

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:18	10:50	18:57	3230m	14617m
22.6.2007	1.8.2007	2009	2007	2006

Adresa: Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **14.**Počet bodov: **419**

Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **C Muži od 40 do 49 rokov**Umiestnenie v kategórii: **6.**

Neredukovaný počet bodov: 548

Počet absolvovaných pretekov: 30

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 Chrast'	6 km	25:24	23.	32	O	400
20.2.2010	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark Chrast'	10 km	43:05	18.	19	O	403
3.3.2010	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:03	18.	33	Z	420
20.3.2010	Rajecký Borošovec, Šuja, 15. ročník	14,7km	1:03:44	28.	(18)	O	414
7.4.2010	II. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:06	19.	31	Z	419
10.4.2010	Beh oslobodenia Turian, 38. ročník	10 km	40:30	20.	14	S	419
18.4.2010	Čadčanská desiatka, 16.ročník	10 km	41:52	36.	(10)	S	410
25.4.2010	Beh oslobodenia Strečna, 26.ročník	5,2 km	23:29	21.	(17)	O	410
5.5.2010	III. základné kolo, Dolný Hričov	3000m	11:36	7.	(19)	Z	408
22.5.2010	Beh k srdcu SNP, Martin, 45.ročník	21,097k	1:37:46	55.	13	S	397
29.5.2010	Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 16.ročník	11,5km	50:44	33.	22	O	411
9.6.2010	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12min	3196m	16.	32	Z	417
22.6.2010	Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU	1000m	3:18	18.	31	O	418
27.6.2010	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 9.ročník	4,2 km	50:32	60.	(11)	O	
7.7.2010	V. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3km	11:09	18.	20	Z	418
10.7.2010	Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 9. ročník	6,5 km	58:17	62.	(4)	O	374
18.7.2010	Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 5.ročník	10 km	41:15	17.	11	S	414
4.8.2010	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:10	16.	20	Z	418
14.8.2010	Rajecký maratón a polmaratón, 27.ročník	42,195k	3:37:53	66.	(10)	O	383
11.9.2010	Zátopkova desiatka, Žilina-Sad mieru, 25.ročník	10,120k	41:10	27.	(17)	O	415
19.9.2010	Beh na Veľkú Raču, Ošadnica, 8.ročník	6100m	40:35	59.	16	S	
26.9.2010	Beh priateľov Jedľovín, Vrútky, 18.ročník	10 km	37:50	20.	(7)	S	408
13.10.2010	Žilinská hodinovka, dráha ŽU, 28.ročník	1 hodina	14295m	13.	21	O	416
16.10.2010	Deň supervytrvalca, Žilina	50 km	4:08:51	11.		I	
24.10.2010	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 8.ročník	13km	1:05:34	42.	(6)	S	365
3.11.2010	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:20	17.	28	Z	414
14.11.2010	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou,	10 km	41:49	45.	20	S	411
17.11.2010	Beh na Husárik, Čadca, 4.ročník	4 km	19:32	30.	14	S	350
18.12.2010	Vianočný beh, Žilina	42,195k	3:36:26	3.	(3)	O	385
26.12.2010	Štefanská Hôrecká Šestka, Hôrky, 8. ročník	6,12km	26:41	39.	42	O	391
31.12.2010	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 30.ročník	11,5km	50:05	33.	(7)	S	403