

Rok: 2009

Poláček Ivan

4.3.1986

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:20	11:16	19:31	3261m	14734m
23.6.2009	5.8.2009	2009	2009	2009

Adresa: Hôrky

Telefón: +42141xxxxxxx

E mail: kto@domena.sk

Celkové umiestnenie: **12.**Počet bodov: **400**

Počet započítaných pretekov: 17

Kategória v BLŽ: **A Muži do 29 rokov**Umiestnenie v kategórii: **1.**

Neredukovaný počet bodov: 453

Počet absolvovaných pretekov: 21

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 28.2.2009

*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 Chrast'	10 km	46:06	17.	21	O	385
4.3.2009	I. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:50	14.	24	Z	403
21.3.2009	Rajecký Borošovec, Šuja, 14.ročník	14,7 km	1:04:46	34.	(14)	O	410
1.4.2009	II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:21	24.	34	Z	414
25.4.2009	Beh oslobodenia Strečna, 25.ročník	5,4 km	22:46	20.	29	O	399
6.5.2009	III. základné kolo BLŽ, Dolný Hričov	3000 m	11:20	6.	19	Z	414
13.5.2009	Žilinská hodinovka, Žilina - dráha ŽU, 27.ročník	1 hodina	14734m	7.	26	O	424
23.5.2009	Beh k srdcu SNP, Martin, 44.ročník	21,097	1:28:57	41.	17	S	421
30.5.2009	Memoriál J. Gabčíka, Žilina-Rajecké Teplice,	13,5 km	57:31	26.	21	O	421
3.6.2009	IV. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	Cooper	3261m	9.	37	Z	422
13.6.2009	Kysucký maratón a polmaratón, Čadca, 35.ročník	21,097	1:29:12	10.	8	S	421
23.6.2009	Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m	3:20	12.	24	O	416
28.6.2009	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 8.ročník	4,2 km	46:15	30.	(10)	O	398
11.7.2009	Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 8.ročník	6,4 km	49:37	29.	(19)	O	417
12.7.2009	Malý Štrbský Maratón, 32.ročník	31,6 km	2:36:03	116.	4	S	393
5.8.2009	VI. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:16	14.	23	Z	416
8.8.2009	Rajecký maratón a polmaratón, 26.ročník	21,097	1:37:30	54.	(10)	O	398
2.9.2009	VII. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	5000 m	19:31	11.	27	Z	417
20.9.2009	Beh na Veľkú Raču, Ošadnica, 7.ročník	6 km	38:03	50.	25	S	412
17.11.2009	Beh na Husárik, Čadca	3,7 km	19:11	32.	24	S	421
26.12.2009	Štefanská hôrecká šestka, 7.ročník	6,1 km	25:46	48.	37	O	400