

Leśny Zryw w Starych Jabłonkach - Biegamy,

Sadzimy, Pomagamy - Bieg na 10 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni

LEŚNY ZRYW
BIEGAMY - SADZIMY - POMAGAMY

M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
1	297	Dembowski Mariusz	Lidzbark		1983	M35-49		03:41	16.3	36:55	36:55
2	213	Chojnacki Szymon	Szczytno	Klub Biegowy JURUND Szczytno	1982	M35-49		03:45	16	37:32	37:32
3	299	Błaut Damian	Ostróda		1995	M16-34		03:58	15.1	39:39	39:39
4	239	Kopczyński Piotr	Ostrowite	Zefirus Team	1996	M16-34		04:05	14.7	40:50	40:50
5	244	Kwiasowski Radosław	Morąg		1979	M35-49		04:10	14.4	41:39	41:40
6	280	Szewczyk Rafał	Olsztyn	RS MARATON TEAM	1974	M50+		04:22	13.7	43:49	43:50
7	261	Pikuła Paweł	Florczaki	AgromechMorąg/ŻabiankaTeam	1983	M35-49		04:24	13.6	44:03	44:04
8	274	Siepiola Cezary	Morąg		1979	M35-49		04:24	13.6	44:02	44:04
9	231	Jabłoński Jarosław	Zieleń	Nadleśnictwo Susz	1973	M50+		04:29	13.4	44:49	44:52
10	285	Tyszer Mariusz	Szafranki		1988	M35-49		04:29	13.4	44:54	44:55
11	206	Bałyga Piotr	Ostróda		1973	M50+		04:30	13.3	45:01	45:06
12	214	Czekała Janusz	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1978	M35-49		04:33	13.2	45:32	45:34
13	284	Tomaszewicz Michał	Wilkasy		1989	M35-49		04:34	13.1	45:44	45:44
14	237	Kmieciński Szymon	Bartąg		1987	M35-49		04:38	12.9	46:26	46:27
15	291	Korwiel Rafał	Safranki		1984	M35-49		04:42	12.7	47:03	47:07
16	229	Gurzyński Dawid	Bielice	Zefirus Team	1992	M16-34		04:42	12.7	47:07	47:08
17	236	Kapela Łukasz	Olsztyn	Kapelaki i ich Dzieciaki	1988	M35-49		04:43	12.7	47:15	47:15
18	222	Glabisz Łukasz	Olsztyn		1984	M35-49		04:45	12.6	47:29	47:38
19	232	Jarczyk Tomasz	Olsztyn		1977	M35-49		04:46	12.6	47:39	47:44
20	241	Krotowski Błażej	Łława	Zefirus Team	1993	M16-34		04:47	12.5	47:50	47:52
21	205	Bałyga Grzegorz	Olsztyn	4Team Morsy Skanda Olsztyn	1984	M35-49		04:48	12.5	47:58	47:58
22	293	Zdrojewski Zdzisław	Lubawa	Zefirus Team	1970	M50+		04:52	12.3	48:44	48:47
23	215	Czokajło Łukasz	Ostróda		1986	M35-49		04:53	12.3	48:52	48:54
24	262	Piłat Kamil	Olsztyn		1985	M35-49		04:53	12.3	48:54	48:55
25	227	Grzeszczyk Tadeusz	Stare Jabłonki	Team T	2008	M16-34		04:54	12.2	49:02	49:04
26	209	Białkowski Kazimierz	Szczęsne	4Team Morsy Skanda Olsztyn	1981	M35-49		05:01	11.9	50:10	50:14
27	219	Dzik Piotr	Olsztyn		1996	M16-34		05:04	11.8	50:42	50:44
28	270	Rudnicki Jakub	Tyrowo		2002	M16-34		05:05	11.8	50:44	50:52
29	279	Szczygielski Ryszard	Dywity		1974	M50+		05:06	11.8	51:00	51:00
30	251	Mucha Piotr	Lidzbark Warmiński	biegam bo muszę	1982	M35-49		05:06	11.7	51:03	51:09
31	298	Józefowicz Marek	Lubawa		1975	M50+		05:09	11.7	52:00	51:30
32	228	Grzymała Damian	Lidzbark Warmiński	simpel	1992	M16-34		05:10	11.6	51:41	51:47
33	257	Pianowski Paweł	Olsztyn - Centrum		1993	M16-34		05:15	11.4	52:26	52:32
34	259	Pietrzak Marcin	Ostróda		1984	M35-49		05:16	11.4	52:38	52:46
35	202	Anoszewski Piotr	Miłomłyn	Nadleśnictwo Miłomłyn	1973	M50+		05:26	11	54:23	54:26
36	249	Milewicz Przemysław	Olsztyn		1993	M16-34		05:34	10.8	55:37	55:43
37	254	Nowacki Szymon	Januszkowo	Wsparcie	2001	M16-34		05:34	10.7	55:39	55:49
38	289	Wierzbowski Krzysztof	Bartoszyce		1994	M16-34		05:37	10.7	56:05	56:11
39	272	Rydziński Dawid	Zwierzewo	solo	1993	M16-34		05:37	10.7	56:04	56:13
40	300	Brzozowski Przemysław	Łława		2001	M16-34		05:39	10.6	56:36	56:39
41	208	Bartnicki Łukasz	Nikielkowo	EGGER Biskupiec biega / Nikielkowo Team	1983	M35-49		05:40	10.6	56:41	56:43
42	246	Lohinau Artsiom	Łława		1994	M16-34		05:45	10.4	57:28	57:35

Wyniki wersja z: 29.03.2025 14:43:49

Data: 29.03.2025 12:00:00

Miejscowość: Stare Jabłonki

Organizator: Hotel Anders Gospodarz: Nadleśnictwo Stare Jabłonki

Partner: Fundacja Mazurskie Klimaty

Dystans: 10 km

Leśny Zryw w Starych Jabłonkach - Biegamy,

Sadzimy, Pomagamy - Bieg na 10 km

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni



LEŚNY ZRYW
BIEGAMY - SADZIMY - POMAGAMY



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
43	226	Grądzi Tomasz	Olsztyn	RS MARATON TEAM	1980	M35-49		05:46	10.4	57:41	57:43
44	258	Pielowski Michał	Sząbruk		1984	M35-49		05:48	10.3	57:57	58:04
45	224	Gołębiewski Krzysztof	Ostróda		1986	M35-49		05:49	10.3	58:10	58:10
46	220	Dziubela Janusz	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1976	M35-49		05:49	10.3	58:11	58:15
47	296	Janicki Tomasz	Małdyty		1975	M50+		05:49	10.3	58:07	58:18
48	253	Nieściór Jan	Stętkiny / Olsztyn	Są Wolniejsi	1968	M50+		05:53	10.2	58:48	59:00
49	146	Pietrzak Michał	Olsztyn		1989	M35-49		05:57	10.1	59:30	59:30
50	266	Ptaszkiewicz Rafał	Miłomłyn	Nadleśnictwo Miłomłyn	1976	M35-49		06:04	9.9	01:00:34	01:00:49
51	294	Kaleta Adrian	Warszawa		1988	M35-49		06:06	9.8	01:01:00	01:01:09
52	210	Borsuk Paweł	Sząbruk	Ekosfera Olsztyn	1978	M35-49		06:15	9.6	01:02:04	01:02:39
53	144	Lipka Tomasz	Ostróda		1972	M50+		06:18	9.5	01:03:00	01:03:05
54	211	Brodzik Eugeniusz	Wielbark	Nadleśnictwo Wielbark	1968	M50+		06:19	9.5	01:03:01	01:03:11
55	269	Ruciński Andrzej	Elgnowo		1965	M50+		06:40	9	01:06:44	01:06:47
56	223	Gniady Arkadiusz	Ostróda	FIEGE na trasie	1979	M35-49		06:41	9	01:06:51	01:06:58
57	264	Podsiadłowski Stefan	Olsztynek		1976	M35-49		06:45	8.9	01:07:31	01:07:34
58	150	Sławiszewski Leszek	Olsztyn	4 Team Morsy Skanda Olsztyn	1978	M35-49		06:45	8.9	01:07:20	01:07:37
59	245	Lachowicz Łukasz	Ostróda		1993	M16-34		06:53	8.7	01:08:41	01:08:52
60	263	Piłat Łukasz	Olsztyn		1987	M35-49		07:05	8.5	01:10:52	01:10:52
61	203	Antochowski Jan	Ostróda	Ostróda Runners	1953	M50+		07:54	7.6	01:19:00	01:19:04
62	273	Rzosiński Paweł	Reszel	Związek Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych Okręg Warmińsko-Mazurski	1987	M35-49		08:02	7.5	01:20:21	01:20:25
63	287	Wesołowski Michał	Elk	Centrum Treningu Crossfit & Hyrox Elk	1992	M16-34		09:13	6.5	01:31:54	01:32:15