



## BIEG WALENTYNKOWY 5 KM

B4SPORT

**Organizator:** Rada Osiedla Jamno - Łabusz, Koszalińskie Towarzystwo  
Krzewienia Kultury Fizycznej  
**Data:** 2019-02-10  
**Miejsce:** Koszalin  
**Dystans:** 5 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	KĘPKA Adrian	82	DECATHLON KOSZALIN	M-20	1	00:17:02.63		3:24	17.6
2	SZKOŁUDA Miłosz	190	DECATHLON KOSZALIN	M-20	2	00:17:06.92	+00:00:04	3:25	17.5
3	ZABORSKI Ryszard	220	TKKF KOSZALIN	M-40	1	00:17:40.09	+00:00:37	3:32	17
4	SIADAK Arkadiusz	173		M-30	1	00:17:46.30	+00:00:43	3:33	16.9
5	KOZAK Arkadiusz	121	TKKF KOSZALIN	M-40	2	00:17:51.31	+00:00:48	3:34	16.8
6	ZACHARCZUK Albin	229	UNIA HRUBIESZÓW	M-20	3	00:17:58.19	+00:00:55	3:35	16.7
7	HUBERT Łukasz	66	TKKF KOSZALIN	M-30	2	00:18:25.42	+00:01:22	3:41	16.3
8	GARSKI Krystian	238	ŚWIAT PŁYTEK U KRYPINA	M-40	3	00:18:33.78	+00:01:31	3:42	16.2
9	ZUKAL Piotr	225		M-40	4	00:19:05.14	+00:02:02	3:49	15.7
10	RYKIEL Michał	169		M-30	3	00:19:05.82	+00:02:03	3:49	15.7
11	MAJKOWICZ Rafał	112		M-30	4	00:19:06.17	+00:02:03	3:49	15.7
12	CZAPLIŃSKI Jacek	29	TAGER KOSZALIN	M-30	5	00:19:14.91	+00:02:12	3:51	15.6
13	DUDA Grzegorz	43	METALCORP TEAM	M-40	5	00:19:24.73	+00:02:22	3:53	15.5
14	DASZKIEWICZ Dominik	32		M-14	1	00:19:29.44	+00:02:26	3:54	15.4
15	KAWKA Adrian	79		M-30	6	00:19:29.97	+00:02:27	3:54	15.4
16	SZABAŁOWSKA Małgorzata	189	MKL SZCZECINEK	K-20	1	00:19:38.52	+00:02:35	3:55	15.3
17	GÓRA Sylwester	202	#ZABIEGANINOCA	M-40	6	00:19:43.12	+00:02:40	3:56	15.2
18	KONKEL Agnieszka	89		K-30	1	00:20:11.80	+00:03:09	4:02	14.9
19	STENCEL Maciej	185	GTS CZARNA DĄBRÓWKA	M-30	7	00:20:12.91	+00:03:10	4:02	14.8
20	LEWANDOWSKI Jacek	107		M-40	7	00:20:15.03	+00:03:12	4:03	14.8
21	CIASTOŃ Tomasz	26	ORSKOV FOODS TEAM	M-30	8	00:20:18.31	+00:03:15	4:03	14.8
22	KOŚCIELNIAK Robert	92	TKKF KOSZALIN	M-50	1	00:20:29.16	+00:03:26	4:05	14.6
23	RUSINEK Dawid	167		M-20	4	00:20:29.52	+00:03:26	4:05	14.6
24	DZIĘBOWSKI Mariusz	45		M-30	9	00:20:29.56	+00:03:26	4:06	14.6
25	SPRINGER Marcin	178		M-40	8	00:20:33.80	+00:03:31	4:06	14.6
26	MUCHA Krzysztof	126		M-40	9	00:20:40.77	+00:03:38	4:08	14.5
27	MAZURSKI Paweł	116		M-30	10	00:20:42.42	+00:03:39	4:08	14.5

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
28	KATRYCZ Zbigniew	78		M-50	2	00:20:47.26	+00:03:44	4:09	14.4
29	CHORAŻY Karolina	22	LEO-TEAM	K-30	2	00:20:49.26	+00:03:46	4:09	14.4
30	PICK Tomasz	151	DEAF KOSZALIN	M-40	10	00:20:53.22	+00:03:50	4:10	14.4
31	BIEŃKOWSKI Tomasz	7	IQ CONSULTING KOSZALIN	M-30	11	00:20:55.14	+00:03:52	4:11	14.3
32	CHUTYRKO Paweł	25	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-20	5	00:20:59.44	+00:03:56	4:12	14.3
33	WAŚOWSKI Mateusz	207		M-20	6	00:21:12.53	+00:04:09	4:14	14.2
34	WEBER Paweł	145	ENERGON	M-30	12	00:21:26.98	+00:04:24	4:17	14
35	BRZEZIŃSKI Jan	15	TEAM PIOTRUŚ	M-50	3	00:21:27.66	+00:04:25	4:17	14
36	OLCZAK Krzysztof	143		M-30	13	00:21:28.79	+00:04:26	4:17	14
37	CHOŁUJ Jarek	20		M-40	11	00:21:30.60	+00:04:27	4:18	13.9
38	BŁASZCZYK Piotr	9		M-40	12	00:21:47.76	+00:04:45	4:21	13.8
39	PAWLAK Łukasz	146	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-30	14	00:21:53.06	+00:04:50	4:22	13.7
40	KWIETNIEWSKI Daniel	106		M-40	13	00:21:54.90	+00:04:52	4:23	13.7
41	FORST Filip	47	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-14	2	00:21:54.92	+00:04:52	4:23	13.7
42	KONKEL Łukasz	88		M-40	14	00:22:00.30	+00:04:57	4:24	13.6
43	OTTO Michał	139		M-30	15	00:22:04.48	+00:05:01	4:24	13.6
44	WÓJCICKI Adrian	217	DEAF KOSZALIN	M-30	16	00:22:15.59	+00:05:12	4:27	13.5
45	KOZIEŁ Paweł	93		M-40	15	00:22:20.10	+00:05:17	4:28	13.4
46	GAWRYSIAK Przemysław	50		M-40	16	00:22:23.75	+00:05:21	4:28	13.4
47	HAŁKA Justyna	58		K-30	3	00:22:25.88	+00:05:23	4:29	13.4
48	NIEMCZUK Dariusz	129	JAMNO	M-50	4	00:22:30.53	+00:05:27	4:30	13.3
49	LITWINOWICZ Renata	110	KB WYGAN	K-40	1	00:22:32.79	+00:05:30	4:30	13.3
50	KRUPIŃSKI Krzysztof	98	E-UROLOG.EU	M-50	5	00:22:33.20	+00:05:30	4:30	13.3
51	WIKTOROWSKI Maciej	211		M-40	17	00:22:35.00	+00:05:32	4:31	13.3
52	OPALIŃSKI Stanisław	136	SENIORA	M-60	1	00:22:35.20	+00:05:32	4:31	13.3
53	ANTKOWIAK Sebastian	2	DB - ACTIVE	M-40	18	00:22:39.72	+00:05:37	4:32	13.2
54	KOZIEŁ Adam	94		M-20	7	00:22:41.03	+00:05:38	4:32	13.2
55	BARAN Seweryn	3	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPIŃA	M-20	8	00:22:41.15	+00:05:38	4:32	13.2
56	ŻUKOWSKI Cezary	227	MIGAWKOWE.PL	M-30	17	00:22:41.36	+00:05:38	4:32	13.2
57	KAŻMIERCZAK Agnieszka	81		K-40	2	00:22:46.60	+00:05:43	4:33	13.2
58	MALISZEWSKA Anita	114		K-20	2	00:22:53.07	+00:05:50	4:34	13.1
59	CHABOWSKI Wojciech	17		M-20	9	00:22:54.72	+00:05:52	4:35	13.1
60	AGAPOW Emilia	1		K-30	4	00:22:54.89	+00:05:52	4:34	13.1
61	GÓRCZYŃSKI Robert	53		M-50	6	00:22:56.62	+00:05:53	4:35	13.1
62	STANKIEWICZ Lucyna	181		K-30	5	00:22:56.62	+00:05:53	4:35	13.1
63	HEŁAK Robert	62		M-40	19	00:23:00.67	+00:05:58	4:36	13
64	PERKOWSKA Oktawia	150	DECATHLON KOSZALIN	K-20	3	00:23:01.91	+00:05:59	4:36	13
65	ZAGALSKA Paulina	221		K-30	6	00:23:06.79	+00:06:04	4:37	13
66	POLAŃSKI Norbert	156	21BLT	M-40	20	00:23:06.94	+00:06:04	4:37	13
67	KUSZYŃSKI Dariusz	105		M-40	21	00:23:07.62	+00:06:04	4:37	13
68	KĘSIK Agnieszka	233	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPIŃA	K-30	7	00:23:12.14	+00:06:09	4:38	12.9
69	BARTHA Adrian	4		M-30	18	00:23:12.49	+00:06:09	4:38	12.9
70	WIŚNIEWSKI Łukasz	213		M-20	10	00:23:14.32	+00:06:11	4:38	12.9
71	SZOSTAK Marta	193		K-20	4	00:23:17.88	+00:06:15	4:39	12.9

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
72	<b>KŁOS Tomasz</b>	<b>84</b>		M-40	22	<b>00:23:20.43</b>	+00:06:17	4:40	12.9
73	<b>KAZIMIERCZAK Leszek</b>	<b>80</b>	LOVELASY DĄBKI	M-30	19	<b>00:23:23.75</b>	+00:06:21	4:40	12.8
74	<b>JADCZAK Tomasz</b>	<b>67</b>	JW1223	M-30	20	<b>00:23:26.88</b>	+00:06:24	4:41	12.8
75	<b>BORYS Justyna</b>	<b>14</b>	JEDWABIŚCI	K-30	8	<b>00:23:32.57</b>	+00:06:29	4:42	12.7
76	<b>RAPIŃCZUK Jan</b>	<b>161</b>	BDSUOT WARSZAWA	M-40	23	<b>00:23:35.14</b>	+00:06:32	4:43	12.7
77	<b>GAŁECKI Jacek</b>	<b>48</b>	KARLINOBIEGAJ	M-50	7	<b>00:23:49.16</b>	+00:06:46	4:45	12.6
78	<b>KŁOSIŃSKI Michał</b>	<b>85</b>		M-30	21	<b>00:23:49.58</b>	+00:06:46	4:46	12.6
79	<b>DĘBSKI Damian</b>	<b>35</b>		M-30	22	<b>00:23:52.63</b>	+00:06:49	4:46	12.6
80	<b>KRZEWIŃSKA Małgorzata</b>	<b>100</b>	TKKF KOSZALIN	K-60	1	<b>00:23:53.97</b>	+00:06:51	4:46	12.6
81	<b>GARSKA Joanna</b>	<b>237</b>	ŚWIAT PŁYTEK U KRYPINA	K-40	3	<b>00:23:56.88</b>	+00:06:54	4:47	12.5
82	<b>OSOBNIAK Ryszard</b>	<b>138</b>	KOSZALIN -NIEZRZESZONY	M-60	2	<b>00:23:59.42</b>	+00:06:56	4:48	12.5
83	<b>WOCH Edward</b>	<b>130</b>		M-60	3	<b>00:24:08.93</b>	+00:07:06	4:49	12.4
84	<b>MYK Paweł</b>	<b>127</b>		M-30	23	<b>00:24:09.44</b>	+00:07:06	4:50	12.4
85	<b>KORZENIOWSKA Ewa</b>	<b>90</b>		K-20	5	<b>00:24:10.17</b>	+00:07:07	4:50	12.4
86	<b>CHOŁUJ Karol</b>	<b>21</b>	ZAWSZE DO PRZODU	M-30	24	<b>00:24:11.21</b>	+00:07:08	4:50	12.4
87	<b>RODZIEWICZ-CZAPLIŃSKA Agnieszka</b>	<b>162</b>		K-40	4	<b>00:24:17.17</b>	+00:07:14	4:51	12.4
88	<b>STALUSZKA Dariusz</b>	<b>179</b>	21.BLT	M-40	24	<b>00:24:29.66</b>	+00:07:27	4:54	12.2
89	<b>CHRZANOWSKI Czesław</b>	<b>23</b>	MYSŁOWICKI KLUB BIEGACZA NO I	M-50	8	<b>00:24:32.56</b>	+00:07:29	4:54	12.2
90	<b>KUBIAK Monika</b>	<b>101</b>		K-30	9	<b>00:24:34.52</b>	+00:07:31	4:55	12.2
91	<b>DEJNAK Mariola</b>	<b>33</b>		K-60	2	<b>00:24:35.10</b>	+00:07:32	4:55	12.2
92	<b>MIELEWCZYK Radosław</b>	<b>120</b>	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-20	11	<b>00:24:39.12</b>	+00:07:36	4:55	12.2
93	<b>OLSZEWSKA Nina</b>	<b>135</b>	KAMIEŃ RYMAŃSKI	K-14	1	<b>00:24:40.53</b>	+00:07:37	4:56	12.2
94	<b>PRZYBYSZ Damian</b>	<b>160</b>		M-30	25	<b>00:24:40.77</b>	+00:07:38	4:56	12.2
95	<b>GAPPA Michał</b>	<b>49</b>	1972	M-40	25	<b>00:24:44.81</b>	+00:07:42	4:57	12.1
96	<b>DOMAŃSKI Krzysztof</b>	<b>39</b>		M-14	3	<b>00:24:46.24</b>	+00:07:43	4:57	12.1
97	<b>NESTOR Petro</b>	<b>128</b>		M-50	9	<b>00:24:48.67</b>	+00:07:46	4:57	12.1
98	<b>MEJER Aleksandra</b>	<b>117</b>		K-14	2	<b>00:24:52.04</b>	+00:07:49	4:58	12.1
99	<b>SZULC Marek</b>	<b>196</b>	SZULC RUNNERS TEAM	M-50	10	<b>00:24:58.90</b>	+00:07:56	4:59	12
100	<b>HAŁKA Arkadiusz</b>	<b>59</b>	TRUCHT ŁOBEZ	M-40	26	<b>00:25:00.40</b>	+00:07:57	5:00	12
101	<b>BODO Rafał</b>	<b>10</b>		M-30	26	<b>00:25:01.83</b>	+00:07:59	5:00	12
102	<b>PACAN Mira</b>	<b>140</b>	ŚWIAT PŁYTEK U KRYPINA	K-30	10	<b>00:25:07.49</b>	+00:08:04	5:01	11.9
103	<b>KRASIŃSKI Witold</b>	<b>95</b>		M-40	27	<b>00:25:09.40</b>	+00:08:06	5:02	11.9
104	<b>SPOLSKA Weronika</b>	<b>177</b>	KAMIEŃ RYMAŃSKI	K-20	6	<b>00:25:11.63</b>	+00:08:08	5:02	11.9
105	<b>GREMBLEWSKI Darek</b>	<b>55</b>	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-50	11	<b>00:25:15.35</b>	+00:08:12	5:03	11.9
106	<b>GLISZCZYŃSKI Łukasz</b>	<b>28</b>		M-20	12	<b>00:25:19.67</b>	+00:08:17	5:04	11.8
107	<b>KOSZ Paweł</b>	<b>91</b>		M-30	27	<b>00:25:20.39</b>	+00:08:17	5:04	11.8
108	<b>DANOWSKI Maciek</b>	<b>31</b>	FITNESS CLUB FORMA BIAŁOGARD	M-40	28	<b>00:25:21.12</b>	+00:08:18	5:04	11.8
109	<b>SZMIGIERO Sebastian</b>	<b>191</b>	W.P.K SŁOŃ TEAM	M-40	29	<b>00:25:21.72</b>	+00:08:19	5:04	11.8
110	<b>PACAN Bartosz</b>	<b>141</b>	ŚWIAT PŁYTEK U KRYPINA	M-30	28	<b>00:25:24.07</b>	+00:08:21	5:04	11.8
111	<b>WAŚOWSKI Robert</b>	<b>206</b>	BIURO PODRÓŻY PARADISE TOUR	M-20	13	<b>00:25:24.99</b>	+00:08:22	5:05	11.8
112	<b>WAJDA Waldemar</b>	<b>204</b>		M-40	30	<b>00:25:25.17</b>	+00:08:22	5:05	11.8
113	<b>KRZANOWSKI Marcin</b>	<b>99</b>	MARCINBIEGA	M-30	29	<b>00:25:25.95</b>	+00:08:23	5:05	11.8
114	<b>DOWNAR-ZAPOLSKI Paweł</b>	<b>41</b>		M-30	30	<b>00:25:26.48</b>	+00:08:23	5:05	11.8
115	<b>RÓJ Barbara</b>	<b>164</b>		K-40	5	<b>00:25:27.27</b>	+00:08:24	5:05	11.8

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
116	SERKOWSKA Magdalena	172		K-20	7	00:25:31.23	+00:08:28	5:06	11.8
117	KOZŁOWIECKI Waldemar	231	TKKF KOSZALIN	M-60	4	00:25:34.34	+00:08:31	5:06	11.7
118	GRABSKA Iwona	192		K-40	6	00:25:38.45	+00:08:35	5:07	11.7
119	JANUSZEWSKI Jacek	68	17 WOG KOSZALIN	M-50	12	00:25:49.29	+00:08:46	5:09	11.6
120	RÓJ Andrzej	165		M-40	31	00:25:49.63	+00:08:46	5:10	11.6
121	KOLIGAT Anna	87		K-30	11	00:25:49.88	+00:08:47	5:10	11.6
122	FAJGIER Tomasz	46		M-50	13	00:25:53.11	+00:08:50	5:10	11.6
123	JUSZCZAK Krzysztof	71		M-60	5	00:25:56.59	+00:08:53	5:11	11.6
124	ZIELIŃSKI Maciej	223		M-30	31	00:26:01.60	+00:08:58	5:12	11.5
125	DRABKOWSKA Agnieszka	42		K-40	7	00:26:07.11	+00:09:04	5:13	11.5
126	NOWAK Ania	132	JEDWABIŚCI	K-40	8	00:26:11.22	+00:09:08	5:14	11.5
127	CHILLA Danuta	18		K-30	12	00:26:14.18	+00:09:11	5:14	11.4
128	SATYŁA Tomasz	171	CZARNE BIEGA	M-30	32	00:26:15.61	+00:09:12	5:15	11.4
129	PRZYBYŁ Krzysztof	158		M-30	33	00:26:18.31	+00:09:15	5:15	11.4
130	BORUC Barbara	13	PARKRUN SZCZECINEK	K-50	1	00:26:22.56	+00:09:19	5:16	11.4
131	SAŁAJ Angelika	170	METALCORP TEAM	K-30	13	00:26:22.98	+00:09:20	5:16	11.4
132	ORYSZCZYN Arkadiusz	137		M-30	34	00:26:26.08	+00:09:23	5:17	11.3
133	SPICA Łukasz	176		M-30	35	00:26:26.55	+00:09:23	5:17	11.3
134	KĘSIK Łukasz	234	ŚWIAT PŁYTEK U KRYSPIŃ	M-30	36	00:26:30.20	+00:09:27	5:18	11.3
135	HAŁAJKO Magdalena	57	HAISENBERG TEAM	K-30	14	00:26:33.47	+00:09:30	5:18	11.3
136	KACZMAREK Łukasz	72	WOJOWNICY WÓDY	M-30	37	00:26:38.18	+00:09:35	5:19	11.3
137	HELAK Małgorzata	61		K-30	15	00:26:49.67	+00:09:47	5:22	11.2
138	WIŚNIEWSKI Jarosław	212		M-50	14	00:26:53.41	+00:09:50	5:22	11.2
139	WAŚOWICZ Anna	205		K-30	16	00:26:55.10	+00:09:52	5:23	11.1
140	BUTOWICZ Adam	16		M-50	15	00:26:57.85	+00:09:55	5:23	11.1
141	ROMANOWICZ Monika	163	ZABIEGANE :)	K-30	17	00:27:03.42	+00:10:00	5:24	11.1
142	SUCHODOLSKA Aleksandra	186		K-30	18	00:27:04.02	+00:10:01	5:24	11.1
143	HNATOWSKI Artur	64	LOVELASY DĄBKI	M-50	16	00:27:12.35	+00:10:09	5:26	11
144	DĘGA Piotr	36	CZARNE BIEGA	M-30	38	00:27:12.89	+00:10:10	5:26	11
145	JEWUŁA Agata	70		K-30	19	00:27:23.93	+00:10:21	5:28	10.9
146	GONTEK Łukasz	52	VW BATORY	M-30	39	00:27:31.94	+00:10:29	5:30	10.9
147	MAĆKOWIAK Paweł	111	SKB DZIK POLICE	M-30	40	00:27:35.58	+00:10:32	5:31	10.9
148	TERELAK Anna	200	SKB DZIK POLICE	K-20	8	00:27:36.02	+00:10:33	5:31	10.9
149	GŁOWACKI Włodzimierz	51	JEDWABIŚCI	M-70+	1	00:27:39.82	+00:10:37	5:32	10.8
150	KARNICKI Zygmunt	75	TKKF KOSZALIN	M-60	6	00:27:42.36	+00:10:39	5:32	10.8
151	KNUT-POTOCZNIK Gabriela	86		K-30	20	00:27:44.71	+00:10:42	5:33	10.8
152	MALINOWSKA-BURDA Aleksandra	113		K-30	21	00:27:49.65	+00:10:47	5:34	10.8
153	BOKOTA Katarzyna	11		K-40	9	00:27:53.02	+00:10:50	5:34	10.8
154	DORAWA-ZIOMEK Anna	40		K-30	22	00:27:54.92	+00:10:52	5:35	10.7
155	KILJAN Sylwia	83		K-30	23	00:27:59.76	+00:10:57	5:36	10.7
156	MONGIAŁO Aleksandra	125	FAST FEET K-LIN	K-30	24	00:27:59.96	+00:10:57	5:36	10.7
157	MONGIAŁO Marcin	124	FAST FEET K-LIN	M-40	32	00:28:01.55	+00:10:58	5:36	10.7
158	PRZEDNÓWEK Mariola	157	CZARNE BIEGA	K-30	25	00:28:13.74	+00:11:11	5:38	10.6
159	KURZAWIŃSKA-JABŁOŃSKA Kasia	104	TEAM CZARNE BIEGA	K-40	10	00:28:14.05	+00:11:11	5:38	10.6

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
160	PAWŁOWICZ Aleksandra	147		K-20	9	00:28:17.67	+00:11:15	5:39	10.6
161	DOMAŃSKI Adam	38		M-40	33	00:28:28.26	+00:11:25	5:41	10.5
162	DOMAŃSKA Katarzyna	37		K-40	11	00:28:28.38	+00:11:25	5:41	10.5
163	BILL Łukasz	8		M-30	41	00:28:29.17	+00:11:26	5:42	10.5
164	DEPTUŁA-BILL Bożena	34		K-30	26	00:28:29.72	+00:11:27	5:42	10.5
165	PAWŁOWICZ Ryszard	148		M-50	17	00:28:31.39	+00:11:28	5:42	10.5
166	ZUKAL Aleksandra	226		K-40	12	00:28:47.51	+00:11:44	5:45	10.4
167	DUDA Róża	239	BEST BEAST	K-30	27	00:28:48.80	+00:11:46	5:45	10.4
168	KARPIŃSKI Mateusz	77		M-20	14	00:28:52.08	+00:11:49	5:46	10.4
169	SKIBA Artur	174	PARALOTNIOWY PPGG	M-40	34	00:28:56.39	+00:11:53	5:47	10.4
170	DZIEMIANKO Ilona	44		K-20	10	00:28:56.41	+00:11:53	5:47	10.4
171	OGRODOWCZYK Jagoda	133		K-30	28	00:28:57.31	+00:11:54	5:47	10.4
172	PŁOTKA Grzegorz	155	1982	M-30	42	00:29:07.54	+00:12:04	5:49	10.3
173	PŁOTKA Emilia	154		K-30	29	00:29:07.54	+00:12:04	5:49	10.3
174	BORSUK Dorota	12		K-40	13	00:29:09.95	+00:12:07	5:50	10.3
175	WRÓBLEWSKA Marta	218		K-40	14	00:29:10.48	+00:12:07	5:50	10.3
176	HELLER Zdzisław	63	NIEZRZESZONY	M-60	7	00:29:10.53	+00:12:07	5:50	10.3
177	CICHOSZ Jerzy	27		M-70+	2	00:29:26.40	+00:12:23	5:53	10.2
178	ZAKOŚCIELNA Katarzyna	222	ZABIEGANE :)	K-30	30	00:29:29.35	+00:12:26	5:53	10.2
179	ZIMNOWŁOCKI Mariusz	224	DEAF KOSZALIN	M-30	43	00:29:31.07	+00:12:28	5:54	10.2
180	BEDNARZ Katarzyna	5		K-40	15	00:29:55.81	+00:12:53	5:59	10
181	PITURA Katarzyna	153		K-20	11	00:30:01.14	+00:12:58	6:00	10
182	WYSOCKA Dominika	219		K-20	12	00:30:01.74	+00:12:59	6:00	10
183	WOCH Zbigniew	210		M-60	8	00:30:10.67	+00:13:08	6:02	9.9
184	OLEŚKIEWICZ Damian	134		M-20	15	00:30:14.54	+00:13:11	6:02	9.9
185	MICHALCZYK Małgorzata	118	JW1223	K-30	31	00:30:16.62	+00:13:13	6:03	9.9
186	PIECYCHNA Agata	152		K-40	16	00:30:49.67	+00:13:47	6:09	9.7
187	SAWICZ- WERS Urszula	216		K-30	32	00:30:50.96	+00:13:48	6:10	9.7
188	KRAWIECKA Klaudia	97	AKADEMIA BIEGOWA KIEŁPINO	K-14	3	00:30:54.56	+00:13:51	6:11	9.7
189	KOZŁOWIECKA Małgorzata	232		K-50	2	00:30:54.71	+00:13:52	6:11	9.7
190	BUDZYŃSKA Elżbieta	240		K-50	3	00:30:57.19	+00:13:54	6:11	9.7
191	MOLENDANNA Anna	123		K-30	33	00:31:01.92	+00:13:59	6:12	9.7
192	STRACH Marek	235		M-60	9	00:31:08.21	+00:14:05	6:13	9.6
193	PEŁKA Iwona	149		K-50	4	00:31:19.58	+00:14:16	6:16	9.6
194	SZULC Adam	197	SZULC RUNNERS TEAM	M-30	44	00:31:21.28	+00:14:18	6:16	9.6
195	ŚLEDŹ Andrzej	198	WĘŻELEK	M-40	35	00:31:33.51	+00:14:30	6:18	9.5
196	ŚLEDŹ Joanna	199	WĘŻELEK	K-40	17	00:31:33.69	+00:14:31	6:18	9.5
197	RUSIECKI Paweł	166	WSPL SP ZOZ KOSZALIN	M-40	36	00:31:52.56	+00:14:49	6:22	9.4
198	WOJANOWSKA Maryla	214	SPORT I REKREACJA DELFIN GRUDZIĄDZ	K-60	3	00:32:08.07	+00:15:05	6:25	9.3
199	WOJANOWSKI Zbigniew	215	SPORT I REKREACJA DELFIN GRUDZIĄDZ	M-60	10	00:32:09.58	+00:15:06	6:26	9.3
200	WĘCKOWSKI Adam	208	KAMIEŃ RYMAŃSKI	M-20	16	00:32:16.61	+00:15:13	6:27	9.3
201	KUREK Magdalena	103	KAMIEŃ RYMAŃSKI	K-14	4	00:32:17.46	+00:15:14	6:27	9.3
202	PRZYBYSZ Joanna	159	ROZBIEGANY NIEMICA	K-30	34	00:32:28.67	+00:15:26	6:29	9.2
203	STAŃCZYK Franciszek	183	NIEZRZESZONY	M-70+	3	00:32:40.85	+00:15:38	6:32	9.2

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
204	<b>TRACZ Jadwiga</b>	<b>201</b>		K-40	18	<b>00:32:55.02</b>	+00:15:52	6:35	9.1
205	<b>HEDDERGOTT Katarzyna</b>	<b>60</b>	JEDWABIŚCI	K-40	19	<b>00:34:59.90</b>	+00:17:57	7:00	8.6
206	<b>RYHANYCZ Paweł</b>	<b>168</b>	JEDWABIŚCI	M-40	37	<b>00:35:00.44</b>	+00:17:57	7:00	8.6
207	<b>STANCZEWSKA Karolina</b>	<b>180</b>		K-30	35	<b>00:35:38.91</b>	+00:18:36	7:07	8.4
208	<b>SZULC Martyna</b>	<b>194</b>	SZULC RUNNERS TEAM	K-30	36	<b>00:35:41.70</b>	+00:18:39	7:08	8.4
209	<b>KARNICKI Artur</b>	<b>76</b>		M-40	38	<b>00:35:45.92</b>	+00:18:43	7:09	8.4
210	<b>KULAWINSKI Marek</b>	<b>102</b>		M-40	39	<b>00:42:56.66</b>	+00:25:54	8:35	7
211	<b>SOLAK Halina</b>	<b>236</b>	ŚWIAT PŁYTEK U KRYPINA	K-60	4	<b>00:43:55.00</b>	+00:26:52	8:47	6.8
212	<b>BARTNIK Marian</b>	<b>230</b>	TKKF KOSZALIN	M-70+	4	<b>00:45:54.00</b>	+00:28:51	9:10	6.5

Znaleziono 212 wynik(ów)