

**Rok: 2009****Rolko Robert****AŠKP Žilina** 22.11.1967**Najlepšie výkony na BLŽ:**

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
	<b>8:51</b>	<b>15:35</b>	<b>3930m</b>	<b>17640m</b>
7.5.1998	2000	2002	2001	

Adresa: Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **13.**Počet bodov: **400**

Počet započítaných pretekov: 12

Kategória v BLŽ: **C Muži od 40 do 49 rokov**Umiestnenie v kategórii: **6.**

Neredukovaný počet bodov: 421

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.
21.3.2009	Rajecký Borošovec, Šuja, 14.ročník	14,7 km	<b>50:48</b>	<b>1.</b>	<b>29</b>	O	465
1.4.2009	II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	<b>9:21</b>	<b>2.</b>	<b>56</b>	Z	457
19.4.2009	Čadčanská "10", 15.ročník	10 km	<b>34:32</b>	<b>2.</b>	<b>20</b>	S	454
25.4.2009	Beh oslobodenia Strečna, 25.ročník	5,4 km	<b>18:10</b>	<b>1.</b>	<b>41</b>	O	452
23.5.2009	Beh k srdcu SNP, Martin, 44.ročník	21,097	<b>1:12:35</b>	<b>4.</b>	<b>26</b>	S	465
30.5.2009	Memoriál J. Gabčíka, Žilina-Rajecké Teplice,	13,5 km	<b>48:45</b>	<b>3.</b>	<b>28</b>	O	458
26.7.2009	Kysucká "10", Kysucké Nové Mesto, 4.ročník	10 km	<b>32:42</b>	<b>6.</b>	<b>27</b>	S	465
8.8.2009	Rajecký maratón a polmaratón, 26.ročník	21,097	<b>1:12:06</b>	<b>1.</b>	<b>(21)</b>	O	467
12.9.2009	Zátokova "10", Žilina - dráha ŽU, 24.ročník	10000 m	<b>32:56</b>	<b>2.</b>	<b>30</b>	O	464
10.10.2009	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 38.ročník	9,6 km	<b>32:04</b>	<b>2.</b>	<b>27</b>	O	461
17.11.2009	Beh na Husárik, Čadca	3,7 km	<b>15:52</b>	<b>1.</b>	<b>34</b>	S	463
26.12.2009	Štefanská hôrecká šestka, 7.ročník	6,1 km	<b>20:33</b>	<b>4.</b>	<b>59</b>	O	453
31.12.2009	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 29.ročník	11,5 km	<b>39:59</b>	<b>1.</b>	<b>23</b>	S	455