



## SKRWILNO - PUCHARY REGIONALNE NORDIC WALKING - 5 KM

B4SPORT

**Wydarzenie:** Puchary Regionalne Nordic Walking 2019  
**Organizator:** Polska Federacja Nordic Walking  
**Data:** 2019-07-28  
**Miejsce:** Skrwilno  
**Dystans:** 5 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Start_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	WOROCH Roman	176	KS METRACO POLKOWICE	M60-64	1			00:16:22	<b>00:33:04.21</b>		6:37	9.1
2	OLSZAŃSKI Karol	113	FEAR THE RETURN	M40-44	1			00:16:58	<b>00:34:46.10</b>	+00:01:41	6:57	8.6
3	FRĄCKOWIAK Roman	35	KS METRACO POLKOWICE	M50-54	1			00:17:12	<b>00:34:46.71</b>	+00:01:42	6:57	8.6
4	DEMBKOWSKI Ryszard	27	OLD SNAKE	M65-69	1			00:17:52	<b>00:35:35.24</b>	+00:02:31	7:07	8.4
5	MAŚLANKA Iwona	100	MARSZ PO ZDROWIE	K45-49	1			00:17:32	<b>00:35:37.70</b>	+00:02:33	7:07	8.4
6	JÓŹWIAK Marianna	59	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K45-49	2			00:17:34	<b>00:35:41.55</b>	+00:02:37	7:08	8.4
7	BUŁAKOWSKI Bohdan	19	PASJA NORDIC WALKING	M65-69	2			00:17:52	<b>00:35:43.85</b>	+00:02:39	7:08	8.4
8	REJMENTOWSKA Sylwia	129	PASJA NORDIC WALKING	K40-44	1			00:17:45	<b>00:36:03.63</b>	+00:02:59	7:12	8.3
9	KĘDZIERSKA Agnieszka	64	KIJKOWE TRZEMESZNO	K40-44	2			00:17:58	<b>00:36:14.45</b>	+00:03:10	7:14	8.3
10	DUSZEŃKO Zygmunt	31	KS METRACO POLKOWICE	M- Niepełnosprawni(A)	1			00:17:57	<b>00:36:15.13</b>	+00:03:10	7:15	8.3
11	GODZIŃSKA Dorota	183	BAŻANT NW ELBLĄG	K30-39	1			00:18:07	<b>00:36:22.87</b>	+00:03:18	7:16	8.2
12	SZYMAŃSKI Stefan	148	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW I RENCISTÓW W DYWITACH	M70+	1			00:18:10	<b>00:36:27.74</b>	+00:03:23	7:17	8.2
13	TOMCZYK Edward	154	MARSZ PO ZDROWIE	M70+	2			00:18:11	<b>00:36:36.18</b>	+00:03:31	7:19	8.2
14	JASIŁEK Przemysław	52		M40-44	2			00:17:59	<b>00:36:36.90</b>	+00:03:32	7:19	8.2
15	OKRZESI-KFRĄCKOWIAK Izabela	110	KS METRACO POLKOWICE	K50-54	1			00:18:11	<b>00:36:39.45</b>	+00:03:35	7:19	8.2
16	JĘDRZEJEWSKI Łukasz	57	KLUB HONOROWYCH DAWCÓW KRWI LEGION PŁOCK	M30-39	1			00:18:03	<b>00:36:45.20</b>	+00:03:40	7:21	8.2
17	KLARKOWSKI Bogdan	66	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M65-69	3			00:17:53	<b>00:36:48.47</b>	+00:03:44	7:21	8.1
18	STANECKI Maciej	140	BIEGAM W SFETSZE	M-Jun.	1			00:18:20	<b>00:36:50.48</b>	+00:03:46	7:22	8.1
19	BUJNIŃSKI Marcin	18	NORDIC WALKING PASŁĘK	M40-44	3			00:18:09	<b>00:36:58.56</b>	+00:03:54	7:23	8.1
20	ZIELIŃSKI Szczepan	182	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M45-49	1			00:18:20	<b>00:36:59.82</b>	+00:03:55	7:24	8.1
21	KOP Wiesław	76	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	M55-59	1			00:18:40	<b>00:37:06.62</b>	+00:04:02	7:25	8.1
22	KAPTEJNA Robert	62	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M45-49	2			00:18:22	<b>00:37:07.27</b>	+00:04:03	7:25	8.1
23	DUDEK Edward	30	KS METRACO POLKOWICE	M65-69	4			00:18:22	<b>00:37:13.81</b>	+00:04:09	7:26	8.1
24	TRZCIŃSKI Eugeniusz	157		M60-64	2			00:18:10	<b>00:37:14.33</b>	+00:04:10	7:26	8.1
25	BUCZKOWSKI Jerzy	15	KS SOKÓŁ GAŚAWA	M65-69	5			00:18:20	<b>00:37:16.69</b>	+00:04:12	7:27	8

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Start_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
26	<b>PUSZKARSKA Małgorzata</b>	<b>125</b>	GOSADI NORDIC TEAM	K40-44	3			00:18:22	<b>00:37:40.53</b>	+00:04:36	7:32	8
27	<b>WASILEWSKI Sławomir</b>	<b>162</b>	PASJA NORDIC WALKING	M70+	3			00:18:40	<b>00:37:42.75</b>	+00:04:38	7:32	8
28	<b>OLEŚ Józef</b>	<b>112</b>	NW WERWA MŁAWA	M- Niepełnosprawni(A)	2			00:18:43	<b>00:38:04.67</b>	+00:05:00	7:37	7.9
29	<b>DOMBRZALSKI Ryszard</b>	<b>28</b>	WTW WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(A)	3			00:18:44	<b>00:38:05.37</b>	+00:05:01	7:37	7.9
30	<b>STAŃCZAK Grażyna</b>	<b>141</b>	FACE NORDIC WALKING TEAM	K65-69	1			00:18:35	<b>00:38:07.84</b>	+00:05:03	7:37	7.9
31	<b>WROŃSKI Włodzimierz</b>	<b>178</b>	PASJA NORDIC WALKING	M65-69	6			00:18:40	<b>00:38:11.18</b>	+00:05:06	7:38	7.9
32	<b>GOCZYŃSKI Kazimierz</b>	<b>40</b>	TKKF KUBUŚ SIERPC	M65-69	7			00:18:51	<b>00:38:11.48</b>	+00:05:07	7:38	7.9
33	<b>KOŁPAK Jan</b>	<b>74</b>	LKS ZANTYR SZTUM	M70+	4			00:18:45	<b>00:38:11.57</b>	+00:05:07	7:38	7.9
34	<b>ZIELIŃSKA Jolanta</b>	<b>181</b>		K55-59	1			00:18:58	<b>00:38:14.28</b>	+00:05:10	7:39	7.8
35	<b>GRYGOROWICZ Bogdan</b>	<b>49</b>	KS METRACO POLKOWICE	M- Niepełnosprawni(B)	1			00:18:53	<b>00:38:16.99</b>	+00:05:12	7:39	7.8
36	<b>KOLBERG Kamila</b>	<b>72</b>	KIJKOWE TRZEMESZNO	K30-39	2			00:18:55	<b>00:38:18.02</b>	+00:05:13	7:39	7.8
37	<b>CHUDZIŃSKI Andrzej</b>	<b>22</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M70+	5			00:19:01	<b>00:38:37.63</b>	+00:05:33	7:43	7.8
38	<b>KUPIBIDA Bogusława</b>	<b>87</b>	SILESIA NORDIC TEAM	K60-64	1			00:19:12	<b>00:38:44.40</b>	+00:05:40	7:45	7.7
39	<b>PIETRUSEWICZ Joanna</b>	<b>120</b>	PASJA NORDIC WALKING	K45-49	3			00:19:01	<b>00:38:47.07</b>	+00:05:42	7:45	7.7
40	<b>GOŁĘBIEWSKI Andrzej</b>	<b>284</b>	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	M60-64	3			00:19:02	<b>00:38:59.59</b>	+00:05:55	7:48	7.7
41	<b>MALINOWSKA Monika</b>	<b>95</b>	LKS ZANTYR SZTUM	K30-39	3			00:18:47	<b>00:38:59.77</b>	+00:05:55	7:47	7.7
42	<b>GRYGOROWICZ Teresa</b>	<b>48</b>	KS METRACO POLKOWICE	K65-69	2			00:19:04	<b>00:38:59.91</b>	+00:05:55	7:48	7.7
43	<b>KOCZOROWSKA Patrycja</b>	<b>69</b>	KS SOKÓŁ GAŚAWA	K-Jun.	1			00:19:22	<b>00:39:02.87</b>	+00:05:58	7:48	7.7
44	<b>SZENDZIELORZ Ilona</b>	<b>145</b>	STADION ŚLĄSKI	K60-64	2			00:19:20	<b>00:39:05.21</b>	+00:06:01	7:49	7.7
45	<b>DANA Kazimiera</b>	<b>286</b>	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K65-69	3			00:19:19	<b>00:39:12.21</b>	+00:06:08	7:50	7.7
46	<b>BERCZYŃSKI Henryk</b>	<b>6</b>	NADLEŚNICTWO OKONEK	M60-64	4			00:19:01	<b>00:39:22.96</b>	+00:06:18	7:52	7.6
47	<b>SULECKA Gabriela</b>	<b>144</b>		K-Niepełnosprawni(A)	1			00:19:22	<b>00:39:25.52</b>	+00:06:21	7:53	7.6
48	<b>BRANCZEWSKA Ewa</b>	<b>9</b>	NW WERWA MŁAWA	K40-44	4			00:18:57	<b>00:39:27.90</b>	+00:06:23	7:53	7.6
49	<b>WOROCH Jolanta</b>	<b>177</b>	KS METRACO POLKOWICE	K50-54	2			00:19:42	<b>00:39:35.95</b>	+00:06:31	7:55	7.6
50	<b>MAJEWSKA Kinga</b>	<b>92</b>	WTW WŁOCŁAWEK	K40-44	5			00:19:33	<b>00:39:39.48</b>	+00:06:35	7:56	7.6
51	<b>OLSZEWSKI Ryszard</b>	<b>114</b>	LKS ZANTYR SZTUM	M65-69	8			00:19:34	<b>00:39:40.30</b>	+00:06:36	7:56	7.6
52	<b>DAROSZEWSKA Krystyna</b>	<b>25</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K60-64	3			00:19:43	<b>00:39:41.32</b>	+00:06:37	7:56	7.6
53	<b>STAŃCZAK Ryszard</b>	<b>142</b>	FACE NORDIC WALKING TEAM	M70+	6			00:19:29	<b>00:39:45.72</b>	+00:06:41	7:57	7.5
54	<b>WIŚNIEWSKI Kazimierz</b>	<b>170</b>	PASJA NORDIC WALKING	M60-64	5			00:19:35	<b>00:39:45.95</b>	+00:06:41	7:57	7.5
55	<b>MIKUSIŃSKA Jola</b>	<b>101</b>	FEAR THE RETURN	K45-49	4	1		00:19:49	<b>00:39:48.38</b>	+00:06:44	7:57	7.5
56	<b>KOSECKA Katarzyna</b>	<b>77</b>	FORMA NA PIĄTKĘ NW	K50-54	3			00:19:39	<b>00:39:51.90</b>	+00:06:47	7:58	7.5
57	<b>GAŁAŚ Joanna</b>	<b>37</b>	PASJA NORDIC WALKING	K18-29	1			00:19:07	<b>00:40:00.14</b>	+00:06:55	8:00	7.5
58	<b>WOLIŃSKA Ewa</b>	<b>174</b>	WTW WŁOCŁAWEK	K65-69	4			00:20:12	<b>00:40:05.39</b>	+00:07:01	8:01	7.5
59	<b>KRAWCZYK Dorota</b>	<b>81</b>	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	K60-64	4			00:19:49	<b>00:40:08.10</b>	+00:07:03	8:01	7.5
60	<b>PRACKI Zbigniew</b>	<b>123</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M50-54	2			00:19:46	<b>00:40:08.94</b>	+00:07:04	8:01	7.5
61	<b>SOŁDECKA Anna</b>	<b>137</b>		K45-49	5			00:20:00	<b>00:40:12.96</b>	+00:07:08	8:02	7.5
62	<b>SZYMAŃSKI Roman</b>	<b>281</b>		M50-54	3			00:19:48	<b>00:40:15.35</b>	+00:07:11	8:03	7.5
63	<b>WALESZKO Andrzej</b>	<b>160</b>	PASJA NORDIC WALKING	M45-49	3			00:19:53	<b>00:40:21.37</b>	+00:07:17	8:04	7.4
64	<b>SAKOWSKA Krystyna</b>	<b>131</b>	PASJA NORDIC WALKING	K40-44	6			00:19:44	<b>00:40:22.82</b>	+00:07:18	8:04	7.4
65	<b>TUCHALSKA Edyta</b>	<b>194</b>		K30-39	4			00:20:15	<b>00:40:28.12</b>	+00:07:23	8:05	7.4
66	<b>BIERNACKA Justyna</b>	<b>193</b>		K18-29	2			00:19:51	<b>00:40:48.24</b>	+00:07:44	8:09	7.4
67	<b>GÓRECKA Iwona</b>	<b>190</b>	STADION ŚLĄSKI	K50-54	4			00:20:12	<b>00:40:49.51</b>	+00:07:45	8:10	7.3

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Start_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
68	JÓZWIAK Łukasz	58	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(A)	4			00:19:59	<b>00:40:50.05</b>	+00:07:45	8:10	7.3
69	MOTOCZYŃSKI Krzysztof	103	GOSIR OSIELSKO	M60-64	6			00:20:20	<b>00:40:52.81</b>	+00:07:48	8:10	7.3
70	OLEŚ Elżbieta	111	NW WERWA MŁAWA	K65-69	5			00:19:56	<b>00:41:13.22</b>	+00:08:09	8:14	7.3
71	CIARKA Henryk	24	NW PŁOŃSK	M70+	7			00:20:27	<b>00:41:15.50</b>	+00:08:11	8:15	7.3
72	ORCIUCH Andrzej	279		M- Niepełnosprawni(A)	5			00:20:40	<b>00:41:17.14</b>	+00:08:12	8:15	7.3
73	KOLCZYŃSKI Jan	192	UKS SKRWILNO	M-Jun.	2			00:20:37	<b>00:41:17.69</b>	+00:08:13	8:15	7.3
74	KOŁPAK Irena	75	LKS ZANTYR SZTUM	K65-69	6			00:20:50	<b>00:41:47.53</b>	+00:08:43	8:21	7.2
75	STANECKA Zuzanna	139	BIEGAM W SFETSZE	K-Jun.	2			00:20:31	<b>00:42:01.42</b>	+00:08:57	8:24	7.1
76	KOLCZYŃSKA Monika	189	NADLEŚNICTWO SKRWILNO	K40-44	7			00:20:39	<b>00:42:04.20</b>	+00:08:59	8:25	7.1
77	GRABOWSKA Bożena	43	LKS ZANTYR SZTUM	K45-49	6			00:20:20	<b>00:42:05.75</b>	+00:09:01	8:25	7.1
78	KOLENDA Zbigniew	73		M70+	8			00:20:59	<b>00:42:10.77</b>	+00:09:06	8:26	7.1
79	BADZIĄG Waldemar	188	ELITE TEAM	M50-54	4			00:20:46	<b>00:42:11.80</b>	+00:09:07	8:26	7.1
80	KOSOBUDZKI Paweł	278		M40-44	4			00:21:35	<b>00:42:14.91</b>	+00:09:10	8:27	7.1
81	GNAP Tomasz	39		M40-44	5			00:20:17	<b>00:42:17.53</b>	+00:09:13	8:27	7.1
82	STECKIEWICZ Iwona	143	KB LECH RYPIN	K45-49	7			00:20:52	<b>00:42:27.31</b>	+00:09:23	8:29	7.1
83	MAJEWSKI Włodzimierz	93	WTW WŁOCŁAWEK	M65-69	9			00:21:27	<b>00:42:35.94</b>	+00:09:31	8:31	7
84	ŚWIERCZYŃSKA Joanna	151	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K50-54	5			00:21:10	<b>00:42:39.45</b>	+00:09:35	8:31	7
85	KOSIŃSKA Maria	78	MOSIR RYPIN	K60-64	5			00:21:11	<b>00:42:40.13</b>	+00:09:35	8:32	7
86	GĄSEWICZ-FILIPIAK Agnieszka	38	NORDICUS STRZYBNICA	K40-44	8			00:21:04	<b>00:42:42.64</b>	+00:09:38	8:32	7
87	KULIG Bożena	85	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K60-64	6			00:21:11	<b>00:42:44.88</b>	+00:09:40	8:33	7
88	WESOŁOWSKI Marek	164	PASJA NORDIC WALKING	M50-54	5			00:20:51	<b>00:42:45.28</b>	+00:09:41	8:33	7
89	WIŚNIEWSKI Janusz	171	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M45-49	4			00:20:49	<b>00:42:46.71</b>	+00:09:42	8:33	7
90	BRYL Michał	14	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M18-29	1	1		00:20:35	<b>00:42:49.06</b>	+00:09:44	8:33	7
91	ORZECHOWSKA Jolanta	116	DIABETYCY RYPIN	K30-39	5			00:20:46	<b>00:42:51.08</b>	+00:09:46	8:34	7
92	BARCZYK Jolanta	3	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K55-59	2			00:20:04	<b>00:42:52.65</b>	+00:09:48	8:34	7
93	POKWICKA Janina	121	NW PŁOŃSK	K65-69	7			00:20:29	<b>00:42:53.68</b>	+00:09:49	8:34	7
94	CHYREK Renata	23	GOSIR OSIELSKO	K55-59	3			00:21:23	<b>00:42:54.31</b>	+00:09:50	8:34	7
95	TEUBERT Piotr	152	ROXKIJE ROKIETNICA	M45-49	5			00:21:02	<b>00:42:55.30</b>	+00:09:51	8:35	7
96	ORZECHOWSKI Waldemar	115	DIABETYCY RYPIN	K40-44	9			00:21:00	<b>00:42:56.48</b>	+00:09:52	8:35	7
97	SZYMAŃSKA Alina	280		K55-59	4			00:21:09	<b>00:43:00.18</b>	+00:09:55	8:36	7
98	KOMOSIŃSKA Małgorzata	185		K55-59	5			00:21:12	<b>00:43:02.68</b>	+00:09:58	8:36	7
99	GOLAK-WEGIERA Katarzyna	41	ROXKIJE ROKIETNICA	K45-49	8			00:21:15	<b>00:43:05.17</b>	+00:10:00	8:37	7
100	TEUBERT Anna	153	ROXKIJE ROKIETNICA	K45-49	9			00:21:53	<b>00:43:28.16</b>	+00:10:23	8:41	6.9
101	SOŁDECKI Wojciech	138		M-Dzieci	1			00:20:58	<b>00:43:29.12</b>	+00:10:24	8:42	6.9
102	NIESŁONY Ryszard	108	STADION ŚLĄSKI	M55-59	2			00:21:21	<b>00:43:31.20</b>	+00:10:26	8:42	6.9
103	PARADOWSKI Andrzej	283		M30-39	2			00:21:14	<b>00:43:36.29</b>	+00:10:32	8:43	6.9
104	ŁOPIŃSKI Leszek	91	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M65-69	10			00:21:14	<b>00:43:50.78</b>	+00:10:46	8:46	6.8
105	WALESZKO Adam	161	PASJA NORDIC WALKING	M-Jun.	3			00:21:26	<b>00:43:55.76</b>	+00:10:51	8:47	6.8
106	NYGA Renata	187	NW WERWA MŁAWA	K45-49	10			00:22:04	<b>00:44:03.95</b>	+00:10:59	8:48	6.8
107	CHLEWIŃSKA Iwona	20	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K65-69	8			00:21:54	<b>00:44:21.04</b>	+00:11:16	8:52	6.8
108	JASIŃSKA Bogumiła	54	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K65-69	9			00:22:17	<b>00:44:24.03</b>	+00:11:19	8:52	6.8
109	BRANCZEWSKI Rafał	10	NW WERWA MŁAWA	M-Dzieci	2	1		00:20:55	<b>00:44:34.64</b>	+00:11:30	8:55	6.7
110	DYMKOWSKA Beata	32		K50-54	6			00:21:54	<b>00:44:37.73</b>	+00:11:33	8:55	6.7

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Start_All 2.5km	Czas			Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn			
111	SIKORSKI Kazimierz	134	WTW WŁOCŁAWEK	M70+	9			00:21:57	00:44:49.93	+00:11:45	8:58	6.7	
112	BRYL Zdzisław	13	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M50-54	6			00:22:15	00:44:52.46	+00:11:48	8:58	6.7	
113	KOCZOROWSKI Kacper	71	KS SOKÓŁ GAŚAWA	M-Dzieci	3			00:22:41	00:45:02.02	+00:11:57	9:00	6.7	
114	KŁOS Lidia	67	SPORT I REKREACJA START	K45-49	11			00:22:19	00:45:13.11	+00:12:08	9:02	6.6	
115	ŚLIWIŃSKA Ewa	149	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K50-54	7			00:22:32	00:45:15.72	+00:12:11	9:03	6.6	
116	BIŁIŃSKA Danuta	7	WTW WŁOCŁAWEK	K60-64	7			00:21:44	00:45:25.00	+00:12:20	9:05	6.6	
117	ŁASIŃSKI Jarosław	89		M40-44	6			00:22:05	00:45:25.96	+00:12:21	9:05	6.6	
118	SZKOPIŃSKA Marta	263	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K50-54	8			00:22:05	00:45:34.07	+00:12:29	9:06	6.6	
119	URBAN Jacek	159	LESZNO :)	M65-69	11			00:22:09	00:45:39.26	+00:12:35	9:08	6.6	
120	LASKOWSKI Jan	88		M70+	10			00:22:21	00:45:47.67	+00:12:43	9:09	6.6	
121	BAZELA Henryka	4	PARAKULOS KOWAL	K60-64	8			00:23:03	00:45:49.99	+00:12:45	9:10	6.5	
122	TROJAK Andrzej	155	MOSIR RYPIN	M60-64	7			00:22:02	00:45:52.15	+00:12:47	9:10	6.5	
123	ŁOPIŃSKA Anna	90	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K60-64	9			00:22:22	00:45:57.55	+00:12:53	9:11	6.5	
124	RATAJCZAK Jerzy	127		M70+	11			00:22:25	00:45:58.80	+00:12:54	9:11	6.5	
125	JAREK Małgorzata	51	FORMA NA PIĄTKĘ NW	K45-49	12			00:22:31	00:46:10.17	+00:13:05	9:14	6.5	
126	WIŚNIEWSKI Piotr	169	DIABETYCY RYPIN	M50-54	7			00:22:31	00:46:12.96	+00:13:08	9:14	6.5	
127	EFEMBERG Michał	33	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	M-Dzieci	4			00:22:22	00:46:13.31	+00:13:09	9:14	6.5	
128	KULESZA-BRUNKA Dorota	84	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K55-59	6			00:23:04	00:46:18.34	+00:13:14	9:15	6.5	
129	BRODZIŃSKA Ewelina	11	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K-Niepełnosprawni(B)	1			00:23:20	00:46:28.54	+00:13:24	9:17	6.5	
130	TUSZYŃSKA Anna	158	LIDER GRODZISK MAZOWIECKI	K-Niepełnosprawni(A)	2			00:23:06	00:46:28.64	+00:13:24	9:17	6.5	
131	GROBELNA Jadwiga	46	KS METRACO POLKOWICE	K-Niepełnosprawni(B)	2			00:23:27	00:46:33.79	+00:13:29	9:18	6.4	
132	BALIĆKA Edyta	2	NW WERWA MŁAWA	K45-49	13			00:23:12	00:46:41.17	+00:13:36	9:20	6.4	
133	SZYMAŃSKA Lucyna	147	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW I RENCISTÓW W DYWITACH	K-Niepełnosprawni(A)	3			00:23:28	00:46:48.06	+00:13:43	9:21	6.4	
134	HINEBORG Bogumiła	50	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K50-54	9			00:23:46	00:46:57.44	+00:13:53	9:23	6.4	
135	SMOLIŃSKA Teresa	135		K60-64	10			00:22:46	00:47:05.89	+00:14:01	9:25	6.4	
136	WIŚNIEWSKA Iwona	168	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K40-44	10			00:23:34	00:47:06.36	+00:14:02	9:25	6.4	
137	JASIŃSKI Marian	55	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	M70+	12			00:23:17	00:47:09.93	+00:14:05	9:26	6.4	
138	NIEWIADOMSKA Zofia	109	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K55-59	7			00:23:19	00:47:13.99	+00:14:09	9:26	6.4	
139	NAZAREWICZ Barbara	106	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K70+	1			00:24:18	00:47:18.95	+00:14:14	9:27	6.3	
140	PANKIEWICZ-DMOWSKA Cecylia	119	FACE NORDIC WALKING TEAM	K70+	2			00:24:19	00:47:24.83	+00:14:20	9:29	6.3	
141	MURZYN Anna	105	LIDER GRODZISK MAZOWIECKI	K45-49	14			00:23:15	00:47:26.01	+00:14:21	9:29	6.3	
142	SYROCZYŃSKA Hanna	257	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K50-54	10			00:23:00	00:47:28.85	+00:14:24	9:29	6.3	
143	GRUSZKA Barbara	47	LKS ZANTYR SZTUM	K70+	3			00:24:12	00:47:34.91	+00:14:30	9:31	6.3	
144	KRALSKA Anna	80	WTW WŁOCŁAWEK	K-Niepełnosprawni(B)	3			00:23:33	00:47:35.03	+00:14:30	9:31	6.3	
145	OGONOWSKA Edyta	285	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K55-59	8			00:23:52	00:47:41.22	+00:14:37	9:32	6.3	
146	KRAWCZYKOWSKA Barbara	82	LKS ZANTYR SZTUM	K60-64	11			00:23:10	00:47:42.99	+00:14:38	9:32	6.3	
147	KOMOSIŃSKI Ryszard	184		M65-69	12			00:23:09	00:48:02.39	+00:14:58	9:36	6.2	
148	GRABOWSKA Agnieszka	42	MOSIR RYPIN	K-Niepełnosprawni(B)	4			00:23:49	00:48:10.26	+00:15:06	9:38	6.2	
149	MOTOCZYŃSKA Aleksandra	102	GOSIR OSIELSKO	K60-64	12			00:23:26	00:48:11.84	+00:15:07	9:38	6.2	
150	MALINOWSKA Grażyna	96	LKS ZANTYR SZTUM	K70+	4			00:24:37	00:48:54.33	+00:15:50	9:47	6.1	
151	JASIŃSKA Krystyna	53	PARAKULOS KOWAL	K65-69	10			00:25:02	00:48:59.96	+00:15:55	9:48	6.1	
152	SARGALSKA Bożena	132		K50-54	11			00:23:48	00:49:00.43	+00:15:56	9:48	6.1	
153	BOGAJSKI Krzysztof	8		M55-59	3			00:20:02	00:49:33.01	+00:16:28	9:54	6.1	

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Start_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
154	<b>BEDNARSKA Małgorzata</b>	<b>5</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K65-69	11			00:25:34	<b>00:49:42.50</b>	+00:16:38	9:56	6
155	<b>MALINOWSKI Tadeusz</b>	<b>97</b>	LKS ZANTYR SZTUM	M70+	13			00:23:45	<b>00:50:09.13</b>	+00:17:04	10:01	6
156	<b>WAŚOWSKA Monika</b>	<b>163</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K30-39	6			00:24:15	<b>00:50:13.32</b>	+00:17:09	10:02	6
157	<b>KOSOBUDZKA Weronika</b>	<b>424</b>	SKRWILNO	K-Dzieci	1			00:23:46	<b>00:50:41.87</b>	+00:17:37	10:08	5.9
158	<b>RATAJCZAK Danuta</b>	<b>128</b>		K70+	5			00:25:28	<b>00:51:37.53</b>	+00:18:33	10:19	5.8
159	<b>SOBOCIŃSKA Ewa</b>	<b>136</b>	MOSIR RYPIN	K70+	6			00:25:29	<b>00:51:38.07</b>	+00:18:33	10:19	5.8
160	<b>FAŁKOWSKA Maria</b>	<b>34</b>	MOSIR RYPIN	K70+	7			00:25:29	<b>00:51:38.94</b>	+00:18:34	10:19	5.8
161	<b>ORZECHOWSKI Jakub</b>	<b>117</b>	DIABETYCY RYPIN	M-Dzieci	5	1		00:20:56	<b>00:51:41.61</b>	+00:18:37	10:20	5.8
162	<b>MALINOWSKA Teresa</b>	<b>94</b>	DIABETYCY RYPIN	K65-69	12			00:25:13	<b>00:52:15.21</b>	+00:19:11	10:27	5.7
163	<b>GÓRTATOWSKA Bożena</b>	<b>186</b>		K65-69	13			00:25:33	<b>00:52:37.29</b>	+00:19:33	10:31	5.7
164	<b>BUDZICH Maria</b>	<b>16</b>	DIABETYCY RYPIN	K70+	8			00:26:10	<b>00:53:10.44</b>	+00:20:06	10:38	5.6
165	<b>ZARAKOWSKA Jadwiga</b>	<b>180</b>		K65-69	14			00:27:30	<b>00:53:15.94</b>	+00:20:11	10:39	5.6
166	<b>WOJTASIK Aldona</b>	<b>173</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K65-69	15			00:26:31	<b>00:53:22.35</b>	+00:20:18	10:40	5.6
167	<b>ZALEWSKA Zofia</b>	<b>452</b>	DIABETYCY RYPIN	K60-64	13			00:24:31	<b>00:53:38.33</b>	+00:20:34	10:43	5.6
168	<b>WIŚNIEWSKA Danuta</b>	<b>167</b>	PASJA NORDIC WALKING	K55-59	9			00:27:30	<b>00:53:47.80</b>	+00:20:43	10:45	5.6
169	<b>KOCIŃSKI Leszek</b>	<b>68</b>	WTW WŁOCŁAWEK	M70+	14			00:27:57	<b>00:53:51.73</b>	+00:20:47	10:46	5.6
170	<b>DROP Mieczysław</b>	<b>29</b>	KS SOKÓŁ GAŚAWA	M70+	15			00:27:56	<b>00:54:34.56</b>	+00:21:30	10:55	5.5
171	<b>GRABOWSKI Adam</b>	<b>45</b>	MOSIR RYPIN	M- Niepełnosprawni(B)	2			00:26:32	<b>00:54:36.26</b>	+00:21:32	10:55	5.5
172	<b>WOJCIECHOWSKA Grażyna</b>	<b>172</b>	DIABETYCY RYPIN	K60-64	14			00:27:08	<b>00:55:21.48</b>	+00:22:17	11:04	5.4
173	<b>WIŚNIEWSKA Danuta</b>	<b>166</b>	DIABETYCY RYPIN	K50-54	12			00:28:25	<b>00:56:03.69</b>	+00:22:59	11:12	5.4
174	<b>KULCZYCKI Jan</b>	<b>83</b>		M65-69	13			00:27:25	<b>00:57:26.02</b>	+00:24:21	11:29	5.2
175	<b>UTRATA Halina</b>	<b>191</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K65-69	16			00:29:10	<b>00:57:36.88</b>	+00:24:32	11:31	5.2
176	<b>WOLNA Urszula</b>	<b>175</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K65-69	17			00:29:09	<b>00:58:39.42</b>	+00:25:35	11:44	5.1
177	<b>NEUMILLER Bogusława</b>	<b>107</b>	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	K60-64	15			00:29:34	<b>00:59:02.41</b>	+00:25:58	11:48	5.1
178	<b>RZESZOTARSKA Jadwiga</b>	<b>130</b>	DIABETYCY RYPIN	K70+	9			00:28:23	<b>00:59:35.25</b>	+00:26:31	11:55	5
179	<b>MARCINKOWSKA Zenobia</b>	<b>98</b>	DIABETYCY RYPIN	K70+	10			00:36:08	<b>01:07:45.47</b>	+00:34:41	13:33	4.4
180	<b>BUJŃCICKA Magdalena</b>	<b>17</b>	NORDIC WALKING PASŁĘK	K-Jun.	3			00:21:32	<b>01:43:06.55</b>	+01:10:02	20:37	2.9

Znaleziono 180 wynik(ów)