

Rok: 2009**Tabak Milan**

24.6.1955

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:17	11:13	19:50	3156m	14557m
23.6.2006	5.7.2006	2009	2009	2009

Adresa: AC UNIZA Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **11.**Počet bodov: **403**

Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **D Muži od 50 do 59 rokov**Umiestnenie v kategórii: **2.**

Neredukovaný počet bodov: 525

Počet absolvovaných pretekov: 27

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	24:31	19.	20	O	409
28.2.2009	II. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrást'	10 km	44:11	13.	25	O	396
4.3.2009	I. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	12:02	16.	22	Z	399
21.3.2009	Rajecký Borošovec, Šuja, 14.ročník	14,7 km	1:07:40	41.	(11)	O	399
1.4.2009	II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:48	28.	30	Z	404
4.4.2009	Beh oslobodenia Turian, 37.ročník	10 km	41:44	16.	16	S	411
19.4.2009	Čadčanská "10", 15.ročník	10 km	42:22	28.	(10)	S	407
25.4.2009	Beh oslobodenia Strečna, 25.ročník	5,4 km	23:31	31.	23	O	390
6.5.2009	III. základné kolo BLŽ, Dolný Hričov	3000 m	11:43	12.	(13)	Z	406
13.5.2009	Žilinská hodinovka, Žilina - dráha ŽU, 27.ročník	1 hodina	14557m	9.	24	O	421
30.5.2009	Memoriál J. Gabčíka, Žilina-Rajecké Teplice,	13,5 km	58:16	29.	(19)	O	418
3.6.2009	IV. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	Cooper	3156m	19.	27	Z	414
13.6.2009	Kysucký maratón a polmaratón, Čadca, 35.ročník	21,097	1:29:13	11.	(7)	S	420
23.6.2009	Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m	3:21	15.	21	O	415
1.7.2009	V. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:37	18.	(15)	Z	408
11.7.2009	Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 8.ročník	6,4 km	55:04	60.	(14)	O	390
26.7.2009	Kysucká "10", Kysucké Nové Mesto, 4.ročník	10 km	40:32	49.	12	S	418
5.8.2009	VI. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:29	18.	(19)	Z	411
8.8.2009	Rajecký maratón a polmaratón, 26.ročník	21,097	1:30:54	31.	(14)	O	416
2.9.2009	VII. základné kolo BLŽ, Žilina - dráha ŽU	5000 m	19:50	13.	25	Z	413
20.9.2009	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 7.ročník	6 km	40:57	80.	17	S	393
7.10.2009	VIII. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	11:45	18.	28	Z	405
8.11.2009	Krasňanská "10". Krásno nad Kysucou, 26.ročník	10 km	41:59	41.	25	S	410
11.11.2009	IX. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	12:04	20.	20	Z	398
17.11.2009	Beh na Husárik, Čadca	3,7 km	21:16	53.	15	S	395
26.12.2009	Štefanská hôrecká šestka, 7.ročník	6,1 km	25:12	46.	39	O	406
31.12.2009	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 29.ročník	11,5 km	48:28	27.	14	S	411