

Klasyfikacja: OPEN Kobiety

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	158	Duchna Katarzyna	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1976	K40-49		07:05	8.5	35:24	35:27
2	160	Gostkowska Justyna	Ciechanów	FITNESIARKI	1983	K40-49		07:24	8.1	37:02	37:03
3	149	Bieniek Agnieszka	Ciechanów	FITNESIARKI SBT	1975	K50-59		07:27	8	37:19	37:20

Klasyfikacja: OPEN Mężczyźni

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	164	Jaworski Zdzisław	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1966	M50-59		06:30	9.2	32:29	32:30
2	157	Duchna Mirosław	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1967	M50-59		06:40	9	33:23	33:24
3	294	Jędrzejewski Łukasz	Bielsk	Klub Honorowych Dawców Krwi Legion Płock	1987	M30-39		06:51	8.8	34:15	34:16

Klasyfikacja: K12-29

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	168	Kolankowska Joanna	Ciechanów		1998	K12-29		08:16	7.3	41:20	41:22

Klasyfikacja: K30-39

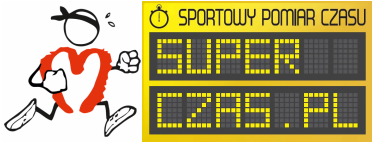
M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
1	156	Czarnecka Aleksandra	Ciechanów	FITNESIARKI	1988	K30-39		08:05	7.4	40:24	40:28

Klasyfikacja: K40-49

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)
	158	Duchna Katarzyna	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1976	K40-49		07:05	8.5	35:24	35:27
	160	Gostkowska Justyna	Ciechanów	FITNESIARKI	1983	K40-49		07:24	8.1	37:02	37:03
1	166	Kochmańska Agnieszka	Ciechanów	NW CIECHANÓW	1977	K40-49		07:34	7.9	37:51	37:53

Klasyfikacja: K50-59

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)
	149	Bieniek Agnieszka	Ciechanów	FITNESIARKI SBT	1975	K50-59		07:27	8	37:19	37:20
1	182	Olszewska Aneta	Regimin	ZUMBA U MILENY	1974	K50-59		08:11	7.3	40:55	40:57



Klasyfikacja: K60-69

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	153	Brzezina Ewa	Sochaczew	Hulaj Noga Sochaczew	1961	K60-69		07:45	7.7	38:46	38:47

Klasyfikacja: K70 i starsze

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	151	Bogdan Grażyna	Ciechanów	NW CIECHANÓW	1953	K70 i starsze		08:13	7.3	41:06	41:07

Klasyfikacja: M12-29

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	194	Szablak Tomasz	Turośl		1997	M12-29		07:04	8.5	35:20	35:20

Klasyfikacja: M30-39

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)
	294	Jędrzejewski Łukasz	Bielsk	Klub Honorowych Dawców Krwi Legion Płock	1987	M30-39		06:51	8.8	34:15	34:16

Klasyfikacja: M40-49

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	146	Behal Stanisław	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1976	M40-49		07:32	7.9	37:44	37:45

Klasyfikacja: M50-59

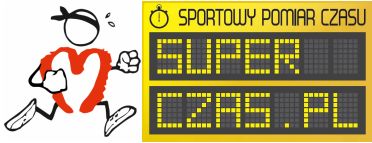
M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)
	164	Jaworski Zdzisław	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1966	M50-59		06:30	9.2	32:29	32:30
	157	Duchna Mirosław	Działdowo	Nordic Team Działdowo	1967	M50-59		06:40	9	33:23	33:24
1	190	Stawiski Robert	Ciechanów	ChodzęBoLubię Ciechanów	1972	M50-59		08:00	7.5	40:02	40:05

Klasyfikacja: M60-69

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	154	Brzezina Józef Maciej	Sochaczew	H	1959	M60-69		07:14	8.3	36:12	36:14

Wyniki wersja z: 28.06.2025 15:39:55
 Data: **28.06.2025 11:35:00**
 Miejscowość: **Leśniczówka Szulmierz k. Ciechanowa**
 Organizator: **Stowarzyszenie „ZaDyszka”** Partnerzy: **Urząd Gminy w Regiminie, MUKS „Czarni” Regimin**
 Dystans: **5 km**

Leśna ZaDyszka w Szulmierzu 2025 - 5 km
Nordic Walking
 Wyniki do dekoracji



Klasyfikacja: M70 i starsi

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	161	Grabowski Stanisław	Leśniewo Dolne		1954	M70 i starsi		08:03	7.4	40:16	40:18