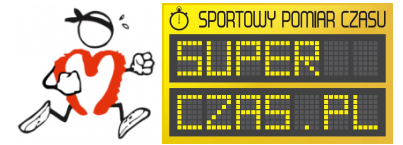


# Leśna ZaDyszka w Szulmierzu [NOWY TERMIN, ZMIANA FORMUŁY] - 5 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
1	162	Filipowicz Tomasz	Ząbki	6MBOT/ŻebrowskiTeam	1986	Open M	03:28	17.3	17:20	17:20
2	164	Goszczyński Kamil	Plock	Active Runners Plock	1999	Open M	03:48	15.8	19:02	19:02
3	329	Urbaniak Damian	Jednorozec	JEDNOROŻEC ROBI CO MOŻE	2005	Open M	03:52	15.5	19:19	19:19
4	136	Rząsiński Michał	Ciechanów		1986	Open M	04:07	14.6	20:36	20:36
5	125	Kraszewski Mariusz	Ciechanów		1981	Open M	04:13	14.3	21:03	21:03
6	62	Grzelak Piotr	Wola Pawłowska		1993	Open M	04:15	14.1	21:15	21:15
7	44	Borczak Dariusz		I.R.C.M	1979	Open M	04:19	13.9	21:35	21:35
8	79	Obudziński Marcin	Ciechanów	Cross Trening Mazovia Ciechanów	1979	Open M	04:21	13.8	21:46	21:46
9	11	Góral Piotr	Mława		1981	Open M	04:26	13.5	22:12	22:12
10	55	Dąbkowski Damian	Ciechanów	Cross Trening Mazovia Ciechanów	1990	Open M	04:30	13.4	22:28	22:28
11	2	Barwiński Cezary	Grzybowo		1977	Open M	04:32	13.3	22:38	22:38
12	328	Borczak Adam	Przasnysz		1970	Open M	04:33	13.2	22:45	22:45
13	119	Gwiazda Krzysztof		JEDNOROŻEC ROBI CO MOŻE	1983	Open M	04:33	13.2	22:47	22:47
14	196	Wrzyszc Dariusz	Szulmierz		1982	Open M	04:36	13	23:00	23:00
15	320	Betliński Sławomir			1973	Open M	04:37	13	23:05	23:05
16	32	Saganek Radosław	Ciechanów	DSO.pl CIECHANÓW	1980	Open M	04:41	12.8	23:24	23:24
17	198	Zawadzki Mariusz	Ciechanów		1979	Open M	04:41	12.8	23:25	23:25
18	184	Nawrot Paweł	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	1981	Open M	04:43	12.7	23:37	23:37
19	118	Jalozza Ireneusz	Regimin	ZaDyszka	1973	Open M	04:44	12.7	23:39	23:39
20	77	Miłoboszewski Tadeusz	Ciechanów	ZaDyszka	1976	Open M	04:44	12.7	23:40	23:40
21	51	Adamiak Arkadiusz	Ciechanów	5 MBOT	1998	Open M	04:48	12.5	24:00	24:00
22	179	Lis Krystian	Stare Kosiny		1991	Open M	05:01	12	25:05	25:05
23	1	Adamkowski Krzysztof	Ciechanów		1973	Open M	05:01	11.9	25:07	25:07
24	53	Bakierzyński Rafał	Pniewo Wielkie		1982	Open M	05:05	11.8	25:23	25:23
25	171	Kłosiński Paweł	Płońsk	KB IM. P. SĘKOWSKIEGO	1967	Open M	05:07	11.7	25:33	25:33
26	309	Owczarczyk Grzegorz	Targonie		1982	Open M	05:18	11.3	26:30	26:30
27	68	Kolpaczynski Paweł	Ciechanów	Cross Trening Ciechanów	1984	Open M	05:21	11.2	26:45	26:45
28	36	Stucenko Michał	Mława		1987	Open M	05:22	11.2	26:51	26:51
29	23	Nowak Sebastian	Ciechanów		1984	Open M	05:23	11.1	26:57	26:57
30	74	Leśniewski Paweł	Kownaty Żędowe	Cross Trening Mazovia Ciechanów	1985	Open M	05:24	11.1	27:00	27:00
31	161	Dołęgowski Daniel	Ciechanów		1987	Open M	05:24	11.1	27:00	27:00
32	163	Gorzach Zbigniew	Ciechanów		1961	Open M	05:29	10.9	27:25	27:25
33	178	Lewandowski Zenon	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów	1952	Open M	05:29	10.9	27:25	27:25
34	80	Osiał Mariusz	Płońsk	KB IM. P. SĘKOWSKIEGO	1980	Open M	05:29	10.9	27:27	27:27
35	99	Żebrowski Krzysztof	Cieksyn		1994	Open M	05:29	10.9	27:27	27:27
36	108	Faderewski Dariusz	Milanówek		1975	Open M	05:29	10.9	27:27	27:27
37	127	Kruszewski Rafał	Kołaki Kwasy		1990	Open M	05:29	10.9	27:27	27:27
38	14	Jankowski Radek	Ciechanów		1980	Open M	05:33	10.8	27:43	27:43
39	69	Kozak Mariusz	Ciechanów		1980	Open M	05:37	10.7	28:03	28:03
40	94	Szczepański Michał	Ciechanów		1981	Open M	05:37	10.7	28:03	28:03
41	334	Wroński Tomasz	Polska		2003	Open M	05:45	10.4	28:46	28:46
42	306	Haliżak Norbert	Wieluń	ZaDyszka	1973	Open M	05:46	10.4	28:50	28:50

# Leśna ZaDyszka w Szulmierzu [NOWY TERMIN, ZMIANA FORMUŁY] - 5 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
43	333	Wroński Piotr	Szulmierz	ZaDyszka	1976	Open M	06:10	9.7	30:49	30:49
44	61	Grabas Tomasz	Ciechanów	Runners Team	1971	Open M	06:24	9.4	31:58	31:58
45	308	Kościelski Mariusz	Chruszczewo	ASFALTOWE DZIKI	1971	Open M	06:24	9.4	32:00	32:00
46	85	Pogorzelski Andrzej	Ciechanów	Klub Mazovia ProActiv	1969	Open M	06:24	9.4	32:00	32:00
47	114	Iniarski Artur	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1979	Open M	06:28	9.3	32:22	32:22
48	154	Bieńkowski Grzegorz	Sulerzyż		1980	Open M	06:36	9.1	33:00	33:00
49	314	Delura Marcin	Ojrzeń	Ojrzeń Biega	1989	Open M	06:43	8.9	33:36	33:36
50	15	Kaniewski Grzegorz	Ciechanów	DSO.pl CIECHANÓW	1977	Open M	06:48	8.8	34:00	34:00
51	25	Parypiński Andrzej	Ciechanów		1975	Open M	06:48	8.8	34:00	34:00
52	336	Kozlik Marcin	Jednorozec	JEDNOROŻEC ROBI CO MOŻE	1988	Open M	07:17	8.2	36:26	36:26
53	165	Grabowski Stanisław	Leśniewo Dolne	KB TKKF Promyk Ciechanów	1954	Open M	07:55	7.6	39:34	39:34