

Rok: 2010

Poláček Ivan

4.3.1986

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:20	10:57	18:56	3261m	14985m
23.6.2009	3.11.2010	2010	2009	2010

Adresa: Hôrky

Telefón:+42141xxxxxx

E mail: kto@domena.sk

Celkové umiestnenie: **15.**Počet bodov: **408**

Počet započítaných pretekov: 17

Kategória v BLŽ: **A Muži do 29 rokov**Umiestnenie v kategórii: **3.**

Neredukovaný počet bodov: 427

Počet absolvovaných pretekov: 18

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	25:31	25.	30	O	398
3.3.2010	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:29	22.	29	Z	411
25.4.2010	Beh oslobodenia Strečna, 26.ročník	5,2 km	23:19	19.	19	O	412
22.5.2010	Beh k srdcu SNP, Martin, 45.ročník	21,097k	1:38:39	56.	12	S	395
9.6.2010	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12min	3107m	20.	28	Z	409
22.6.2010	Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU	1000m	3:22	22.	27	O	413
7.7.2010	V. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3km	11:23	19.	(19)	Z	413
4.8.2010	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:07	15.	21	Z	419
2.9.2010	VII. základné kolo, Žilina-Sad mieru	5 km	18:56	13.	33	Z	425
19.9.2010	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 8.ročník	6100m	37:55	38.	25	S	277
26.9.2010	Beh priateľov Jedľovín, Vrútky, 18.ročník	10 km	36:26	16.	9	S	417
6.10.2010	VIII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	3000 m	11:05	13.	25	Z	420
9.10.2010	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 39.ročník	9,6km	40:10	18.	17	O	410
13.10.2010	Žilinská hodinovka, dráha ŽU, 28.ročník	1 hodina	14985m	7.	27	O	429
24.10.2010	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 8.ročník	13km	1:05:33	41.	7	S	365
3.11.2010	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	10:57	14.	31	Z	423
14.11.2010	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou,	10 km	39:37	22.	32	S	424
26.12.2010	Štefanská Hôrecká Šestka, Hôrky, 8. ročník	6,12km	27:08	48.	36	O	387