

Rok: 2010**Tabak Milan**

24.6.1955

Najlepšie výkony na BLŽ:

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:17	11:13	19:37	3156m	14557m
23.6.2006	5.7.2006	2010	2009	2009

Adresa: AC UNIZA Žilina

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie: **17.**Počet bodov: **396**

Počet započítaných pretekov: 18

Kategória v BLŽ: **D Muži od 50 do 59 rokov**Umiestnenie v kategórii: **3.**

Neredukovaný počet bodov: 490

Počet absolvovaných pretekov: 24

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	25:02	20.	35	O	403
20.2.2010	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark Chrást'	10 km	43:31	19.	(18)	O	400
3.3.2010	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:49	26.	25	Z	404
25.4.2010	Beh oslobodenia Strečna, 26.ročník	5,2 km	23:26	20.	18	O	411
5.5.2010	III. základné kolo, Dolný Hričov	3000m	11:57	11.	(15)	Z	401
22.5.2010	Beh k srdcu SNP, Martin, 45.ročník	21,097k	1:30:25	30.	19	S	417
29.5.2010	Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 16.ročník	11,5km	48:39	26.	27	O	422
9.6.2010	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12min	3120m	18.	30	Z	410
22.6.2010	Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU	1000m	3:26	24.	25	O	408
27.6.2010	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 9.ročník	4,2 km	46:09	45.	(13)	O	
7.7.2010	V. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3km	11:35	21.	17	Z	409
18.7.2010	Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 5.ročník	10 km	41:16	18.	10	S	414
4.8.2010	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:40	19.	(17)	Z	407
14.8.2010	Rajecký maratón a polmaratón, 27.ročník	21,	1:32:04	25.	(15)	O	413
2.9.2010	VII. základné kolo, Žilina-Sad mieru	5 km	19:37	16.	30	Z	416
11.9.2010	Zátopkova desiatka, Žilina-Sad mieru, 25.ročník	10,120k	41:21	28.	(16)	O	413
19.9.2010	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 8.ročník	6100m	40:45	61.	15	S	
6.10.2010	VIII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	3000 m	11:57	17.	21	Z	401
13.10.2010	Žilinská hodinovka, dráha ŽU, 28.ročník	1 hodina	14180m	14.	20	O	414
24.10.2010	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 8.ročník	13km	1:02:51	33.	9	S	377
3.11.2010	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km	11:54	21.	24	Z	402
14.11.2010	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou,	10 km	41:26	42.	22	S	413
17.11.2010	Beh na Husárik, Čadca, 4.ročník	4 km	20:31	40.	9	S	334
26.12.2010	Štefanská Hôrecká Šestka, Hôrky, 8. ročník	6,12km	26:54	42.	40	O	389