

Rok: 2011**Koleda Zdeno****MK Rajec 23.2.1971****Najlepšie výkony na BLŽ:**

1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:04	9:41	17:05	3595m	16650m
16.6.2005	1.10.2003	2005	2006	2005

Adresa: Rajec

Telefón:

E mail:

Celkové umiestnenie v BLŽ: **3.**Kategória v BLŽ: **C Muži od 40 do 49 rokov**Umiestnenie v kategórii: **3.**Počet bodov: **729**

Počet započítaných pretekov: 18

Nereducovaný počet bodov: 967

Počet absolvovaných pretekov: 28

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 21.1.2011

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	Druh	Miesto	Výkon	BLŽ body	Tab. body
30.1.2011 I. zimné kritérium, Žilina-lesopark	6 km O	4.	22:09	44	433
20.2.2011 II. zimné kritérium, Žilina-lesopark	10 km O	4.	36:16	40	444
2.3.2011 I. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km Z	9.	10:28	49	433
19.3.2011 Rajecký Borošovec, Šuja, 16. ročník	14,7 km O	6.	54:45	(27)	449
6.4.2011 II. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km Z	9.	10:17	54	437
10.4.2011 Čadčianska desiatka, 17. ročník	10 km S	6.	36:23	18	443
24.4.2011 Beh oslobodenia Strečna, 27. ročník	5 km O	6.	19:06	37	432
11.5.2011 Žilinská hodinovka, Žilina - dráha ŽU, 29. ročník	1 hodina O	3.	15469m	(28)	436
21.5.2011 Beh k srdcu SNP, Martin, 46. ročník	21,097 km S	18.	1:20:28	21	444
28.5.2011 Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 17. ročník	11 km O	8.	42:22	31	432
22.6.2011 Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU	1000m O	16.	3:15	38	422
26.6.2011 Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 10. ročník	4,2 km O	6.	34:54	(25)	452
6.7.2011 V. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	12 minút Z	6.	3470m	45	438
9.7.2011 Beh do vrchu Fačkov - Kl'ak, 10. ročník	6,5 km O	4.	42:49	(16)	450
10.7.2011 Malý štrbský maratón, 34. ročník	31,6 km S	13.	2:07:14	(9)	443
3.8.2011 VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km Z	5.	9:53	53	446
13.8.2011 Rajecký maratón a polmaratón, 28. ročník	42,195 km O	13.	2:53:21	(16)	440
3.9.2011 Zátopkova desiatka, Žilina - dráha ŽU, 26. ročník	10000m O	5.	36:43	(28)	441
7.9.2011 VII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU	5000 m Z	5.	17:29	(44)	443
25.9.2011 Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 9. ročník	6,1 km S	4.	31:12	38	424
5.10.2011 VIII. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km Z	8.	10:27	45	433
8.10.2011 Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 40. ročník	9,6 km O	2.	33:45	(30)	450
23.10.2011 Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 9. ročník	13 km S	19.	54:50	13	414
2.11.2011 IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru	3 km Z	8.	10:33	44	431
13.11.2011 Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou, 28. ročník	10 km S	5.	34:58	54	452
17.11.2011 Beh na Husárik, Čadca, 5. ročník	4 km S	5.	16:35	33	397
17.12.2011 Vianočný beh, Žilina, 8. ročník	21,1 km O	1.	1:23:29	(15)	436
26.12.2011 Štefanská hôrečná šestka, Hôrky, 9. ročník	6,12 km O	15.	22:40	72	432