

## Propozície 30. ročníka BLŽ - rok 2011

**Usporiadateľ:** Atletický klub Žilina

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

### **Preteky:** (spolu 35 pretekov)

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

1.	2.3.2011 (63 pret.)	3 km	I. základné kolo, Žilina-Sad mieru
2.	6.4.2011 (72 pret.)	3 km	II. základné kolo, Žilina-Sad mieru
3.	4.5.2011 (45 pret.)	3000 m	III. základné kolo, Kysucké Nové Mesto
4.	8.6.2011 (36 pret.)	3 km	IV. základné kolo, Žilina - Sad mieru
5.	6.7.2011 (50 pret.)	12 minút	V. základné kolo, Žilina-dráha ŽU
6.	3.8.2011 (63 pret.)	3 km	VI. základné kolo, Žilina-Sad mieru
7.	7.9.2011 (61 pret.)	5000 m	VII. základné kolo, Žilina-dráha ŽU
8.	5.10.2011 (60 pret.)	3 km	VIII. základné kolo, Žilina-Sad mieru
9.	2.11.2011 (66 pret.)	3 km	IX. základné kolo, Žilina-Sad mieru

#### **Kategórie:**

- 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.	30.1.2011 (51 pret.)	6 km	I. zimné kritérium, Žilina-lesopark
2.	20.2.2011 (52 pret.)	10 km	II. zimné kritérium, Žilina-lesopark
3.	19.3.2011 (28 pret.)	14,7 km	Rajecký Borošovec, Šuja, 16. ročník
4.	24.4.2011 (38 pret.)	5 km	Beh oslobodenia Strečna, 27. ročník
5.	11.5.2011 (30 pret.)	1 hodina	Žilinská hodinovka, Žilina - dráha ŽU, 29. ročník
6.	28.5.2011 (35 pret.)	11 km	Memoriál J. Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 17. ročník
7.	22.6.2011 (53 pret.)	1000m	Beh olympijskeho dňa, Žilina - dráha ŽU
8.	26.6.2011 (25 pret.)	4,2 km	Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 10. ročník
9.	9.7.2011 (16 pret.)	6,5 km	Beh do vrchu Fačkov - Kľak, 10. ročník
10.	13.8.2011 (37 pret.)	42,195 km	Rajecký maratón a polmaratón, 28. ročník
11.	3.9.2011 (31 pret.)	10000m	Zátopkova desiatka, Žilina - dráha ŽU, 26. ročník
12.	8.10.2011 (31 pret.)	9,6 km	Od pamätníka k pamätníku, Stráňavy, 40. ročník
13.	17.12.2011 (65 pret.)	8,3 km	Vianočný beh, Žilina, 8. ročník
14.	26.12.2011 (81 pret.)	6,12 km	Štefanská hôrecká šestka, Hôrky, 9. ročník

#### **Priebežné informácie:**

[www.janrun.sk](http://www.janrun.sk)

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

1.	9.4.2011 (27 pret.)	10 km	Beh oslobodenia Turian, 39. ročník
2.	10.4.2011 (28 pret.)	10 km	Čadčianska desiatka, 17. ročník
3.	21.5.2011 (24 pret.)	21,097 km	Beh k srdcu SNP, Martin, 46. ročník
4.	11.6.2011 (12 pret.)	42,195 km	Kysucký maratón a polmaratón, Čadca, 37. ročník
5.	10.7.2011 (11 pret.)	31,6 km	Malý štrbský maratón, 34. ročník
6.	17.7.2011 (28 pret.)	10 km	Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 6. ročník
7.	25.9.2011 (38 pret.)	6,1 km	Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 9. ročník
8.	25.9.2011	9 km	Beh priateľov Jedľovín, Martin, 19. ročník - beh zrušený
9.	23.10.2011 (14 pret.)	13 km	Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 9. ročník
10.	13.11.2011 (55 pret.)	10 km	Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou, 28. ročník
11.	17.11.2011 (35 pret.)	4 km	Beh na Husárik, Čadca, 5. ročník
12.	31.12.2011 (23 pret.)	10 km	Silvestrovský beh zdravia, Vrútky, 31. 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 :**

- odo dňa zaplatenia štartovného 4 € 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 3 km
- menší počet pretekov