

## Międzynarodowy VI Bieg Uliczny Obrońców

## Płocka 1920 roku - Bieg Główny

Klasyfikacja: Mieszkaniec Płocka Kobiety



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
1	176	Daszkiewicz Małgorzata	Płock	Power Training	1988	K-30	03:58	15.2	39:34	39:36
2	123	Turowska Karolina	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1995	K-20	04:10	14.4	41:41	41:43
3	173	Burna Iweta	Płock		1973	K-40	04:12	14.2	41:53	42:08
4	47	Kruk Emilia	Płock	Rykowski Team	2003	K-18	04:12	14.2	42:07	42:09
5	104	Pachniewska Agnieszka	Płock		1975	K-40	04:22	13.8	43:37	43:37
6	209	Nowakowska Klaudia	Płock		2000	K-20	04:46	12.6	47:33	47:44
7	64	Szost Sandra	Płock	Płock Biega No Age Limit	1990	K-30	04:59	12	49:37	49:50
8	20	Górczyńska Anita	Płock	KS Staszewscy	1985	K-30	05:02	11.9	50:26	50:26
9	27	Czyżyk Monika	Płock	Rykowski Team	1978	K-40	05:08	11.7	51:16	51:28
10	3	Domosławska Daria	Płock		1977	K-40	05:15	11.4	52:29	52:35
11	241	Chandoszko Małgorzata	Płock	-- > --	1984	K-30	05:27	11	54:13	54:27
12	15	Szpernal Beata	Płock		1964	K-50	05:33	10.8	55:14	55:30
13	110	Osiecka Ania	Płock		1977	K-40	05:47	10.4	57:38	57:53
14	243	Rój-Karkowska Agata	Płock	Płocki Klub Kolarski	1979	K-40	05:48	10.3	57:50	58:07
15	22	Wieluńska Jolanta	Płock	Płock Biega No Age Limit	1963	K-50	06:02	9.9	01:00:06	01:00:23
DNF	210	Watson Barbara	Płock		1965	K-50	03:37	16.5	35:58	36:18

## Międzynarodowy VI Bieg Uliczny Obrońców

## Płocka 1920 roku - Bieg Główny

Klasyfikacja: Mieszkaniec Płocka 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	252	Lukhymhuk Mykola	Ukraina	Achilles Iesznio	1985	M-30	02:57	20.3	29:33	29:34
2	244	Milewski Dominik	Płock	Rykowisko Team	1998	M-20	03:25	17.5	34:15	34:16
3	120	Kamiński Artur	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1979	M-40	03:25	17.5	34:18	34:19
4	158	Obara Przemysław	Płock	ZabieganiDobrowolscy.pl	1995	M-20	03:30	17.1	35:03	35:05
5	201	Ruciński Michał	Płock	Junior 15	1985	M-30	03:36	16.6	36:04	36:05
6	191	Dymek Sebastian	Płock	Biegaj z Dymkiem	1982	M-30	03:42	16.2	37:06	37:08
7	149	Nowakowski Tomasz	Płock		1978	M-40	03:48	15.8	38:00	38:02
8	121	Kordulasiński Jarek	Płock	Płock Biega No Age Limit	1987	M-30	04:00	15	39:59	40:02
9	280	Ziemiański Bartosz	Płock	PTT DELTA	1985	M-30	04:09	14.5	41:26	41:30
10	99	Łomnicki Dariusz	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1964	M-50	04:10	14.4	41:39	41:43
11	219	Cyparski Marcin	Płock		1979	M-40	04:12	14.3	42:00	42:03
12	177	Smoliński Kamil	Płock		1983	M-30	04:17	14	42:44	42:47
13	35	Cak Michał	Bielsk	ORLEN Running Team	1987	M-30	04:17	14	42:55	42:58
14	263	Tomiński Krzysztof	Płock	PTT DELTA	1975	M-40	04:26	13.5	44:09	44:21
15	33	Rakowski Mariusz	Płock	Ciechomice	1985	M-30	04:33	13.2	45:23	45:30
16	265	Gołębiewski Tomasz	Płock		1994	M-20	04:33	13.2	45:31	45:35
17	116	Budziło Adam	Płock	ORLEN Running Team	1972	M-40	04:37	13	46:00	46:12
18	73	Rzepecki Dominik	Płock		1978	M-40	04:38	12.9	46:14	46:23
19	16	Stańczak Edmund	Płock	Płock Biega No Age Limit	1953	M-60	04:40	12.8	46:41	46:46
20	250	Jakubowski Dariusz	Płock	biegamPłock team	1973	M-40	04:41	12.8	46:38	46:49
21	211	Szczygielski Mariusz	Płock		1986	M-30	04:41	12.8	46:42	46:57
22	228	Dobrowolski Konrad	Płock	Goodfellas	1995	M-20	04:44	12.6	47:21	47:29
23	70	Jabłoński Grzegorz	Płock	ORLEN Running Team	1966	M-50	04:45	12.6	47:32	47:38
24	75	Kozłowski Rafał	Płock		1977	M-40	04:46	12.6	47:30	47:45
25	129	Pankowski Zbigniew	Płock		1949	M-70	04:47	12.5	47:50	47:57
26	55	Wochowski Tomasz	Płock	SPR Masters Płock	1983	M-30	04:48	12.5	47:56	48:09
27	1	Kemicer Igor	Płock	Płock Biega No Age Limit	2000	M-20	04:49	12.4	48:07	48:12
28	152	Ciok Jan	Płock		1982	M-30	04:49	12.4	48:16	48:16
29	29	Tarka Piotr Paweł	Płock	Active Runners Płock	1972	M-40	04:53	12.3	48:41	48:52
30	117	Majewski Marek	Płock	m	1982	M-30	04:53	12.3	48:38	48:52
31	146	Piotrowski Tomasz	Płock	Wataha - Łączy Nas Bieganie	1983	M-30	04:55	12.2	48:54	49:13
32	52	Kozanecki Arkadiusz	Płock	Płock Biega No Age Limit	1985	M-30	05:00	12	49:55	50:03
33	23	Miaśkiewicz Marcin	Płock		1983	M-30	05:00	12	49:53	50:03
34	164	Sieciński Arkadiusz	Płock		1979	M-40	05:01	11.9	50:04	50:13
35	206	Głowacki Maciej	Płock		1969	M-50	05:01	11.9	50:05	50:19
36	125	Żółtowski Mariusz	Płock		1974	M-40	05:03	11.9	50:21	50:33
37	237	Dziarnowski Włodek	Płock	biegamPłock team	1960	M-60	05:04	11.8	50:35	50:46
38	103	Degner Damian	Płock		1995	M-20	05:06	11.7	50:59	51:04
39	12	Kowalski Rafał	Płock		1977	M-40	05:07	11.7	51:08	51:11
40	42	Brzezinski Andrzej	Płock		1965	M-50	05:07	11.7	51:06	51:14
41	155	Nawrocki Paweł	Płock	TKKF Płock	1983	M-30	05:08	11.7	51:15	51:21
42	45	Nowak Mariusz	Płock		1974	M-40	05:10	11.6	51:29	51:43

## Międzynarodowy VI Bieg Uliczny Obrońców

## Płocka 1920 roku - Bieg Główny

Klasyfikacja: Mieszkaniec Płocka 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	223	Szczygielski Adam	Płock	Fundacja „Szybciej Wyżej Dalej”	1980	M-40	05:10	11.6	51:29	51:43
44	212	Figiel Kamil	Płock	New Balance Run Club	1994	M-20	05:11	11.6	51:45	51:57
45	10	Makowski Bogdan	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1957	M-60	05:15	11.4	52:29	52:35
46	222	Woźniak Dariusz	Płock		1989	M-30	05:16	11.4	52:24	52:45
47	217	Jóźwiak Mariusz	Płock		1990	M-30	05:16	11.4	52:26	52:47
48	200	Grodzicki Tomasz	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1987	M-30	05:17	11.3	52:34	52:52
49	179	Balon Adam	Płock	BALON Running Team	1978	M-40	05:20	11.2	53:02	53:22
50	7	Jonczak Radosław	Płock	HALLS TEAM	1973	M-40	05:24	11.1	53:53	54:02
51	204	Grzelak Łukasz	Gąbin		1985	M-30	05:28	11	54:27	54:44
52	264	Cieseł Kamil	Płock		1990	M-30	05:32	10.8	55:02	55:21
53	145	Sowiński Edmund	Płock	TKKF Płock	1942	M-70	05:33	10.8	55:22	55:34
54	77	Wilczyński Marek	Płock		1982	M-30	05:39	10.6	56:13	56:30
55	101	Borkowski Jan	Płock		1947	M-70	05:39	10.6	56:24	56:31
56	281	Dąbkowski Tomasz	Płock		1977	M-40	05:45	10.4	57:21	57:36
57	72	Grommunt Piotr	Płock		1980	M-40	05:48	10.3	57:47	58:04
58	128	Ostrowski Robert	Płock		1951	M-70	05:48	10.3	57:58	58:07
59	67	Kozłowski Daniel	Płock		1982	M-30	05:51	10.3	58:19	58:31
60	278	Figiel Leszek	Płock		1969	M-50	05:58	10.1	59:30	59:42
61	133	Podgórski Patryk	Płock	64 bhp	1975	M-40	06:23	9.4	01:03:36	01:03:50
62	134	Jaminov Amir	Warsaw	:-)	1986	M-30	06:23	9.4	01:03:36	01:03:56
63	4	Kolibczyński Dariusz	Płock	Płock Biega No Age Limit	1971	M-50	06:25	9.3	01:04:00	01:04:14
64	268	Kurek Krzysztof	Płock	Płock Biega No Age Limit	1974	M-40	06:35	9.1	01:05:44	01:05:59
65	221	Giszczak Włodzimierz	Płock	PEGAZ	1972	M-40	06:39	9	01:06:24	01:06:38
66	30	Frączkowski Krzysztof	Płock	PŁOCK BIEGA NO AGE LIMIT	1960	M-60	06:58	8.6	01:09:24	01:09:44
67	97	Szałański Michał	Nowe Trzепowo		1980	M-40	07:07	8.4	01:11:03	01:11:19
DNF	95	Dabrowski Maciej	Płock		1983	M-30		0		