

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:11	10:21		3206m	14812m
22.6.2010	4.8.2010		2010	2010

Adresa: HBC Žirafa Žilina

Telefón:+42141xxxxxx

E mail: kto@domena.sk

Celkové umiestnenie: **11.**Počet bodov: **487**

Počet započítaných pretekov: 17

Kategória v BLŽ: **B Muži od 30 do 39 rokov**Umiestnenie v kategórii: **4.**

Neredukovaný počet bodov: 595

Počet absolvovaných pretekov: 24

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 31.1.2010

*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.	
31.1.2010	I. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrast'	6 km	25:18	22.	33	O	401
20.2.2010	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark Chrast'	10 km	42:46	17.	(20)	O	405
3.3.2010	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	10:44	12.	39	Z	427
20.3.2010	Rajecký Borošovec, Šuja, 15. ročník	14,7km	1:02:22	21.	(22)	O	420
7.4.2010	II. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	10:39	10.	40	Z	429
10.4.2010	Beh oslobodenia Turian, 38. ročník	10 km	39:57	18.	15	S	422
18.4.2010	Čadčanská desiatka, 16.ročník	10 km	41:27	30.	12	S	413
22.5.2010	Beh k srdcu SNP, Martin, 45.ročník	21,097k	1:30:46	31.	18	S	416
29.5.2010	Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 16.ročník	11,5km	46:07	17.	34	O	434
5.6.2010	Kysucký maratón a polmaratón, Čadca, 36.ročník	21,097k	1:28:37	7.	(4)	S	422
9.6.2010	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12min	3206m	13.	35	Z	418
22.6.2010	Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU	1000m	3:11	13.	36	O	427
27.6.2010	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 9.ročník	4,2 km	44:47	29.	(16)	O	
7.7.2010	V. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3km	10:44	12.	26	Z	427
18.7.2010	Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 5.ročník	10 km	40:15	14.	14	S	420
4.8.2010	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	10:21	8.	28	Z	436
14.8.2010	Rajecký maratón a polmaratón, 27.ročník	21,	1:31:38	24.	(16)	O	414
11.9.2010	Zátopkova desiatka, Žilina-Sad mieru, 25.ročník	10,120k	39:35	17.	25	O	424
9.10.2010	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 39.ročník	9,6km	36:14	8.	25	O	435
13.10.2010	Žilinská hodinovka, dráha ŽU, 28.ročník	1 hodina	14812m	10.	(24)	O	426
16.10.2010	Deň supervytrvalca, Žilina	50 km	4:10:45	12.		I	
24.10.2010	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 8.ročník	13km	56:38	16.	14	S	405
14.11.2010	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou,	10 km	38:33	15.	37	S	430
18.12.2010	Vianočný beh, Žilina	21,3 km	1:37:56	2.	(6)	O	397
26.12.2010	Štefanská Hôrecká Šestka, Hôrky, 8. ročník	6,12km	24:38	19.	56	O	412