

Leśna ZaDyszka w Szulmierz - 10 km

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	5 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
1	87	Piotrkowski Adam	Mława	BBL Mława	1982	M40-49	1	03:55	15.3	19:23	39:14	39:15		1
2	51	Podlecki Maciej	Młock	KB TKKF Promyk Ciechanów	2000	M16-29	1	03:59	15	20:00	39:51	39:53		2
3	75	Wysocki Adrian	Rypin	KB Lech Rypin	1994	M16-29	2	04:00	15	20:01	40:03	40:04		3
4	13	Faderewski Piotr	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1978	M40-49	2	04:01	14.9	20:06	40:09	40:13		4
5	62	Szczepankowski Jarosław	Ciechanów		1972	M50-59	1	04:03	14.8	19:59	40:30	40:32		5
6	78	Żytowiecki Dawid	Rypin	KB Lech Rypin	1982	M40-49	3	04:08	14.5	20:35	41:24	41:26		6
7	37	Kuciejczyk Henryk	Szydłowo	Tempo	1959	M60-69	1	04:09	14.4	20:28	41:30	41:31		7
8	11	Cieslewski Piotr	Mława	Twister Team	1982	M40-49	4	04:11	14.3	20:46	41:49	41:51		8
9	25	Kacperski Janusz	Ciechanów		1980	M40-49	5	04:11	14.3	20:59	41:54	41:57		9
10	53	Pydykowski Łukasz	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	2000	M16-29	3	04:12	14.2	20:21	42:05	42:08		10
11	35	Kubalski Paweł	Mława	BBL Mława	1984	M30-39	1	04:13	14.2	20:48	42:13	42:14		11
12	15	Gajek Ireneusz	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1978	M40-49	6	04:14	14.1	20:46	42:27	42:29		12
13	65	Staskiewicz Jakub	Łęg Starościński/ Kurpie	Asfaltlove Dziki	1995	M16-29	4	04:15	14.1	21:04	42:34	42:36		13
14	36	Kubit Tadeusz	Mława	BBL MŁAWA	1974	M40-49	7	04:16	14.1	21:12	42:39	42:41		14
15	5	Żurawski Sławomir	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1968	M50-59	2	04:19	13.9	21:12	43:04	43:07		15
16	9	Budzich Wojciech	Ciechanów	KB Promyk Ciechanów	1975	M40-49	8	04:18	13.9	21:16	43:06	43:09		16
17	4	Balcer Marcin	Ciechanów	5MBOT	1980	M40-49	9	04:19	13.8	21:22	43:16	43:20		17
18	20	Gurgielewicz Mieczysław	Ciechanów	5MBOT	1975	M40-49	10	04:20	13.8	21:24	43:20	43:24		18
19	76	Stramski Józef	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1975	M40-49	11	04:23	13.7	21:24	43:47	43:50		19
20	70	Świerczyński Rafał	Rypin	KB Lech Rypin	1975	M40-49	12	04:25	13.6	21:42	44:11	44:14		20
21	17	Gołota Krzysztof	Szczytno	Zielony Śledzik Team	1979	M40-49	13	04:28	13.4	22:07	44:36	44:43		21
22	69	Śmigieński Radosław	Dębowo	FFF	1983	M30-39	2	04:30	13.3	22:10	45:07	45:09		22
23	42	Łukaszewski Marek	Mława	5MBOT	1972	M50-59	3	04:31	13.3	22:16	45:07	45:13		23
24	81	Kamińska Teresa	Miejszczkowo	KB Lech Rypin	1976	K40-49	1	04:32	13.2	22:15	45:25	45:26	1	
25	32	Kowalski Krzysztof	Borowa Góra	KB Promyk Ciechanów	1990	M30-39	3	04:32	13.2	22:24	45:26	45:29		24
26	71	Traczyk Przemek	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1983	M30-39	4	04:37	13	22:26	46:01	46:06		25
27	56	Rębowski Andrzej	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1975	M40-49	14	04:36	13	22:13	46:05	46:07		26
28	39	Kucki Kamil	Narzym	ASFALTLOVE DZIKI	1984	M30-39	5	04:36	13	22:57	46:05	46:10		27
29	49	Pieńkos Mariusz	Łazy		1980	M40-49	15	04:37	13	22:01	46:09	46:12		28
30	14	Falba Wioletta	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1970	K50-59	1	04:37	13	22:15	46:17	46:17	2	
31	46	Mierzejewski Rafał	Grudusk		1995	M16-29	5	04:38	12.9	23:28	46:18	46:22		29
32	47	Molenda Rafał	Ciechanów		1976	M40-49	16	04:39	12.9	22:39	46:31	46:33		30
33	74	Wudarczyk Tomasz	Władysławowo	Mazovia ProActiv Ciechanów	1961	M60-69	2	04:40	12.8	23:07	46:41	46:44		31
34	72	Trzaska Magdalena	Ciechanów	FFF	1994	K16-29	1	04:40	12.8	22:42	46:46	46:48	3	
35	2	Adamiak Arkadiusz	Ciechanów	5MBOT	1998	M16-29	6	04:41	12.8	22:21	46:50	46:52		32
36	19	Gronowski Robert	Ciechanów	FFF	1989	M30-39	6	04:41	12.8	22:56	46:49	46:52		33
37	63	Sobieski Rafał	Ciechanów	5 MBOT	1988	M30-39	7	04:42	12.7	23:27	47:02	47:06		34
38	79	Bober Mateusz	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1977	M40-49	17	04:42	12.7	22:48	47:03	47:10		35
39	95	Granoszek Iwona	Ciechanów		1987	K30-39	1	04:43	12.7	24:00	47:15	47:19	4	
40	40	Lazarski Krzysztof	Ciechanów		1987	M30-39	8	04:45	12.6	22:59	47:31	47:34		36
41	98	Grzymkowska Monika	Ciechanów	TKKF Promyk Ciechanów	1982	K40-49	2	04:47	12.5	23:59	47:56	48:00	5	
42	57	Roman Jarosław	Ciechanów		1976	M40-49	18	04:48	12.5	23:26	47:55	48:01		37

Leśna ZaDyszka w Szulmierzu - 10 km

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	5 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
43	61	Saganek Michał	Kargoszyn		1982	M40-49	19	04:48	12.5	23:21	48:03	48:08		38
44	77	Ziębicki Przemysław	Mława		1983	M30-39	9	04:49	12.4	23:47	48:09	48:15		39
45	6	Barwiński Cezary	Grzybowo		1977	M40-49	20	04:50	12.4	23:38	48:22	48:26		40
46	33	Królikowski Wojciech	Ciechanów	ZaDyszka	1972	M50-59	4	04:51	12.4	23:35	48:28	48:32		41
47	73	Uliczny Konrad	Ciechanow	FFF	1981	M40-49	21	04:51	12.3	23:24	48:33	48:35		42
48	59	Rykaczewski Piotr	Strzegowo		1968	M50-59	5	04:52	12.3	23:46	48:36	48:41		43
49	8	Boniewski Lech	Gliniojeck		1958	M60-69	3	04:57	12.1	23:47	49:29	49:34		44
50	43	Łusiak Paweł	Mława	bbl mława	1983	M30-39	10	04:58	12.1	24:50	49:42	49:46		45
51	68	Sztąberski Bartosz	Gąsocin		1995	M16-29	7	05:00	12	25:21	49:59	50:02		46
52	66	Stryjewska Beata	Bolewo		1994	K16-29	2	05:01	11.9	24:00	50:11	50:14	6	
53	31	Kowalski Mariusz	Mława	5MBOT	1979	M40-49	22	05:02	11.9	24:12	50:21	50:23		47
54	28	Kaźmierczak Agnieszka	Mława	BBL Mława	1985	K30-39	2	05:04	11.8	25:00	50:45	50:45	7	
55	60	Rzęsiewicz Jolanta	Rypin	KB Lech Rypin	1968	K50-59	2	05:10	11.6	25:09	51:35	51:37	8	
56	12	Dąbkowski Tomasz	Plock	Aktywnie Uzależniamy	1977	M40-49	23	05:09	11.6	25:00	51:36	51:40		48
57	3	Ambroziak Marta	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1985	K30-39	3	05:10	11.6	25:24	51:44	51:47	9	
58	45	Mierzejewski Grzegorz	Grudusk		1994	M16-29	8	05:12	11.5	24:59	51:56	52:01		49
59	44	Michalski Przemysław	Sońsk	Active Team BS Raciąż	1985	M30-39	11	05:12	11.5	24:05	52:01	52:03		50
60	54	Pyszniowski Piotr	Gliniojeck		1965	M50-59	6	05:12	11.5	25:30	52:03	52:09		51
61	1	Adamiak Robert	Ciechanów	CURTIS	1969	M50-59	7	05:13	11.5	25:15	52:11	52:13		52
62	90	Cichowska Joanna	Ostróda		1994	K16-29	3	05:15	11.4	25:00	52:24	52:26	10	
63	38	Kuciński Przemysław	Łąjski	Bestie OCR Legionowo	1986	M30-39	12	05:15	11.4	25:14	52:19	52:26		53
64	97	Pyłko Grzegorz	Mława	Kross Staff Team	1982	M40-49	24	05:18	11.3	26:07	52:57	53:06		54
65	89	Wojtyra Jarosław	Warszawa	5 MBOT	1986	M30-39	13	05:21	11.2	26:09	53:28	53:34		55
66	16	Gapski Michał	Mława	5 MBOT	1975	M40-49	25	05:22	11.2	25:27	53:38	53:46		56
67	41	Łebkowski Dariusz	Komory Błotne		1984	M30-39	14	05:27	11	25:51	54:24	54:26		57
68	52	Przybyszewski Adam	Ojrzeń		1981	M40-49	26	05:28	11	26:18	54:28	54:35		58
69	18	Górska Małgorzata	Warszawa	Górcy	1991	K30-39	4	05:27	11	26:30	54:32	54:38	11	
70	23	Haliżak Norbert	Wieluń	W	1973	M40-49	27	05:33	10.8	25:53	55:28	55:34		59
71	88	Sałdan Marta	Warszawa	5 MBOT	1991	K30-39	5	05:35	10.7	27:10	55:53	55:58	12	
72	10	Cesarczyk Anna	Napierki	Nidzica Biega	1980	K40-49	3	05:36	10.7	26:37	55:55	56:01	13	
73	93	Szymborski Patryk	Serock		1989	M30-39	15	05:43	10.5	27:51	57:08	57:16		60
74	7	Białorucka Wioletta	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1976	K40-49	4	05:44	10.5	28:26	57:19	57:23	14	
75	91	Ślęzak Adam	Elbląg	OSP Podgrodzie	1986	M30-39	16	05:46	10.4	26:55	57:42	57:42		61
76	34	Kubalska Dorota	Mława	BBL Mława	1985	K30-39	6	05:48	10.3	28:13	58:00	58:07	15	
77	24	Jabłońska Ewelina	Ciechanów	5MBOT	1990	K30-39	7	05:49	10.3	28:00	58:13	58:18	16	
78	55	Radzanowska Janina	Mława	BBL Mława	1966	K50-59	3	06:09	9.7	28:49	01:01:33	01:01:38	17	
79	26	Kamasa Andrzej	Cempkowo		1971	M50-59	8	06:18	9.5	30:16	01:02:54	01:03:01		62
80	29	Kobyliński Piotr	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	1978	M40-49	28	06:35	9.1	28:52	01:05:56	01:06:00		63
81	86	Wyszkowski Krzysztof	Ciechanów		1953	M60-69	4	06:45	8.9	32:11	01:07:24	01:07:32		64
82	80	Boniecka Teresa	Rypin	KB Lech Rypin	1974	K40-49	5	06:57	8.6	33:41	01:09:36	01:09:36	18	
83	58	Ruciński Jarosław	Nasielsk		1981	M40-49	29	07:11	8.3	33:28	01:11:45	01:11:55		65
84	30	Kościńska Agnieszka	Chruszczewo	Asfaltlove Dziki	1970	K50-59	4	07:15	8.3	33:43	01:12:32	01:12:36	19	