

## SKRWILNO - PUCHARY REGIONALNE NORDIC WALKING - 10 KM

Organizator: Polska Federacja Nordic Walking  
Data: 2019-07-28  
Miejsce: Skrwilno  
Dystans: 10 km  
Klasyfikacja wg czasów netto.



### SKRWILNO - PUCHARY REGIONALNE NORDIC WALKING - 10 KM, OPEN

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	5km	7.5km	Netto	min/km	km/h
1	SZARZUNOWICZ MARIUSZ	258	KRAM TEAM	PASŁĘK	POLSKA	M40-49	1	M 1			00:15:33	00:31:55	00:48:48	01:05:42.20	6:34	9.1
2	KŁOS MACIEJ	226	NW WYSPA SOBIESZEWSKA	GDAŃSK	POLSKA	M30-39	1	M 2			00:16:33	00:33:41	00:50:34	01:07:28.60	6:44	8.9
3	WOJTASIŃSKI DANIEL	282	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POLSKA	M40-49	2	M 3			00:16:35	00:33:54	00:51:41	01:09:38.77	6:57	8.6
4	CZERSKI KRZYSZTOF	212	EPOKA NORDICA ŁÓDŹ	ŁÓDŹ	POLSKA	M30-39	2	M 4			00:16:42	00:34:11	00:52:07	01:10:18.36	7:01	8.5
5	BOGACKI SŁAWEK	206	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	BRZOZÓWKA K.TORUNIA	POLSKA	M40-49	3	M 5			00:16:50	00:34:47	00:52:44	01:10:26.41	7:02	8.5
6	ROMANOWICZ PIOTR	250	RUNGRYF GRYFICE	RESKO	POLSKA	M40-49	4	M 6	2		00:16:40	00:34:25	00:52:39	01:10:43.64	7:04	8.5
7	BARCZYK BOGDAN	204	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POLSKA	M50-59	1	M 7			00:16:53	00:34:33	00:52:37	01:10:57.30	7:05	8.5
8	KLIMCZAK ADAM	225	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POLSKA	M50-59	2	M 8			00:17:13	00:35:28	00:53:53	01:11:52.65	7:11	8.3
9	KOZAKOWSKA MAŁGORZATA	288	KLUB SPORTOWY SOKÓŁ GAŚAWA	ROGOWO	POLSKA	K40-49	1	K 1			00:17:51	00:35:59	00:54:26	01:13:09.89	7:19	8.2
10	ŚWISŁOCKI BOGDAN	266	FACE NORDIC WALKING TEAM	MIKOSZEWO	POLSKA	M50-59	3	M 9			00:17:21	00:35:54	00:54:53	01:13:57.16	7:23	8.1
11	CIESIELSKI JERZY	209	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	M18-29	1	M 10			00:18:20	00:36:54	00:55:47	01:14:03.95	7:24	8.1
12	CIESIELSKI JAN	210	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	M40-49	5	M 11			00:18:07	00:36:38	00:55:26	01:14:05.26	7:24	8.1
13	GRABOWSKI KRZYSZTOF	221	4 WOG GLIWICE	GLIWICE	POLSKA	M40-49	6	M 12			00:18:20	00:36:57	00:55:39	01:14:25.31	7:26	8.1
14	ADAMCZYK ADAM	201	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POLSKA	M70+	1	M 13			00:18:20	00:37:03	00:56:01	01:14:39.56	7:28	8
15	JAREK SERGIUSZ	223	FORMA NA PIĄTKĘ NW	PABIANICE	POLSKA	M40-49	7	M 14			00:17:53	00:36:30	00:55:36	01:15:03.12	7:30	8
16	MĄDRY GRZEGORZ	239	KIJKOWE TRZEMESZNO	TRZEMESZNO	POLSKA	M60-69	1	M 15			00:18:10	00:37:04	00:55:59	01:15:05.48	7:30	8
17	STECKIEWICZ EDMUND	256		RYPIN	POLSKA	M40-49	8	M 16	1		00:17:52	00:36:26	00:55:54	01:15:36.58	7:33	7.9
18	SZULC ALICJA	264	NW WERWA MŁAWA	MŁAWA	POLSKA	K40-49	2	K 2			00:18:13	00:37:03	00:56:27	01:16:10.81	7:37	7.9
19	ŚCIBUT ANIA	265	FORMA NA PIĄTKĘ NW	PABIANICE	POLSKA	K40-49	3	K 3			00:18:19	00:37:31	00:57:08	01:16:26.00	7:38	7.8
20	KOSECKI MAREK	229	FORMA NA PIĄTKĘ NW	PABIANICE	POLSKA	M50-59	4	M 17			00:18:03	00:37:29	00:56:57	01:16:33.78	7:39	7.8
21	RASZEWSKA IZABELA	249	FORMA NA PIĄTKĘ NW	PABIANICE	POLSKA	K40-49	4	K 4			00:18:33	00:37:58	00:57:25	01:16:42.44	7:40	7.8
22	FRANKIEWICZ MIROSŁAW	215	FORMA NA PIĄTKĘ NW	PABIANICE	POLSKA	M40-49	9	M 18			00:18:17	00:37:23	00:57:04	01:16:49.04	7:40	7.8
23	EFEMBERG JOANNA	214	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	SZCZECIN	POLSKA	K40-49	5	K 5			00:18:51	00:38:11	00:57:40	01:16:52.10	7:41	7.8
24	CZAJKA URSZULA	211	FACE NORDIC WALKING TEAM	RUMIA	POLSKA	K60-69	1	K 6			00:18:26	00:37:31	00:57:03	01:16:52.99	7:41	7.8
25	NETKOWSKI WOJCIECH	242	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POLSKA	M60-69	2	M 19			00:18:16	00:37:35	00:57:24	01:17:17.05	7:43	7.8
26	SZCZĘŚNIAK ZBIGNIEW	260	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	BLACHOWNIA	POLSKA	M50-59	5	M 20			00:19:02	00:38:37	00:58:09	01:17:25.41	7:44	7.7
27	MARZEC BEATA	217	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	SILNO	POLSKA	K40-49	6	K 7			00:18:45	00:38:05	00:57:32	01:17:28.83	7:44	7.7
28	KOCIMSKI JAN	227	KM AKTYWNI SOCHACZEW	SOCHACZEW	POLSKA	M70+	2	M 21			00:18:24	00:37:41	00:57:33	01:17:40.76	7:46	7.7

**SKRWILNO - PUCHARY REGIONALNE NORDIC WALKING - 10 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	5km	7.5km	Netto	min/km	km/h
29	SARGALSKI ROBERT	287		GÓRZNO	POLSKA	M50-59	6	M 22			00:18:47	00:38:05	00:58:07	01:18:07.46	7:48	7.7
30	GODZIŃSKI PAWEŁ	277	BAŻANT NW ELBLĄG	ELBLĄG	POLSKA	M40-49	10	M 23			00:18:19	00:37:43	00:58:02	01:18:32.89	7:51	7.6
31	STAWNIAK KAROL	255	KS METRACO POLKOWICE	ŻNIN	POLAND	M70+	3	M 24			00:19:20	00:38:59	00:58:52	01:18:39.13	7:51	7.6
32	MUSIATOWICZ ALEKSANDRA	241	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POLSKA	K40-49	7	K 8			00:18:55	00:38:35	00:58:40	01:18:48.37	7:52	7.6
33	KULIG HENRYK	235	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	ELBLĄG	POLSKA	M60-69	3	M 25			00:18:57	00:38:57	00:59:00	01:18:53.55	7:53	7.6
34	PIÓRKOWSKI STANISŁAW	247	TKKF KUBUŚ SIERPC	SIERPC	POLSKA	M60-69	4	M 26			00:19:24	00:39:31	00:59:26	01:19:11.35	7:55	7.6
35	KOSICKI DARIUSZ	230	ROXKIJE ROKIETNICA	ROKIETNICA	POLSKA	M50-59	7	M 27			00:20:01	00:40:03	00:59:56	01:19:41.35	7:58	7.5
36	GOLUS AGNIESZKA	219	FORMA NA PIĄTKĘ NW	HUTA DŁUTOWSKA	POLSKA	K40-49	8	K 9			00:19:12	00:39:09	00:59:26	01:19:52.70	7:59	7.5
37	STANECKI MARCIN	254	BIEGAM W SFETSZE	SKIERNIEWICE	POLSKA	M40-49	11	M 28			00:19:32	00:39:34	00:59:50	01:20:25.61	8:02	7.5
38	ŁOPIŃSKI ALEKSY	237	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	PIŁA	POLSKA	M70+	4	M 29			00:19:33	00:39:30	00:59:47	01:20:53.56	8:05	7.4
39	BORCZAK MAŁGORZATA	207	KLUB SPORTOWY ELBLĄSKIE WŁÓCZY-KIJE	ELBLĄG	POLSKA	K40-49	9	K 10			00:19:52	00:40:21	01:00:59	01:21:21.62	8:08	7.4
40	SZEPczyŃSKI KAMIL	262	WŁOCŁAWSKIE TOWARZYSTWO WIOŚLARSKIE	WŁOCŁAWEK	POLSKA	M30-39	3	M 30			00:20:22	00:41:04	01:01:25	01:21:29.34	8:09	7.4
41	KORYCKA MARIOLA	228	FORMA NA PIĄTKĘ NW	ZGIERZ	POLSKA	K30-39	1	K 11			00:19:46	00:40:18	01:00:59	01:21:36.97	8:09	7.4
42	GWAREK ANITA	222	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POLSKA	K40-49	10	K 12			00:19:38	00:40:05	01:00:56	01:21:52.59	8:11	7.3
43	STANECKA MAŁGORZATA	253		SKIERNIEWICE	POLSKA	K40-49	11	K 13			00:19:58	00:40:27	01:00:56	01:21:53.52	8:11	7.3
44	PACIORKOWSKI PAWEŁ	244	FUNDACJA SWD	PŁOCK	POLSKA	M40-49	12	M 31			00:18:40	00:39:01	01:00:03	01:22:22.99	8:14	7.3
45	KRIGER ROMAN	231	ROMKI	PAPOWO TORUŃSKIE	POLSKA	M50-59	8	M 32			00:20:29	00:41:14	01:02:15	01:22:54.94	8:17	7.2
46	WIŚNIEWSKI WŁODZIMIERZ	270		TORUŃ	POLSKA	M50-59	9	M 33			00:20:12	00:40:27	01:02:23	01:23:00.06	8:18	7.2
47	WEGIERA GRZEGORZ	268	ROXKIJE ROKIETNICA	ROKIETNICA	POLSKA	M40-49	13	M 34			00:19:52	00:40:41	01:02:02	01:23:56.77	8:23	7.1
48	WIŚNIEWSKI RYSZARD	269	TTKF KUBUŚ	REMPIN	POLSKA	M70+	5	M 35			00:20:34	00:41:23	01:02:42	01:24:14.99	8:25	7.1
49	ZIELIŃSKA IWONA	273	SERCE NORDICA	WŁOCŁAWEK	POLSKA	K50-59	1	K 14			00:21:06	00:41:51	01:03:15	01:24:38.17	8:27	7.1
50	GOLUS GRZEGORZ	220	FORMA NA PIĄTKĘ NW	HUTA DŁUTOWSKA	POLSKA	M50-59	10	M 36			00:21:37	00:42:46	01:03:33	01:24:45.99	8:28	7.1
51	KACZOROWSKA MAGDALENA	224		SKĘPE	POLSKA	K30-39	2	K 15			00:20:16	00:41:31	01:03:08	01:24:46.52	8:28	7.1
52	ŻBIKOWSKI RYSZARD	276	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	M60-69	5	M 37			00:20:15	00:41:17	01:02:54	01:25:06.89	8:30	7
53	WOŹNIAK IWONA	271	RUNGRYF GRYFICE	RESKO	POLSKA	K40-49	12	K 16			00:21:57	00:43:16	01:04:43	01:25:58.69	8:35	7
54	CIESIELSKA RENATA	208	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	K40-49	13	K 17			00:21:36	00:42:31	01:04:19	01:26:10.44	8:37	7
55	POSTEK DANUTA	248	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAŃ	POLSKA	K50-59	2	K 18			00:21:26	00:42:52	01:04:47	01:26:20.86	8:38	6.9
56	BACHANEK KATARZYNA	203	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	K50-59	3	K 19			00:21:16	00:42:36	01:04:28	01:26:33.53	8:39	6.9
57	GAŁEK IWONA	216	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	SILNO	POLSKA	K40-49	14	K 20			00:21:59	00:43:27	01:05:11	01:27:00.64	8:42	6.9
58	WRZEŚNIAK BARBARA	272	PARAKULOS KOWAL	KOWAL	POLSKA	K50-59	4	K 21			00:21:38	00:43:56	01:05:37	01:27:26.25	8:44	6.9
59	GDAŃSKA ANETA	218	PARAKULOS KOWAL	KOWAL	POLSKA	K40-49	15	K 22			00:22:02	00:44:13	01:05:56	01:27:45.29	8:46	6.8
60	CZEMPIK KORNELIA	289	STADION ŚLĄSKI	CHORZÓW	POLSKA	K50-59	5	K 23			00:21:52	00:44:18	01:08:22	01:29:33.80	8:57	6.7
61	ŻBIKOWSKA MAŁGORZATA	275	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	K50-59	6	K 24			00:21:48	00:44:05	01:07:05	01:29:51.30	8:59	6.7
62	OMARSKA GRAŻYNA	243	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POLSKA	K60-69	2	K 25			00:22:07	00:44:55	01:07:49	01:30:43.26	9:04	6.6

**SKRWILNO - PUCHARY REGIONALNE NORDIC WALKING - 10 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	5km	7.5km	Netto	min/km	km/h
63	LABUDDA KATARZYNA	236	FACE NORDIC WALKING TEAM	WEJHEROWO	POLSKA	K30-39	3	K 26			00:20:56	00:44:11	01:07:34	01:31:12.19	9:07	6.6
64	SZELIGA JUSTYNA	261	LIDER GRODZISK MAZOWIECKI	GRODZISK MAZOWIECKI	POLSKA	K40-49	16	K 27			00:22:38	00:45:37	01:08:34	01:31:29.59	9:09	6.6
65	BŁASZCZAK STANISŁAW	205		SKĘPE	POLSKA	M70+	6	M 38			00:21:19	00:44:31	01:08:31	01:32:44.45	9:16	6.5
66	PACZKOWSKI ANDRZEJ	290		SIERPC	POLSKA	M70+	7	M 39			00:21:19	00:44:31	01:08:32	01:32:45.35	9:16	6.5
67	RZEPECKI SŁAWOMIR	251		MAKÓW MAZOWIECKI	POLSKA	M40-49	14	M 40			00:21:15	00:44:24	01:09:06	01:33:27.03	9:20	6.4
68	PRACKA KATARZYNA	122	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POLSKA	K50-59	7	K 28			00:23:57	00:47:27	01:11:30	01:35:37.55	9:33	6.3
69	MÓRAWSKI SŁAWOMIR	240	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	M50-59	11	M 41			00:24:00	00:48:15	01:12:29	01:36:14.59	9:37	6.2
70	KRYGIEL MARIA	234		OSIELSKO	POLSKA	K50-59	8	K 29			00:23:09	00:47:30	01:11:58	01:36:17.44	9:37	6.2
71	KOSIN IRENA	291		ROŚCISZEWO	POLSKA	K50-59	9	K 30			00:23:53	00:47:53	01:12:04	01:36:23.53	9:38	6.2
72	KRÓLIKOWSKA-ŁOSKOT DANUTA	232	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POLSKA	K60-69	3	K 31			00:23:36	00:47:53	01:12:37	01:37:32.45	9:45	6.2
73	PLUTA BOŻENA	246	CHODZEBOLUBIE	GDYNIA	POLSKA	K60-69	4	K 32			00:22:58	00:48:09	01:13:05	01:38:13.16	9:49	6.1
74	BACDORF ALICJA	202	LIDER GRODZISK MAZOWIECKI	GRODZISK MAZOWIECKI	POLSKA	K60-69	5	K 33			00:23:49	00:48:10	01:13:11	01:38:17.49	9:49	6.1
75	JÓZWIAK DOMINIK	60	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POLSKA	M18-29	2	M 42			00:24:36	00:49:09	01:14:22	01:39:03.49	9:54	6.1
76	SEKUŁA KAROLINA	252	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	TORUŃ	POLSKA	K30-39	4	K 34			00:24:51	00:50:22	01:15:54	01:41:43.32	10:10	5.9
77	KRYGIEL IRENA	233	GOSIR OSIELSKO	MAKSYMILIANOW O	POLSKA	K50-59	10	K 35			00:25:23	00:52:36	01:21:08	01:49:23.88	10:56	5.5