

|                          |          |                |        |           |                        |
|--------------------------|----------|----------------|--------|-----------|------------------------|
| Rok: 2009                |          | Spodniak Milan |        |           | 8.5.1980               |
| Najlepšie výkony na BLŽ: |          |                |        |           | Adresa: Detva          |
| 1000m                    | 3000m    | 5000m          | Cooper | Hodinovka | Telefón: +42141xxxxxxx |
| 3:14                     | 10:44    | 18:51          | 3222m  | 14414m    | E mail: meno@domena.sk |
| 23.6.2009                | 5.8.2009 | 2009           | 2009   | 2008      |                        |

Celkové umiestnenie: **21.** Počet bodov: **307** Počet započítaných pretekov: 11

Kategória v BLŽ: **A Muži do 29 rokov** Umiestnenie v kategórii: **4.**

Neredukovaný počet bodov: 307 Počet absolvovaných pretekov: 11

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 Chrást'    | 6 km     | <b>23:42</b>   | <b>13.</b> | <b>26</b> | O    | 417  |
| 28.2.2009                  | II. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrást'   | 10 km    | <b>43:54</b>   | <b>11.</b> | <b>27</b> | O    | 398  |
| 4.3.2009                   | I. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru         | 3 km     | <b>11:20</b>   | <b>9.</b>  | <b>29</b> | Z    | 414  |
| 1.4.2009                   | II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru        | 3 km     | <b>10:49</b>   | <b>16.</b> | <b>42</b> | Z    | 425  |
| 13.5.2009                  | Žilinská hodinovka, Žilina - dráha ŽU, 27.ročník | 1 hodina | <b>14298m</b>  | <b>12.</b> | <b>21</b> | O    | 417  |
| 23.5.2009                  | Beh k srdcu SNP, Martin, 44.ročník               | 21,097   | <b>1:28:26</b> | <b>37.</b> | <b>18</b> | S    | 423  |
| 3.6.2009                   | IV. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU         | Cooper   | <b>3222m</b>   | <b>12.</b> | <b>34</b> | Z    | 419  |
| 23.6.2009                  | Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU          | 1000m    | <b>3:14</b>    | <b>9.</b>  | <b>27</b> | O    | 423  |
| 1.7.2009                   | V. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru         | 3 km     | <b>10:50</b>   | <b>10.</b> | <b>23</b> | Z    | 425  |
| 5.8.2009                   | VI. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru        | 3 km     | <b>10:44</b>   | <b>8.</b>  | <b>29</b> | Z    | 427  |
| 2.9.2009                   | VII. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU        | 5000 m   | <b>18:51</b>   | <b>7.</b>  | <b>31</b> | Z    | 426  |