

Rok: 2009**Košík Tomáš**

14.12.1951

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
4:41	10:59	19:46	3185m	14600m
23.6.2009	2.3.1989	1994	1991	1989

Adresa: BK Fastfood Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **108.**Počet bodov: **20**

Počet započítaných pretekov: 5

Kategória v BLŽ: **D Muži od 50 do 59 rokov**Umiestnenie v kategórii: **17.**

Neredukovaný počet bodov: 20

Počet absolvovaných pretekov: 5

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 Chrast'	6 km	31:10	32.	7	O 340
1.4.2009	II. základné kolo BLŽ, Žilina - Sad mieru	3 km	14:51	52.	6	Z 337
4.4.2009	Beh oslobodenia Turian, 37.ročník	10 km	53:30	47.	3	S 341
19.4.2009	Čadčanská "10", 15.ročník	10 km	54:07	50.	1	S 337
23.6.2009	Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m	4:41	33.	3	O 316