



# BIEG WALENTYNKOWY 5 KM (JAMNEŃSKI TOUR BIEGOWY)

B4SPORT

**Organizator/** Rada Osiedla Jamno - Łąbusz, Koszalińskie  
**Orgainzer:** Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej  
**Data/ Date:** 2018-02-11  
**Miejsce/ Place:** Koszalin  
**Dystans/ Distance:** 5 km



Klasyfikacja/ Classification: Wszyscy/ Open

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
1	JEFIMCZYK Norbert	88	LKS FENIX SŁUPSK	M-16	1	00:16:54.75		3:23	17.7
2	KĘPKA Adrian	103	DECATHLON KOSZALIN	M-16	2	00:17:05.10	+00:00:10	3:25	17.6
3	BORYCHOWSKI Mariusz	20	KB TUPOT USTKA	M-40	1	00:17:31.70	+00:00:36	3:30	17.1
4	HERING Mateusz	276		M-16	3	00:17:44.75	+00:00:50	3:32	16.9
5	ORZECHOWSKI Kamil	159	TKKF KOSZALIN	M-30	1	00:18:02.35	+00:01:07	3:36	16.6
6	JAKUBEK Patryk	80	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	M-16	4	00:18:08.70	+00:01:13	3:37	16.5
7	SIADAK Arkadiusz	207		M-30	2	00:18:20.65	+00:01:25	3:40	16.3
8	SZKOŁUDA Miłosz	233	DECATHLON KOSZALIN	M-16	5	00:18:48.05	+00:01:53	3:45	16
9	GARSKI Kryspin	57	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	M-40	2	00:18:55.55	+00:02:00	3:47	15.8
10	HOFMAN Darek	74	GOGGLE PAE/WOLF TEAM	M-30	3	00:18:57.30	+00:02:02	3:47	15.8
11	CZAPLIŃSKI Jacek	34	FREE BIRDS	M-30	4	00:18:58.00	+00:02:03	3:47	15.8
12	WICHER Krzysztof	259	GABINET REHABILITACJI AKTYWNEJ	M-30	5	00:19:02.95	+00:02:08	3:48	15.7
13	GAŁKOWSKI Dariusz	24		M-40	3	00:19:28.50	+00:02:33	3:53	15.4
14	STEBELSKI Jasiak	219		M-30	6	00:19:34.70	+00:02:39	3:54	15.3
15	TRĘBSKI Krzysztof	244	ZABIEGANINOCA	M-40	4	00:19:40.90	+00:02:46	3:56	15.2
16	BAJGERT Robert	5	VOLTAIX.PL	M-40	5	00:19:52.90	+00:02:58	3:58	15.1

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
17	<b>CICHOSZ-MIELEWCZYK Mateusz</b>	<b>277</b>	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPIŃ	M-30	7	<b>00:19:53.55</b>	+00:02:58	3:58	15.1
18	<b>BORYCHOWSKA Marlena</b>	<b>19</b>	KB TUPOŃ USTKA	K-30	1	<b>00:20:15.40</b>	+00:03:20	4:03	14.8
19	<b>PAKULSKI Marcin</b>	<b>169</b>		M-40	6	<b>00:20:47.10</b>	+00:03:52	4:09	14.4
20	<b>PIĄTKOWSKI Grzegorz</b>	<b>175</b>	WICHER RĄBINO	M-30	8	<b>00:20:53.55</b>	+00:03:58	4:10	14.4
21	<b>FADDA Bruno-André</b>	<b>46</b>		M-30	9	<b>00:20:54.50</b>	+00:03:59	4:10	14.4
22	<b>MUCHA Krzysztof</b>	<b>149</b>	KOSZALIN	M-40	7	<b>00:20:56.20</b>	+00:04:01	4:11	14.3
23	<b>MICKIEWICZ Adam</b>	<b>143</b>	JW3937 MRZEŻYNO	M-30	10	<b>00:20:57.05</b>	+00:04:02	4:11	14.3
24	<b>SULL Kacper</b>	<b>226</b>	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	M-16	6	<b>00:21:02.60</b>	+00:04:07	4:12	14.3
25	<b>RUSINEK Artur</b>	<b>200</b>		M-30	11	<b>00:21:05.45</b>	+00:04:10	4:13	14.2
26	<b>FABICH Adrian</b>	<b>45</b>	USTECKA SZKOŁA BIEGANIA	M-30	12	<b>00:21:08.25</b>	+00:04:13	4:13	14.2
27	<b>CHUDY Henryk</b>	<b>32</b>	K SOLSZEWSKI I SYNOWIE	M-60	1	<b>00:21:09.95</b>	+00:04:15	4:14	14.2
28	<b>MIELCZAREK Ksawery</b>	<b>144</b>	JAMNO	M-16	7	<b>00:21:24.90</b>	+00:04:30	4:17	14
29	<b>ZWOLIŃSKI Jan</b>	<b>272</b>	TKKF KOSZALIN	M-50	1	<b>00:21:26.90</b>	+00:04:32	4:17	14
30	<b>BADLIK Marcin</b>	<b>4</b>	COS SG	M-40	8	<b>00:21:37.65</b>	+00:04:42	4:19	13.9
31	<b>CHOŁUJ Jarek</b>	<b>29</b>	ROZBIEGANY KOSZALIN	M-40	9	<b>00:21:40.65</b>	+00:04:45	4:20	13.8
32	<b>KASPERSKI Dariusz</b>	<b>100</b>		M-40	10	<b>00:21:43.30</b>	+00:04:48	4:20	13.8
33	<b>OSTAFI Robert</b>	<b>161</b>		M-40	11	<b>00:21:43.85</b>	+00:04:49	4:20	13.8
34	<b>KUKIEŁA Tomasz</b>	<b>125</b>		M-30	13	<b>00:21:45.15</b>	+00:04:50	4:21	13.8
35	<b>SZYMCZAK Michał</b>	<b>241</b>		M-30	14	<b>00:21:46.45</b>	+00:04:51	4:21	13.8
36	<b>PRYGIEL Jarosław</b>	<b>186</b>	21BLT , PARKRUN ŚWIDWIN	M-40	12	<b>00:21:47.10</b>	+00:04:52	4:21	13.8
37	<b>OLEJNIK Bartłomiej</b>	<b>158</b>	ŻYTŃIA TEAM	M-30	15	<b>00:21:52.65</b>	+00:04:57	4:22	13.7
38	<b>BONISŁAWSKI Jarosław</b>	<b>17</b>	MAM ŚWIRA	M-30	16	<b>00:21:54.10</b>	+00:04:59	4:22	13.7
39	<b>NIEMCZUK Dariusz</b>	<b>153</b>	JAMNO	M-50	2	<b>00:21:59.60</b>	+00:05:04	4:23	13.6
40	<b>KŁOS Tomasz</b>	<b>106</b>		M-30	17	<b>00:22:01.05</b>	+00:05:06	4:24	13.6
41	<b>ROMANOWICZ Piotr</b>	<b>198</b>	NIE ZRZESZONY	M-40	13	<b>00:22:05.25</b>	+00:05:10	4:25	13.6
42	<b>PICK Tomasz</b>	<b>176</b>	MK KOSZALIN	M-40	14	<b>00:22:10.75</b>	+00:05:16	4:26	13.5
43	<b>URBAŃSKI Tomasz</b>	<b>248</b>		M-40	15	<b>00:22:10.95</b>	+00:05:16	4:26	13.5
44	<b>LITWINOWICZ Renata</b>	<b>128</b>	KB WYGAN	K-40	1	<b>00:22:13.55</b>	+00:05:18	4:26	13.5
45	<b>SZUBERT Marcin</b>	<b>236</b>	KOŁOBRZEG BIEGA	M-40	16	<b>00:22:14.80</b>	+00:05:20	4:27	13.5
46	<b>JARZYNA Roman</b>	<b>85</b>		M-40	17	<b>00:22:15.70</b>	+00:05:20	4:27	13.5
47	<b>JADCZAK Tomasz</b>	<b>78</b>		M-30	18	<b>00:22:19.55</b>	+00:05:24	4:27	13.4
48	<b>KOZIEŁ Paweł</b>	<b>115</b>	WICHER RĄBINO	M-30	19	<b>00:22:23.50</b>	+00:05:28	4:28	13.4
49	<b>CHODOR Martyna</b>	<b>27</b>	TKKF KOSZALIN	K-30	2	<b>00:22:25.30</b>	+00:05:30	4:29	13.4

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
50	KAJKOWSKI Rafał	93	CENTRUM SZKOLENIA SIŁ POWIETRZNYCH KOSZALIN	M-40	18	00:22:26.30	+00:05:31	4:29	13.4
51	IWANIEC Dariusz	77	TKKF KOSZALIN	M-40	19	00:22:27.25	+00:05:32	4:29	13.4
52	KAMYK Piotr	97	MH IT SERWIS KOSZALIN	M-30	20	00:22:28.60	+00:05:33	4:29	13.3
53	DROZDOWSKI Marcin	42	MORPOL	M-16	8	00:22:31.95	+00:05:37	4:30	13.3
54	GAŁECKI Jacek	53	KARLINO BIEGAJ	M-50	3	00:22:39.45	+00:05:44	4:31	13.2
55	BOGUMIŁOW Marcin	16		M-30	21	00:22:40.20	+00:05:45	4:32	13.2
56	STACHOWIAK Ryszard	217		M-60	2	00:22:41.10	+00:05:46	4:32	13.2
57	HERING Aleksandra	118		K-16	1	00:22:41.70	+00:05:46	4:32	13.2
58	NIEWIŃSKA SEK Monika	155		K-30	3	00:22:46.55	+00:05:51	4:33	13.2
59	KĘSIK Agnieszka	104	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPIŃNA	K-30	4	00:22:47.10	+00:05:52	4:33	13.2
60	HOC Dariusz	72		M-40	20	00:22:48.95	+00:05:54	4:33	13.1
61	OTTO Michał	165		M-30	22	00:22:50.05	+00:05:55	4:34	13.1
62	ALABA Jerzy	2		M-50	4	00:22:52.15	+00:05:57	4:34	13.1
63	ANTKOWIAK Sebastian	3	DB - ACTIVE	M-40	21	00:23:03.15	+00:06:08	4:36	13
64	CHORAŻY Karolina	31		K-16	2	00:23:10.50	+00:06:15	4:38	12.9
65	MEJER Aleksandra	139		K-16	3	00:23:12.05	+00:06:17	4:38	12.9
66	ZIELIŃSKI Filip	268		M-16	9	00:23:13.25	+00:06:18	4:38	12.9
67	FRĄTCZAK Sławomir	50		M-30	23	00:23:15.45	+00:06:20	4:39	12.9
68	KRUPIŃSKI Krzysztof	122	E-UROLOG.EU	M-50	5	00:23:16.05	+00:06:21	4:39	12.9
69	RÓG Michał	199	JW 1223	M-30	24	00:23:16.35	+00:06:21	4:39	12.9
70	BERNECKI Edward	11		M-50	6	00:23:25.20	+00:06:30	4:41	12.8
71	RASZPLA Radosław	194	BBL	M-40	22	00:23:27.75	+00:06:33	4:41	12.8
72	KOPCZEWSKI Dariusz	109		M-50	7	00:23:30.45	+00:06:35	4:42	12.8
73	GARSKA Joanna	56	ŚWIAT PŁYTEK I KRYSPIŃNA	K-40	2	00:23:32.10	+00:06:37	4:42	12.7
74	JAWORSKI Robert	87	BRYZA POSTOMINO	M-40	23	00:23:35.70	+00:06:40	4:43	12.7
75	MICHALCZYK Mariusz	141	JW1223	M-40	24	00:23:42.50	+00:06:47	4:44	12.6
76	ŻUKOWSKI Cezary	274	MIGAWKOWE.PL	M-30	25	00:23:43.15	+00:06:48	4:44	12.6
77	MIKIETYŃSKI Michał	145	„ZABIEGANI NOCĄ”	M-30	26	00:23:48.80	+00:06:54	4:45	12.6
78	ZIÓŁKOWSKI Wojciech	271	#ZABIEGANINOCA	M-40	25	00:23:49.75	+00:06:55	4:46	12.6
79	PRZYCHODA Anna	188	BALTIC SEALS	K-30	5	00:23:50.55	+00:06:55	4:46	12.6
80	KRZEWIŃSKA Małgorzata	124	TKKF KOSZALIN	K-50	1	00:23:52.65	+00:06:57	4:46	12.6
81	KRASIŃSKI Witold	121	JW1223	M-40	26	00:23:54.80	+00:07:00	4:47	12.5
82	CHODOR Izabela	26	TKKF KOSZALIN	K-30	6	00:24:03.90	+00:07:09	4:48	12.5

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
83	JAROSZ Jakub	84	TKKF KOSZALIN	M-16	10	00:24:04.25	+00:07:09	4:48	12.5
84	MAJCHRZAK Paweł	132	KARLINO BIEGAJ	M-40	27	00:24:05.05	+00:07:10	4:49	12.5
85	SZULC Marek	240	SZULC RUNNERS TEAM	M-50	8	00:24:06.25	+00:07:11	4:49	12.4
86	DOMAŃSKI Adam	40		M-40	28	00:24:06.85	+00:07:12	4:49	12.4
87	DZIĘBOWSKI Mariusz	44		M-30	27	00:24:09.90	+00:07:15	4:50	12.4
88	CZUB Maciej	36		M-16	11	00:24:10.40	+00:07:15	4:50	12.4
89	OSOBNIAK Ryszard	160	ROZBIEGANY KOSZALIN	M-60	3	00:24:11.90	+00:07:17	4:50	12.4
90	GONTARZ Wojciech	63		M-16	12	00:24:14.45	+00:07:19	4:50	12.4
91	KOSMALA Aleksandra	112		K-30	7	00:24:16.45	+00:07:21	4:51	12.4
92	SZNYTER Sabina	234	DECATHLON KOSZALIN	K-16	4	00:24:18.70	+00:07:23	4:51	12.3
93	SŁODZIŃSKI Gabriel	213	ŁOSOŚ T.E.A.M	M-16	13	00:24:27.10	+00:07:32	4:53	12.3
94	KAŹMIERCZAK Agnieszka	102		K-40	3	00:24:28.20	+00:07:33	4:53	12.3
95	SZUBERT Agnieszka	235	KOŁOBRZEG BIEGA	K-30	8	00:24:30.25	+00:07:35	4:54	12.2
96	MEGIER Wojciech	138	ELEKTRONIK	M-50	9	00:24:37.00	+00:07:42	4:55	12.2
97	PODSIADŁO Marcin	183	1978	M-40	29	00:24:39.85	+00:07:45	4:56	12.2
98	ROGALSKA Marta	197	ZAKWAS	K-30	9	00:24:40.90	+00:07:46	4:56	12.2
99	ŁUSZCZEWSKI Krzysztof	131	ŻYTANIA TEAM	M-40	30	00:24:43.90	+00:07:49	4:56	12.1
100	ŻYWOT Norbert	275		M-40	31	00:24:45.60	+00:07:50	4:57	12.1
101	OSTAFI Jakub	163	ATF TEAM	M-16	14	00:24:48.05	+00:07:53	4:57	12.1
102	KOZŁOWIECKI Waldemar	116	TKKF KOSZALIN	M-60	4	00:24:51.20	+00:07:56	4:58	12.1
103	ADRYAN Adam	1	CKB SŁUPSK	M-40	32	00:24:53.00	+00:07:58	4:58	12.1
104	BIELEWICZ Anna	12	STOPA SŁUPSK	K-40	4	00:24:54.45	+00:07:59	4:58	12
105	JANKOWSKA Monika	81		K-16	5	00:25:03.45	+00:08:08	5:00	12
106	HRYCIÓW Paweł	76	JW1223	M-30	28	00:25:04.45	+00:08:09	5:01	12
107	KULAWIŃSKI Marek	126		M-40	33	00:25:05.55	+00:08:10	5:01	12
108	KAMIŃSKI Tomasz	95	TKKF-JW 1223	M-40	34	00:25:10.45	+00:08:15	5:02	11.9
109	GALICKI Robert	52		M-40	35	00:25:11.20	+00:08:16	5:02	11.9
110	MARZEC Łukasz	136		M-30	29	00:25:11.55	+00:08:16	5:02	11.9
111	WEILAND Cyprian	258		M-16	15	00:25:14.10	+00:08:19	5:02	11.9
112	RYCHLIŃSKI Damian	202		M-30	30	00:25:14.75	+00:08:20	5:03	11.9
113	PIĘTOSA Daniel	177	FREERUNNER	M-40	36	00:25:15.50	+00:08:20	5:03	11.9
114	DANOWSKI Maciej	38	FITNES CLUB FORMA	M-40	37	00:25:15.95	+00:08:21	5:03	11.9
115	NIEDBAŁA Konrad	151		M-40	38	00:25:18.35	+00:08:23	5:03	11.8

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
116	DUBACKI Kazimierz	43	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	M-40	39	00:25:23.15	+00:08:28	5:04	11.8
117	ROBAKOWSKA Żaneta	195	GABINET REHABILITACJI AKTYWNEJ	K-30	10	00:25:24.15	+00:08:29	5:04	11.8
118	KOZUB Daria	119	ŁOSOŚ T. E. A. M	K-16	6	00:25:32.25	+00:08:37	5:06	11.7
119	RAMA Janusz	191		M-40	40	00:25:33.55	+00:08:38	5:06	11.7
120	KAZIMIERCZAK Leszek	101	SKURCZTEAM	M-30	31	00:25:34.15	+00:08:39	5:07	11.7
121	BAK Sebastian	7	ŁOSOŚ T.E.A.M	M-30	32	00:25:34.85	+00:08:40	5:06	11.7
122	POKRZYWKA Tomasz	184		M-50	10	00:25:37.20	+00:08:42	5:07	11.7
123	RZEPLIŃSKI Dominik	203		M-16	16	00:25:37.75	+00:08:43	5:07	11.7
124	BRESZKA Michał	22	DARŁOWSKIE CHARTY	M-16	17	00:25:44.45	+00:08:49	5:08	11.7
125	SZAFIRSKI Kacper	229	CAMINO SŁUPSK	M-16	18	00:25:46.40	+00:08:51	5:09	11.6
126	SZAFIRSKI Marek	230	CAMINO SŁUPSK	M-50	11	00:25:46.60	+00:08:51	5:09	11.6
127	SEEWALD Jan	205	ZAKWAS	M-40	41	00:25:47.85	+00:08:53	5:09	11.6
128	SCHWARZ Ludwik	204		M-50	12	00:25:48.95	+00:08:54	5:09	11.6
129	PACAN Mira	167	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	K-30	11	00:25:51.60	+00:08:56	5:10	11.6
130	GAWRYSIAK Przemysław	59		M-40	42	00:25:54.10	+00:08:59	5:10	11.6
131	JANUSZEWSKI Jacek	83	17WOG KOSZALIN	M-50	13	00:26:00.45	+00:09:05	5:12	11.5
132	PACAN Bartosz	168	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	M-30	33	00:26:00.90	+00:09:06	5:12	11.5
133	GLISZCZYŃSKI Łukasz	61	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	M-16	19	00:26:01.65	+00:09:06	5:12	11.5
134	ZALESKI Tomasz	264		M-30	34	00:26:05.95	+00:09:11	5:13	11.5
135	JASIŃSKI Cezary	86	MNBC	M-40	43	00:26:06.75	+00:09:12	5:13	11.5
136	JUSZCZAK Krzysztof	90		M-60	5	00:26:09.20	+00:09:14	5:13	11.5
137	KOWALCZYK Piotr	114		M-30	35	00:26:12.60	+00:09:17	5:14	11.5
138	MASTALERZ Konrad	137	DECATHLON KOSZALIN	M-16	20	00:26:14.35	+00:09:19	5:14	11.4
139	BODO Rafał	15		M-30	36	00:26:19.15	+00:09:24	5:15	11.4
140	STRZELECKA Małgorzata	222	SAILING TEAM FERAJNA	K-40	5	00:26:19.30	+00:09:24	5:16	11.4
141	GRĄBCZEWSKI Rafał	67	JW 1223	M-30	37	00:26:22.50	+00:09:27	5:16	11.4
142	SZULC Szymon	239	SZULC RUNNERS TEAM	M-30	38	00:26:23.55	+00:09:28	5:16	11.4
143	OSTAFI Joanna	162	ATF TEAM	K-30	12	00:26:29.70	+00:09:34	5:18	11.3
144	KOLIGAT Anna	107		K-30	13	00:26:33.85	+00:09:39	5:18	11.3
145	WIERZBICKI Kacper	260	TATA W MIEŚCIE KOSZALIN :)	M-16	21	00:26:35.35	+00:09:40	5:19	11.3
146	NOWAK Bartłomiej	157	SAILING TEAM FERAJNA	M-40	44	00:26:37.15	+00:09:42	5:19	11.3
147	ZAWADA Andrzej	266	ZSP 1 SŁUPSK	M-50	14	00:26:39.25	+00:09:44	5:20	11.3
148	BUTOWICZ Adam	113		M-50	15	00:26:40.25	+00:09:45	5:20	11.3

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
149	MONGIAŁO Marcin	148		M-40	45	00:26:44.85	+00:09:50	5:21	11.2
150	BASIAK Krystian	6	JW1223	M-30	39	00:26:44.95	+00:09:50	5:21	11.2
151	SZEWCZYK Paulina	231		K-16	7	00:26:51.65	+00:09:56	5:22	11.2
152	KACZMAREK Łukasz	92	WOJOWNICY WÓDY	M-30	40	00:26:58.65	+00:10:03	5:23	11.1
153	ROGAŁA Łukasz	196	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	M-30	41	00:26:59.20	+00:10:04	5:23	11.1
154	OSTROVSKA Yuliia	192		K-30	14	00:27:01.50	+00:10:06	5:24	11.1
155	MALINOWSKA-BURDA Aleksandra	133		K-16	8	00:27:04.80	+00:10:10	5:25	11.1
156	FAJGIER Tomasz	47		M-40	46	00:27:08.55	+00:10:13	5:25	11
157	WĄSOWICZ Anna	255		K-30	15	00:27:10.95	+00:10:16	5:26	11
158	PAWŁOWSKA Urszula	237	KOŁOBRZEG BIEGA	K-16	9	00:27:22.75	+00:10:28	5:28	11
159	RASZPLA Ilona	193	CIOTECZKI.PL	K-40	6	00:27:26.10	+00:10:31	5:29	10.9
160	GAŁKA Dominik	55	SPNR 1 TRZEBIATÓW	M-16	22	00:27:35.20	+00:10:40	5:31	10.9
161	SULL Agnieszka	225	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	K-40	7	00:27:37.30	+00:10:42	5:31	10.9
162	TURCZYN Grzegorz	246	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	M-40	47	00:27:37.30	+00:10:42	5:31	10.9
163	PUSZ Jakub	189	ELEKTRONIK KOSZALIN	M-16	23	00:27:38.00	+00:10:43	5:31	10.9
164	PUSZ Jacek	190		M-50	16	00:27:39.50	+00:10:44	5:32	10.8
165	GAŁKA Marcin	54		M-40	48	00:27:42.30	+00:10:47	5:32	10.8
166	GŁOWACKI Włodzimierz	62	ROZBIEGANY KOSZALIN	M-70+	1	00:27:46.95	+00:10:52	5:33	10.8
167	BERNACKI Adam	9	ADRÓG	M-40	49	00:27:48.10	+00:10:53	5:33	10.8
168	MONGIAŁO Aleksandra	147		K-30	16	00:27:57.00	+00:11:02	5:35	10.7
169	WEILAND Adrian	257		M-30	42	00:28:01.10	+00:11:06	5:36	10.7
170	HNATOWSKI Artur	71	SZYBKIESTOPY	M-50	17	00:28:02.30	+00:11:07	5:36	10.7
171	FIUK Agnieszka	48	ATF TEAM	K-30	17	00:28:18.25	+00:11:23	5:39	10.6
172	OZIMEK Iwona	166		K-30	18	00:28:20.15	+00:11:25	5:40	10.6
173	ZIELIŃSKI Tomasz	267		M-40	50	00:28:21.75	+00:11:27	5:40	10.6
174	PŁOTKA Grzegorz	181		M-30	43	00:28:30.00	+00:11:35	5:42	10.5
175	PŁOTKA Emilia	182		K-30	19	00:28:30.00	+00:11:35	5:42	10.5
176	JANKOWSKI Remigiusz	82		M-30	44	00:28:38.75	+00:11:44	5:43	10.5
177	LATOPOLSKA-OLEJNIK Kalina	127	ŻYTANIA TEAM	K-30	20	00:28:42.05	+00:11:47	5:44	10.5
178	ŁUSZCZEWSKA Agnieszka	130	ŻYTANIA TEAM	K-40	8	00:28:42.60	+00:11:47	5:44	10.4
179	KIJKO Jacek	279		M-40	51	00:28:45.40	+00:11:50	5:45	10.4
180	KIJKO Anna	134		K-40	9	00:28:45.65	+00:11:50	5:45	10.4
181	PAULIŃSKI Jan	173	JAMNO	M-60	6	00:28:47.05	+00:11:52	5:45	10.4

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
182	BURSZTA Marta	25	KARLINO BIEGAJ	K-16	10	00:28:48.70	+00:11:53	5:45	10.4
183	SUSKA Joanna	227		K-16	11	00:28:48.90	+00:11:54	5:45	10.4
184	GAWLIK Artur	58	BIEGNIJMY.PL	M-30	45	00:28:49.15	+00:11:54	5:46	10.4
185	DOMAŃSKA Katarzyna	39		K-40	10	00:28:59.70	+00:12:04	5:48	10.3
186	KOZUB Paweł	120	ŁOSOŚ T. E. A. M	M-16	24	00:29:01.70	+00:12:06	5:48	10.3
187	HELLER Zdzisław	69	NIEZRZESZONY	M-60	7	00:29:02.40	+00:12:07	5:48	10.3
188	BORSUK Dorota	18		K-40	11	00:29:03.35	+00:12:08	5:48	10.3
189	KILJAN Sylwia	105		K-30	21	00:29:03.90	+00:12:09	5:48	10.3
190	ŻAK Rafał	273		M-30	46	00:29:13.20	+00:12:18	5:50	10.3
191	BEDNARZ Katarzyna	8		K-40	12	00:29:19.65	+00:12:24	5:52	10.2
192	STRZELECKI Sebastian	223	SAILING TEAM FERAJNA	M-40	52	00:29:20.85	+00:12:26	5:52	10.2
193	CZERWIŃSKA Ania	35	BALTIC SEALS	K-40	13	00:29:29.05	+00:12:34	5:53	10.2
194	HOC Agnieszka	73		K-30	22	00:29:31.10	+00:12:36	5:54	10.2
195	ZIELIŃSKA Dorota	270		K-40	14	00:29:31.50	+00:12:36	5:54	10.2
196	MYSZKOWSKA Grażyna	150	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	K-50	2	00:29:36.90	+00:12:42	5:55	10.1
197	TRACZ Jadwiga	242		K-30	23	00:29:53.00	+00:12:58	5:58	10
198	WEILAND Agnieszka	256		K-30	24	00:30:00.75	+00:13:06	6:00	10
199	KOSECKI Tomasz	111	ZAKWAS	M-30	47	00:30:08.05	+00:13:13	6:01	10
200	KOSECKA Sylwia	110	ZAKWAS	K-30	25	00:30:09.65	+00:13:14	6:01	10
201	KOZŁOWSKA Karolina	117	ZABIEGANI NOCĄ	K-30	26	00:30:20.60	+00:13:25	6:04	9.9
202	HERBUŚ Małgorzata	70		K-16	12	00:30:27.35	+00:13:32	6:05	9.9
203	POKRZYWKA Olga	185		K-16	13	00:30:28.65	+00:13:33	6:05	9.8
204	PASEK Paula	171	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	K-30	27	00:30:31.15	+00:13:36	6:06	9.8
205	BERNECKA Agnieszka	10		K-40	15	00:30:37.80	+00:13:43	6:07	9.8
206	NIEDBAŁA Dorota	152		K-40	16	00:30:37.85	+00:13:43	6:07	9.8
207	SZULC Adam	238	SZULC RUNNERS TEAM	M-30	48	00:30:37.85	+00:13:43	6:07	9.8
208	KOZŁOWIECKA Małgorzata	142		K-50	3	00:30:46.50	+00:13:51	6:09	9.7
209	WALKOWIAK Dariusz	251		M-40	53	00:30:50.05	+00:13:55	6:10	9.7
210	WAŚNIEWSKA Ewa	253	FREERUNNER	K-40	17	00:31:02.10	+00:14:07	6:12	9.7
211	WAŚNIEWSKI Arek	254		M-50	18	00:31:02.30	+00:14:07	6:12	9.7
212	PAPLACZYK Tomasz	170		M-50	19	00:31:04.35	+00:14:09	6:13	9.7
213	BRESZKA Paweł	21	POLSKA	M-40	54	00:31:06.00	+00:14:11	6:13	9.6
214	DAMPS Julita	37	NIGHT RUNNERS SŁUPSK	K-30	28	00:31:10.80	+00:14:16	6:14	9.6

Msc/ Rnk	Zawodnik/ Name	Numer/ Bib	Klub/ Team	Kategoria/ Category	Mkat/ CatRnk	Czas netto 5km	Różn/ Gap	Tempo min/km	Tempo km/h
215	PEŁKA Iwona	174		K-50	4	00:31:21.40	+00:14:26	6:16	9.6
216	GEBORYS Ewa	60		K-30	29	00:31:27.60	+00:14:32	6:17	9.5
217	PRYGIEL Ewa	187	PARKRUN ŚWIDWIN	K-40	18	00:31:29.15	+00:14:34	6:17	9.5
218	STANCZEWSKA Karolina	218		K-30	30	00:31:33.95	+00:14:39	6:18	9.5
219	NOWAK Piotr	156		M-30	49	00:32:01.25	+00:15:06	6:24	9.4
220	KARPIŃSKA Hanna	98	AKADEMIA MALUCHA GOLENIÓW	K-40	19	00:32:03.35	+00:15:08	6:24	9.4
221	KARPIŃSKI Tomek	99		M-40	55	00:32:04.75	+00:15:10	6:24	9.4
222	SŁODZIŃSKA Martyna	212	ŁOSOŚ T.E.A.M	K-16	14	00:32:08.15	+00:15:13	6:25	9.3
223	JADCZAK Magdalena	79		K-16	15	00:32:13.95	+00:15:19	6:26	9.3
224	SZKARŁAT Magdalena	232	ZABIEGANI NOCĄ	K-30	31	00:32:34.20	+00:15:39	6:30	9.2
225	TRĘBSKA Marta	243	ZABIEGANINOCĄ	K-40	20	00:32:34.95	+00:15:40	6:31	9.2
226	KALKOWSKA Julita	94		K-16	16	00:32:38.25	+00:15:43	6:31	9.2
227	PIECYCHNA Agata	280		K-40	21	00:32:43.95	+00:15:49	6:32	9.2
228	KRYSTOSIK Paulina	123	KOSZALIN	K-16	17	00:32:48.85	+00:15:54	6:33	9.1
229	WALECKA Katarzyna	250	ATOMOWKI	K-30	32	00:33:06.40	+00:16:11	6:37	9.1
230	SOKOŁOWSKA Anna	214	ATOMOWKI	K-30	33	00:33:07.20	+00:16:12	6:37	9.1
231	BROLL Wioletta	23	ŁOSOŚ T.E.A.M	K-30	34	00:33:16.55	+00:16:21	6:39	9
232	PASEK Jan	172	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	M-60	8	00:33:33.10	+00:16:38	6:42	8.9
233	LEŚNIEWSKI Dominik	269	RAMS	M-30	50	00:34:20.35	+00:17:25	6:52	8.7
234	MAŁYSZEWICZ Teresa	135		K-50	5	00:34:46.15	+00:17:51	6:57	8.6
235	WĄTRUCKA Jolanta	278	ŚWIAT PŁYTEK I KRYSPINA	K-60	1	00:39:02.05	+00:22:07	7:48	7.7
236	SOLAK Halina	215	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPINA	K-60	2	00:39:03.25	+00:22:08	7:48	7.7
DNC	GUTOWSKI Sebastian	68	GUCIOR-RUN	M-40				-	-

Znaleziono 237 wynik(ów)