

## Propozície 29. ročníka BLŽ - rok 2010

**Usporiadateľ:** Atletický klub Žilina

**Hlavný organizátor:** Marián Michalík, tel. :0904701612

**Preteky:** (spolu 34 pretekov)

**Kategórie:**

**a) základné kolá BLŽ** ( počíta sa iba 6 najlepších výsledkov )

1.	3.3.2010 (62 pret.)	3 km	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru
2.	7.4.2010 (58 pret.)	3 km	II. základné kolo, Žilina-Sad mieru
3.	5.5.2010 (39 pret.)	3000m	III. základné kolo, Dolný Hričov
4.	9.6.2010 (47 pret.)	12min	IV. základné kolo, Žilina-dráha ŽU
5.	7.7.2010 (42 pret.)	3km	V. základné kolo, Žilina-Sad mieru
6.	4.8.2010 (41 pret.)	3 km	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru
7.	2.9.2010 (56 pret.)	5 km	VII. základné kolo, Žilina-Sad mieru
8.	6.10.2010 (49 pret.)	3000 m	VIII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU
9.	3.11.2010 (57 pret.)	3 km	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru

- A Muži do 29 rokov
- B Muži od 30 do 39 rokov
- C Muži od 40 do 49 rokov
- D Muži od 50 do 59 rokov
- E Muži od 60 rokov
- F Ženy
- G Chlapci do 15 rokov
- H Dievčatá do 15 rokov

**b) preteky v okrese zaradené do BLŽ** ( počíta sa iba 6 najlepších výsledkov )

1.	31.1.2010 (56 pret.)	6 km	I. zimné kritérium, Žilina - lesopark Chrast'
2.	20.2.2010 (54 pret.)	10 km	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark Chrast'
3.	20.3.2010 (31 pret.)	14,7km	Rajecký Borošovec, Šuja, 15. ročník
4.	25.4.2010 (31 pret.)	5,2 km	Beh oslobodenia Strečna, 26.ročník
5.	29.5.2010 (40 pret.)	11,5km	Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 16.ročník
6.	22.6.2010 (48 pret.)	1000m	Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU
7.	27.6.2010 (22 pret.)	4,2 km	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 9.ročník
8.	10.7.2010 (17 pret.)	6,5 km	Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 9. ročník
9.	14.8.2010 (36 pret.)	42,195km	Rajecký maratón a polmaratón, 27.ročník
10.	11.9.2010 (34 pret.)	10,120km	Zátokova desiatka, Žilina-Sad mieru, 25.ročník
11.	9.10.2010 (30 pret.)	9,6km	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 39.ročník
12.	13.10.2010 (33 pret.)	1 hodina	Žilinská hodinovka, dráha ŽU, 28.ročník
13.	18.12.2010 (41 pret.)	10 km	Vianočný beh, Žilina
14.	26.12.2010 (66 pret.)	6,12km	Štefanská Hôrecká Šestka, Hôrky, 8. ročník

**c) preteky na Slovensku zaradené do BLŽ** ( počíta sa iba 6 najlepších výsledkov )

1.	10.4.2010 (28 pret.)	10 km	Beh oslobodenia Turian, 38. ročník
2.	18.4.2010 (31 pret.)	10 km	Čadčanská desiatka, 16.ročník
3.	22.5.2010 (26 pret.)	21,097km	Beh k srdcu SNP, Martin, 45.ročník
4.	5.6.2010 (12 pret.)	42,195km	Kysucký maratón a polmaratón, Čadca, 36.ročník
5.	11.7.2010 (3 pret.)	31,6km	Malý Štrbský Maratón, 33.ročník
6.	18.7.2010 (29 pret.)	10 km	Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 5.ročník
7.	19.9.2010 (32 pret.)	6100m	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 8.ročník
8.	26.9.2010 (18 pret.)	10 km	Beh priateľov Jedľovín, Vrútky, 18.ročník
9.	24.10.2010 (16 pret.)	13km	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 8.ročník
10.	14.11.2010 (44 pret.)	10 km	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou, 27.ročník
11.	17.11.2010 (27 pret.)	4 km	Beh na Husárik, Čadca, 4.ročník
1.	31.12.2010 (18 pret.)	11,5km	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 30.ročník

### **Bodovanie jednotlivých pretekov:**

- v základných kolách bodujú všetci pretekári na základe umiestnenia nasledovne  
bodujú všetci [n] - n n-1 ... 5 4 3 2 1

- v ostatných pretekoch bodujú tí, ktorí sú k dátumu pretekov evidovaní v BLŽ daného roku  
- behy detí sa počítajú iba v základných kolách

- bodovanie je spoločné pre všetky kategórie  
- bodujú iba pretekári evidovaní v BLŽ

### **Pretekár je evidovaný v BLŽ :**

- ak má zaplatené štartovné 3 € na celý rok alebo  
- odo dňa, kedy sa zúčastnil na niektorom zo základných kôl alebo  
- odo dňa, kedy sa zúčastnil niektorého zimného kritéria alebo  
- odo dňa, kedy sa zúčastnil Behu olympijskeho dňa alebo  
- odo dňa, kedy sa zúčastnil Žilinskej hodinovky

### **Celkové vyhodnotenie bežeckej ligy :**

O celkovom poradí rozhodujú nasledujúce kritériá:

- väčší počet celkovo získaných bodov  
- celkový počet bodov zo základných kôl  
- lepší čas v základnom kole na 3000m