

Rok: 2009		Šuránek		Michal		28.2.1978
Najlepšie výkony na BLŽ:						Adresa: AC Uherské Hradiště
1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka	Telefón: +42141xxxxxxx	
2:48	10:11		3434m		E mail: kto@domena.sk	
23.6.2009	1.4.2009		2009			

Celkové umiestnenie: **5.** Počet bodov: **531** Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **B Muži od 30 do 39 rokov** Umiestnenie v kategórii: **3.**

Neredukovaný počet bodov: 553 Počet absolvovaných pretekov: 19

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 31.1.2009

Z každého preteku sa započítava iba beh s najväčším počtom bodov !

Do celkového poradia sa počíta iba najlepší 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	21:53	5.	34	O 436
28.2.2009 II. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrást'	10 km	40:34	5.	33	O 418
4.3.2009 I. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	10:51	5.	33	Z 425
1.4.2009 II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	10:11	7.	51	Z 439
4.4.2009 Beh oslobodenia Turian, 37.ročník	10 km	39:30	10.	19	S 425
6.5.2009 III. základné kolo BLŽ, Dolný Hričov	3000 m	10:30	3.	(22)	Z 432
3.6.2009 IV. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	Cooper	3434m	7.	39	Z 435
23.6.2009 Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m	2:48	2.	34	O 455
1.7.2009 V. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	10:17	6.	27	Z 437
26.7.2009 Kysucká "10", Kysucké Nové Mesto, 4.ročník	10 km	38:10	39.	17	S 433
12.9.2009 Zátokova "10", Žilina - dráha ŽU, 24.ročník	10000 m	40:25	20.	18	O 419
20.9.2009 Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 7.ročník	6 km	40:33	75.	18	S 396
7.10.2009 VIII. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	10:30	5.	41	Z 432
10.10.2009 Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 38.ročník	9,6 km	37:08	10.	22	O 429
8.11.2009 Krasňanská "10". Krásno nad Kysucou, 26.ročník	10 km	40:33	32.	31	S 418
11.11.2009 IX. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	10:58	8.	32	Z 422
17.11.2009 Beh na Husárik, Čadca	3,7 km	19:36	38.	22	S 416
26.12.2009 Štefanská hôrečná šestka, 7.ročník	6,1 km	23:33	32.	44	O 423
31.12.2009 Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 29.ročník	11,5 km	47:45	24.	16	S 415