



**SUPERMARATON
GÓR
STOŁOWYCH**

SGS LIGHT PÓŁMARATON 23KM

B4SPORT

Wydarzenie: Supermaraton Gór Stołowych 2020
Organizator: Fundacja Maratony Górskie
Data: 2020-06-28
Miejsce: Karłów
Dystans: 23 km

B4SPORT
INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas netto 23.6km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	BRÝDL Pavel	201	SALOMON CZ/WILLA SPA SCALIANO	M-40	1	01:05:06	01:57:16.85		4:58	12.1
2	KLIMCZAK Mikołaj	330	PRZ EDWOJEWSKI MOUNTAIN TEAM	M-20	1	01:07:31	02:00:38.20	+00:03:21	5:06	11.7
3	NORBERT Michał	1	KB SOBÓTKA	M-30	1	01:11:00	02:06:04.75	+00:08:47	5:20	11.2
4	KRUPA Marcin	2	AKTYWNA NOWA RUDA	M-40	2	01:13:40	02:15:47.95	+00:18:31	5:45	10.4
5	KWARTA Maciej	460	1BPANC K\$M	M-30	2	01:12:52	02:17:38.30	+00:20:21	5:49	10.3
6	KMIECIK Tomasz	379		M-40	3	01:18:07	02:18:06.75	+00:20:49	5:51	10.3
7	KOZIEŁ Tomasz	260	KUDOWANKA RUN	M-40	4	01:16:52	02:19:43.10	+00:22:26	5:55	10.1
8	ZATOŃ Cezary	73	TRIACTIV RIDLEY	M-30	3	01:21:06	02:25:03.55	+00:27:46	6:08	9.8
9	BALWIERCZAK Piotr	91	NIGHT RUNNERS WROCŁAW / RATEMYTRAIL.COM	M-30	4	01:21:23	02:25:06.10	+00:27:49	6:08	9.8
10	KARWACKI Maciej	407		M-20	2	01:19:04	02:27:00.30	+00:29:43	6:13	9.6
11	ZAKOWICZ Paweł	389		M-30	5	01:24:34	02:27:25.10	+00:30:08	6:14	9.6
12	WIŚNIEWSKI Paweł	465	KARKONOSZ RUNNING TEAM .	M-30	6	01:19:00	02:27:48.60	+00:30:31	6:15	9.6
13	SZCZĘŚNIAK Piotr	533	GVT	M-40	5	01:19:22	02:28:37.15	+00:31:20	6:17	9.5
14	PRZYBYSZEWSKI Łukasz	375		M-30	7	01:22:56	02:29:57.95	+00:32:41	6:21	9.4
15	NEHRING Karol	394		M-20	3	01:24:40	02:30:58.55	+00:33:41	6:23	9.4
16	GORCZYŃSKI Norbert	215	KUDOWANKA RUN	M-20	4	01:21:13	02:31:06.45	+00:33:49	6:24	9.4
17	FALANA Sebastian	270		M-30	8	01:18:46	02:31:07.40	+00:33:50	6:24	9.4
18	KOKOCIŃSKI Dariusz	497		M-40	6	01:24:07	02:31:32.40	+00:34:15	6:25	9.3
19	KINAL Piotr	486		M-40	7	01:23:27	02:31:32.80	+00:34:15	6:25	9.3
20	STANKIEWICZ Tomasz	121	PLANYBIEGOWE.PL	M-30	9	01:23:06	02:31:42.15	+00:34:25	6:25	9.3
21	ŁĄTKA Piotr	100		M-30	10	01:23:29	02:32:26.15	+00:35:09	6:27	9.3
22	GŁÓD Mateusz	78		M-40	8	01:25:14	02:32:50.60	+00:35:33	6:28	9.3
23	NIEZGÓDKA Tomasz	537	ZAŁOGA GÓRSKA	M-50	1	01:25:22	02:33:21.10	+00:36:04	6:29	9.2
24	SWORSKI Roman	508	KASTYO / VEGE RUNNERS	M-30	11	01:23:31	02:33:30.20	+00:36:13	6:30	9.2
25	KORCZ Daniel	470		M-40	9	01:25:40	02:33:41.20	+00:36:24	6:30	9.2
26	FRANCZAK Mariusz	502	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M-40	10	01:23:48	02:33:45.75	+00:36:28	6:30	9.2
27	MAJCHRZAK Maciej	10		M-30	12	01:27:12	02:35:27.85	+00:38:11	6:35	9.1
28	TRZECIAKIEWICZ Mieczysław	68	MLKS RADKÓW	M-50	2	01:25:59	02:36:06.80	+00:38:49	6:36	9.1
29	KUBICKI Mariusz	44		M-40	11	01:26:28	02:36:48.30	+00:39:31	6:38	9

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas netto		Tempo min/km	Tempo km/h
							23.6km	Różn		
30	CYRAN Piotr	288		M-30	13	01:24:57	02:37:15.25	+00:39:58	6:39	9
31	ŻURAWSKI Kamil	75	ENTRE.PL TEAM	M-20	5	01:24:55	02:37:58.85	+00:40:42	6:41	9
32	KULIK Iwona	439	KUDOWANKA RUN	K-20	1	01:28:16	02:38:06.35	+00:40:49	6:41	9
33	PIETRZAK Daniel	518	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	M-30	14	01:31:27	02:38:35.35	+00:41:18	6:43	8.9
34	NOWACKI Mateusz	479		M-30	15	01:27:24	02:38:56.10	+00:41:39	6:44	8.9
35	STARUCH Robert	117		M-30	16	01:28:23	02:39:01.30	+00:41:44	6:44	8.9
36	BRONISZEWSKI Łukasz	443	POWER TRAINING	M-30	17	01:28:53	02:39:22.95	+00:42:06	6:45	8.9
37	PŁONOWSKI Maciej	189		M-30	18	01:26:33	02:41:04.10	+00:43:47	6:49	8.8
38	GRAD Adam	257	DZIKA BANDA ŁAKOMCZUCHÓW	M-30	19	01:33:22	02:41:20.00	+00:44:03	6:50	8.8
39	MEZYNSKI Szymon	296	KUDOWANKA RUN	M-20	6	01:26:22	02:41:40.60	+00:44:23	6:51	8.8
40	NAWROT Wojciech Nawrot	4		M-30	20	01:31:41	02:41:44.40	+00:44:27	6:51	8.8
41	BEKAS Marcin	424		M-40	12	01:31:09	02:42:07.80	+00:44:50	6:52	8.7
42	BOSAKIEWICZ Tomasz	47	OLAWS	M-30	21	01:29:41	02:42:47.75	+00:45:30	6:53	8.7
43	PIKOS Patryk	127		M-30	22	01:27:54	02:43:14.05	+00:45:57	6:55	8.7
44	OSICKI Dawid	520		M-20	7	01:27:40	02:43:21.65	+00:46:04	6:55	8.7
45	HOJA Joanna	491	ALPIN SPORT HOKA ONE ONE TEAM	K-30	1	01:29:19	02:43:25.10	+00:46:08	6:55	8.7
46	GILEWSKI Artur	453		M-40	13	01:31:31	02:43:50.10	+00:46:33	6:56	8.6
47	KUJDA Arkadiusz	473	1 BRYGADA LOGISTYCZNA	M-40	14	01:30:36	02:44:19.40	+00:47:02	6:57	8.6
48	WRÓBLEWSKI Konrad	469		M-40	15	01:30:37	02:44:23.20	+00:47:06	6:57	8.6
49	BRZOZOWSKI Filip	471	SPARTA RUNNERS	M-30	23	01:22:10	02:45:17.00	+00:48:00	7:00	8.6
50	KRZYSZTOFIK Piotr	205	CROSSFIT ETERNIA	M-40	16	01:31:24	02:45:19.10	+00:48:02	7:00	8.6
51	WINIECKI Tomasz	244		M-40	17	01:31:20	02:45:30.45	+00:48:13	7:00	8.6
52	KOPCZYŃSKI Łukasz	511	K-TEAM	M-30	24	01:28:29	02:45:51.00	+00:48:34	7:01	8.5
53	TOMCZAK Krystian	435		M-20	8	01:31:52	02:46:44.00	+00:49:27	7:03	8.5
54	NOWACKA Marlena	538		K-40	1	01:32:23	02:46:52.95	+00:49:36	7:04	8.5
55	KUKUĆ - KWAPISZEWSKA Anna	369		K-40	2	01:32:21	02:47:56.10	+00:50:39	7:06	8.4
56	KOTYRBA Tomasz	284	K_T_R_B	M-30	25	01:33:18	02:48:12.60	+00:50:55	7:07	8.4
57	ŚWIĄTEK Julia	456	IMMABEE	K-30	2	01:32:25	02:48:14.00	+00:50:57	7:07	8.4
58	WOJTIS Arkadiusz	258	DZIKA BANDA ŁAKOMCZUCHÓW	M-40	18	01:32:07	02:48:24.40	+00:51:07	7:08	8.4
59	WIERZBICKI Witold	500		M-30	26	01:29:40	02:48:44.95	+00:51:28	7:09	8.4
60	MAJCHRZAK Marcin	484	DELOITTE ADVENTURE TEAM	M-40	19	01:29:28	02:49:26.35	+00:52:09	7:10	8.4
61	OLKIS Rafał	345	RMT TEAM / RATEMYTRAIL.COM	M-30	27	01:28:21	02:49:33.65	+00:52:16	7:11	8.4
62	MICHAŁKIEWICZ Wojciech	403	AKADEMIA WOJSK ŁĄDOWYCH	M-50	3	01:31:58	02:49:53.75	+00:52:36	7:11	8.3
63	LUBAŃSKI Robert	481		M-50	4	01:31:46	02:49:56.70	+00:52:39	7:12	8.3
64	GRZĄBA Szymon	107		M-40	20	01:31:00	02:50:14.65	+00:52:57	7:12	8.3
65	KOLEŚNIK Kamil	240		M-30	28	01:35:12	02:50:39.05	+00:53:22	7:13	8.3
66	GÓRKA Arkadiusz	150		M-20	9	01:33:33	02:50:52.50	+00:53:35	7:14	8.3
67	OPAŁKA Damian	129	MYRACE	M-30	29	01:27:10	02:51:13.00	+00:53:56	7:15	8.3
68	BRUS Marcin	22		M-40	21	01:32:42	02:51:21.10	+00:54:04	7:15	8.3
69	KRAJKA Jarosław	342	UMCS BIEGA	M-40	22	01:34:42	02:52:15.65	+00:54:58	7:17	8.2
70	BRODA Dominik	455		M-30	30	01:32:15	02:52:25.80	+00:55:08	7:18	8.2
71	BIAŁOBŁOCKA Alicja	19		K-30	3	01:31:48	02:52:34.45	+00:55:17	7:18	8.2
72	ZAWADA Michał	398	SPRYTNE WIEWIÓRKI	M-40	23	01:34:09	02:52:34.55	+00:55:17	7:18	8.2
73	WIERZCHOWSKA Izabela	335	BASTER TEAM	K-30	4	01:32:47	02:53:03.40	+00:55:46	7:19	8.2

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
74	KARATKÓW Ewa	462		K-40	3	01:32:52	02:53:55.95	+00:56:39	7:22	8.1
75	ZIELIŃSKI Dominik	466		M-30	31	01:33:18	02:54:05.85	+00:56:49	7:22	8.1
76	SWORNOWSKA Anna	84		K-20	2	01:35:33	02:54:43.30	+00:57:26	7:24	8.1
77	GONCZAR Szymon	411		M-30	32		02:54:49.00	+00:57:32	7:24	8.1
78	SZARANIEC Sebastian	410	T-MOBILE SPORT TEAM	M-40	24	01:33:40	02:55:11.90	+00:57:55	7:25	8.1
79	PIECUCH Karolina	46	LACHO TEAM	K-30	5	01:37:16	02:55:44.75	+00:58:27	7:26	8.1
80	ŚLEZIAK Jarosław	489	RUNNING MATNER TEAM	M-40	25	01:29:12	02:55:59.45	+00:58:42	7:27	8
81	NARUCKI Wojciech	184		M-40	26	01:39:19	02:56:02.40	+00:58:45	7:27	8
82	PAŻUCHA Wojciech	354	ACID MANIAXXX	M-40	27	01:35:01	02:56:34.15	+00:59:17	7:28	8
83	GROCHECKA Joanna	86		K-30	6	01:37:14	02:56:41.95	+00:59:25	7:29	8
84	RATYMIRSKI Wojciech	463	#SOBASTEAM	M-40	28	01:33:56	02:56:45.45	+00:59:28	7:29	8
85	HACUŚ Tomasz	110		M-40	29	01:38:52	02:57:26.30	+01:00:09	7:31	8
86	BŁAN Paweł	283		M-40	30	01:30:51	02:58:04.70	+01:00:47	7:32	8
87	SURGIENIEWICZ Marcin	130	DZIKI WORKOUT CZARNY BÓR	M-40	31	01:36:59	02:59:14.35	+01:01:57	7:35	7.9
88	SUCHOWIECKI Wojciech	147	ORTOEYETEAM	M-40	32	01:34:25	02:59:22.10	+01:02:05	7:36	7.9
89	ANDRZEJEWSKI Przemysław	76	WK POZNAŃ	M-40	33	01:36:11	03:00:04.15	+01:02:47	7:37	7.9
90	KANCERSKI Krzysztof	326		M-50	5	01:37:45	03:00:36.70	+01:03:19	7:39	7.8
91	SALWA Emil	514		M-30	33	01:37:16	03:01:01.25	+01:03:44	7:40	7.8
92	ŁASKOWSKA Marzena	24	WKURW_TEAM	K-40	4	01:41:17	03:01:02.75	+01:03:45	7:40	7.8
93	JEŻEWSKI Sławomir	344	GRZMOT KOMORNIKI	M-40	34	01:38:47	03:01:26.25	+01:04:09	7:41	7.8
94	BIECUSZEK Tomasz	457	AKTYWNA NOWA RUDA	M-40	35	01:35:56	03:01:56.05	+01:04:39	7:42	7.8
95	WITKOWSKI Mikołaj	120		M-20	10	01:37:56	03:02:27.10	+01:05:10	7:43	7.8
96	JAWORSKA Magdalena	224	GB WIELKOPOLSCY BIEGACZE / TEAM KGB	K-40	5	01:40:55	03:02:28.80	+01:05:11	7:43	7.8
97	MARUSZAK Darek	216	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	M-40	36	01:41:41	03:03:01.60	+01:05:44	7:45	7.7
98	ŁAŻNIEWSKI Dariusz	101	OLSZYNA BIEGA	M-30	34	01:39:00	03:03:21.95	+01:06:05	7:46	7.7
99	TRELA Jacek	228	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	M-60	1	01:42:02	03:03:36.25	+01:06:19	7:46	7.7
100	LAZAROWICZ Krzysztof	65		M-30	35	01:39:46	03:04:06.20	+01:06:49	7:48	7.7
101	BRONCZAK Tomasz	64		M-40	37	01:41:47	03:05:53.45	+01:08:36	7:52	7.6
102	CZAJKOWSKA Sylwia	142	BYDGOSKIE OKONIE	K-40	6	01:38:10	03:06:11.50	+01:08:54	7:53	7.6
103	BOČKO Ewa	33	DTR BIEGA/MARIO TEAM	K-30	7	01:40:51	03:06:25.30	+01:09:08	7:53	7.6
104	ZATOŃ Adrian	81		M-40	38	01:43:27	03:06:32.00	+01:09:15	7:54	7.6
105	TATKA Marcin	526		M-40	39	01:41:25	03:06:33.50	+01:09:16	7:54	7.6
106	KOZŁOWSKA Iwona	488	LESZNO LIMITS RUNNERS	K-40	7	01:43:05	03:07:00.35	+01:09:43	7:55	7.6
107	GAJEWSKI Jacek	377	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	M-40	40	01:42:22	03:07:12.35	+01:09:55	7:55	7.6
108	LASZEWSKI Mateusz	467		M-20	11	01:37:45	03:07:34.95	+01:10:18	7:56	7.5
109	CHMURA Jarosław	393		M-40	41	01:41:51	03:08:02.75	+01:10:45	7:58	7.5
110	MÓLL Mateusz	11		M-20	12	01:30:32	03:08:25.95	+01:11:09	7:59	7.5
111	GŁUCHY Marek	322	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	M-30	36	01:42:21	03:08:34.85	+01:11:18	7:59	7.5
112	MIĘSOWICZ Mirosław	301		M-30	37	01:40:32	03:09:10.65	+01:11:53	8:00	7.5
113	JABŁOŃSKA Dorota	163	OUTDOOR TRAINING	K-20	3	01:44:35	03:10:11.70	+01:12:54	8:03	7.4
114	ANDRZEJEWSKI Krystian	308	MOGILNO TEAM	M-40	42	01:46:32	03:10:22.00	+01:13:05	8:03	7.4
115	ROSZCZYK Michał	143	ORTOEYETEAM	M-40	43	01:38:18	03:10:56.30	+01:13:39	8:05	7.4
116	DOLATA Maciej	83		M-40	44	01:46:53	03:11:11.15	+01:13:54	8:06	7.4
117	PACIOREK Ewa	513		K-30	8	01:44:19	03:11:21.20	+01:14:04	8:06	7.4

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
118	MARTEKLAS Jan	139	NIGHT RUNNERS WROCŁAW	M-30	38	01:43:35	03:11:25.05	+01:14:08	8:06	7.4
119	GRAD Idalia	256	DZIKA BANDA ŁAKOMCZUCHÓW	K-30	9	01:49:17	03:11:47.60	+01:14:30	8:07	7.4
120	TOPOROWSKI Kamil	85	BIEGAJĄCY ŚWIDNIK	M-30	39	01:43:37	03:11:54.55	+01:14:37	8:07	7.4
121	STĘPEL Marek	442	GRUPA NOMAX	M-30	40	01:40:40	03:12:16.10	+01:14:59	8:08	7.4
122	PANKOWSKI Jerzy	324		M-30	41	01:52:28	03:12:50.10	+01:15:33	8:10	7.3
123	SZYMAŃSKA Brygida	279	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	K-30	10	01:46:56	03:12:59.95	+01:15:43	8:10	7.3
124	DOMAGAŁA Grażyna	167	NIGHT RUNNERS WROCŁAW	K-30	11	01:43:37	03:13:02.50	+01:15:45	8:10	7.3
125	STANKIEWICZ Anna	370	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	K-30	12	01:47:24	03:13:14.25	+01:15:57	8:11	7.3
126	ČERVENÝ David	157		M-40	45	01:46:11	03:13:19.25	+01:16:02	8:11	7.3
127	KUCZYŃSKI Szymon	429	ZAWONIA	M-40	46	01:43:27	03:13:21.95	+01:16:05	8:11	7.3
128	BADOWSKI Sebastian	417	ZAWONIA TEAM	M-40	47	01:43:35	03:13:55.90	+01:16:39	8:13	7.3
129	WIERZCHOWSKI Adam	336	BASTER TEAM	M-40	48	01:45:40	03:15:46.75	+01:18:29	8:17	7.2
130	SZAL Małgorzata	161	TENIS CENTRUM AS	K-30	13	01:47:45	03:16:05.30	+01:18:48	8:18	7.2
131	GNITECKA Katarzyna	540		K-20	4	01:47:03	03:16:10.65	+01:18:53	8:18	7.2
132	SOBKOWIAK Marcin	454		M-30	42	01:44:03	03:16:15.05	+01:18:58	8:18	7.2
133	GÓRKA Piotr	259		M-30	43	01:47:46	03:17:20.70	+01:20:03	8:21	7.2
134	KAPAŁKA Adrian	382	NATALIA TOMASIAK GÓRSKI STYL	M-40	49	01:48:52	03:17:25.70	+01:20:08	8:21	7.2
135	DOLIWKA Paweł	74	LUBAWA KOCHA BIEGAĆ	M-40	50	01:44:55	03:17:35.45	+01:20:18	8:22	7.2
136	SURGIEL Dariusz	123		M-50	6	01:45:06	03:18:26.25	+01:21:09	8:24	7.1
137	ULIKOWSKA Martyna	87	ZAŁOGA GÓRSKA	K-20	5	01:49:33	03:19:09.50	+01:21:52	8:26	7.1
138	BABIŃSKA Ewelina	77		K-30	14	01:43:57	03:19:15.80	+01:21:58	8:26	7.1
139	BOCHAN Lidia	426		K-40	8	01:50:35	03:19:16.00	+01:21:59	8:26	7.1
140	TRZEPACZ Dorota	359	KB LUPUS OLEŚNICA	K-40	9	01:47:21	03:19:20.30	+01:22:03	8:26	7.1
141	CHLEWIŃSKI Łukasz	182		M-30	44	01:37:03	03:20:21.80	+01:23:04	8:29	7.1
142	WIERTEL Łukasz	430	DIETETYK ŁUKASZ WERTEL	M-30	45	01:44:49	03:21:42.60	+01:24:25	8:32	7
143	WIERZBIŃSKA Edyta	69	LATYFUNDYŚCI BIEGAJĄ	K-40	10	01:52:04	03:22:28.95	+01:25:12	8:34	7
144	MARKOWSKI Zbigniew	124	BIEGAMDLAZDROWA.PL	M-50	7	01:46:38	03:22:53.65	+01:25:36	8:35	7
145	SZUBARSKI Krzysztof	378	PARKRUN CIESZYN	M-40	51	01:48:36	03:22:56.95	+01:25:40	8:35	7
146	ŁASKOWSKI Tomasz	13	WKURW_TEAM	M-50	8	01:47:57	03:23:51.90	+01:26:35	8:38	6.9
147	WITOR Marcin	295	CZERWONAK BIEGA	M-30	46	01:43:39	03:24:21.50	+01:27:04	8:39	6.9
148	SZMAGIEREWSKI Wojciech	380	TRENUJZNAMI.PL	M-50	9	01:48:22	03:24:26.80	+01:27:09	8:39	6.9
149	GRABIAS-MAZUR Krystyna	321	TKKF TRIATHLON DĄBROWA GÓRNICZA	K-30	15	01:52:08	03:24:56.10	+01:27:39	8:41	6.9
150	WALA Patryk	536	BIEG OPOLSKI / ZAŁOGA GÓRSKA	M-20	13	01:51:48	03:24:56.55	+01:27:39	8:41	6.9
151	PAWIŃSKI Artur	402	ADIDAS RUNNERS WARSAW	M-40	52	01:47:17	03:24:56.85	+01:27:40	8:41	6.9
152	WOLNY Marcin	185	WIELUŃ BIEGA	M-30	47	01:51:04	03:25:00.95	+01:27:44	8:41	6.9
153	MAKLES Paweł	217	BBLGUBIN	M-20	14	01:56:09	03:25:10.05	+01:27:53	8:41	6.9
154	ŁUCJANEK Justyna	464	KAJATEAM	K-30	16	01:53:38	03:25:33.05	+01:28:16	8:42	6.9
155	BABINEK Adam	406		M-40	53	01:45:48	03:25:50.15	+01:28:33	8:43	6.9
156	POŁOM Rafał	289	NOA	M-30	48	01:45:43	03:25:55.80	+01:28:38	8:43	6.9
157	KRUPIEŃCZYK Michał	459		M-30	49	01:49:08	03:26:34.95	+01:29:18	8:45	6.9
158	GAŚSIOROWSKI Grzegorz	306	:)	M-30	50	01:57:20	03:26:55.80	+01:29:38	8:46	6.8
159	SZANIEWSKI Mirosław	504	BIEGAMDLAZDROWA.PL	M-40	54	01:48:37	03:27:02.60	+01:29:45	8:46	6.8
160	SMUDA Ryszard	318		M-60	2	01:56:08	03:27:17.60	+01:30:00	8:46	6.8
161	WOLSKI Kamil	272	RACEFIGHTER GOSIR DĘBE WELKIE	M-30	51	01:53:31	03:27:19.85	+01:30:03	8:47	6.8

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
162	STELMACH Mariusz	146		M-30	52	01:52:16	03:28:20.20	+01:31:03	8:49	6.8
163	MARCINKIEWICZ Jerzy	367	ŁEMKO TEAM	M-50	10	01:47:13	03:28:31.95	+01:31:15	8:50	6.8
164	PAŹDZIOR Wojciech	229	ACTIVE STRATEGY	M-30	53	01:47:21	03:28:45.00	+01:31:28	8:50	6.8
165	BRUCH Katarzyna	384		K-30	17	01:53:25	03:28:51.05	+01:31:34	8:50	6.8
166	DURMAN Sławomir	207	ZW DWKP-W	M-30	54	01:56:07	03:29:04.05	+01:31:47	8:51	6.8
167	MACIĄG Marian	447	SZOSZONI	M-50	11	01:52:20	03:29:24.65	+01:32:07	8:52	6.8
168	ŁAŻEWSKI Marcin	452		M-40	55	01:57:41	03:29:26.10	+01:32:09	8:52	6.8
169	ŁAŻEWSKA Sylwia	12		K-40	11	01:57:52	03:29:36.80	+01:32:19	8:52	6.8
170	GAŚSIOROWSKA Agnieszka	368	EVERRUN	K-30	18	01:53:12	03:30:12.30	+01:32:55	8:54	6.7
171	BUSS Konrad	35	KUDOWANKA RUN	M-30	55	01:59:12	03:30:57.40	+01:33:40	8:56	6.7
172	BUSS Jakub	30	KUDOWANKA RUN	M-40	56	01:59:24	03:31:04.85	+01:33:48	8:56	6.7
173	MARCINKOWSKA Jadwiga	408		K-50	1	01:57:52	03:31:11.00	+01:33:54	8:56	6.7
174	LESZCZYŃSKA Weronika	506		K-30	19	01:51:50	03:31:15.05	+01:33:58	8:57	6.7
175	DUDEK Przemysław	512	PARKRUN SŁODOWO WŁOCŁAWEK	M-40	57	01:51:33	03:31:19.15	+01:34:02	8:57	6.7
176	BUGANIK Magdalena	480	23 ŚLĄSKI PUŁK ARTYLERII	K-40	12	01:53:37	03:31:23.10	+01:34:06	8:57	6.7
177	ŚWITAŁA Marcin	300	KB SPARTAKUS	M-40	58	01:52:50	03:31:40.80	+01:34:23	8:58	6.7
178	BARCZAK Tomasz	478	RUN TEAM MILEJÓW	M-40	59	01:51:07	03:31:54.30	+01:34:37	8:58	6.7
179	BARCZAK Katarzyna	477	RUN TEAM MILEJÓW	K-40	13	01:51:20	03:32:01.40	+01:34:44	8:59	6.7
180	TOMASZEWSKI Wojciech	458		M-20	15	01:56:05	03:32:02.95	+01:34:46	8:59	6.7
181	KUDŁA Jakub	507		M-30	56	01:51:29	03:32:14.10	+01:34:57	8:59	6.7
182	PIÓRKO Piotr	128	LESZ NO LIMITS RUNNERS	M-30	57	01:51:52	03:32:18.70	+01:35:01	8:59	6.7
183	KAPUSCIK Jakub	254		M-20	16	02:02:15	03:32:33.65	+01:35:16	9:00	6.7
184	KUROWSKA Marlena	487	KAMIENNOGÓRSKA GRUPA BIEGOWA	K-30	20	01:52:20	03:32:36.90	+01:35:20	9:00	6.7
185	ZAŃKO Rafał	169		M-30	58	01:54:27	03:32:39.30	+01:35:22	9:00	6.7
186	MHADHBI Hatem	293		M-30	59	01:51:23	03:32:47.85	+01:35:31	9:01	6.7
187	KACZMARZ Katarzyna	26		K-30	21	01:56:55	03:33:28.25	+01:36:11	9:02	6.6
188	KRAWIEC Piotr	181	KOTWCA BRZEG	M-30	60	01:51:37	03:33:46.55	+01:36:29	9:03	6.6
189	BARANSKA Monika	425		K-50	2	01:58:10	03:33:59.95	+01:36:43	9:04	6.6
190	GABRYSIAK Mariusz	422	WELUŃ BIEGA	M-40	60	01:51:14	03:34:07.55	+01:36:50	9:04	6.6
191	GÓRECKI Rafał	250		M-40	61	01:54:49	03:34:16.55	+01:36:59	9:04	6.6
192	ŁUKASZCZYK Łukasz	198	4FITER	M-30	61	01:53:28	03:34:20.30	+01:37:03	9:04	6.6
193	SZŁOSEK Łukasz	519		M-30	62	01:52:26	03:34:24.35	+01:37:07	9:05	6.6
194	JAGIEŁŁO Konrad	476	RUN TEAM MILEJÓW	M-40	62	01:48:15	03:35:11.00	+01:37:54	9:07	6.6
195	JAGIEŁŁO Joanna	475	RUN TEAM MILEJÓW	K-40	14	01:48:26	03:35:18.35	+01:38:01	9:07	6.6
196	KARKOSZ Aurelia	434		K-30	22	01:57:25	03:35:38.60	+01:38:21	9:08	6.6
197	KRZEŚNIEWSKI Marcin	539		M-40	63	01:57:03	03:35:50.00	+01:38:33	9:08	6.6
198	ODZIMKOWSKI Marcin	364		M-30	63	01:49:48	03:35:53.95	+01:38:37	9:08	6.6
199	KRZYZIŃSKA Sylwia	505	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-40	15	01:59:15	03:36:02.85	+01:38:46	9:09	6.6
200	MAZUREK Marita	361		K-30	23	01:59:08	03:36:08.75	+01:38:51	9:09	6.6
201	WEŹYK Kamila	431		K-30	24	01:58:57	03:36:09.45	+01:38:52	9:09	6.6
202	KAMIŃSKI Wiesław	524		M-50	12	01:52:02	03:36:23.60	+01:39:06	9:10	6.5
203	POPEK Maciej	515	ANETA TEAM	M-40	64	01:54:46	03:37:10.05	+01:39:53	9:12	6.5
204	SIENKIEWICZ Paweł	521	DECEPTICON GYM	M-40	65	02:00:36	03:38:11.25	+01:40:54	9:14	6.5
205	KAWA Michał	418		M-30	64	01:55:42	03:38:22.00	+01:41:05	9:15	6.5

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
206	CZOSKA Przemysław	249	JARBUD	M-30	65	01:55:45	03:38:25.75	+01:41:08	9:15	6.5
207	GÓRNIAK Jarosław	242	JARBUD	M-30	66	01:55:45	03:38:30.05	+01:41:13	9:15	6.5
208	KARWACKI Szymon	334		M-30	67	01:56:17	03:38:57.15	+01:41:40	9:16	6.5
209	LĘGA Wiesław	421	K.S. TĘCZA	M-40	66	01:49:26	03:39:42.90	+01:42:26	9:18	6.4
210	ROLIŃSKI Radostaw	29		M-40	67	01:54:54	03:39:47.80	+01:42:30	9:18	6.4
211	SOKÓLSKA Katarzyna	166	OUTDOOR TRAINING	K-30	25	01:58:30	03:40:00.50	+01:42:43	9:19	6.4
212	SERAFIN Ewelina	23		K-40	16	01:52:43	03:40:36.55	+01:43:19	9:20	6.4
213	JANUS Marcin	404	WIELUŃ BIEGA	M-30	68	01:53:37	03:40:50.80	+01:43:33	9:21	6.4
214	SZYLBURG Piotr	173	TEAM ZABIEGANEDNI	M-30	69	02:00:44	03:40:56.65	+01:43:39	9:21	6.4
215	SZYLBURG Aleksandra	172	TEAM ZABIEGANEDNI	K-30	26	02:00:55	03:41:04.35	+01:43:47	9:22	6.4
216	SOBCZYK Grzesiu	154	WIELUŃ BIEGA	M-30	70	01:53:54	03:41:15.75	+01:43:58	9:22	6.4
217	BARTMAŃSKA Mirosława	517		K-40	17	01:57:59	03:41:48.85	+01:44:32	9:23	6.4
218	FILIPIAK Michał	32	WIELKOPOLSKI KLUB TATERNICTWA JASKINIOWEGO	M-40	68	01:58:34	03:41:53.15	+01:44:36	9:24	6.4
219	KÓŁKIEWICZ Jakub	252		M-40	69	02:03:58	03:42:16.90	+01:45:00	9:25	6.4
220	ZIMA Ryszard	253		M-60	3	02:03:57	03:42:18.15	+01:45:01	9:25	6.4
221	ŁASKAWSKA Justyna	492		K-40	18	01:58:27	03:42:28.35	+01:45:11	9:25	6.4
222	BABICKA Sylwia	440	BIEGAM Z RADOŚCI	K-40	19	01:58:15	03:42:37.80	+01:45:20	9:26	6.4
223	GAŚSIOROWSKA Dorota	474	VELO ŁOSIE NA SZOSIE	K-50	3	02:01:36	03:42:42.10	+01:45:25	9:26	6.4
224	BALKIEWICZ Marlena	372		K-50	4	01:56:53	03:43:10.30	+01:45:53	9:27	6.3
225	BISKUPSKI Jakub	290		M-40	70	02:03:32	03:43:30.20	+01:46:13	9:28	6.3
226	MAZUR Katarzyna	27	UMLAUT	K-40	20	01:59:40	03:43:35.85	+01:46:19	9:28	6.3
227	POCHWAŁA Justyna	67	NATALIA TOMASIAK GÓRSKI STYL TEAM	K-30	27	02:00:51	03:43:41.85	+01:46:25	9:28	6.3
228	PRZYBYŁ Tomasz	496	NIGHT RUNNERS	M-40	71	01:59:54	03:44:13.45	+01:46:56	9:30	6.3
229	MODERACKA Małgorzata	337		K-30	28	02:00:48	03:44:18.80	+01:47:01	9:30	6.3
230	SMUSZ Grzegorz	352		M-40	72	01:56:03	03:44:20.45	+01:47:03	9:30	6.3
231	DZIARKOWSKA Edyta	338	#TEAMDKMS	K-30	29	01:55:51	03:44:35.10	+01:47:18	9:30	6.3
232	KACZOREK Renata	160		K-30	30	01:58:22	03:44:59.35	+01:47:42	9:32	6.3
233	GRUDZIEN-JURKOWSKA Malgorzata	485		K-30	31	01:56:45	03:45:20.70	+01:48:03	9:32	6.3
234	JARMUDA Justyna	327		K-30	32	02:01:14	03:46:01.50	+01:48:44	9:34	6.3
235	DYKTYŃSKI Krzysztof	433	VEOLIA	M-50	13	01:48:22	03:46:19.50	+01:49:02	9:35	6.3
236	WIŚNIEWSKI Tomasz	348		M-40	73	02:02:00	03:46:40.35	+01:49:23	9:36	6.2
237	PULKOWSKI Dariusz	97	OSTRÓDA RUNNERS	M-50	14	02:02:10	03:46:52.70	+01:49:35	9:36	6.2
238	MAZIAREK Adela	210		K-30	33	01:59:40	03:47:28.05	+01:50:11	9:38	6.2
239	PISULA Łukasz	383		M-30	71	02:08:55	03:47:29.55	+01:50:12	9:38	6.2
240	MIERNICKI Tomasz	209	GRUPA BIEGOWA CHTMO	M-50	15	01:59:52	03:47:52.80	+01:50:35	9:39	6.2
241	SUDÓŁ Robert	115	KOTWCA BRZEG	M-30	72	01:59:37	03:48:03.95	+01:50:47	9:39	6.2
242	KADŁUBOWSKI Piotr	55	SRC TEAM KOTWCA BRZEG	M-40	74	02:00:21	03:48:18.05	+01:51:01	9:40	6.2
243	ORŁOWSKI Daniel	141		M-40	75	02:01:24	03:48:18.85	+01:51:02	9:40	6.2
244	ILNICKI Bronisław	164		M-30	73	01:43:08	03:48:25.75	+01:51:08	9:40	6.2
245	FEDOROWICZ Jowita	62	KOTWCA BRZEG	K-30	34	02:01:02	03:48:28.45	+01:51:11	9:40	6.2
246	SEMENIUK Marzena	436	KOTWCA BRZEG	K-30	35	02:00:22	03:48:37.00	+01:51:20	9:41	6.2
247	JANUSZEWSKI Karol	373	BIEGAM U KOLESI	M-30	74	02:02:55	03:48:49.85	+01:51:33	9:41	6.2
248	JANUSZEWSKA Izabela	374	BIEGAM U KOLESI	K-30	36	02:03:06	03:48:58.35	+01:51:41	9:42	6.2
249	LE FELIC Monika	510		K-40	21	02:04:51	03:49:12.55	+01:51:55	9:42	6.2

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
250	BRUZI Kacper	461		M-30	75	01:56:04	03:49:28.40	+01:52:11	9:43	6.2
251	GUZIŃSKA Ola	234	BIEGAM BO LUBIĘ ZĄBKI TEAM	K-40	22	02:05:01	03:49:35.85	+01:52:19	9:43	6.2
252	WRÓBLEWSKI Jarosław	225	RAZ SZCZECIN	M-40	76	01:56:56	03:50:02.60	+01:52:45	9:44	6.2
253	OKRASKA Grzegorz	90		M-30	76	01:59:56	03:50:08.25	+01:52:51	9:45	6.2
254	JARECKA Katarzyna	532		K-40	23	02:07:06	03:50:42.00	+01:53:25	9:46	6.1
255	MORAWSKI Ryszard	197	RMT	M-30	77	02:02:07	03:50:59.35	+01:53:42	9:47	6.1
256	WRZESIŃSKI Piotr	174	GAPPAG TEAM	M-40	77	01:56:15	03:51:14.60	+01:53:57	9:47	6.1
257	RADAJEWSKI Arkadiusz	390	CROSS KRAPKOWICE	M-40	78	02:00:53	03:52:17.15	+01:55:00	9:50	6.1
258	WOŁOWIEC Krzysztof	280	LABORATORYJNIE.PL	M-40	79	02:02:56	03:52:25.90	+01:55:09	9:50	6.1
259	SKRZYPIŃSKA Agnieszka	214		K-30	37	02:02:45	03:52:43.20	+01:55:26	9:51	6.1
260	GANC Marcin	307		M-40	80	02:09:54	03:52:59.55	+01:55:42	9:52	6.1
261	BEDNAREK Dariusz	315	PLAN EMERYTALNY	M-40	81	02:02:20	03:53:12.10	+01:55:55	9:52	6.1
262	MAKARENKOV Sergii	211	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	M-30	78	02:01:17	03:53:19.35	+01:56:02	9:53	6.1
263	LUBAŃSKA Alicja	482		K-50	5	02:02:14	03:53:26.60	+01:56:09	9:53	6.1
264	WOJCIECHOWSKA Dorota	82	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-40	24	02:01:26	03:53:29.15	+01:56:12	9:53	6.1
265	KOZDROJ Wioletta	79	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-40	25	02:00:54	03:53:33.60	+01:56:16	9:53	6.1
266	CHĘC Tomasz	317		M-30	79	01:58:44	03:53:34.75	+01:56:17	9:53	6.1
267	MARCZEWSKI Marcin	235	RESILIA BEMOWO GROTY	M-40	82	02:02:43	03:53:44.80	+01:56:27	9:54	6.1
268	NOSARZEWSKI Mariusz	309	GB PRESS	M-40	83	01:58:57	03:53:44.95	+01:56:28	9:54	6.1
269	BOŹKIEWICZ Jacek	103		M-40	84	02:05:08	03:53:45.15	+01:56:28	9:54	6.1
270	KUBACZKA-LIGENZA Sylwia	186	#CZELADZBIEGA	K-30	38	02:08:11	03:53:47.85	+01:56:31	9:54	6.1
271	GODLEWSKI Adam	180		M-40	85	01:57:14	03:53:51.95	+01:56:35	9:54	6.1
272	RATAJSKA Monika	494		K-20	6	02:04:31	03:53:53.75	+01:56:36	9:54	6.1
273	BOŹKIEWICZ Patrycja	3	PIEKIELNIE ZGRANI	K-40	26	02:05:21	03:53:55.75	+01:56:38	9:54	6.1
274	ZELICHOWSKA Izabela	145	KĘCKIE HARPAGANY	K-40	27	02:04:44	03:53:57.55	+01:56:40	9:54	6.1
275	KURKUS Aleksander	391	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	M-40	86	02:07:18	03:54:24.15	+01:57:07	9:55	6
276	NIEDŹWIEDŹ Grzegorz	237	STS BIEGATON	M-40	87	02:03:26	03:54:51.90	+01:57:35	9:57	6
277	KLIMECKI Michał	349	ZABIEGANI GOLENIÓW	M-30	80	02:03:08	03:54:58.90	+01:57:42	9:57	6
278	WOJCIECHOWSKA Anna	148	PIĄTKOWO NA BIEGOWO	K-40	28	02:03:02	03:55:01.00	+01:57:44	9:57	6
279	KRZESIMOWSKI Damian	271		M-30	81	02:00:33	03:55:07.85	+01:57:51	9:57	6
280	STRZELCZYK Paulina	54	NESSI LESZNO	K-30	39	02:07:57	03:55:51.95	+01:58:35	9:59	6
281	KOSIŃSKI Aleksander	441		M-30	82	01:59:00	03:55:52.55	+01:58:35	9:59	6
282	GIDASZEWSKA Jolanta	38	NESSI LESZNO	K-40	29	02:07:59	03:55:56.85	+01:58:40	9:59	6
283	KOZIOŁ Paweł	20		M-30	83	02:08:35	03:56:04.35	+01:58:47	10:00	6
284	BAJOŁEK Aleksandra	119	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	K-50	6	02:13:13	03:56:18.35	+01:59:01	10:00	6
285	PAPROCKA Natalia	95		K-40	30	02:06:41	03:56:19.35	+01:59:02	10:00	6
286	DZIWIEC-GUZYK Justyna	21	MARELLI SOSNOWEC POLAND	K-40	31	02:09:03	03:56:31.25	+01:59:14	10:01	6
287	RESPONDEK Dariusz	261		M-40	88	02:04:50	03:57:52.35	+02:00:35	10:04	6
288	MIELNIK Natalia	490		K-40	32	02:09:11	03:58:07.70	+02:00:50	10:05	5.9
289	SZYSZKA Marek	304	STS BIEGATON MIKOŁÓW	M-30	84	02:02:04	03:58:23.50	+02:01:06	10:06	5.9
290	KWIATKOWSKA Zuzanna	409		K-40	33	02:06:57	03:58:26.70	+02:01:09	10:06	5.9
291	ORACKA Marta	239	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-30	40	02:14:15	03:58:37.45	+02:01:20	10:06	5.9
292	SERWADCZAK Piotr	266	P+E	M-40	89	02:01:54	03:58:45.65	+02:01:28	10:07	5.9
293	POCHWAŁA Adam	325		M-20	17	02:07:08	03:58:53.10	+02:01:36	10:07	5.9

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
294	MAGDZIAK Iwona	493	NOA	K-30	41	02:05:49	03:58:56.80	+02:01:39	10:07	5.9
295	SIKORA Dawid	168		M-20	18	02:07:15	03:59:00.60	+02:01:43	10:07	5.9
296	SERAFIN Robert	41		M-40	90	02:01:00	04:00:36.60	+02:03:19	10:11	5.9
297	TYCHOWICZ Robert	414	BUTTON'S TEAM	M-40	91	02:03:10	04:00:50.60	+02:03:33	10:12	5.9
298	ŻYTNIK Piotr	413	BUTTON'S TEAM	M-40	92	02:03:17	04:00:58.65	+02:03:41	10:12	5.9
299	PERKA Barbara	71		K-40	34	02:11:42	04:01:30.00	+02:04:13	10:13	5.9
300	STAMM Tomasz	528		M-40	93	02:08:44	04:01:32.15	+02:04:15	10:14	5.9
301	KRYSZAK Dorota	450	MARMEL TORUŃ	K-30	42	02:09:44	04:01:34.95	+02:04:18	10:14	5.9
302	ZAKRZEWSKI Marek	445	MARMEL TORUŃ	M-50	16	02:09:39	04:01:36.45	+02:04:19	10:14	5.9
303	PLASZCZAK Jarosław	6		M-40	94	02:09:23	04:02:08.55	+02:04:51	10:15	5.8
304	STOLARSKI Janusz	298	PARKRUN SŁODOWO, WŁOCLĄWEK	M-60	4	01:59:22	04:02:10.00	+02:04:53	10:15	5.8
305	JURAS-KMIEĆ Marzena	136	BIEGAM SOBIE	K-40	35	02:10:35	04:02:30.80	+02:05:13	10:16	5.8
306	ZACHCIAŁ Anna	346		K-30	43	02:08:00	04:02:41.40	+02:05:24	10:16	5.8
307	PRZESPOLEWSKI Rafał	341	WRZOSOWA STUDZIENIEC	M-40	95	02:08:13	04:02:48.35	+02:05:31	10:17	5.8
308	SIWIASZCZYK Tomasz	236		M-40	96	02:03:54	04:02:56.00	+02:05:39	10:17	5.8
309	WYRWICKI Przemek	112		M-40	97	02:07:41	04:03:08.85	+02:05:52	10:18	5.8
310	HENSZKE Waldemar	66		M-30	85	02:00:03	04:03:10.85	+02:05:54	10:18	5.8
311	ŚWIDER Małgorzata	196		K-30	44	02:06:36	04:04:10.80	+02:06:53	10:20	5.8
312	PYTA Grzegorz	171	NIEZRZESZONY	M-60	5	02:02:51	04:05:23.90	+02:08:07	10:23	5.8
313	FISZER Jakub	339	#TEAMDKMS	M-40	98	02:22:32	04:06:21.10	+02:09:04	10:26	5.7
314	POCHWAŁA Maciej	88		M-20	19	02:05:55	04:06:30.50	+02:09:13	10:26	5.7
315	GĄŁUS Angelika	385	NOVEMBEREER RUNNING TEAM	K-30	45	02:10:08	04:06:43.50	+02:09:26	10:27	5.7
316	SKOWRONEK Tomasz	7		M-30	86	02:01:11	04:07:14.55	+02:09:57	10:28	5.7
317	BEDNARSKA KOZIOŁ Danuta	509	WKURW_TEAM	K-40	36	02:15:20	04:07:20.25	+02:10:03	10:28	5.7
318	RATAJCZAK Karolina	218		K-20	7	02:08:47	04:07:27.85	+02:10:11	10:29	5.7
319	KRAWIEC Marcin	183		M-30	87	02:11:08	04:08:07.85	+02:10:51	10:30	5.7
320	MALINOWSKI Paweł	243	MPK-ŁÓDŹ	M-40	99	02:01:01	04:08:11.35	+02:10:54	10:30	5.7
321	OLSZANKA Anna	310	OTWOCK BIEGA	K-40	37	02:12:57	04:09:34.45	+02:12:17	10:34	5.7
322	SZYMAŃSKI Jacek	534		M-50	17	02:12:38	04:09:44.15	+02:12:27	10:34	5.7
323	SZYMAŃSKA Hanna	498		K-40	38	02:12:43	04:09:45.45	+02:12:28	10:34	5.7
324	GROSKOP Grzegorz	232	RUN TEAM SĘPÓLNO KRAJEŃSKIE	M-20	20	02:10:38	04:09:56.05	+02:12:39	10:35	5.7
325	BŁACHNIO Krzysztof	159	RAZ SZCZECIN	M-50	18	01:57:59	04:09:56.40	+02:12:39	10:35	5.7
326	STAWICKA Ewelina	233	AKTYWNE LISEWO	K-20	8	02:10:58	04:10:03.80	+02:12:46	10:35	5.7
327	SWICARZ Monika	221		K-40	39	02:10:32	04:10:04.90	+02:12:48	10:35	5.7
328	ŁADOŃSKA Agata	405		K-30	46	02:11:23	04:10:17.55	+02:13:00	10:36	5.7
329	RATAJCZAK Grzegorz	219		M-50	19	02:08:25	04:10:45.25	+02:13:28	10:37	5.6
330	KOWNACKA Magdalena	162		K-40	40	02:16:40	04:11:18.30	+02:14:01	10:38	5.6
331	SŁONECKA Anna	399	BRAVEHEARTS LEGIONOWO	K-30	47	02:11:45	04:12:03.45	+02:14:46	10:40	5.6
332	GIBEK Paweł	503		M-30	88	02:06:33	04:12:07.85	+02:14:51	10:41	5.6
333	GAWROŃSKA Agata	401	BRAVEHARDS LEGIONOWO	K-30	48	02:11:59	04:12:21.05	+02:15:04	10:41	5.6
334	KARAMON Magdalena	227		K-40	41	02:12:39	04:12:21.50	+02:15:04	10:41	5.6
335	CICHOMSKA Marzena	58	BIEGAM BO MUSZĘ INACZEJ SIĘ UDUSZĘ	K-30	49	02:14:11	04:12:46.65	+02:15:29	10:42	5.6
336	SIBILA Dawid	94		M-30	89	02:09:40	04:13:04.15	+02:15:47	10:43	5.6
337	ADAMIAK Marta	165	RUN4GOLD	K-30	50	02:14:40	04:13:41.25	+02:16:24	10:45	5.6

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
338	CZEKALSKA Magdalena	245	NARAMOWCE BIEGAJA	K-30	51	02:04:58	04:14:00.20	+02:16:43	10:45	5.6
339	CZEKALSKI Tomasz	246	NARAMOWCE BIEGAJA	M-40	100	02:05:33	04:14:08.90	+02:16:52	10:46	5.6
340	BZOWSKI Marcin	360		M-30	90	02:09:09	04:14:34.30	+02:17:17	10:47	5.6
341	PLASZCZAK Bogumiła	93	PIEKIELNIE ZGRANI	K-40	42	02:11:02	04:14:47.20	+02:17:30	10:47	5.6
342	LUPA Mirosław	255		M-50	20	02:14:18	04:14:57.05	+02:17:40	10:48	5.6
343	ZIELIŃSKA Katarzyna	99		K-30	52	02:27:26	04:15:26.10	+02:18:09	10:49	5.5
344	KWIATKOWSKA Marta	158		K-40	43	02:05:14	04:16:29.90	+02:19:13	10:52	5.5
345	PISOWŁODZKA Dagmara	177		K-40	44	02:18:19	04:17:09.70	+02:19:52	10:53	5.5
346	KRAIŃSKI Piotr	114	#CZELADZBIEGA	M-40	101	02:09:12	04:17:13.45	+02:19:56	10:53	5.5
347	DOMINIAK Katarzyna	355	TIGERS TEAM	K-30	53	02:20:23	04:17:14.40	+02:19:57	10:54	5.5
348	KOWALCZYK Anna	472	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-40	45	02:12:53	04:17:15.00	+02:19:58	10:54	5.5
349	MARCINKOWSKI Piotr	363		M-50	21	02:19:47	04:17:32.15	+02:20:15	10:54	5.5
350	MZYK Fabian	305	STS BIEGATON	M-40	102	02:13:29	04:17:40.80	+02:20:23	10:55	5.5
351	BARTOSZEWSKA Katarzyna	156	WATAHA	K-30	54	02:17:57	04:18:00.45	+02:20:43	10:55	5.5
352	SKARŻEŃSKA Jagoda	527		K-30	55	02:11:47	04:18:53.50	+02:21:36	10:58	5.5
353	SZCZEPKOWSKI Paweł	523	ARTEQUIPMENT	M-60	6	02:15:02	04:18:58.55	+02:21:41	10:58	5.5
354	WITKOWSKA-KOPKA Kaja	43		K-30	56	02:18:02	04:19:09.30	+02:21:52	10:58	5.5
355	OGÓREK Artur	268	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	M-40	103	02:19:55	04:19:15.95	+02:21:59	10:59	5.5
356	SADURSKA Kasia	319		K-30	57	02:16:38	04:19:22.85	+02:22:06	10:59	5.5
357	SIDORCZUK Katarzyna	269	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	K-40	46	02:20:04	04:19:26.15	+02:22:09	10:59	5.5
358	GAJEWSKI Jacek	195	KURCZAK I AGATKA	M-50	22	02:12:53	04:19:38.15	+02:22:21	11:00	5.5
359	KUJAWA Katarzyna	187	KURCZAK I AGATKA	K-40	47	02:13:01	04:19:46.55	+02:22:29	11:00	5.5
360	SOWIŃSKA Magdalena	206	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-40	48	02:13:22	04:19:58.40	+02:22:41	11:00	5.4
361	KACZMAREK Krzysztof	52	K2	M-40	104	02:14:54	04:20:35.05	+02:23:18	11:02	5.4
362	BRODAWKA Olga	72		K-30	58	02:19:40	04:20:36.25	+02:23:19	11:02	5.4
363	POKROP Agnieszka	48	GÓRSKI STYL TEAM	K-30	59	02:19:52	04:20:36.80	+02:23:19	11:02	5.4
364	POWAŁA Janusz	170	JIL	M-60	7	02:11:39	04:22:04.25	+02:24:47	11:06	5.4
365	DUNAL Tomasz	116	SZ JAK GEPARD	M-30	91	02:08:30	04:22:57.30	+02:25:40	11:08	5.4
366	SAWICKA Izabela	14	PARKRUN	K-30	60	02:16:49	04:23:05.15	+02:25:48	11:08	5.4
367	KRYSIAK Łukasz	8	PIĄTKOWO NA BIEGOWO	M-40	105	02:06:14	04:23:36.05	+02:26:19	11:10	5.4
368	RUDAWSKA Karolina	137		K-20	9	02:19:58	04:24:52.80	+02:27:35	11:13	5.3
369	BOSY Joanna	222		K-30	61	02:15:59	04:24:57.80	+02:27:40	11:13	5.3
370	PIETROWSKA Hallik	45		K-50	7	02:21:45	04:24:58.80	+02:27:41	11:13	5.3
371	BŁASZCZAK Katarzyna	92	DOGOŃ GRODZISK MAZOWECKI	K-30	62	02:22:17	04:25:31.90	+02:28:15	11:15	5.3
372	BĄK Bogdan	340		M-40	106	02:16:04	04:25:51.05	+02:28:34	11:15	5.3
373	PAWŁOWSKI Zbigniew	501		M-50	23	02:19:56	04:26:36.65	+02:29:19	11:17	5.3
374	MALISZAK Agnieszka	152		K-30	63	02:23:47	04:27:06.65	+02:29:49	11:19	5.3
375	STACHURSKA Monika	17		K-50	8	02:18:28	04:27:18.95	+02:30:02	11:19	5.3
376	CELICHOWSKI Stanisław	451		M-30	92	02:24:18	04:27:55.00	+02:30:38	11:21	5.3
377	MAJ Magdalena	16	GRAŻYŃKI OCR	K-30	64	02:24:27	04:28:03.50	+02:30:46	11:21	5.3
378	SZYMCZAK Anna	311	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	K-40	49	02:24:40	04:29:47.05	+02:32:30	11:25	5.2
379	SIERANT Marian	176		M-60	8	02:15:38	04:30:19.60	+02:33:02	11:27	5.2
380	JARZĘBSKA-MAJCHRZAK Agnieszka	34	TU INTER POLSKA SA	K-20	10	02:27:29	04:31:04.90	+02:33:48	11:29	5.2
381	CZUCHWICKI Marek	15		M-40	107	02:17:36	04:31:15.40	+02:33:58	11:29	5.2

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							netto 23.6km	Różn		
382	DUDEK Mariola	36	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	K-40	50	02:19:56	04:31:37.05	+02:34:20	11:30	5.2
383	STRZECHOWSKI Dariusz	108	RAJSPOK ACTIVE	M-30	93	02:27:17	04:32:55.90	+02:35:39	11:33	5.2
384	BANASZCZAK Karina	60	OFIARY SPORTU	K-20	11	02:27:31	04:33:11.80	+02:35:54	11:34	5.2
385	JANKOWIAK Piotr	291	SPARTA RUNNERS	M-20	21	02:15:36	04:33:31.15	+02:36:14	11:35	5.2
386	FILIPOWIAK Bartosz	294	SPARTA TEAM	M-40	108	02:15:33	04:33:39.70	+02:36:22	11:35	5.2
387	KOCZOROWSKI Marcin	314	TEAM ZABIEGANEDNI	M-40	109	02:23:25	04:33:46.40	+02:36:29	11:36	5.2
388	ADAMSKI Adam	356	BIERUTOWSKA GRUPA BIEGOWA	M-50	24	02:19:18	04:33:48.80	+02:36:31	11:36	5.2
389	KOCZOROWSKA Anna	313	TEAM ZABIEGANEDNI	K-30	65	02:23:31	04:33:54.35	+02:36:37	11:36	5.2
390	MITEK Marta	194		K-30	66	02:24:57	04:34:45.85	+02:37:29	11:38	5.2
391	PAWLAK Krzysztof	286		M-40	110	02:21:05	04:35:14.75	+02:37:57	11:39	5.1
392	PAWLAK Małgorzata	287		K-40	51	02:21:07	04:35:22.30	+02:38:05	11:40	5.1
393	KOZIEŁ Piotr	365	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	M-30	94	02:21:11	04:35:46.95	+02:38:30	11:41	5.1
394	ZAWADZKA Magdalena	25	AKS POLONIA WARSZAWA	K-30	67	02:21:20	04:35:50.15	+02:38:33	11:41	5.1
395	KORNACKA Hanna	200	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	K-40	52	02:21:26	04:36:05.65	+02:38:48	11:41	5.1
396	MAJEROWSKI Mateusz	285		M-30	95	02:18:54	04:37:32.50	+02:40:15	11:45	5.1
397	PAWLIK Anna	106	OSTRÓDA RUNNERS	K-40	53	02:25:26	04:40:53.50	+02:43:36	11:54	5
398	WITKOWSKA Ania	18		K-30	68	02:31:29	04:41:00.20	+02:43:43	11:54	5
399	MACKIEWICZ Katarzyna	122		K-30	69	02:31:26	04:41:09.00	+02:43:52	11:54	5
400	SZYNKLEWSKI Maciej	522		M-50	25	02:27:07	04:41:38.45	+02:44:21	11:56	5
401	POCHWAŁA Piotr	56		M-50	26	02:19:08	04:41:40.40	+02:44:23	11:56	5
402	REMBOWSKA Natalia	282		K-40	54	02:27:16	04:41:48.00	+02:44:31	11:56	5
403	MIERZEJEWSKA Martyna	316	BIEGAM NA TARCHOMINIE	K-30	70	02:33:15	04:41:49.85	+02:44:33	11:56	5
404	STOLARSKA Danuta	299	PARKRUN SŁODOWO, WŁOCŁAWEK	K-60	1	02:34:01	04:46:11.50	+02:48:54	12:07	4.9
405	WITKOWSKA Maria	59	KLUB KRÓLIKA STEFANA	K-60	2	02:41:18	04:46:28.95	+02:49:12	12:08	4.9
406	WRZOSEK Karolina	483		K-30	71	02:29:57	04:46:39.75	+02:49:22	12:08	4.9
407	WIŚNIEWSKA Dorota	350		K-40	55	02:34:58	04:48:00.25	+02:50:43	12:12	4.9
408	LEWANDOWSKA Ewelina	333	NIGHT RUNNERS WROCŁAW	K-30	72	02:35:01	04:48:10.60	+02:50:53	12:12	4.9
409	FURTACZ Anna	427		K-40	56	02:30:58	04:48:46.75	+02:51:29	12:14	4.9
410	LATOS Joanna	347		K-40	57	02:28:54	04:49:19.85	+02:52:03	12:15	4.9
411	KSIĘŻAK Jolanta	320		K-40	58	02:32:34	04:50:25.50	+02:53:08	12:18	4.9
412	KRZYKWA Agnieszka	241		K-50	9	02:32:40	04:50:36.45	+02:53:19	12:18	4.9
413	CZYŻEWSKA Marlena	238		K-50	10	02:32:53	04:50:45.95	+02:53:29	12:19	4.9
414	ADAMCZUK Piotr	371		M-40	111	02:20:52	04:51:21.10	+02:54:04	12:20	4.9
415	MHADHBI Joanna	292		K-30	73	02:28:47	04:51:56.80	+02:54:39	12:22	4.9
416	PERZ Kacper	303		M-20	22	02:39:54	04:52:54.40	+02:55:37	12:24	4.8
417	MORAWSKA Katarzyna	251	FUCK THE PESEL	K-40	59	02:30:38	04:53:17.00	+02:56:00	12:25	4.8
418	JEŻEWSKA Sylwia	343	DRUŻYNA SZPIKU	K-40	60	02:31:53	04:53:56.45	+02:56:39	12:27	4.8
419	HEIMOWSKA Beata	446		K-30	74	02:39:22	04:55:54.85	+02:58:38	12:32	4.8
420	BLICHERT Anna	57	I DON'T KURWA CARE	K-30	75	02:32:02	04:55:56.05	+02:58:39	12:32	4.8
421	ZABOROWSKA Aleksandra	395		K-40	61	02:37:09	04:58:21.80	+03:01:04	12:38	4.7
422	MARYNIAK Katarzyna	386	WYBIEGAJ SIEBIE	K-40	62	02:31:36	05:00:52.95	+03:03:36	12:44	4.7
423	GAGASZKA Agnieszka	104		K-30	76	02:38:04	05:02:53.05	+03:05:36	12:50	4.7
424	MARCINKOWSKA Beata	178	#CZELADZBIEGA	K-50	11	02:37:41	05:06:21.65	+03:09:04	12:58	4.6
425	BARTOSZEWICZ Marta	192		K-30	77	02:43:09	05:06:58.60	+03:09:41	13:00	4.6

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Parking 14.4km	Czas netto 23.6km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
426	ROGOWSKA-ROSZCZYK Magdalena	199		K-40	63	02:43:30	05:07:10.25	+03:09:53	13:00	4.6
427	WRÓBEL Marzena	231		K-40	64	02:40:46	05:08:57.40	+03:11:40	13:05	4.6
428	SZOTOWICZ Ewa	151		K-30	78	02:43:13	05:09:49.15	+03:12:32	13:07	4.6
429	ŁAŻNIAK-PFAJFER Agata	226	CARDIORUNNERS	K-30	79	02:19:27	05:10:44.65	+03:13:27	13:10	4.6
430	PRZYŁUSKA Mirosława	223	RAZ SZCZECIN	K-60	3	02:44:48	05:15:45.05	+03:18:28	13:22	4.5
431	KLOC Adam	265		M-50	27	02:47:15	05:18:25.35	+03:21:08	13:29	4.4
432	WALCZAK Faustyna	264		K-30	80	02:47:21	05:18:30.85	+03:21:14	13:29	4.4
433	MATEJKA Łukasz	273	BIEGAM NA TARCHOMINIE	M-30	96	02:46:43	05:19:26.35	+03:22:09	13:32	4.4
434	MATEJKA Małgorzata	274	BIEGAM NA TARCHOMINIE	K-30	81	02:46:52	05:19:33.85	+03:22:17	13:32	4.4
435	KASZUBA Katarzyna	105	#CZELADZBIEGA	K-40	65	02:52:13	05:21:09.75	+03:23:52	13:36	4.4
436	STRZELCZYK Edyta	267	P+E	K-40	66	02:48:06	05:21:25.60	+03:24:08	13:37	4.4
437	KORNILUK Izabela	135		K-40	67	02:55:06	05:22:01.65	+03:24:44	13:38	4.4
438	JASIUL Mariola	111		K-40	68	02:52:43	05:22:47.20	+03:25:30	13:40	4.4
439	TOMALAK Anna	529		K-30	82	02:57:43	05:28:18.70	+03:31:01	13:54	4.3
440	FORMELA Justyna	530		K-40	69	02:57:23	05:28:36.55	+03:31:19	13:55	4.3
441	MIŚKIEWICZ Wojciech	531		M-30	97	02:57:15	05:28:45.00	+03:31:28	13:55	4.3
442	DULIASZ Cezary	134	NIGHT RUNNERS KRAKÓW	M-50	28	02:56:46	05:35:05.05	+03:37:48	14:11	4.2
443	WOZOWCZYK-LESZKO Ela	133		K-50	12	03:00:10	05:35:35.80	+03:38:18	14:13	4.2
444	FURTACZ Marek	428		M-60	9	02:56:10	05:36:23.20	+03:39:06	14:15	4.2
445	CHWIAŁKOWSKA Elżbieta	53		K-50	13	02:56:54	05:39:25.25	+03:42:08	14:22	4.2

Znaleziono 445 wynik(ów)