

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



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	70	Przybyła Adrian	Ilawa	Run Goku Team	1991	30-39 M	03:09	19	09:55	20:20	31:39	31:40
3	69	Poczwardowski Kamil	Szczutowo	Szczutowo Biega	1984	30-39 M	03:17	18.2	10:29	21:34	32:59	33:00
4	14	Dembowski Mariusz	Lidzbark	H+H Polska	1983	30-39 M	03:19	18.1	10:29	21:33	33:10	33:11
5	52	Mariański Piotr	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1985	30-39 M	03:29	17.2	11:24	22:48	34:51	34:52
6	46	Kujawa Krzysztof	Płock	WIĘCKOWSKI TEAM	1974	40-49 M	03:29	17.2	11:25	22:51	34:58	34:58
7	25	Górski Krystian	Agnieszkowo		2001	16-29 M	03:37	16.5	11:47	23:42	36:19	36:19
8	91	Żyła Arkadiusz	Michałów-Reginów	Team Kopeć	1995	16-29 M	03:39	16.4	11:42	23:44	36:28	36:30
9	24	Górski Radosław	Lubawa	Run Goku Team	1976	40-49 M	03:39	16.4	11:42	23:36	36:30	36:31
10	32	Karaszewski Marek	Płock		1978	40-49 M	03:39	16.4	11:42	23:47	36:34	36:36
11	60	Olszewski Adam	Jeziorany		1993	16-29 M	03:40	16.3	11:43	23:47	36:41	36:42
12	39	Kotlenga Przemysław	Ilawa	Ilawa Biega	1980	40-49 M	03:41	16.3	11:43	23:46	36:49	36:51
13	37	Kordulasiński Jarek	Płock	Biegaj z Dymkiem	1987	30-39 M	03:41	16.3	11:42	23:48	36:54	36:55
14	5	Belka Przemysław	Ilawa	Ilawa Biega	1990	30-39 M	03:41	16.2	12:14	24:15	36:56	36:58
15	81	Sulewski Krzysztof	Barczewo	BSB Barczewo Biega	1985	30-39 M	03:44	16	11:29	23:41	37:28	37:28
16	35	Kępczyński Rafał	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1989	30-39 M	03:56	15.2	13:00	26:11	39:23	39:26
17	6	Bienias Konrad	Płock	Mazowiecka Akademia Bieg	1990	30-39 M	03:57	15.1	12:27	25:36	39:35	39:37
18	57	Nowakowski Marcin	Sierpc	Szczutowo Biega	1982	40-49 M	03:58	15.1	13:00	26:11	39:39	39:41
19	31	Kamiński Krzysztof	Gąbin	Gąbin Biega	1981	40-49 M	03:58	15.1	12:56	26:01	39:38	39:42
20	96	Górski Kacper	Sierpc		2006	16-29 M	03:59	15.1	13:02	26:13	39:51	39:51
21	49	Kurkiewicz Bartosz	Rzeszotary Chwały		1995	16-29 M	03:59	15	12:22	25:40	39:55	39:58
22	45	Kuciejczyk Henryk	Szydłowo	Tempo - Mława	1959	60+ M	04:00	15	13:01	26:12	40:04	40:06
23	53	Meller Ryszard	Sierpc		1982	40-49 M	04:05	14.7	12:39	26:19	40:52	40:55
24	78	Sadowski Łukasz	Ślupno, Pow. Płocki		1988	30-39 M	04:06	14.6	13:18	26:53	41:02	41:06
25	58	Nowakowski Adam	Płock		2005	16-29 M	04:08	14.5	13:13	26:40	41:19	41:22
26	19	Giżyński Arkadiusz	Sierpc		1990	30-39 M	04:10	14.4	12:38	26:38	41:42	41:45
27	63	Pawlak Mariusz	Działdowo		1973	40-49 M	04:12	14.3	13:33	27:22	42:00	42:02
28	77	Rydziński Adam	Płock	EU	1980	40-49 M	04:15	14.1	12:52	26:59	42:29	42:32
29	67	Poczwardowski Hubert	Szczutowo	Dynamo Sierpc	1989	30-39 M	04:15	14.1	13:57	28:15	42:34	42:36
30	4	Bartnicki Bogdan	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1979	40-49 M	04:15	14.1	12:55	27:20	42:37	42:39
31	17	Falkiewicz Marcin	Sierpc	TKKF Kubuś	1979	40-49 M	04:17	14	13:48	28:02	42:53	42:56
32	20	Goczyński Waldemar	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1977	40-49 M	04:20	13.8	13:42	27:58	43:23	43:27
33	38	Korsakas Emilis	Vilnius	Na, pagauk!	1966	50-59 M	04:20	13.8	13:51	28:15	43:28	43:30
34	2	Augustyniak Marcin	Ligowo	BiegnęPodPrą	1991	30-39 M	04:21	13.8	14:04	28:31	43:34	43:37
35	86	Zaborowski Łukasz	Płock	Eko Team	1986	30-39 M	04:21	13.8	13:14	27:52	43:35	43:38
36	11	Chmielewski Sławomir	Żuki	TKKF KUBUŚ Sierpc	1968	50-59 M	04:23	13.7	13:39	28:08	43:50	43:54
37	76	Rybicki Robert	Gąsowo	SOKÓŁ BODZANÓW	1968	50-59 M	04:23	13.6	13:59	28:31	43:56	43:58
38	55	Nawrocki Zbigniew	Sierpc		1964	50-59 M	04:24	13.6	13:35	28:03	43:57	44:01
39	40	Kowalski Dawid	Sochaczew	Goodfellas	1995	16-29 M	04:30	13.3	14:01	28:50	44:57	45:03
40	98	Kozub Michał	Kraków		1999	16-29 M	04:38	12.9	13:56	29:45	46:21	46:25
41	44	Krawczyk Paweł	Płock	Odczarujmy Inny Świat	1971	50-59 M	04:40	12.9	14:43	30:08	46:38	46:41
42	41	Kozłowski Daniel	Płock	Aktywnie Uzależniamy	1982	40-49 M	04:41	12.8	14:50	30:46	46:47	46:51

VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



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)
43	73	Pulkowski Łukasz	Szczutowo	LKS Maków Mazowiecki	1981	40-49 M	04:43	12.7	14:16	29:53	47:11	47:16
44	56	Nierychlewski Tomasz	Skępe		1988	30-39 M	04:46	12.6	14:17	30:04	47:35	47:42
45	27	Jabłoński Grzegorz	Płock	Team to Ja	1966	50-59 M	04:46	12.6	15:16	31:06	47:40	47:46
46	93	Motyka Zdzisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1961	60+ M	04:47	12.5	15:30	31:08	47:53	47:57
47	68	Poczwardowski Marek	Szczutowo	Szczutowo Biega	1960	60+ M	04:48	12.5	15:30	31:09	47:56	48:00
48	64	Pawlak Zbigniew	Działdowo		1975	40-49 M	04:53	12.3	15:55	32:24	48:44	48:50
49	90	Żółtowski Mariusz	Płock		1974	40-49 M	04:53	12.3	14:55	31:22	48:50	48:55
50	30	Kamiński Marcin	Tuchowo		1978	40-49 M	04:53	12.3	15:21	31:30	48:48	48:55
51	84	Szpryszyński Marcin	Rypin		1994	16-29 M	04:53	12.3	14:54	31:07	48:50	48:55
52	1	Augustyniak Kacper	Ilawa	Run Goku Team	2004	16-29 M	04:54	12.2	14:29	30:41	49:01	49:04
53	92	Motyka Arkadiusz	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1986	30-39 M	04:54	12.2	15:31	31:40	49:00	49:05
54	3	Balcerowski Rafał	Ząbki	Biegające Ząbki	1981	40-49 M	05:04	11.8	15:49	32:28	50:41	50:48
55	62	Pawlak Paweł	Działdowo		1977	40-49 M	05:07	11.7	15:55	32:25	51:08	51:14
56	87	Zwoliński Marcin	Zielona		1981	40-49 M	05:12	11.5	15:38	33:21	51:57	52:04
57	66	Piórkowski Stanisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1958	60+ M	05:12	11.5	16:30	33:40	52:04	52:06
58	47	Kuligowski Kamil	Legionowo		1993	16-29 M	05:14	11.5	17:01	34:22	52:15	52:20
59	85	Urbański Krzysztof	Sierpc	Złote Nogi Sierpc	1995	16-29 M	05:17	11.3	17:34	35:09	52:46	52:55
60	65	Pawłowski Arkadiusz	Rempin		1992	30-39 M	05:23	11.1	18:10	35:36	53:44	53:51
61	80	Strześniewski Mariusz	Sierpc		1994	16-29 M	05:23	11.1	17:00	35:15	53:46	53:52
62	16	Dzięgielewski Andrzej	Żychlin	ROZBIEGANI ŻYCHLIN	1967	50-59 M	05:33	10.8	17:28	35:42	55:23	55:32
63	36	Kiersnowski Michał	Sierpc	UKS Leonium Sierpc	1975	40-49 M	05:33	10.8	17:30	35:56	55:32	55:38
64	28	Jankowski Artur	Ślupno		1992	30-39 M	05:43	10.5	16:25	35:52	57:05	57:13
65	51	Marcinkowski Damian	Skępe		1999	16-29 M	05:47	10.4	18:39	37:11	57:50	57:57
66	33	Karolak Stanisław	Sierpc	Indywidualnie	1955	60+ M	05:56	10.1	18:25	38:03	59:21	59:28
67	42	Krajewski Marcin	Zawidz		1997	16-29 M	06:00	10	18:13	38:08	01:00:04	01:00:09
68	48	Kurek Krzysztof	Gabin		1974	40-49 M	06:05	9.9	18:49	38:52	01:00:43	01:00:51
69	13	Ciemiecki Łukasz	Skępe		2001	16-29 M	06:08	9.8	18:44	38:20	01:01:16	01:01:24
70	15	Dobrzeńcki Sławomir	Sierpc		1976	40-49 M	06:12	9.7	18:32	39:20	01:01:57	01:02:04
71	61	Paczkowski Andrzej	Sierpc		1943	60+ M	06:29	9.2	20:35	42:17	01:04:45	01:04:54