

Lp.	Termin	Nazwa imprezy	Miejsce	Organizator	Dystanse biegowe - kobiety						Dystanse biegowe - mężczyźni					
					S	JA	JB	JC	JD	JE	S	JA	JB	JC	JD	JE
1.	29.12.2009	Bieg Sylwestrowy	Kubalonka	ŚBZN	5 CL	5 CL	5 CL	3 CL	2 CL		10 CL	10 CL	5 CL	3 CL	2 CL	
2.	30.12.09	Bieg Sylwestrowy -Slavic CUP / FIS	Zakopane	LKS Poroniec / TZN	Sprint F						Sprint F / FIS					
3.	08 - 10.01.2010	Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików	Supraśl	POZN Białystok			5 CL ; 5 F	3 CL ; 5 F, 4 x 3 mix					5 CL ; 10 F	3 CL ; 5 F, 4 x 3 mix		
4.	15-16.01.2010	Bieg na Igrzyska	Ustrzyki Dolne	AK-POL				X	X	X				X	X	X
5.	16-18.01.2010	Puchar Bieszczad el. do OOMł	Ustrzyki Dolne	POZN Ustrzyki Dolne	5 CL ; 10 F	5 CL ; 10 F	5 CL ; 10 F	3 CL ; 5 F			10 CL ; 15 F	10 CL ; 15 F	10 CL ; 15 F	3 CL ; 5 F		
6.	23-24.01.2010	Mistrzostwa Karkonoszy –Memoriał J. Mądrego, el. do OOMł	Szklarska Poręba / Jakuszyce	DZN -Jelenia Góra	5CL, 10F	5CL, 10F	5 CL, 7,5 F	3CL; 5 F	3CL, 3F		10CL; 15 F	10CL, 15F	7,5CL, 10F	3CL,5F	3CL, 3F	
7.	29.01 - 31.01.2010	Puchar Roztocza , el. do OOMł	Tomaszów Lubelski	LOZN	5CL ; 10F	5CL ; 10F	5CL; 7.5F	3CL; 5 F	3CL ; 3F	10CL;15 F	10CL; 15 F	5CL; 10 F	3CL; 5 F	3 CL; 3 F		
8.	24 - 31.01.2010	Mistrzostwa Świata Juniorów	Hinterzarten / GER /	KO		wg. Regulaminu FIS						wg. Regulaminu FIS				
9.	05-06.02.2010	Bieg na Igrzyska	Zakopane	AK-POL				X	X	X				X	X	X
10.	06 - 07.02.2010	Puchar Beskidów -SLAVIC CUP FIS ,	Kubalonka	ŚBZN, NKS Trójwieś Beskidzka	10 F, Sprint CL						15 F ; Sprint CL					
11.	06 - 07.02.2010	Mistrzostwa Podlasia	Supraśl	POZN Białystok			5 CL; 7,5 F	3 CL; 5 F					5 CL;10 F	3 CL; 5 F		
12.	12 - 14.02.2010	Mistrzostwa Śląska , el. do OOMł	Kubalonka	ŚZN	5CL,5CL+5F	5CL,5CL+5F	5CL,5CL+5F	3CL, 3CL+3F	3 CL ; 3 F	2CL,2F	10CL,10CL+10F	10CL,10CL+10F	5CL5CL+5F	3CL,3CL+3F	3 CL ; 3 F	2CL, 2F
13.	18 - 24.02.2010	Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży	Szklarska Poręba / Jakuszyce	DZN -Jelenia Góra		5 CL+ 5 F ; Sprint CL; 5 CL ; Sprint TEAM F	5 CL ; Sprint CL; 7,5 F ; Sprint TEAM F					10 CL + 10 F ; Sprint CL ; 10 CL ; Sprint TEAM F	5 CL ; Sprint CL ; 10 F ; Sprint TEAM F ;			
14.	12-28.02.2010	IGRZYSKA OLIMPIJSKIE	Vancouver CAN /	KO	wg. Regulaminu MKOL						wg. Regulaminu MKOL					
15.	26 - 28.02.2010	Młodzieżowe Mistrzostwa Polski	Śupraśl	POZN	Sprint ; 5 CL ; 5CL+ 5 F						Sprint ; 10 CL ; 10CL+ 10 F					
16.	26-27.02.2010	Bieg na Igrzyska	Szklarska Poręba / Jakuszyce	AK-POL				X	X	X				X	X	X
17.	05-06.03.2010	Bieg na Igrzyska	Kubalonka	AK-POL				X	X	X				X	X	X
18.	06-07.03.2010	Bieg Piastów	Szklarska Poręba / Jakuszyce	KO	30 km CL	-	-	-			50 km CL	-	-	-		
19.	08 - 12.03. 2010	Ogólnopolskie Spotkanie UKS w biegach narciarskich	Kubalonka	ŚZN				5 F ; 3 CL ; 4x3 km mix	3F,3CL , 4x2km mix	2CL,2F				5F ; 3 CL ; 4x3 km mix	3F,3CL, 4x2km mix	2CL,2F
20.	13 - 14.03. 2010	Mistrzostwa SMS	Zakopane	SMS Zakopane	Sprint F / FIS open /, 7,5CL	7,5CL	7,5CL	5F , 3CL,	3F , 3CL,		Sprint F / FIS open /, 10CL	10CL	10CL	5F , 3CL,	3F , 3CL,	
21.	14.03.2009	58. Zawody sędziów i działaczy	Szczyrk	WS PZN, ŚS-R LZS Sokół Szczyrk	3 F						3 F					
22.	16-17.03.2010	Mistrzostwa TZN	Zakopane	TZN	5 CL; 10 F	5CL ;10 F	5 CL; 7,5 F	3 CL; 5 F			10 CL; 15 F	10 CL; 15 F	5CL ; 10 F	3 CL; 5 F		
23.	20-21.03.2010	Puchar Karkonoszy FIS , Mały Memoriał Bronka Czecha	Szklarska Poręba / Jakuszyce	DZN -Jelenia Góra	5CL, 5CL+5F	5CL, 5CL+5F	5CL, 5CL+5F	3CL, 3CL+3F			10CL, 10CL+10F	10CL, 10CL+10F	5CL,10CL+10F	3 CL + 5 F		
24.	20-21.03.2010	58. Zawody sędziów i działaczy	Szklarska Poręba / Jakuszyce	DZN -Jelenia Góra	3 F						3 F					
25.	24.03-29.03.2010	Mistrzostwa Polski Seniorów	Kubalonka	PZN , ŚBZN	15 CL;Sprint CL; 5 F; 4 x 5 km mix ,						30 CL; Sprint CL; 10 F ; 4 x 10 km mix;					
26.	W ramach MP Sen.	Mistrzostwa Polski Amatorów - Masters.	Kubalonka	PZN , ŚBZN	5 CL						10 CL					
27.	02-03.04.2010	Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików	Szklarska Poręba / Jakuszyce	DZN -Jelenia Góra			5 CL; 7,5 F	3 CL; 5 F					5CL ; 10 F	3 CL; 5 F		

Zestawienie : Marek Siderek

