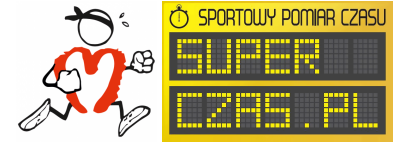


## Leśna ZaDyszka w Szulmierzu - 5 km

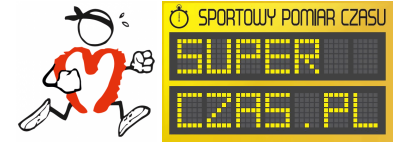
Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
1	86	Grzybowski Mariusz	Ciechanów	Biegaj z Grzybkiem	1991	Open M	1			03:33	16.8	17:48	17:48		1
2	220	Smoliński Rafał	Przasnysz	Państwowa Straż Pożarna Przasnysz	1990	Open M	2			03:36	16.7	17:59	18:00		2
3	150	Grochowski Maciej	Warszawa	Ur	1985	Open M	3			03:39	16.4	18:16	18:17		3
4	182	Tyburski Mariusz	Pawłowo kościelne	2.OREL	1976	Open M	4			03:47	15.8	18:57	18:59		4
5	175	Podlecki Maciej	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	2000	Open M	5			03:57	15.1	19:48	19:49		5
6	171	Nowoczyński Piotr	Mława	z Bratem	1987	Open M	6			04:02	14.9	20:08	20:11		6
7	287	Piotrowski Michał	Świątajno	Klub Biegacza Jurund Szczytno	1980	Open M	7			04:04	14.7	20:22	20:23		7
8	34	Adamiak Arkadiusz	Ciechanów		1998	Open M	8			04:25	13.6	22:06	22:07		8
9	233	Pabich Jakub			2000	Open M	9			04:28	13.4	22:18	22:21		9
10	216	Łabacz Arkadiusz	Warszawa		1996	Open M	10			04:29	13.4	22:27	22:28		10
11	210	Szczepański Tomasz	Mława		1973	Open M	11			04:33	13.2	22:46	22:46		11
12	195	Podlaski Piotr	Pniewo-Czeruchy		1998	Open M	12			04:39	12.9	23:16	23:20		12
13	180	Zyskowski Artur	Ostrołęka	Tata i dzieciaki	1976	Open M	13			04:40	12.9	23:19	23:21		13
14	5	Liszewski Mateusz	Szulmierz		1999	Open M	14			04:46	12.6	23:46	23:51		14
15	186	Sterliński Darek	Strzegocin		1976	Open M	15			04:50	12.4	24:01	24:10		15
16	128	Owczarczyk Grzegorz	Targonie		1982	Open M	16			04:53	12.3	24:24	24:26		16
17	23	Włodkowski Adam	Ciechanów	Bauer Print Ciechanów	1981	Open M	17			04:56	12.1	24:39	24:42		17
18	173	Krejckant Marcin	Ząbki	z Bratem	1982	Open M	18			04:57	12.1	24:41	24:47		18
19	168	Baranowska Alina	Nidzica	Nidzica Biega	1976	Open K	1			05:02	11.9	25:08	25:11	1	
20	215	Łabacz Sebastian	Warszawa	baku baku	1992	Open M	19			05:02	11.9	25:10	25:12		19
21	72	Zawadzka Agnieszka	Ciechanów	sportoholicy	1985	Open K	2			05:03	11.9	25:13	25:16	2	
22	161	Sadzyński Adam	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1990	Open M	20			05:07	11.7	25:31	25:37		20
23	213	Ciesielski Rafał	Mława		1975	Open M	21			05:08	11.7	25:42	25:43		21
24	96	Sobiech Artur			1980	Open M	22			05:15	11.4	26:13	26:16		22
25	111	Blicharska Justyna	Ciechanów	Ciechanowianki	1984	Open K	3			05:17	11.3	26:22	26:26	3	
26	25	Michalski Filip	Kargoszyn		2002	Open M	23			05:19	11.3	26:37	26:38		23
27	223	Długokęcki Wojciech	Przasnysz		1964	Open M	24			05:20	11.2	26:37	26:41		24
28	279	Frankowski Krzysztof	Kargoszyn	T4B Bike Team	2000	Open M	25			05:21	11.2	26:43	26:46		25
29	73	Zawadzki Stanisław	Ciechanów		1952	Open M	26			05:21	11.2	26:44	26:47		26
30	188	Kuczyński Mariusz	Ojrzeń		1974	Open M	27			05:22	11.2	26:42	26:51		27
31	130	Potocki-Rak Piotr	Władysławowo	Bauer Print Ciechanów	1969	Open M	28			05:22	11.2	26:50	26:53		28
32	189	Kuczyński Dawid	Ojrzeń		1977	Open M	29			05:22	11.1	26:46	26:55		29
33	212	Wierziński Stanisław	Piaseczno	KAROLAKI TEAM	2003	Open M	30			05:24	11.1	27:02	27:05		30
34	202	Pytel Renata	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1969	Open K	4			05:26	11	27:04	27:13	4	
35	9	Kosiński Marcin	Grzybowo		1990	Open M	31			05:29	10.9	27:23	27:28		31
36	121	Marcinkowski Robert	Warszawa	Indywidualnie	1976	Open M	32			05:30	10.9	27:28	27:31		32
37	261	Pajewski Kamil	Warszawa	Mazovia ProActiv	1992	Open M	33			05:30	10.9	27:25	27:32		33
38	8	Oprawa Jerzy	Szeřeńsk		1964	Open M	34			05:30	10.9	27:24	27:33		34
39	24	Biernacki Ryszard	Ciechanów	Bauer Print Ciechanów	1956	Open M	35			05:31	10.9	27:34	27:37		35
40	301	Kowalczyk Bogdan	Warszawa		1962	Open M	36			05:35	10.7	27:37	27:58		36
41	219	Wiechowski Piotr	Mława		1975	Open M	37			05:36	10.7	27:53	28:04		37
42	291	Liszewski Jarosław	Bieżeń		1986	Open M	38			05:37	10.7	27:36	28:06		38

## Leśna ZaDyszka w Szulmierzu - 5 km

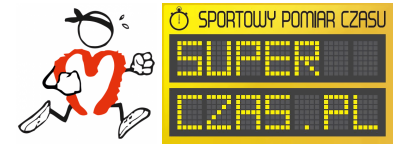
Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
43	28	Gralewska Aleksandra	Regimin	MUKS CZARNI Regimin	2000	Open K	5			05:37	10.7	28:03	28:09	5	
44	244	Grabowski Bogdan	Ciechanów	---	1955	Open M	39			05:41	10.6	28:11	28:25		39
45	78	Nowakowski Mariusz	Ciechanów		1982	Open M	40			05:41	10.5	28:27	28:29		40
46	98	Pilarski Daniel	Szulmierz		1995	Open M	41			05:42	10.5	28:33	28:35		41
47	185	Wachol Kinga	Ciechanów	Ciechanowianki	1983	Open K	6			05:43	10.5	28:33	28:38	6	
48	194	Kwasiborska Ewelina	Rutki Borki	Ciechanowianki	1992	Open K	7			05:44	10.5	28:36	28:41		7
49	11	Pyrzyńska Dagmara	Ciechanów		1992	Open K	8			05:45	10.4	28:40	28:46		8
50	289	Turowska Małgorzata	Ciechanów		1991	Open K	9			05:47	10.4		28:53		9
51	133	Bieńkowski Grzegorz	Sulerzyż		1980	Open M	42			05:47	10.4	28:49	28:56		42
52	31	Wierzbicki Jakub	Ciechanów		2002	Open M	43			05:53	10.2	29:21	29:26		43
53	199	Kraszewska Renata	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1976	Open K	10			05:54	10.2	29:24	29:33	10	
54	85	Krętkowska Anna	Ciechanów		1993	Open K	11			05:57	10.1	29:37	29:46		11
55	48	Szlachta Olga	Dunaj		2002	Open K	12			05:59	10	29:49	29:56		12
56	10	Kosiński Jacek	Grzybowo		1959	Open M	44			05:59	10	29:58	29:59		44
57	151	Szydlik Antonina	Ciechanów	NADRZECZNA	1980	Open K	13			06:03	9.9	30:03	30:15	13	
58	20	Szustkiewicz Lidia	Ciechanów	Bauer Print Ciechanów	1983	Open K	14			06:03	9.9	30:13	30:16		14
59	21	Kucharska Katarzyna	Ciechanów	Bauer Print Ciechanów	1983	Open K	15			06:03	9.9	30:13	30:16		15
60	1	Zakrzewski Adam	Ciechanów		1986	Open M	45			06:03	9.9	30:09	30:19		45
61	252	Winiarek Ilona	Płock		1978	Open K	16			06:04	9.9	30:14	30:23	16	
62	18	Jałozą Agnieszka	Regimin	Bauer Print Ciechanów	1972	Open K	17			06:06	9.8	30:29	30:32		17
63	63	Parypiński Andrzej	Targonie		1975	Open M	46			06:08	9.8	30:32	30:41		46
64	116	Młyńska Aneta	Ciechanów	Hotel Atena wedding business & spa Ciechanów	1980	Open K	18			06:10	9.7	30:50	30:52		18
65	94	Rydzowska-Dolatowska Magdalena	Żmijewo-Kuce		1981	Open K	19			06:12	9.7	30:57	31:04		19
66	77	Nowakowska Dagmara	Ciechanów	:-)	1974	Open K	20			06:14	9.6	31:08	31:10		20
67	47	Hikiert Sylwia	Ciechanów		1982	Open K	21			06:15	9.6	31:11	31:17		21
68	238	Saluszevska Aneta	Jednorożec	Jednorożec robi co może	1978	Open K	22			06:18	9.5	31:30	31:32		22
69	240	Kowalczyk Kinga	Jednorożec	Jednorożec robi co może	1991	Open K	23			06:18	9.5	31:31	31:32		23
70	197	Rogalska Lidia	Warszawa		1982	Open K	24			06:19	9.5	31:35	31:37		24
71	206	Grądzka Katarzyna	Ciechanów		1983	Open K	25			06:19	9.5	31:30	31:40		25
72	176	Pogorzelska Bogusława	Wieczfnia Kościelna		1977	Open K	26			06:20	9.5	31:27	31:41		26
73	177	Klinikowski Jacek	Świekatowo	KOCHAM ŻYCIE I...	1969	Open M	47			06:20	9.5	31:26	31:41		47
74	45	Jackowski Piotr	Regimin		1983	Open M	48			06:24	9.4	31:52	32:05		48
75	92	Mazurkiewicz Iwona	Ciechanów		1981	Open K	27			06:25	9.3	32:05	32:09		27
76	93	Mazurkiewicz Paweł	Ciechanów		1981	Open M	49			06:25	9.3	32:05	32:10		49
77	290	Gruntmejer Dorota	Ciechanów		1981	Open K	28			06:26	9.3	32:04	32:10		28
78	164	Stolarczyk Lidia	Ciechanów	Bauer Print Ciechanów	1977	Open K	29			06:27	9.3	32:16	32:19		29
79	81	Pietrzak Iwona	Ciechanów		1980	Open K	30			06:28	9.3	32:15	32:23		30
80	245	Długolecka Marzena	Zielona	Długoleccy Team	1982	Open K	31			06:29	9.2	32:28	32:29		31
81	178	Tejs Krzysztof	Mława		1971	Open M	50			06:30	9.2	32:31	32:32		50
82	120	Miłoboszevska Maja	Ciechanów	ZaDyszka	2003	Open K	32			06:40	9	33:17	33:21		32
83	29	Staniszewski Piotr	Lekowo		2003	Open M	51			06:42	9	33:25	33:30		51
84	208	Wilkowska Wioleta	Ciechanów		1985	Open K	33			06:42	8.9	33:24	33:33		33

## Leśna ZaDyszka w Szulmierzu - 5 km

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
85	136	Dziąg Olga	Warszawa		2000	Open K	34			06:44	8.9	33:34	33:42	34	
86	39	Wrońska Jagoda	Regimin	ZaDyszka	1977	Open K	35			06:44	8.9	33:39	33:44	35	
87	115	Jakubiak Justyna	Ciechanów	Hotel Atena wedding business & spa Ciechanów	1979	Open K	36			06:44	8.9	33:42	33:44	36	
88	149	Szydlik Anna	Ciechanów	NADRZECZNA	1977	Open K	37			06:53	8.7	34:15	34:27	37	
89	125	Pospiech Jarosław	Ciechanów		1973	Open M	52			06:54	8.7	34:26	34:32		52
90	64	Gwoździak Jakub	Regimin	MUKS CZARNI Regimin	1979	Open M	53			06:54	8.7	34:27	34:33		53
91	43	Hetmańska Jolanta	Regimin		1985	Open K	38			06:54	8.7	34:20	34:33	38	
92	264	Bazydło Jolanta	Warszawa	Mazovia ProActiv	1990	Open K	39			06:55	8.7	34:29	34:36	39	
93	19	Jałozą Szymon	Szulmierz		2001	Open M	54			06:55	8.7	34:33	34:37		54
94	112	Kałwa Joanna	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1983	Open K	40			06:56	8.7	34:27	34:39	40	
95	113	Rogalska Anna	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1981	Open K	41			06:55	8.7	34:27	34:39	41	
96	114	Rogalski Leszek	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1981	Open M	55			06:55	8.7	34:27	34:39		55
97	144	Torchala Anna	Wieluń	ZaDyszka	1978	Open K	42			06:56	8.7	34:32	34:40	42	
98	146	Drab Magdalena	Wieluń	ZaDyszka	2001	Open K	43			06:56	8.7	34:32	34:40	43	
99	196	Adamkiewicz Hubert	Koło	ZaDyszka	1973	Open M	56			06:56	8.7	34:33	34:40		56
100	200	Korzeniowski Robert	Ciechanów	STO Ciechanów	1969	Open M	57			06:56	8.6	34:33	34:42		57
101	267	Grudzińska-Wilkowska Milena	Ciechanów		1990	Open K	44			07:12	8.3	35:58	36:04	44	
102	56	Goryszewska Natalia	Regimin		1998	Open K	45			07:19	8.2	36:31	36:38	45	
103	57	Goryszewska Małgorzata	Regimin		1974	Open K	46			07:19	8.2	36:32	36:40	46	
104	224	Rykaczewska Monika	Niestum	Mazovia ProActiv	1983	Open K	47			07:25	8.1	36:59	37:09	47	
105	269	Winnik Agnieszka	Pomiechówek	: -)	1976	Open K	48			07:28	8	37:17	37:25	48	
106	184	Lewandowska Agnieszka	Ciechanów		1989	Open K	49			07:29	8	37:20	37:28	49	
107	183	Turadek Marta	Gąsocin		1991	Open K	50			07:32	8	37:30	37:40	50	
108	126	Kościelska Agnieszka	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1970	Open K	51			07:32	8	37:29	37:40	51	
109	127	Kościelski Mariusz	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1971	Open M	58			07:32	8	37:30	37:40		58
110	122	Filimonow Michał	Warszawa	WKŁ 117 "Przepiórka"	1947	Open M	59			08:09	7.4	40:41	40:45		59
111	255	Żerańska Paulina	Szydłowo		2001	Open K	52			08:09	7.4	40:40	40:45	52	
112	258	Wysztygiel Paulina	Szydłowo		2001	Open K	53			08:09	7.4	40:41	40:46	53	
113	203	Głaszczka Natalia	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1991	Open K	54			08:13	7.3	40:57	41:07	54	
114	201	Pytel Adrianna	Ciechanów	Mazovia ProActiv	2001	Open K	55			08:14	7.3	41:03	41:13	55	
115	75	Maliszewska Paulina	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1992	Open K	56			08:16	7.3	41:09	41:20	56	
116	76	Zieliński Jarosław	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1988	Open M	60			08:16	7.3	41:10	41:21		60