

Rok: 2010**Hanák Ján****AK Žilina 31.12.1935****Najlepšie výkony na BLŽ:**

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
7:40	13:26	27:03	2485m	10013m
16.6.2005	3.10.1985	1991	1987	1987

Adresa: KVV Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **122.**Počet bodov: **11**

Počet započítaných pretekov: 11

Kategória v BLŽ: **E Muži od 60 rokov**Umiestnenie v kategórii: **10.**

Neredukovaný počet bodov: 12

Počet absolvovaných pretekov: 12

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 22.1.2010

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 Chrást'	6 km	1:39:00	54.	1	O
20.2.2010	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark Chrást'	6 km	1:29:00	11.	1	O
3.3.2010	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	33:16	50.	1	Z
7.4.2010	II. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	24:30	49.	1	Z
25.4.2010	Beh oslobodenia Strečna, 26.ročník	5,2 km	1:00:59	77.	1	O
5.5.2010	III. základné kolo, Dolný Hričov	3000m	32:10	25.	1	Z
9.6.2010	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12min	1010m	47.	(1)	Z
4.8.2010	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	33:20	35.	1	Z
6.10.2010	VIII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	3000 m	34:20	37.	1	Z
9.10.2010	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 39.ročník	9,6km	2:29:42	39.	1	O
3.11.2010	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	33:20	44.	1	Z
18.12.2010	Vianočný beh, Žilina	3 km	44:00	28.	1	O