

Rok: 2013	Mizera	Pavol	KKM Čadca	2.9.1978
Najlepšie výkony na BLŽ:				Adresa: Ochodnica
1000m	3000m	5000m	Cooper	Hodinovka
3:35	11:38	20:28	3025m	13432m
19.6.2013	6.11.2013	2013	2013	2013
				Telefón:
				E mail:

Celkové umiestnenie v BLŽ: **17.**

Kategória v BLŽ: **B Muži od 30 do 39 rokov**

Umiestnenie v kategórii: **5.**

Počet bodov: **502**

Počet započítaných pretekov: 19

Neredukovaný počet bodov: 598

Počet absolvovaných pretekov: 27

Preteky započítavané do tohto ročníka BLŽ od: 6.3.2013

Z každého preteku sa započítava iba beh s najväčším počtom bodov !

Do celkového poradia sa počíta iba najlepších 7 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	
6.3.2013 III. ZK (základné kolo), Žilina-park LŠ	3 km	Z	32.	12:19	39	393
16.3.2013 Rajecký Borošovec, Šuja, 18. ročník	14,6 km	O	52.	1:10:39	(13)	388
10.4.2013 IV. ZK (základné kolo), Žilina-park LŠ	3 km	Z	28.	12:11	36	396
14.4.2013 Čadčianska desiatka, 19. ročník	10 km	S	47.	46:28	(4)	383
21.4.2013 Kysucká desiatka, Kys. Nové Mesto, 8. ročník	10 km	S	71.	43:50	11	399
28.4.2013 Beh oslobodenia Strečna, 29. ročník	5 km	O	47.	24:25	21	356
9.5.2013 V. ZK (základné kolo), Kysucké Nové Mesto-dráha	3000 m	Z	17.	12:05	18	398
15.5.2013 Žilinská hodinovka, Žilina-dráha ŽU, 29. ročník	1 hodina	O	24.	13432m	27	399
25.5.2013 Memoriál Jozefa Gabčíka, Poluvsie-Žilina, 19. ročník	11 km	O	73.	50:12	29	390
5.6.2013 VI. ZK (základné kolo), Žilina - park LŠ	3 km	Z	44.	12:01	42	399
9.6.2013 Kysucký maratón (+polM), Čadca, 39. ročník	42,195 km	S	35.	3:57:11	5	358
19.6.2013 Beh olympijskeho dňa, Žilina-dráha ŽU	1000 m	O	29.	3:35	31	397
30.6.2013 Beh na Poludňový grúň, Vrátna, 12. ročník	4,2 km	O	145.	52:37	(8)	
3.7.2013 VII. ZK (základné kolo), Žilina-dráha ŽU	12 min	Z	34.	3025m	38	402
27.7.2013 Belská hodová 7, Belá pri Varíne, 3.ročník	7,2 km	O	42.	32:27	20	377
7.8.2013 VIII. ZK (základné kolo), Žilina-park LŠ	3 km	Z	25.	11:50	(16)	403
29.8.2013 Beh na Dubeň, Žilina, 2. ročník	4,2 km	O	46.	26:44	(11)	
4.9.2013 IX. ZK (základné kolo), Žilina-dráha ŽU	5000 m	Z	35.	20:28	29	405
14.9.2013 Zátokova desiatka, Žilina-dráha ŽU, 28. ročník	10000 m	O	30.	43:10	(15)	403
22.9.2013 Beh na Veľkú Raču, Oščadnica, 11. ročník	6,1 km	S	77.	46:25	8	
2.10.2013 X. ZK (základné kolo), Žilina-park LŠ	3 km	Z	17.	11:49	(17)	404
27.10.2013 Beh okolo Sidorova, Ružomberok, 10. ročník	13 km	S	57.	1:06:11	6	362
6.11.2013 XI. ZK (základné kolo), Žilina-park LŠ	3 km	Z	16.	11:38	35	408
10.11.2013 Krasňanská desiatka, Krásno nad Kysucou, 30. ročník	10 km	S	59.	41:43	29	411
17.11.2013 Beh na Husárik, Čadca, 7. ročník	4 km	S	41.	20:35	13	333
26.12.2013 Štefanská hôrecká šestka, Hôrky, 11. ročník	6,1 km	O	66.	26:02	65	398
31.12.2013 Silvestrovský beh v Lietave, 6. ročník	10 km	O	35.	42:57	(12)	404