.2.1971
Najlepšie výkony na BLŽ:			Adresa: Rajec	
1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:04	9:41	17:05	3595m	16650m
16.6.2005	1.10.2003	2005	2006	2005
			Telefón:	
			E mail:	

Celkové umiestnenie: **18.** Počet bodov: **341** Počet započítaných pretekov: 12

Kategória v BLŽ: **B Muži od 30 do 39 rokov** Umiestnenie v kategórii: **4.**

Neredukovaný počet bodov: 354 Počet absolvovaných pretekov: 13

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.
28.2.2009 II. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrást'	10 km	42:25	8.	30	O 407
21.3.2009 Rajecký Borošovec, Šuja, 14.ročník	14,7 km	53:09	4.	26	O 455
19.4.2009 Čadčanská "10", 15.ročník	10 km	36:01	6.	17	S 445
25.4.2009 Beh oslobodenia Strečna, 25.ročník	5,4 km	19:15	4.	38	O 439
23.5.2009 Beh k srdcu SNP, Martin, 44.ročník	21,097	1:18:48	14.	23	S 449
28.6.2009 Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 8.ročník	4,2 km	36:22	2.	(13)	O 455
11.7.2009 Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 8.ročník	6,4 km	42:08	3.	25	O 454
12.7.2009 Malý Štrbský Maratón, 32.ročník	31,6 km	2:06:41	20.	14	S 444
8.8.2009 Rajecký maratón a polmaratón, 26.ročník	42,195	3:01:38	21.	15	O 429
20.9.2009 Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 7.ročník	6 km	32:59	14.	32	S 445
8.11.2009 Krasňanská "10". Krásno nad Kysucou, 26.ročník	10 km	38:45	22.	38	S 429
17.11.2009 Beh na Husárik, Čadca	3,7 km	17:06	8.	31	S 447
26.12.2009 Štefanská hôrecká šestka, 7.ročník	6,1 km	21:54	17.	52	O 440