

Wyniki wersja z: 03.09.2022 19:09:10

Data: 03.09.2022 17:00:00

Miejscowość: Sierpc

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sierpcu, Burmistrz i Rada Miejska Sierpca

Dystans: 10 km

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 16-29 K



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	71	Przybyła Agnieszka	Iława	Run Goku Team	1994	16-29 K	03:51	15.5	12:22	25:02	38:37	38:39
2	97	Iwańska Martyna	Uniszki Zawadzkie		1993	16-29 K	06:15	9.6	18:46	39:50	01:02:32	01:02:40
3	9	Bońkowska Marlena	Sierpc		1999	16-29 K	06:58	8.6	21:03	45:49	01:09:41	01:09:44

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 16-29 M



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	21	Gos Mateusz	Warka	RLTL OPTIMA RADOM	2002	16-29 M	03:06	19.3	09:55	20:18	31:03	31:04
2	25	Górski Krystian	Agnieszkowo		2001	16-29 M	03:37	16.5	11:47	23:42	36:19	36:19
3	91	Żyła Arkadiusz	Michałów-Reginów	Team Kopec	1995	16-29 M	03:39	16.4	11:42	23:44	36:28	36:30
4	60	Olszewski Adam	Jeziorany		1993	16-29 M	03:40	16.3	11:43	23:47	36:41	36:42
5	96	Górski Kacper	Sierpc		2006	16-29 M	03:59	15.1	13:02	26:13	39:51	39:51
6	49	Kurkiewicz Bartosz	Rzeszotary Chwały		1995	16-29 M	03:59	15	12:22	25:40	39:55	39:58
7	58	Nowakowski Adam	Płock		2005	16-29 M	04:08	14.5	13:13	26:40	41:19	41:22
8	40	Kowalski Dawid	Sochaczew	Goodfellas	1995	16-29 M	04:30	13.3	14:01	28:50	44:57	45:03
9	98	Kozub Michał	Kraków		1999	16-29 M	04:38	12.9	13:56	29:45	46:21	46:25
10	84	Szpryszyński Marcin	Rypin		1994	16-29 M	04:53	12.3	14:54	31:07	48:50	48:55
11	1	Augustyniak Kacper	Iława	Run Goku Team	2004	16-29 M	04:54	12.2	14:29	30:41	49:01	49:04
12	47	Kuligowski Kamil	Legionowo		1993	16-29 M	05:14	11.5	17:01	34:22	52:15	52:20
13	85	Urbański Krzysztof	Sierpc	Złote Nogi Sierpc	1995	16-29 M	05:17	11.3	17:34	35:09	52:46	52:55
14	80	Strzeńniewski Mariusz	Sierpc		1994	16-29 M	05:23	11.1	17:00	35:15	53:46	53:52
15	51	Marcinkowski Damian	Skępe		1999	16-29 M	05:47	10.4	18:39	37:11	57:50	57:57
16	42	Krajewski Marcin	Zawidz		1997	16-29 M	06:00	10	18:13	38:08	01:00:04	01:00:09
17	13	Ciemiecki Łukasz	Skępe		2001	16-29 M	06:08	9.8	18:44	38:20	01:01:16	01:01:24

Wyniki wersja z: 03.09.2022 19:09:11

Data: 03.09.2022 17:00:00

Miejscowość: Sierpc

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sierpcu, Burmistrz i Rada Miejska Sierpca

Dystans: 10 km

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 60+ K



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	59	Olejniczak Maria	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1958	60+ K	05:17	11.3	16:16	33:43	52:53	52:55
2	12	Chojnacka Krystyna	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1952	60+ K	05:54	10.2	18:46	38:21	58:58	59:01
3	95	Kozłowska Danuta	Sierpc		1955	60+ K	06:28	9.3	21:19	42:29	01:04:40	01:04:45

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 60+ M



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	45	Kuciejczyk Henryk	Szydłowo	Tempo - Mława	1959	60+ M	04:00	15	13:01	26:12	40:04	40:06
2	93	Motyka Zdzisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1961	60+ M	04:47	12.5	15:30	31:08	47:53	47:57
3	68	Poczwardowski Marek	Szczutowo	Szczutowo Biega	1960	60+ M	04:48	12.5	15:30	31:09	47:56	48:00
4	66	Piórkowski Stanisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1958	60+ M	05:12	11.5	16:30	33:40	52:04	52:06
5	33	Karolak Stanisław	Sierpc	Indywidualnie	1955	60+ M	05:56	10.1	18:25	38:03	59:21	59:28
6	61	Paczkowski Andrzej	Sierpc		1943	60+ M	06:29	9.2	20:35	42:17	01:04:45	01:04:54

Wyniki wersja z: 03.09.2022 19:09:12

Data: 03.09.2022 17:00:00

Miejscowość: Sierpc

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sierpcu, Burmistrz i Rada Miejska Sierpca

Dystans: 10 km

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 30-39 K



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	79	Sanko Sviatlana	Grudziądz		1988	30-39 K	03:31	17	11:46	23:16	35:17	35:18
2	54	Mielnikiewicz Weronika	Murzynowo		1984	30-39 K	04:25	13.6	14:06	28:38	44:12	44:16
3	22	Górczyńska Anita	Płock	WIĘCKOWSKI TEAM	1985	30-39 K	04:28	13.4	14:25	29:11	44:37	44:41
4	75	Rybicka Anna	Garwacz	SOKÓŁ BODZANÓW	1983	30-39 K	04:54	12.2	15:14	31:39	48:58	49:02
5	18	Franczak Anna	Sierpc	Sierpc Lions	1991	30-39 K	05:44	10.4	17:19	36:30	57:22	57:28
6	94	Sierputowska-Motyka Milena	Sierpc	TKKF Kubuś	1985	30-39 K	05:54	10.1	18:46	38:14	59:05	59:10

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 40-49 K



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	29	Kamińska Teresa	Miesiączkowo	KB Lech Rypin	1976	40-49 K	04:18	13.9	13:30	27:50	43:07	43:09
2	82	Szostek Martyna	Lipowiec Kościelny		1980	40-49 K	05:00	12	15:50	32:22	50:01	50:03
3	34	Kaźmierczak-Myszyńska Paulina	Zawidz Kościelny	TKKF KUBUŚ Sierpc	1979	40-49 K	05:13	11.5	15:48	33:23	52:11	52:16
4	50	Kurlęda Monika	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1982	40-49 K	05:22	11.2	16:48	34:35	53:44	53:46
5	99	Wojciechowska Michalina	Iłowo-Osada		1980	40-49 K	05:23	11.1	16:58	34:42	53:51	53:58
6	72	Pulkowska Anna	Dziki Bór		1982	40-49 K	05:25	11.1	17:20	35:27	54:07	54:13
7	100	Goczyńska Aneta	Sierpc	TKKF Kubuś	1980	40-49 K	05:30	10.9	17:09	35:46	55:03	55:07

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 30-39 M



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	70	Przybyła Adrian	Ława	Run Goku Team	1991	30-39 M	03:09	19	09:55	20:20	31:39	31:40
2	69	Poczwardowski Kamil	Szczutowo	Szczutowo Biega	1984	30-39 M	03:17	18.2	10:29	21:34	32:59	33:00
3	14	Dembowski Mariusz	Lidzbark	H+H Polska	1983	30-39 M	03:19	18.1	10:29	21:33	33:10	33:11
4	52	Mariański Piotr	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1985	30-39 M	03:29	17.2	11:24	22:48	34:51	34:52
5	37	Kordulasiński Jarek	Płock	Biegaj z Dymkiem	1987	30-39 M	03:41	16.3	11:42	23:48	36:54	36:55
6	5	Belka Przemysław	Ława	Ława Biega	1990	30-39 M	03:41	16.2	12:14	24:15	36:56	36:58
7	81	Sulewski Krzysztof	Barczewo	BSB Barczewo Biega	1985	30-39 M	03:44	16	11:29	23:41	37:28	37:28
8	35	Kępczyński Rafał	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1989	30-39 M	03:56	15.2	13:00	26:11	39:23	39:26
9	6	Bienias Konrad	Płock	Mazowiecka Akademia Bieg	1990	30-39 M	03:57	15.1	12:27	25:36	39:35	39:37
10	78	Sadowski Łukasz	Słupno, Pow. Płocki		1988	30-39 M	04:06	14.6	13:18	26:53	41:02	41:06
11	19	Giżyński Arkadiusz	Sierpc		1990	30-39 M	04:10	14.4	12:38	26:38	41:42	41:45
12	67	Poczwardowski Hubert	Szczutowo	Dynamo Sierpc	1989	30-39 M	04:15	14.1	13:57	28:15	42:34	42:36
13	2	Augustyniak Marcin	Ligowo	BiegęPodPrą	1991	30-39 M	04:21	13.8	14:04	28:31	43:34	43:37
14	86	Zaborowski Łukasz	Płock	Eko Team	1986	30-39 M	04:21	13.8	13:14	27:52	43:35	43:38
15	56	Nierychlewski Tomasz	Skepe		1988	30-39 M	04:46	12.6	14:17	30:04	47:35	47:42
16	92	Motyka Arkadiusz	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1986	30-39 M	04:54	12.2	15:31	31:40	49:00	49:05
17	65	Pawłowski Arkadiusz	Rempin		1992	30-39 M	05:23	11.1	18:10	35:36	53:44	53:51
18	28	Jankowski Artur	Słupno		1992	30-39 M	05:43	10.5	16:25	35:52	57:05	57:13

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 40-49 M



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	46	Kujawa Krzysztof	Płock	WIĘCKOWSKI TEAM	1974	40-49 M	03:29	17.2	11:25	22:51	34:58	34:58
2	24	Górski Radosław	Lubawa	Run Goku Team	1976	40-49 M	03:39	16.4	11:42	23:36	36:30	36:31
3	32	Karaszewski Marek	Płock		1978	40-49 M	03:39	16.4	11:42	23:47	36:34	36:36
4	39	Kotlenga Przemysław	Łława	Łława Biega	1980	40-49 M	03:41	16.3	11:43	23:46	36:49	36:51
5	57	Nowakowski Marcin	Sierpc	Szczutowo Biega	1982	40-49 M	03:58	15.1	13:00	26:11	39:39	39:41
6	31	Kamiński Krzysztof	Gąbin	Gąbin Biega	1981	40-49 M	03:58	15.1	12:56	26:01	39:38	39:42
7	53	Meller Ryszard	Sierpc		1982	40-49 M	04:05	14.7	12:39	26:19	40:52	40:55
8	63	Pawlak Mariusz	Działdowo		1973	40-49 M	04:12	14.3	13:33	27:22	42:00	42:02
9	77	Rydziński Adam	Płock	EU	1980	40-49 M	04:15	14.1	12:52	26:59	42:29	42:32
10	4	Bartnicki Bogdan	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1979	40-49 M	04:15	14.1	12:55	27:20	42:37	42:39
11	17	Falkiewicz Marcin	Sierpc	TKKF Kubuś	1979	40-49 M	04:17	14	13:48	28:02	42:53	42:56
12	20	Goczyński Waldemar	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1977	40-49 M	04:20	13.8	13:42	27:58	43:23	43:27
13	41	Kozłowski Daniel	Płock	Aktywnie Uzależniamy	1982	40-49 M	04:41	12.8	14:50	30:46	46:47	46:51
14	73	Pulkowski Łukasz	Szczutowo	LKS Maków Mazowiecki	1981	40-49 M	04:43	12.7	14:16	29:53	47:11	47:16
15	64	Pawlak Zbigniew	Działdowo		1975	40-49 M	04:53	12.3	15:55	32:24	48:44	48:50
16	90	Żółtowski Mariusz	Płock		1974	40-49 M	04:53	12.3	14:55	31:22	48:50	48:55
17	30	Kamiński Marcin	Łłuchowo		1978	40-49 M	04:53	12.3	15:21	31:30	48:48	48:55
18	3	Balcerowski Rafał	Ząbki	Biegające Ząbki	1981	40-49 M	05:04	11.8	15:49	32:28	50:41	50:48
19	62	Pawlak Paweł	Działdowo		1977	40-49 M	05:07	11.7	15:55	32:25	51:08	51:14
20	87	Zwoliński Marcin	Zielona		1981	40-49 M	05:12	11.5	15:38	33:21	51:57	52:04
21	36	Kiersnowski Michał	Sierpc	UKS Leonium Sierpc	1975	40-49 M	05:33	10.8	17:30	35:56	55:32	55:38
22	48	Kurek Krzysztof	Gabin		1974	40-49 M	06:05	9.9	18:49	38:52	01:00:43	01:00:51
23	15	Dobrzeniecki Sławomir	Sierpc		1976	40-49 M	06:12	9.7	18:32	39:20	01:01:57	01:02:04

Wyniki wersja z: 03.09.2022 19:09:14

Data: 03.09.2022 17:00:00

Miejscowość: Sierpc

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sierpcu, Burmistrz i Rada Miejska Sierpca

Dystans: 10 km

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 50-59 K



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	74	Rybicka Agata	Gąsewo	SOKÓŁ BODZANÓW	1970	50-59 K	05:09	11.6	16:20	33:26	51:31	51:37
2	26	Iwańska Arleta	Płock	SOKÓŁ BODZANÓW	1972	50-59 K	05:58	10	19:01	38:45	59:38	59:45
3	83	Szot Maria	Halinów		1970	50-59 K	07:03	8.5	22:19	45:44	01:10:30	01:10:37

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: 50-59 M



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	38	Korsakas Emilis	Vilnius	Na, pagauk!	1966	50-59 M	04:20	13.8	13:51	28:15	43:28	43:30
2	11	Chmielewski Sławomir	Żuki	TKKF KUBUŚ Sierpc	1968	50-59 M	04:23	13.7	13:39	28:08	43:50	43:54
3	76	Rybicki Robert	Gąsewo	SOKÓŁ BODZANÓW	1968	50-59 M	04:23	13.6	13:59	28:31	43:56	43:58
4	55	Nawrocki Zbigniew	Sierpc		1964	50-59 M	04:24	13.6	13:35	28:03	43:57	44:01
5	44	Krawczyk Paweł	Płock	Odczarujmy Inny Świat	1971	50-59 M	04:40	12.9	14:43	30:08	46:38	46:41
6	27	Jabłoński Grzegorz	Płock	Team to Ja	1966	50-59 M	04:46	12.6	15:16	31:06	47:40	47:46
7	16	Dzięgielewski Andrzej	Żychlin	ROZBIEGANI ŻYCHLIN	1967	50-59 M	05:33	10.8	17:28	35:42	55:23	55:32