

## IV Ciechanowskie Święto Biegania - 10 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	4 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
1	714	Filipowicz Tomasz	Budki	ŻebrowskiTeam	1986	M 30-34	1			03:29	17.2	13:07	34:56	34:56		1
2	712	Bomba Tomek	Warszawa		1992	M 25-29	1			03:47	15.8	14:07	37:52	37:53		2
3	640	Kielak Leszek	Sulejówek	Entre Running	1987	M 30-34	2			03:48	15.8	14:14	37:57	37:58		3
4	604	Grządkowski Seweryn	Władysławowo	Mazovia ProActiv Ciechanów	1975	M 40-44	1			03:49	15.7	14:24	38:15	38:15		4
5	687	Szczepankowski Jarosław	Ciechanów		1972	M 45-49	1			03:52	15.5	14:19	38:35	38:38		5
6	657	Michalski Mariusz	Łódź	EVERRUN	1980	M 35-39	1			03:54	15.4	14:59	38:55	39:00		6
7	613	Ciećwierz Mariusz	Czerwińsk Nad Wisłą	NO PAIN TEAM	1988	M 30-34	3			03:55	15.3	15:29	39:06	39:12		7
8	708	Parzych Mariusz		5 MBOT	1987	M 30-34	4	5 MBOT	1	04:01	14.9	14:45	40:09	40:11		8
9	713	Całka Marcin		5 MBOT	1986	M 30-34	5	5 MBOT	2	04:01	14.9	15:21	39:59	40:13		9
10	709	Pierzchanowski Piotr		5 MBOT	1997	M-18-24	1	5 MBOT	3	04:01	14.9	15:31	40:09	40:14		10
11	668	Piatka Tomasz	Ciechanów		1984	M 35-39	2			04:02	14.9	14:57	40:17	40:21		11
12	717	Narajczyk Arkadiusz	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega/2 Orel	1975	M 40-44	2			04:05	14.7	15:00	40:50	40:50		12
13	721	Ruzik Rafał	Warszawa	Tripower.pl	1979	M 40-44	3			04:05	14.7	15:27	40:46	40:56		13
14	629	Galka Jarosław	Żuromin	---	1977	M 40-44	4			04:06	14.6	15:34	40:55	41:00		14
15	641	Kimber Radosław	Ciechanów	Kimber team	1979	M 40-44	5			04:09	14.4	14:58	41:29	41:31		15
16	696	Włodarski Sławek	Otwock	Nocny Motyl	1973	M 45-49	2			04:09	14.4	15:13	41:30	41:34		16
17	720	Puchała Włodzimierz	Przasnysz		1965	M 50-54	1			04:14	14.1	15:32	42:21	42:26		17
18	602	Bartczak Mariusz	Ciechanów	Alior Running Team	1979	M 40-44	6			04:17	14	15:34	42:47	42:51		18
19	648	Kowalczyk Marek	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	1969	M 50-54	2			04:19	13.9	16:04	43:07	43:10		19
20	700	Zając Bogdan	Chorzele	ZaDyszka	1974	M 45-49	3			04:22	13.7	16:26	43:39	43:45		20
21	634	Gudanis Izabela	Wyszaków	KB WYSZKÓW	1975	K 40-44	1			04:23	13.7	16:22	43:45	43:51	1	
22	623	Fabiański Piotr	Czerwińsk Nad Wisłą	NO PAIN TEAM	1976	M 40-44	7			04:23	13.7	16:23	43:46	43:52		21
23	619	Dobies Grzegorz	Ciechanów		1995	M-18-24	2			04:25	13.5	16:19	44:06	44:19		22
24	707	Wileński Bartosz		5 MBOT	1993	M 25-29	2	5 MBOT	4	04:28	13.4	17:16	44:38	44:45		23
25	683	Sosnowski Adam	Ciechanów		1992	M 25-29	3			04:30	13.3	16:53	44:40	45:02		24
26	606	Bober Mateusz	Ciechanów	..	1977	M 40-44	8			04:33	13.2	16:42	45:13	45:32		25
27	660	Musiał Krzysztof	Gdańsk		1985	M 30-34	6			04:35	13.1	16:43	45:30	45:52		26
28	621	Dramiński Marcin	Warszawa		1988	M 30-34	7			04:38	12.9	17:17	46:04	46:20		27
29	645	Kosiński Marcin	Ciechanów		1990	M 25-29	4			04:39	12.9	16:49	46:28	46:40		28
30	693	Urbanek Michał	Ciechanów		1978	M 40-44	9			04:40	12.8	16:31	46:33	46:43		29
31	671	Rabantek Edwin	Nowe Miasto		1976	M 40-44	10			04:40	12.8		46:39	46:47		30
32	652	Lenda Piotr	Ciechanów		1977	M 40-44	11			04:41	12.8	17:23	46:41	46:55		31
33	617	Dąbkowski Damian	Ciechanów	Cross Trening Mazovia Ciechanów	1990	M 25-29	5			04:44	12.6	17:25	47:20	47:28		32
34	609	Chojnacki Mariusz	Ciechanów		1991	M 25-29	6			04:47	12.5	17:33	47:30	47:53		33
35	691	Świat Bartłomiej	Ciechanów		1977	M 40-44	12			04:47	12.5	17:38	47:56	47:57		34
36	603	Benbenkowski Marek	Kraków		1972	M 45-49	4			04:47	12.5	17:42	47:38	47:58		35
37	719	Porębski Krzysztof	Ciechanów	Ciechanów	1973	M 45-49	5			04:48	12.5	17:39	47:40	48:00		36
38	605	Błaszczak Radosław	Czerwińsk Nad Wisłą	NO PAIN TEAM	1985	M 30-34	8			04:49	12.4	18:22	48:01	48:14		37
39	710	Kacprzak Sebastian		5 MBOT	1994	M 25-29	7	5 MBOT	5	04:49	12.4	17:54	48:12	48:20		38
40	626	Filipski Tomasz	Ciechanów		1967	M 50-54	3			04:50	12.4	17:58	48:14	48:29		39
41	715	Jastrzębska-Majak Marta	Warszawa	Grażynki OCR	1993	K 25-29	1			04:51	12.4	17:34	48:26	48:32	2	
42	633	Gronowski Robert	Ciechanów	Cross Trening Ciechanów	1989	M 30-34	9			04:51	12.3	18:18	48:26	48:35		40

## IV Ciechanowskie Święta Biegania - 10 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	4 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
43	703	Wiśniewski Rafał		Mazovia ProActiv Ciechanów	1988	M 30-34	10			04:51	12.3	17:45	48:15	48:38		41
44	670	Prawda Michał	Kozienice		1984	M 35-39	3			04:51	12.3	18:02	48:13	48:40		42
45	705	Brzozowski Paweł		5 MBOT	1994	M 25-29	8	5 MBOT	6	04:52	12.3	18:15	48:25	48:41		43
46	638	Jurzyk Piotr	Ciechanów		1993	M 25-29	9			04:52	12.3	17:53	48:26	48:43		44
47	711	Barski Dominik	Ĺłowo-Osada	---	1992	M 25-29	10			04:52	12.3	17:41	48:38	48:46		45
48	662	Nawrot Paweł	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	1981	M 35-39	4			04:54	12.2	17:51	48:56	49:06		46
49	718	Osiat Mariusz	Płońsk	KB IM. P. SĘKOWSKIEGO W PŁOŃSKU	1980	M 35-39	5			04:55	12.2	19:15	49:05	49:20		47
50	669	Piekacz Małgorzata	Mława		1984	K 35-39	1			04:56	12.1	18:28	49:16	49:27	3	
51	661	Najmoła Piotr	Pułtusk	AUTO WIMAR TEAM	1985	M 30-34	11			04:59	12	18:08	49:36	49:53		48
52	608	Budzyński Paweł	Ciechanów	BPC Ciechanów	1991	M 25-29	11			04:59	12	18:20	49:47	49:57		49
53	706	Ślaski Krzysztof		5 MBOT	1975	M 40-44	13	5 MBOT	7	04:59	12	18:16	49:44	49:59		50
54	730	Bałabas Artur	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1983	M 35-39	6			04:59	12	18:24	49:40	49:59		51
55	637	Jurski Robert	Władysławowo		1982	M 35-39	7			05:00	12	18:13	49:38	50:03		52
56	685	Sadowski Robert	Dobrzankowo	Jednorozec robi co może	1969	M 50-54	4			05:01	12	18:35	50:07	50:10		53
57	686	Stolarczuk Bartosz	Bydgoszcz		1986	M 30-34	12			05:02	11.9	18:25	50:04	50:21		54
58	678	Sarnowski Paweł	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1993	M 25-29	12			05:05	11.8	18:41	50:45	50:50		55
59	689	Szopa Piotr	Częstochowa		1983	M 35-39	8			05:06	11.8	18:29	50:56	51:01		56
60	618	Długołęcka Angelika	Krasne		1989	K 30-34	1			05:06	11.7	19:12	50:54	51:10	4	
61	702	Gapski Michał	Mława	5 MBOT	1975	M 40-44	14	5 MBOT	8	05:07	11.7	18:29	51:02	51:13		57
62	682	Sokołowska Anna	Mława		1967	K 50-54	1			05:09	11.6	19:25	51:26	51:31	5	
63	653	Lubiński Marcin	Kołaczków		1984	M 35-39	9			05:09	11.6	17:40	51:16	51:33		58
64	724	Sykuła Jakub	Ciechanów		1986	M 30-34	13			05:10	11.6	19:18	51:28	51:46		59
65	716	Mrozek Marcin	Ciechanów	Mazovia ProActiv	1985	M 30-34	14			05:11	11.6	19:17	51:38	51:57		60
66	659	Mosiej Iwona	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1976	K 40-44	2			05:12	11.5	19:00	52:00	52:03	6	
67	667	Peplowski Łukasz	Ciechanów		1984	M 35-39	10			05:15	11.4	18:44	52:15	52:33		61
68	722	Sikorski Tomasz	Ciechanów		1979	M 40-44	15			05:15	11.4	19:26	52:31	52:33		62
69	635	Hikiery Dominik	Ciechanów	DSO.pl CIECHANÓW	1980	M 35-39	11			05:16	11.4	19:07	52:22	52:47		63
70	620	Domachowska Wiktoria	Warszawa		1999	K-18-24	1			05:20	11.2	19:47	53:13	53:22	7	
71	697	Wojciechowska Michalina	Ĺłowo-Osada		1980	K 35-39	2			05:20	11.2	19:07	53:14	53:24	8	
72	684	Spejna Artur	Ciechanów	---	1967	M 50-54	5			05:20	11.2	19:34	53:19	53:30		64
73	644	Korzybski Michał	Ciechanów	LKS Matsogi Ciechanów	1970	M 45-49	6			05:21	11.2	20:05	53:09	53:31		65
74	672	Rogalski Leszek	Ciechanów		1981	M 35-39	12			05:21	11.2	19:30	53:29	53:33		66
75	704	Antoniak Sylwia		5 MBOT	1977	K 40-44	3	5 MBOT	9	05:21	11.2	19:31	53:24	53:39	9	
76	632	Grabowski Stanisław	Leśniewo Dolne	KB TKKF Promyk Ciechanów	1954	M 65-69	1			05:24	11.1	19:49	53:55	53:59		67
77	656	Marechal Baptiste	Warszawa		1995	M-18-24	3			05:24	11.1	20:22	53:42	54:07		68
78	625	Felczak Maciej	Ciechanów		1977	M 40-44	16			05:24	11.1	20:00	54:08	54:09		69
79	701	Zimowski Maciej	Ciechanów		1981	M 35-39	13			05:26	11	19:41	54:11	54:23		70
80	630	Górowska Anna	Ciechanów		1994	K 25-29	2			05:28	11	19:50	54:23	54:44	10	
81	729	Boniśławska Joanna	Ciechanów	Cross Trening Mazovia Ciechanów	1989	K 30-34	2			05:31	10.9	20:22	55:02	55:10	11	
82	651	Lange Anna	Łomianki	KB TKKF Promyk Ciechanów	1982	K 35-39	3			05:32	10.8	20:02	55:23	55:27	12	
83	677	Saganek Radosław	Ciechanów	DSO.pl CIECHANÓW	1980	M 35-39	14			05:34	10.8	21:02	55:16	55:41		71
84	665	Pawlak Leszek	Ciechanów		1963	M 55-59	1			05:34	10.8	20:52	55:33	55:47		72

## IV Ciechanowskie Święta Biegania - 10 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	4 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
85	698	Wojciechowski Rafał	Iłowo-Osada		1979	M 40-44	17			05:35	10.7	20:36	55:47	55:58		73
86	607	Bucholc Dawid	Ciechanów	PWSZ Ciechanów	1995	M-18-24	4			05:37	10.7	19:38	56:02	56:11		74
87	675	Sachmata Kamila	Ciechanów		1991	K 25-29	3			05:38	10.6	20:30	56:00	56:21	13	
88	631	Górowska Mariola	Ciechanów		1972	K 45-49	1			05:41	10.5	21:08	56:34	56:54	14	
89	727	Wiktorska Mariola	Jednorozec	Jednorozec robi co może	1971	K 45-49	2			05:42	10.5	20:29	57:00	57:02	15	
90	628	Gaj Jacek	Nowa Wieś		1980	M 35-39	15			05:43	10.5	19:59	57:12	57:14		75
91	624	Jurkian Anita	Przasnysz	KS Przasznik	1982	K 35-39	4			05:48	10.3	21:14	57:59	58:01	16	
92	728	Wroński Tomasz	Szulmierz		2003	M-18-24	5			05:55	10.2	20:57	58:43	59:05		76
93	699	Wroński Piotr	Regimin	ZaDyszka	1976	M 40-44	18			05:54	10.2	20:57	58:44	59:06		77
94	663	Nurzyński Przemysław	Ciechanów	5 MBOT	1984	M 35-39	16	5 MBOT	10	05:58	10	22:06	59:21	59:44		78
95	666	Peplowski Andrzej	Ciechanów		1959	M 60-64	1			05:58	10	21:20	59:28	59:45		79
96	664	Ochocki Maciej	Warszawa	NIEZRZESZONY	1960	M 55-59	2			05:58	10	21:53	59:28	59:48		80
97	612	Chyliński Paweł	Chruszczewo		1986	M 30-34	15			06:04	9.9	21:05	01:00:30	01:00:42		81
98	611	Chylińska Monika	Chruszczewo		1989	K 30-34	3			06:04	9.9	21:06	01:00:30	01:00:43	17	
99	658	Molenda Anna	Ciechanów		1985	K 30-34	4			06:05	9.9	21:59	01:00:36	01:00:53	18	
100	680	Sieczkowska Anna	Soboklęczcz		1979	K 40-44	4			06:05	9.8	21:48	01:00:49	01:00:56	19	
101	681	Sieczkowski Paweł	Soboklęczcz		1978	M 40-44	19			06:05	9.8	21:48	01:00:50	01:00:57		82
102	688	Wysocka Iwona	Mława		1979	K 40-44	5			06:05	9.8	23:00	01:00:41	01:00:59	20	
103	614	Cieśniewski Jarosław	Działdowo	---	1984	M 35-39	17			06:06	9.8	22:12	01:00:44	01:01:07		83
104	649	Kowalewski Artur	Ciechanów		1975	M 40-44	20			06:09	9.7	22:25	01:01:28	01:01:35		84
105	627	Frankowska Elżbieta	Kargoszyn		1972	K 45-49	3			06:09	9.7	22:18	01:01:21	01:01:35	21	
106	726	Umiński Robert	Ciechanów		1978	M 40-44	21			06:13	9.6	22:19	01:02:19	01:02:20		85
107	643	Klep Anna	Ciechanów	-- > --	1982	K 35-39	5			06:17	9.5	22:49	01:02:51	01:02:55	22	
108	615	Czostkiewicz Dariusz	Ciechanów		1970	M 45-49	7			06:22	9.4	22:58	01:03:21	01:03:44		86
109	723	Staniszewski Edward	Wiśniewo		1939	M 75 i więcej	1			06:36	9.1	24:47	01:05:46	01:06:05		87
110	725	Trochimowicz Artur	Szczytno	AKB SP 2 SZCZYTNO TROHIM TEAM	1961	M 55-59	3			06:36	9.1	24:46	01:05:51	01:06:10		88
111	692	Świątek Nina	Ciechanów	:-)	1986	K 30-34	5			06:38	9	22:41	01:06:11	01:06:23	23	
112	676	Sachmata Karolina	Ciechanów		1992	K 25-29	4			07:56	7.6	24:30	01:19:02	01:19:24	24	