

## VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

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	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
1	21	Gos Mateusz	Warka	RLTL OPTIMA RADOM	2002	16-29 M	1	03:06	19.3	09:55	20:18	31:03	31:04		1
2	70	Przybyła Adrian	Ilawa	Run Goku Team	1991	30-39 M	1	03:09	19	09:55	20:20	31:39	31:40		2
3	69	Poczwardowski Kamil	Szczutowo	Szczutowo Biega	1984	30-39 M	2	03:17	18.2	10:29	21:34	32:59	33:00		3
4	14	Dembowski Mariusz	Lidzbark	H+H Polska	1983	30-39 M	3	03:19	18.1	10:29	21:33	33:10	33:11		4
5	52	Mariański Piotr	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1985	30-39 M	4	03:29	17.2	11:24	22:48	34:51	34:52		5
6	46	Kujawa Krzysztof	Płock	WIĘCKOWSKI TEAM	1974	40-49 M	1	03:29	17.2	11:25	22:51	34:58	34:58		6
7	79	Sanko Sviatlana	Grudziądz		1988	30-39 K	1	03:31	17	11:46	23:16	35:17	35:18	1	
8	25	Górski Krystian	Agnieszkowo		2001	16-29 M	2	03:37	16.5	11:47	23:42	36:19	36:19		7
9	91	Żyła Arkadiusz	Michałów-Reginów	Team Kopeć	1995	16-29 M	3	03:39	16.4	11:42	23:44	36:28	36:30		8
10	24	Górski Radosław	Lubawa	Run Goku Team	1976	40-49 M	2	03:39	16.4	11:42	23:36	36:30	36:31		9
11	32	Karaszewski Marek	Płock		1978	40-49 M	3	03:39	16.4	11:42	23:47	36:34	36:36		10
12	60	Olszewski Adam	Jeziorany		1993	16-29 M	4	03:40	16.3	11:43	23:47	36:41	36:42		11
13	39	Kotlenga Przemysław	Ilawa	Ilawa Biega	1980	40-49 M	4	03:41	16.3	11:43	23:46	36:49	36:51		12
14	37	Kordulański Jarek	Płock	Biegaj z Dymkiem	1987	30-39 M	5	03:41	16.3	11:42	23:48	36:54	36:55		13
15	5	Belka Przemysław	Ilawa	Ilawa Biega	1990	30-39 M	6	03:41	16.2	12:14	24:15	36:56	36:58		14
16	81	Sulewski Krzysztof	Barczewo	BSB Barczewo Biega	1985	30-39 M	7	03:44	16	11:29	23:41	37:28	37:28		15
17	71	Przybyła Agnieszka	Ilawa	Run Goku Team	1994	16-29 K	1	03:51	15.5	12:22	25:02	38:37	38:39	2	
18	35	Kępczyński Rafał	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1989	30-39 M	8	03:56	15.2	13:00	26:11	39:23	39:26		16
19	6	Bienias Konrad	Płock	Mazowiecka Akademia Bieg	1990	30-39 M	9	03:57	15.1	12:27	25:36	39:35	39:37		17
20	57	Nowakowski Marcin	Sierpc	Szczutowo Biega	1982	40-49 M	5	03:58	15.1	13:00	26:11	39:39	39:41		18
21	31	Kamiński Krzysztof	Gąbin	Gąbin Biega	1981	40-49 M	6	03:58	15.1	12:56	26:01	39:38	39:42		19
22	96	Górski Kacper	Sierpc		2006	16-29 M	5	03:59	15.1	13:02	26:13	39:51	39:51		20
23	49	Kurkiewicz Bartosz	Rzeszotary Chwały		1995	16-29 M	6	03:59	15	12:22	25:40	39:55	39:58		21
24	45	Kuciejczyk Henryk	Szydłowo	Tempo - Mława	1959	60+ M	1	04:00	15	13:01	26:12	40:04	40:06		22
25	53	Meller Ryszard	Sierpc		1982	40-49 M	7	04:05	14.7	12:39	26:19	40:52	40:55		23
26	78	Sadowski Łukasz	Ślupno, Pow. Płocki		1988	30-39 M	10	04:06	14.6	13:18	26:53	41:02	41:06		24
27	58	Nowakowski Adam	Płock		2005	16-29 M	7	04:08	14.5	13:13	26:40	41:19	41:22		25
28	19	Giżyński Arkadiusz	Sierpc		1990	30-39 M	11	04:10	14.4	12:38	26:38	41:42	41:45		26
29	63	Pawlak Mariusz	Działdowo		1973	40-49 M	8	04:12	14.3	13:33	27:22	42:00	42:02		27
30	77	Rydziński Adam	Płock	EU	1980	40-49 M	9	04:15	14.1	12:52	26:59	42:29	42:32		28
31	67	Poczwardowski Hubert	Szczutowo	Dynamo Sierpc	1989	30-39 M	12	04:15	14.1	13:57	28:15	42:34	42:36		29
32	4	Bartnicki Bogdan	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1979	40-49 M	10	04:15	14.1	12:55	27:20	42:37	42:39		30
33	17	Falkiewicz Marcin	Sierpc	TKKF Kubuś	1979	40-49 M	11	04:17	14	13:48	28:02	42:53	42:56		31
34	29	Kamińska Teresa	Miesiączkowo	KB Lech Rypin	1976	40-49 K	1	04:18	13.9	13:30	27:50	43:07	43:09	3	
35	20	Goczyński Waldemar	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1977	40-49 M	12	04:20	13.8	13:42	27:58	43:23	43:27		32
36	38	Korsakas Emilis	Vilnius	Na, pagauk!	1966	50-59 M	1	04:20	13.8	13:51	28:15	43:28	43:30		33
37	2	Augustyniak Marcin	Ligowo	BiegnęPodPrą	1991	30-39 M	13	04:21	13.8	14:04	28:31	43:34	43:37		34
38	86	Zaborowski Łukasz	Płock	Eko Team	1986	30-39 M	14	04:21	13.8	13:14	27:52	43:35	43:38		35
39	11	Chmielewski Sławomir	Żuki	TKKF KUBUŚ Sierpc	1968	50-59 M	2	04:23	13.7	13:39	28:08	43:50	43:54		36
40	76	Rybicki Robert	Gąsowo	SOKÓŁ BODZANÓW	1968	50-59 M	3	04:23	13.6	13:59	28:31	43:56	43:58		37
41	55	Nawrocki Zbigniew	Sierpc		1964	50-59 M	4	04:24	13.6	13:35	28:03	43:57	44:01		38
42	54	Mielnikiewicz Weronika	Murzynowo		1984	30-39 K	2	04:25	13.6	14:06	28:38	44:12	44:16	4	

## VII Sierpecka Dziesiątka - Bieg Główny

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	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
43	22	Górczyńska Anita	Płock	WIĘCKOWSKI TEAM	1985	30-39 K	3	04:28	13.4	14:25	29:11	44:37	44:41	5	
44	40	Kowalski Dawid	Sochaczew	Goodfellas	1995	16-29 M	8	04:30	13.3	14:01	28:50	44:57	45:03		39
45	98	Kozub Michał	Kraków		1999	16-29 M	9	04:38	12.9	13:56	29:45	46:21	46:25		40
46	44	Krawczyk Paweł	Płock	Odczarujmy Inny Świat	1971	50-59 M	5	04:40	12.9	14:43	30:08	46:38	46:41		41
47	41	Kozłowski Daniel	Płock	Aktywnie Uzależniamy	1982	40-49 M	13	04:41	12.8	14:50	30:46	46:47	46:51		42
48	73	Pulkowski Łukasz	Szczutowo	LKS Maków Mazowiecki	1981	40-49 M	14	04:43	12.7	14:16	29:53	47:11	47:16		43
49	56	Nierychlewski Tomasz	Skepe		1988	30-39 M	15	04:46	12.6	14:17	30:04	47:35	47:42		44
50	27	Jabłoński Grzegorz	Płock	Team to Ja	1966	50-59 M	6	04:46	12.6	15:16	31:06	47:40	47:46		45
51	93	Motyka Zdzisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1961	60+ M	2	04:47	12.5	15:30	31:08	47:53	47:57		46
52	68	Poczwardowski Marek	Szczutowo	Szczutowo Biega	1960	60+ M	3	04:48	12.5	15:30	31:09	47:56	48:00		47
53	64	Pawlak Zbigniew	Działdowo		1975	40-49 M	15	04:53	12.3	15:55	32:24	48:44	48:50		48
54	90	Żółtowski Mariusz	Płock		1974	40-49 M	16	04:53	12.3	14:55	31:22	48:50	48:55		49
55	30	Kamiński Marcin	Łuchowo		1978	40-49 M	17	04:53	12.3	15:21	31:30	48:48	48:55		50
56	84	Szpryszyński Marcin	Rypin		1994	16-29 M	10	04:53	12.3	14:54	31:07	48:50	48:55		51
57	75	Rybicka Anna	Garwacz	SOKÓŁ BODZANÓW	1983	30-39 K	4	04:54	12.2	15:14	31:39	48:58	49:02	6	
58	1	Augustyniak Kacper	Ława	Run Goku Team	2004	16-29 M	11	04:54	12.2	14:29	30:41	49:01	49:04		52
59	92	Motyka Arkadiusz	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1986	30-39 M	16	04:54	12.2	15:31	31:40	49:00	49:05		53
60	82	Szostek Martyna	Lipowiec Kościelny		1980	40-49 K	2	05:00	12	15:50	32:22	50:01	50:03	7	
61	3	Balcerowski Rafał	Ząbki	Biegające Ząbki	1981	40-49 M	18	05:04	11.8	15:49	32:28	50:41	50:48		54
62	62	Pawlak Paweł	Działdowo		1977	40-49 M	19	05:07	11.7	15:55	32:25	51:08	51:14		55
63	74	Rybicka Agata	Gąsewo	SOKÓŁ BODZANÓW	1970	50-59 K	1	05:09	11.6	16:20	33:26	51:31	51:37	8	
64	87	Zwoliński Marcin	Zielona		1981	40-49 M	20	05:12	11.5	15:38	33:21	51:57	52:04		56
65	66	Piórkowski Stanisław	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1958	60+ M	4	05:12	11.5	16:30	33:40	52:04	52:06		57
66	34	Kaźmierczak-Myszyńska Paulina	Zawidz Kościelny	TKKF KUBUŚ Sierpc	1979	40-49 K	3	05:13	11.5	15:48	33:23	52:11	52:16	9	
67	47	Kuligowski Kamil	Legionowo		1993	16-29 M	12	05:14	11.5	17:01	34:22	52:15	52:20		58
68	85	Urbański Krzysztof	Sierpc	Złote Nogi Sierpc	1995	16-29 M	13	05:17	11.3	17:34	35:09	52:46	52:55		59
69	59	Olejniczak Maria	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1958	60+ K	1	05:17	11.3	16:16	33:43	52:53	52:55	10	
70	50	Kurlęda Monika	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1982	40-49 K	4	05:22	11.2	16:48	34:35	53:44	53:46		11
71	65	Pawłowski Arkadiusz	Rempin		1992	30-39 M	17	05:23	11.1	18:10	35:36	53:44	53:51		60
72	80	Strześniewski Mariusz	Sierpc		1994	16-29 M	14	05:23	11.1	17:00	35:15	53:46	53:52		61
73	99	Wojciechowska Michalina	Łowo-Osada		1980	40-49 K	5	05:23	11.1	16:58	34:42	53:51	53:58	12	
74	72	Pulkowska Anna	Dziki Bór		1982	40-49 K	6	05:25	11.1	17:20	35:27	54:07	54:13		13
75	100	Goczyńska Aneta	Sierpc	TKKF Kubuś	1980	40-49 K	7	05:30	10.9	17:09	35:46	55:03	55:07		14
76	16	Dzięgielewski Andrzej	Żychlin	ROZBIEGANI ŻYCHLIN	1967	50-59 M	7	05:33	10.8	17:28	35:42	55:23	55:32		62
77	36	Kiersnowski Michał	Sierpc	UKS Leonium Sierpc	1975	40-49 M	21	05:33	10.8	17:30	35:56	55:32	55:38		63
78	28	Jankowski Artur	Ślupno		1992	30-39 M	18	05:43	10.5	16:25	35:52	57:05	57:13		64
79	18	Franczak Anna	Sierpc	Sierpc Lions	1991	30-39 K	5	05:44	10.4	17:19	36:30	57:22	57:28		15
80	51	Marcinkowski Damian	Skepe		1999	16-29 M	15	05:47	10.4	18:39	37:11	57:50	57:57		65
81	12	Chojnacka Krystyna	Sierpc	TKKF KUBUŚ Sierpc	1952	60+ K	2	05:54	10.2	18:46	38:21	58:58	59:01		16
82	94	Sierżputowska-Motyka Milena	Sierpc	TKKF Kubuś	1985	30-39 K	6	05:54	10.1	18:46	38:14	59:05	59:10		17
83	33	Karolak Stanisław	Sierpc	Indywidualnie	1955	60+ M	5	05:56	10.1	18:25	38:03	59:21	59:28		66
84	26	Iwańska Arleta	Płock	SOKÓŁ BODZANÓW	1972	50-59 K	2	05:58	10	19:01	38:45	59:38	59:45		18

Wyniki wersja z: 03.09.2022 19:08:56

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: OPEN



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	3,33 km	6,66 km	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
85	42	Krajewski Marcin	Zawidz		1997	16-29 M	16	06:00	10	18:13	38:08	01:00:04	01:00:09		67
86	48	Kurek Krzysztof	Gabin		1974	40-49 M	22	06:05	9.9	18:49	38:52	01:00:43	01:00:51		68
87	13	Ciemiecki Łukasz	Skepe		2001	16-29 M	17	06:08	9.8	18:44	38:20	01:01:16	01:01:24		69
88	15	Dobrzeński Sławomir	Sierpc		1976	40-49 M	23	06:12	9.7	18:32	39:20	01:01:57	01:02:04		70
89	97	Iwańska Martyna	Uniszki Zawadzkie		1993	16-29 K	2	06:15	9.6	18:46	39:50	01:02:32	01:02:40	19	
90	95	Kozłowska Danuta	Sierpc		1955	60+ K	3	06:28	9.3	21:19	42:29	01:04:40	01:04:45	20	
91	61	Paczkowski Andrzej	Sierpc		1943	60+ M	6	06:29	9.2	20:35	42:17	01:04:45	01:04:54		71
92	9	Bońkowska Marlena	Sierpc		1999	16-29 K	3	06:58	8.6	21:03	45:49	01:09:41	01:09:44	21	
93	83	Szot Maria	Halinow		1970	50-59 K	3	07:03	8.5	22:19	45:44	01:10:30	01:10:37	22	