



Helena JAVORNIK

Rojena	26.03.1966, Celje
Višina - teža	162 cm, 53 kg
Klub	AK Zreče, Zreče
Trener	Borut Podgornik
Število reprezentančnih nastopov	47x
Priznanja	199 atletinja leta pri članicah (3. mesto)
	8
	200 Bloudkova plaketa
	3
	200 atletinja leta pri članicah (2. mesto)
	3
	200 atletinja leta pri članicah (3. mesto)
	4

Razvoj rezultata

	1500 m	3000 m	5000 m	10.000 m	21 km	42 km	1500 m (i)	3000 m (i)	Ostali boljši rezultati
1991				40:10.96		2:49:30			2000 800 m 2:05.32
1992				35:53.82	1:13:45	2:37:09		10:13.2	2000 1000 m 2:44.03
1993		9:42.10		34:51.75	1:13:39	2:37:27			1997 1 milja 4:33.00
1994	4:53.60	9:52.01		34:29.02	1:16:04	2:34:50			2002 1 milja (i) 4:29.35
1995			17:33.19		1:14:48	2:34:29			2000 2000 m 5:56.45
1996		9:46.22	16:25.01		1:12:52	2:34:41			2000 2000 m (i) 5:44.93
1997	4:12.59	8:58.14	15:35.18	33:02.79	1:12:51	2:40:05	4:20.63	9:28.5	
1998	4:12.12	9:12.13	15:27.50	32:52.28	1:14:14	2:32:33	4:15.03	8:56.00	
1999	4:07.34	9:01.50	15:15.40	34:07.64	1:11:52	2:39:50	4:10.45	8:53.40	
2000	4:06.77	8:50.71	15:27.68	32:44.40	1:14:51		4:08.37	8:52.36	
2001	4:10.06	9:05.13	15:23.45		1:14:38		4:06.22	8:48.57	
2002	4:09.32	8:53.71	15:32.90		1:11:45	2:28:15	4:08.10	8:47.49	
2003	4:20.97	9:21.95	15:36.81	31:56.90	1:11:03	2:28:13			
2004		9:49.26	17:02.84	31:06.63	1:09:22	2:27:33			

Mednarodni uspehi

1993	Svetovno prvenstvo na prostem, Stuttgart (GER) maraton (2:51:06) - 20. mesto	2000	Olimpijske igre, Sydney (AUS) 1500 m (4:18.18) - 34. mesto 5000 m (16:09.60) - 40. mesto
1993	Sredozemske igre, Narbonne (FRA) maraton (2:42:58) - 1. mesto	2000	Evropsko prvenstvo v dvorani, Gent (BEL) 3000 m (9:00.85) - 10. mesto
1993	Pokal Evrope Bruno Zauli 2. liga 1. sk., Beljak (AUT) 10.000 m (34:51.75) - 1. mesto	2000	Pokal Evrope 1. liga B sk., Bydgoszcz (POL) 1500 m (4:06.77) - 8. mesto 3000 m (8:50.71) - 3. mesto
1994	Svetovno prvenstvo, Budimpešta (HUN) kros (23:23) - 131. mesto	2000	Evropski pozivni miting, Lizbona (POR) 10.000 m (32:44.40) - 19. mesto
1994	Evropsko prvenstvo na prostem, Helsinki (FIN) maraton - odstop	2000	6-boj / AUT-CRO-ITA-HUN-ROM-SLO, Ljubljana (SLO) 3000 m (9:08.00) - 1. mesto
1994	Pokal Evrope Bruno Zauli 2. liga 3. sk., Ljubljana (SLO) 10.000 m (34:29.02) - 3. mesto	2001	Svetovno prvenstvo v dvorani, Lizbona (POR) 1500 m (4:15.76) - 8. mesto
1995	Evropsko prvenstvo, Alnwick (GBR) kros (15:11) - 54. mesto	2001	Sredozemske igre, Tunis (TUN) 1500 m (4:18.51) - 6. mesto 5000 m (15:56.67) - 4. mesto
1996	Olimpijske igre, Atlanta (USA) maraton (2:46:58) - 53. mesto	2001	Pokal Evrope 1. liga B sk., Budimpešta (HUN) 3000 m (9:05.13) - 4. mesto
1996	Evropsko prvenstvo, Charleroi (BEL) kros (18:41) - 53. mesto	2002	Evropsko prvenstvo na prostem, München (GER) 1500 m (4:18.46) - 29. mesto 5000 m (16:06.32) - 14. mesto
1996	Pokal Evrope Bruno Zauli 1. liga 1. sk., Lizbona (POR) 5000 m (16:25.01) - 5. mesto	2002	Evropsko prvenstvo v dvorani, Dunaj (AUT) 3000 m (9:04.83) - 9. mesto
1997	Svetovno prvenstvo na prostem, Atene (GRE) 1500 m (4:16.21) - 30. mesto 5000 m (16:28.38) - 32. mesto	2002	Evropsko prvenstvo, Medulin (CRO) kros (20:16) - 1. mesto
1997	Svetovno prvenstvo, Košice (SVK) polmaraton (1:12:51) - 31. mesto	2002	Pokal Evrope 1. liga B sk., Sevilla (ESP) 5000 m (15:32.90) - 3. mesto
1997	Svetovno prvenstvo, Torino (ITA) kros (22:40) - 68. mesto	2002	6-boj / CRO-HUN-ITA-SLO I-SLO II-SVK, Ljubljana (SLO) 3000 m (9:14.28) - 1. mesto
1997	Sredozemske igre, Bari (ITA) 10.000 m (33:16.59) - 4. mesto	2003	Svetovno prvenstvo na prostem, Pariz (FRA) 10.000 m (32:01.57) - 18. mesto
1997	Pokal Evrope Bruno Zauli 1. liga B sk., Dublin (IRL) 3000 m (9:02.18) - 2. mesto 5000 m (15:49.36) - 3. mesto	2003	Svetovno prvenstvo, Lausanne (SUI) kros (27:48) - 22. mesto
1997	6-boj (i) / AUT-CRO-CZE-GBR-HUN-SLO, Dunaj (AUT) 1500 m (4:20.63) - 4. mesto	2003	Svetovno prvenstvo, Vilamoura (ESP) polmaraton (1:11:17) - 11. mesto
1998	Evropsko prvenstvo na prostem, Budimpešta (HUN) 5000 m (14:32.09) - odstop 10.000 m (33:16.40) - 14. mesto	2003	Svetovne vojaške igre, Catania (ITA) 5000 m (16:25.52) - 8. mesto
1998	Evropsko prvenstvo, Ferrara (ITA) kros (20:11) - 49. mesto	2003	Pokal Evrope 1. liga B sk., Velenje (SLO) 3000 m (9:21.95) - 5. mesto 5000 m (16:17.99) - 5. mesto
1998	Pokal Evrope Spar Super liga, St. Petersburg (RUS) 3000 m (9:12.13) - 5. mesto 5000 m (15:27.50) - 4. mesto	2003	Evropski pozivni miting, Atene (GRE) 10.000 m (31:56.90) - 4. mesto
1998	Evropski pozivni miting, Lizbona (POR) 10.000 m (32:52.28) - 10. mesto	2004	Olimpijske igre, Atene (GRE) 10.000 m (31:06.63) - 10. mesto
1998	6-boj (i) / ESP-FRA-ITA-POR-RUS-SLO, Genova (ITA) 3000 m (9:05.75) - 5. mesto	2004	Pokal Evrope 1. liga B sk., Istanbul (TUR) 3000 m (10:13.38) - 8. mesto
1999	Svetovno prvenstvo na prostem, Sevilla (ESP)	2004	Evropski pozivni miting, Maribor (SLO)

5000 m (15:28.41) - 11. mesto
1999 Svetovno prvenstvo v dvorani, Maebashi (JPN)
3000 m (9:00.92) - 9. mesto
1999 Svetovne vojaške igre, Zagreb (CRO)
1500 m (4:07.34) - 1. mesto
5000 m (15:37.50) - 3. mesto
1999 Evropski pozivni miting, Barakaldo (ESP)
10.000 m - odstop

10.000 m (32:31.36) - 4. mesto