

Wyniki wersja z: 24.06.2023 14:37:22

Data: 24.06.2023 12:30:00

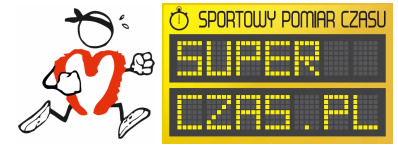
Miejscowość: Leśniczówka Szulmierz k. Ciechanowa

Organizator: Stowarzyszenie „ZaDyszka” Partnerzy: Urząd Gminy w Regiminnie, MUKS „Czarni” Regimin

Dystans: 10 km

Leśna ZaDyszka w Szulmierzu 2023 - 10 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	5 km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	54	Mateusiak Radosław	Różan	LKS-Kurpie na Luzie	1998	M16-29	03:43	16.1	18:25	37:16	37:17
2	18	Dzięgielewski Rafał	Natalin	LKS Kurpie na Luzie	1979	M40-49	03:52	15.5	19:01	38:41	38:43
3	20	Faderewski Piotr	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	1978	M40-49	03:54	15.4	19:23	39:02	39:04
4	62	Piotrkowski Adam	Mława	Biegaj w Mławie	1982	M40-49	03:55	15.3	19:16	39:16	39:17
5	72	Szczepankowski Jarosław	Ciechanów	Harder Ciechanów	1972	M50-59	04:01	14.9	19:31	40:13	40:14
6	9	Budniak Tomasz	Władysławowo	KS Ciechan/ 5MBOT	1980	M40-49	04:02	14.8	20:03	40:25	40:25
7	22	Gaczkowski Grzegorz	Rydzewo	LKS-Kurpie na Luzie	1982	M40-49	04:08	14.5	19:48	41:22	41:23
8	93	Dąbrowski Dariusz	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1978	M40-49	04:08	14.5	20:18	41:26	41:27
9	31	Jabłoński Paweł	Nidzica	4W-MBOT/ 45blp, Nidzica Biega	1976	M40-49	04:16	14.1	20:40	42:40	42:42
10	44	Kubalski Paweł	Mława	Biegaj w Mławie	1984	M30-39	04:17	14	21:08	42:54	42:55
11	94	Rykowski Radosław	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1988	M30-39	04:22	13.7	21:37	43:43	43:45
12	23	Gadomski Łukasz	Płońsk	Aktywność Rodzi Pozytywność	1986	M30-39	04:23	13.7	21:36	43:49	43:52
13	26	Gołota Krzysztof	Szczytno	Zielony Śledzik Team	1979	M40-49	04:23	13.7	21:14	43:54	43:56
14	10	Budzich Wojciech	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	1975	M40-49	04:24	13.6	21:43	44:01	44:03
15	63	Podlecki Maciej	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	2000	M16-29	04:27	13.5	21:16	44:32	44:34
16	50	Kwieciński Sebastian	Mława	Biegaj w Mławie	1977	M40-49	04:29	13.4	21:36	44:53	44:54
17	55	Mierzejewski Rafał	Grudusk	Biegaj w Mławie	1995	M16-29	04:29	13.3	22:17	44:55	44:58
18	34	Kacprzak Maciej	Pawłowo		1995	M16-29	04:31	13.3	22:17	45:12	45:17
19	37	Kącki Paweł	Warszawa	Rącze Raciczki	1975	M40-49	04:33	13.2	22:19	45:34	45:36
20	78	Ziębicki Przemysław	Mława	Biegaj w Mławie	1983	M40-49	04:34	13.1	22:54	45:44	45:48
21	60	Nowocień Jacek	Podkowa Leśna		1959	M60-69	04:37	13	22:56	46:07	46:10
22	77	Wudarczyk Tomasz	Władysławowo		1961	M60-69	04:43	12.7	22:57	47:17	47:18
23	68	Sadowski Robert	Przasnysz		1969	M50-59	04:44	12.7	23:56	47:17	47:20
24	12	Chojnowski Łukasz	Ciechanów	RadmaR Sławpol FixStore	1989	M30-39	04:45	12.6	22:36	47:32	47:34
25	51	Lazarski Krzysztof	Ciechanów	Aktywność Rodzi Pozytywność	1987	M30-39	04:45	12.6	22:52	47:32	47:35
26	15	Chyl Bogusław	Mława		1976	M40-49	04:46	12.6	23:50	47:37	47:39
27	49	Kwiatkowski Marcin	Mława	Biegaj w Mławie	1991	M30-39	04:47	12.5	22:40	47:58	48:00
28	67	Rychlewski Karol	Mława	Biegaj w Mławie	1995	M16-29	04:47	12.5	23:05	47:54	48:00
29	79	Żaglewski Dariusz	Płońsk	Aktywność Rodzi Pozytywność	1978	M40-49	04:50	12.4	23:07	48:19	48:22
30	58	Niewierski Kamil	Grudusk		1987	M30-39	04:50	12.4	23:17	48:23	48:24
31	4	Barwiński Cezary	Grzybowo		1977	M40-49	04:53	12.3	23:50	48:45	48:52
32	38	Kocięda Adrian	Raciąż		1989	M30-39	04:54	12.2	23:51	49:00	49:04
33	47	Kucki Kamil	Narzym	endorfina.shop	1984	M30-39	04:55	12.2	24:32	49:09	49:16
34	8	Blicharski Łukasz	Ciechanów		1978	M40-49	04:55	12.2	24:36	49:14	49:17
35	83	Tłoczkowski Adam	Chorzele	5 MBOT	1973	M50-59	04:57	12.1	24:09	49:33	49:36
36	39	Kosiński Marcin	Ciechanów	Harder Ciechanów	1990	M30-39	05:00	12	23:57	49:59	50:04
37	45	Kuchta Oskar	Mława		1998	M16-29	05:00	12	23:27	50:01	50:07
38	16	Czajkowski Łukasz	Mława		1986	M30-39	05:01	12	24:28	50:07	50:12
39	1	Baran Zenon	Warszawa		1960	M60-69	05:05	11.8	25:49	50:46	50:57
40	97	Romaniak Jarosław	Warszawa	PKO Bank Polski	1983	M40-49	05:11	11.5	25:34	51:51	51:59
41	17	Długokęcki Daniel	Ciechanów	Harder Ciechanów	1993	M30-39	05:15	11.4	25:00	52:30	52:36
42	46	Kuciński Przemysław	Łajski	Bestie OCR Legionowo	1986	M30-39	05:17	11.4	25:10	52:46	52:50

Wyniki wersja z: 24.06.2023 14:37:22

Data: 24.06.2023 12:30:00

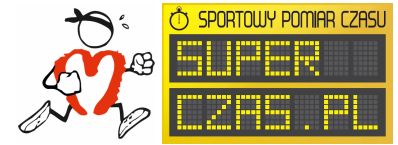
Miejscowość: Leśniczówka Szulmierz k. Ciechanowa

Organizator: Stowarzyszenie „ZaDyszka” Partnerzy: Urząd Gminy w Regiminnie, MUKS „Czarni” Regimin

Dystans: 10 km

Leśna ZaDyszka w Szulmierzu 2023 - 10 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Tempo min/km	Tempo km/h	5 km	Czas netto	Wynik (brutto)
43	64	Pyszniowski Piotr	Głinojeck		1965	M50-59	05:17	11.4	26:01	52:45	52:51
44	71	Sojak Jakub	Ciechanów		1995	M16-29	05:17	11.3	25:35	52:51	52:57
45	95	Królikowski Wojciech	Ciechanów	ZaDyszka	1972	M50-59	05:21	11.2	25:49	53:28	53:32
46	24	Gapski Michał	Mława	5 MBOT	1975	M40-49	05:24	11.1	25:48	53:53	54:02
47	57	Nawrot Paweł	Ciechanów	KB TTKF Promyk Ciechanów	1981	M40-49	05:25	11.1	26:29	54:08	54:14
48	42	Kowalski Marek	Humięcino-Andrychy		1966	M50-59	05:26	11	25:55	54:22	54:26
49	90	Budysz Radosław	Mława	Biegaj w Mławie	1990	M30-39	05:28	11	25:55	54:36	54:41
50	61	Osowiecki Mariusz	Wola - Kolonia		1975	M40-49	05:32	10.8	26:30	55:16	55:24
51	70	Smyk Maciej	Warszawa		1984	M30-39	05:33	10.8	27:07	55:32	55:36
52	13	Cholewiński Michał	Warszawa		1985	M30-39	05:35	10.7	27:08	55:46	55:56
53	14	Chrzanowski Artur	Ciechanów	Harder Ciechanów	1981	M40-49	05:37	10.7	26:26	56:13	56:18
54	48	Kwaśniewski Michał	Grzybowo	MK Team	1981	M40-49	05:37	10.7	27:12	56:15	56:19
55	65	Rogalski Paweł	Maków Mazowiecki		1979	M40-49	05:40	10.6	28:01	56:41	56:49
56	40	Kostrzewski Robert	Maków Mazowiecki		1976	M40-49	05:45	10.4	28:01	57:28	57:36
57	35	Kazimierczak Rafał	Ciechanów	Harder Ciechanów	1996	M16-29	05:59	10	27:08	59:41	59:46
58	41	Kowaliński Maciej	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1985	M30-39	06:01	10	29:18	01:00:08	01:00:17
59	69	Smyk Radosław	Mieszki-Atle		1959	M60-69	06:18	9.5	29:45	01:03:01	01:03:07
60	53	Łebkowski Marek	Ciechanów	AsfaltLove Dziki	1975	M40-49	06:23	9.4	29:57	01:03:51	01:03:59
61	32	Jaros Arkadiusz	Brwinów	Vege Runners	1961	M60-69	06:27	9.3	30:32	01:04:25	01:04:31
62	19	Dziliński Rafał	Ciechanów		1969	M50-59	06:34	9.1	29:20	01:05:36	01:05:42
63	59	Nowakowski Czesław	Warszawa	-> nie mam Drużyny - DOŁĄCZ :)	1947	M70 i starsi	06:58	8.6	34:23	01:09:41	01:09:48
64	7	Blekicki Krzysztof	Polska		2006	M16-29	07:15	8.3	34:22	01:12:26	01:12:35
65	6	Blekicki Wiesław	Ciechanów		1975	M40-49	07:22	8.1	34:24	01:13:38	01:13:45
DNF	75	Witkowski Mateusz	Mława		1991	M30-39		0	19:22		