



BIEGIEM DO KOSZAR

B4SPORT

Organizator: Fundacja Nasza Historia
Data: 2024-05-17
Miejsce: Nowy Dwór Mazowiecki
Dystans: 5 km

B4SPORT
INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	DUDEK Wojciech	50		Mężczyźni Open	1		00:17:46.25		3:33	16.9 (100%)
2	DUTKIEWICZ Maciej	53	MARKOWI BIEGACZE	Mężczyźni Open	2	Markowi Biegacze	00:18:21.95	+00:00:35 (3.2%)	3:40	16.3 (96.4%)
3	BIELECKI Jakub	17	BECAUSE OF RUNNING	Mężczyźni Open	3	Because of running	00:18:57.55	+00:01:11 (6.3%)	3:47	15.8 (93.5%)
4	WŁODARCZYK Dawid	374	PARKPRZESZKÓD	Mężczyźni Open	4		00:19:08.30	+00:01:22 (7.1%)	3:49	15.7 (92.9%)
5	KAMELA Robert	124	BECAUSE OF RUNNING	Mężczyźni Open	5	Because of running	00:19:25.45	+00:01:39 (8.5%)	3:53	15.5 (91.7%)
6	WOŹNIAK Przemysław	377	WIELISZEW HERON TEAM	Mężczyźni Open	6	Wieliszew Heron Team	00:20:13.20	+00:02:26 (12.1%)	4:02	14.8 (87.6%)
7	BRZozowski Jakub	423		Mężczyźni Open	7		00:20:50.10	+00:03:03 (14.7%)	4:10	14.4 (85.2%)
8	ISKRA Artur	96	PARKPRZESZKÓD	Mężczyźni Open	8		00:21:06.85	+00:03:20 (15.8%)	4:13	14.2 (84.0%)
9	UMIASTOWSKI Bartosz	358		Mężczyźni Open	9		00:21:23.75	+00:03:37 (16.9%)	4:16	14 (82.8%)
10	GOZDEK Radek	76	BECAUSE OF RUNNING	Mężczyźni Open	10	Because of running	00:21:30.15	+00:03:43 (17.4%)	4:18	14 (82.8%)
11	NIKOŁAJUK Julia	225	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	1	ReckittRunners	00:22:04.80	+00:04:18 (19.5%)	4:24	13.6 (80.5%)
12	KARBOWSKI Jan	130		Mężczyźni Open	11	MVP	00:22:10.85	+00:04:24 (19.9%)	4:26	13.5 (79.9%)
13	FALENTA Marcin	64		Mężczyźni Open	12		00:22:19.95	+00:04:33 (20.4%)	4:27	13.4 (79.3%)
14	GOŁĘBIEWSKI Piotr	73		Mężczyźni Open	13		00:22:21.20	+00:04:34 (20.5%)	4:28	13.4 (79.3%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
15	KRAWCZAK Michał	158		Mężczyźni Open	14		00:22:30.50	+00:04:44 (21.0%)	4:30	13.3 (78.7%)
16	MILCZAREK Sebastian	199	SZKOŁA PODOFICERSKA ŻANDARMERII WOJSKOWEJ	Mężczyźni Open	15	Szkoła Podoficerska Żandarmerii Wojskowej	00:22:43.60	+00:04:57 (21.8%)	4:32	13.2 (78.1%)
17	KACZOROWSKI Robert	120	SĄ WOLNIEJSI	Mężczyźni Open	16		00:22:47.65	+00:05:01 (22.0%)	4:33	13.2 (78.1%)
18	MAGDA Łukasz	181	DRUŻYNA ORZECHA ŻYRARDÓW	Mężczyźni Open	17	Drużyna Orzecha Żyrardów	00:22:53.60	+00:05:07 (22.4%)	4:34	13.1 (77.5%)
19	NOWOSIŃSKI Krzysztof	233	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Mężczyźni Open	18	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:22:56.75	+00:05:10 (22.6%)	4:35	13.1 (77.5%)
20	RYBICKI Robert	286	KLUB BIEGACZA SOKÓŁ BODZANÓW	Mężczyźni Open	19	Klub Biegacza Sokół Bodzanów	00:23:00.60	+00:05:14 (22.8%)	4:36	13 (76.9%)
21	GUMUŁA Jakub	92	KSZO OSTROWIEC	Mężczyźni Open	20	KSZO Ostrowiec	00:23:02.30	+00:05:16 (22.9%)	4:36	13 (76.9%)
22	MYRCHA Jakub	215	OBSTACLE CENTER TEAM	Mężczyźni Open	21		00:23:04.30	+00:05:18 (23.0%)	4:36	13 (76.9%)
23	KOSTROWSKI Łukasz	147		Mężczyźni Open	22	Blood brother	00:23:18.90	+00:05:32 (23.8%)	4:39	12.9 (76.3%)
24	DZ Sebastian	57	SPARTAN	Mężczyźni Open	23		00:23:33.20	+00:05:46 (24.6%)	4:42	12.7 (75.1%)
25	BARTCZAK Robert	13		Mężczyźni Open	24		00:23:43.50	+00:05:57 (25.1%)	4:44	12.6 (74.6%)
26	CZEREPAK Wojciech	44		Mężczyźni Open	25		00:23:54.10	+00:06:07 (25.7%)	4:46	12.6 (74.6%)
27	OLESIŃSKI Piotr	239	DRUŻYNA ORZECHA ŻYRARDÓW	Mężczyźni Open	26	Drużyna Orzecha Żyrardów	00:23:56.35	+00:06:10 (25.8%)	4:47	12.5 (74.0%)
28	MAJEWSKA Ewa	183	BECAUSE OF RUNNING	Kobiety Open	2	Because of running	00:23:57.35	+00:06:11 (25.8%)	4:47	12.5 (74.0%)
29	KAMIŃSKI Wiesław	126	NASIELSK BASZTA TEAM	Mężczyźni Open	27	Nasielsk Baszta Team	00:24:06.70	+00:06:20 (26.3%)	4:49	12.4 (73.4%)
30	PALISZEWSKI Krystian	249	NASIELSK BASZTA TEAM	Mężczyźni Open	28		00:24:22.85	+00:06:36 (27.1%)	4:52	12.3 (72.8%)
31	SROKA Marcin	319		Mężczyźni Open	29	Zespół	00:24:29.65	+00:06:43 (27.4%)	4:53	12.3 (72.8%)
32	NERĆ Karolina	217	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Kobiety Open	3	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:24:31.65	+00:06:45 (27.5%)	4:54	12.2 (72.2%)
33	NOWAK Daniel	231	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Mężczyźni Open	30	RozbiegaMy Nowy Dwór	00:24:37.75	+00:06:51 (27.8%)	4:55	12.2 (72.2%)
34	SŁODKOWSKI Marek	307		Mężczyźni Open	31		00:24:44.60	+00:06:58 (28.2%)	4:56	12.1 (71.6%)
35	PODRAŻKA Łukasz	266	ŁOWICKIE KORBY	Mężczyźni Open	32		00:24:46.20	+00:06:59 (28.3%)	4:57	12.1 (71.6%)
36	GRZESZCZAK Bartosz	86		Mężczyźni Open	33		00:24:49.00	+00:07:02 (28.4%)	4:57	12.1 (71.6%)
37	KUCHARCZYK Piotr	165		Mężczyźni Open	34		00:24:50.10	+00:07:03 (28.4%)	4:58	12.1 (71.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
38	MOLSA Konrad	204	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Mężczyźni Open	35	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:24:50.50	+00:07:04 (28.5%)	4:58	12.1 (71.6%)
39	JARZEWSKI Mariusz	105	KLUB BOKSERSKI HURAGAN TRĘBKI STARE	Mężczyźni Open	36		00:24:51.40	+00:07:05 (28.5%)	4:58	12.1 (71.6%)
40	GRZESZCZAK Michał	83		Mężczyźni Open	37		00:24:51.50	+00:07:05 (28.5%)	4:58	12.1 (71.6%)
41	SZAFRAŃSKA Aleksandra	331		Kobiety Open	4		00:24:51.55	+00:07:05 (28.5%)	4:58	12.1 (71.6%)
42	SIEKIERSKI Andrzej	296		Mężczyźni Open	38		00:24:54.30	+00:07:08 (28.6%)	4:58	12 (71.0%)
43	PORADOWSKI Karol	269		Mężczyźni Open	39	Zespół	00:24:58.55	+00:07:12 (28.8%)	4:59	12 (71.0%)
44	SŁOMCZEWSKI Zbigniew	308	MANHATTAN	Mężczyźni Open	40		00:25:05.20	+00:07:18 (29.2%)	5:01	12 (71.0%)
45	KRZESZEWSKI Zbigniew	162	KLUB BIEGACZA SOKÓŁ BODZANÓW	Mężczyźni Open	41	Klub Biegacza Sokół Bodzanów	00:25:08.10	+00:07:21 (29.3%)	5:01	11.9 (70.4%)
46	MOSTOWIEC Patryk	208		Mężczyźni Open	42		00:25:09.70	+00:07:23 (29.4%)	5:01	11.9 (70.4%)
47	BARGIEŁ Mariusz	12		Mężczyźni Open	43		00:25:14.10	+00:07:27 (29.6%)	5:02	11.9 (70.4%)
48	GRZESZCZAK Jakub	85		Mężczyźni Open	44		00:25:23.55	+00:07:37 (30.0%)	5:04	11.8 (69.8%)
49	SMOLIŃSKI Kamil	315	KOGUCIKI	Mężczyźni Open	45		00:25:26.55	+00:07:40 (30.2%)	5:05	11.8 (69.8%)
50	JACZYŃSKI Piotr	100	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Mężczyźni Open	46	RozbiegaMy Nowy Dwór	00:25:32.80	+00:07:46 (30.4%)	5:06	11.7 (69.2%)
51	CZYTRZYŃSKA Alicja	46	HURAGAN	Kobiety Open	5		00:25:35.10	+00:07:48 (30.5%)	5:07	11.7 (69.2%)
52	SPADŁO Damian	318	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Mężczyźni Open	47	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:25:40.35	+00:07:54 (30.8%)	5:08	11.7 (69.2%)
53	PERKOWSKA Klaudia	257	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Kobiety Open	6	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:25:47.60	+00:08:01 (31.1%)	5:09	11.6 (68.6%)
54	KALEJA Kamil	122		Mężczyźni Open	48		00:25:50.60	+00:08:04 (31.2%)	5:10	11.6 (68.6%)
55	SADOWSKI Robert	289	JEDNOROŻEC ROBI CO MOŻE	Mężczyźni Open	49		00:25:59.20	+00:08:12 (31.6%)	5:11	11.5 (68.0%)
56	MIKLASZEWSKI Kamil	196	MPWIK	Mężczyźni Open	50		00:26:07.55	+00:08:21 (32.0%)	5:13	11.5 (68.0%)
57	CIEPŁY Piotr	38	L	Mężczyźni Open	51		00:26:10.40	+00:08:24 (32.1%)	5:14	11.5 (68.0%)
58	TWARDOWSKI Paweł	356		Mężczyźni Open	52		00:26:12.65	+00:08:26 (32.2%)	5:14	11.5 (68.0%)
59	ŁĄCKI Igor	179	BASTION	Mężczyźni Open	53		00:26:17.10	+00:08:30 (32.4%)	5:15	11.4 (67.5%)
60	KLONOWSKI Kacper	139		Mężczyźni Open	54		00:26:19.35	+00:08:33 (32.5%)	5:15	11.4 (67.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
61	KUCICKI Marcin	166	-	Mężczyźni Open	55		00:26:22.90	+00:08:36 (32.6%)	5:16	11.4 (67.5%)
62	SZYMAŃSKI Mariusz	343		Mężczyźni Open	56		00:26:23.80	+00:08:37 (32.7%)	5:16	11.4 (67.5%)
63	WRZESIŃSKI Krzysztof	381		Mężczyźni Open	57		00:26:24.65	+00:08:38 (32.7%)	5:16	11.4 (67.5%)
64	ŻAGLEWSKI Dariusz	405	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	58	ReckittRunners	00:26:25.95	+00:08:39 (32.8%)	5:17	11.4 (67.5%)
65	NIECZYPOR Krzysztof	220	64 BATALION LEKKIEJ PIECHOTY	Mężczyźni Open	59		00:26:30.25	+00:08:44 (33.0%)	5:18	11.3 (66.9%)
66	GRZYWACZ Dariusz	91		Mężczyźni Open	60		00:26:34.75	+00:08:48 (33.1%)	5:18	11.3 (66.9%)
67	STAŃCZAK Piotr	324	2 MAZOWIECKI PUŁK SAPERÓW / BWINŹ	Mężczyźni Open	61	2 Mazowiecki Pułk saperów / BWINŹ	00:26:36.95	+00:08:50 (33.2%)	5:19	11.3 (66.9%)
68	ZBICIAK Kinga	395		Kobiety Open	7		00:26:40.35	+00:08:54 (33.4%)	5:20	11.3 (66.9%)
69	NIEMIEC Wojciech	222		Mężczyźni Open	62		00:26:40.70	+00:08:54 (33.4%)	5:20	11.3 (66.9%)
70	BARANSKI Krzysztof	11		Mężczyźni Open	63		00:26:44.35	+00:08:58 (33.5%)	5:20	11.2 (66.3%)
71	MIRECKA Marzena	201	DRUŻYNA ORZECHA ŻYRARDÓW	Kobiety Open	8	Drużyna Orzecha Żyrardów	00:26:49.45	+00:09:03 (33.8%)	5:21	11.2 (66.3%)
72	SZTECHMILER Krzysztof	340	MĘSKIE BIEGANIE	Mężczyźni Open	64		00:26:51.80	+00:09:05 (33.8%)	5:22	11.2 (66.3%)
73	JODŁOWSKI Grzegorz	112	CWCR	Mężczyźni Open	65		00:26:52.65	+00:09:06 (33.9%)	5:22	11.2 (66.3%)
74	LIPKA Michał	177	KSZO OSTROWIEC	Mężczyźni Open	66		00:26:57.75	+00:09:11 (34.1%)	5:23	11.1 (65.7%)
75	OWSIANKO Justyna	245	LECĘ BO CHCĘ	Kobiety Open	9	Lecę Bo Chcę	00:27:02.15	+00:09:15 (34.3%)	5:24	11.1 (65.7%)
76	ŻURAWSKI Radek	407		Mężczyźni Open	67		00:27:06.55	+00:09:20 (34.4%)	5:25	11.1 (65.7%)
77	PORĘBSKI Darek	270		Mężczyźni Open	68		00:27:07.95	+00:09:21 (34.5%)	5:25	11.1 (65.7%)
78	KOZŁOWSKI Krzysztof	157	RUNCROSS ROZGARTY	Mężczyźni Open	69	RunCross Rozgarty	00:27:08.10	+00:09:21 (34.5%)	5:25	11.1 (65.7%)
79	WINIARSKA Regina	370	SZKOŁA PODOFICERSKA ŻANDARMERII WOJSKOWEJ	Kobiety Open	10	Szkoła Podoficerska Żandarmerii Wojskowej	00:27:09.20	+00:09:22 (34.6%)	5:25	11 (65.1%)
80	BUDNICKA Weronika	29		Kobiety Open	11		00:27:11.30	+00:09:25 (34.6%)	5:26	11 (65.1%)
81	FAJDEK Kuba	62		Mężczyźni Open	70		00:27:13.60	+00:09:27 (34.7%)	5:26	11 (65.1%)
82	SOBCZYK Maksymilian	410		Mężczyźni Open	71		00:27:16.80	+00:09:30 (34.9%)	5:27	11 (65.1%)
83	WIERZBA Karol	368		Mężczyźni Open	72		00:27:16.95	+00:09:30 (34.9%)	5:27	11 (65.1%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
84	ZABSKA Aga	386		Kobiety Open	12		00:27:18.45	+00:09:32 (34.9%)	5:27	11 (65.1%)
85	ZYCH Maciej	402		Mężczyźni Open	73		00:27:18.85	+00:09:32 (34.9%)	5:27	11 (65.1%)
86	ŁUSZCZEWSKI Andrzej	180		Mężczyźni Open	74		00:27:19.50	+00:09:33 (35.0%)	5:27	11 (65.1%)
87	STYŚ Marek	329	LECĘ BO CHCĘ	Mężczyźni Open	75	Lecę Bo Chcę	00:27:20.60	+00:09:34 (35.0%)	5:28	11 (65.1%)
88	MALINOWSKI Patryk	186	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	76	ReckittRunners	00:27:26.35	+00:09:40 (35.2%)	5:29	10.9 (64.5%)
89	WYSOCKI Piotr	384		Mężczyźni Open	77		00:27:33.40	+00:09:47 (35.5%)	5:30	10.9 (64.5%)
90	MROCZKOWSKI Hubert	211	OSP RZEWNIE	Mężczyźni Open	78		00:27:33.55	+00:09:47 (35.5%)	5:30	10.9 (64.5%)
91	MROCZKOWSKI Michał	212	OSP RZEWNIE	Mężczyźni Open	79		00:27:35.50	+00:09:49 (35.6%)	5:31	10.9 (64.5%)
92	KUR Piotr	168	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	80	ReckittRunners	00:27:35.80	+00:09:49 (35.6%)	5:31	10.9 (64.5%)
93	MILNER Izabela	200		Kobiety Open	13		00:27:38.35	+00:09:52 (35.7%)	5:31	10.9 (64.5%)
94	CZOCHARA Sebastian	45		Mężczyźni Open	81		00:27:41.15	+00:09:54 (35.8%)	5:32	10.8 (63.9%)
95	HAGEMAJER Klaudia	94		Kobiety Open	14		00:27:41.90	+00:09:55 (35.8%)	5:32	10.8 (63.9%)
96	OBROCKI Krzysztof	234		Mężczyźni Open	82		00:27:43.15	+00:09:56 (35.9%)	5:32	10.8 (63.9%)
97	GRZYBOWSKI Cezary	90	NDM	Mężczyźni Open	83		00:27:45.50	+00:09:59 (36.0%)	5:33	10.8 (63.9%)
98	SOBCZYK Barbara	409		Kobiety Open	15		00:27:46.45	+00:10:00 (36.0%)	5:33	10.8 (63.9%)
99	JĘDRZEJEWSKI Robert	111		Mężczyźni Open	84		00:27:48.45	+00:10:02 (36.1%)	5:33	10.8 (63.9%)
100	NOJSZEWSKI Paweł	227	LECĘ BO CHCĘ	Mężczyźni Open	85		00:27:53.40	+00:10:07 (36.3%)	5:34	10.8 (63.9%)
101	POSIEWKA Jacek	271	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	86	ReckittRunners	00:27:56.40	+00:10:10 (36.4%)	5:35	10.7 (63.3%)
102	OLIN Dzianis	241		Mężczyźni Open	87		00:28:11.00	+00:10:24 (36.9%)	5:38	10.6 (62.7%)
103	RAPINCZUK Jan	277	CWCR	Mężczyźni Open	88		00:28:13.05	+00:10:26 (37.0%)	5:38	10.6 (62.7%)
104	ZDZIARSKI Marcin	400	PARK PRZESZKÓD SOJKI	Mężczyźni Open	89		00:28:15.45	+00:10:29 (37.1%)	5:39	10.6 (62.7%)
105	MALCZEWSKI Mariusz	184		Mężczyźni Open	90		00:28:15.65	+00:10:29 (37.1%)	5:39	10.6 (62.7%)
106	DUDEK Izabela	51		Kobiety Open	16		00:28:16.70	+00:10:30 (37.2%)	5:39	10.6 (62.7%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
107	FALENTA Justyna	63		Kobiety Open	17		00:28:16.75	+00:10:30 (37.2%)	5:39	10.6 (62.7%)
108	KRAWCZAK Aldona	159		Kobiety Open	18		00:28:17.10	+00:10:30 (37.2%)	5:39	10.6 (62.7%)
109	JABŁONKA Radek	98	DZIADY OCR	Mężczyźni Open	91		00:28:19.95	+00:10:33 (37.3%)	5:39	10.6 (62.7%)
110	MORAWSKI Krzysztof	205		Mężczyźni Open	92		00:28:20.45	+00:10:34 (37.3%)	5:40	10.6 (62.7%)
111	MODZELEWSKI Krzysztof	203	OSP RZEWNIE	Mężczyźni Open	93		00:28:25.80	+00:10:39 (37.5%)	5:41	10.6 (62.7%)
112	ZASTAWNA Aneta	392		Kobiety Open	19		00:28:30.30	+00:10:44 (37.7%)	5:42	10.5 (62.1%)
113	KARCZMARZ Emilia	131		Kobiety Open	20		00:28:31.95	+00:10:45 (37.7%)	5:42	10.5 (62.1%)
114	OLEJNICZAK Jacek	237	KRÓLOWE ŻYCIA	Mężczyźni Open	94	Królowe Życia	00:28:32.05	+00:10:45 (37.7%)	5:42	10.5 (62.1%)
115	BARTOSIEWICZ Adam	14		Mężczyźni Open	95		00:28:32.15	+00:10:45 (37.7%)	5:42	10.5 (62.1%)
116	NOSKO Adrian	228		Mężczyźni Open	96		00:28:32.20	+00:10:45 (37.7%)	5:42	10.5 (62.1%)
117	ZDANOWSKA Magdalena	398		Kobiety Open	21		00:28:32.95	+00:10:46 (37.8%)	5:42	10.5 (62.1%)
118	SMOLAK Katarzyna	313		Kobiety Open	22		00:28:34.35	+00:10:48 (37.8%)	5:42	10.5 (62.1%)
119	KISZUK Łukasz	138		Mężczyźni Open	97		00:28:42.15	+00:10:55 (38.1%)	5:44	10.5 (62.1%)
120	GRZESZCZAK Tomasz	84		Mężczyźni Open	98		00:28:44.70	+00:10:58 (38.2%)	5:44	10.4 (61.5%)
121	MOTYCZYŃSKA Aleksandra	209	QMS	Kobiety Open	23		00:28:45.60	+00:10:59 (38.2%)	5:45	10.4 (61.5%)
122	RYBICKA Agata	284	KLUB BIEGACZA SOKÓŁ BODZANÓW	Kobiety Open	24	Klub Biegacza Sokół Bodzanów	00:28:52.75	+00:11:06 (38.5%)	5:46	10.4 (61.5%)
123	BURZYŃSKA Katarzyna	31	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	25	ReckittRunners	00:28:55.80	+00:11:09 (38.6%)	5:47	10.4 (61.5%)
124	KARASIEWICZ Katarzyna	127		Kobiety Open	26		00:28:55.85	+00:11:09 (38.6%)	5:47	10.4 (61.5%)
125	KRYSIAK Artur	161	JOKERSON	Mężczyźni Open	99		00:29:00.45	+00:11:14 (38.7%)	5:48	10.3 (60.9%)
126	SŁOWIAK Klaudia	309		Kobiety Open	27		00:29:02.80	+00:11:16 (38.8%)	5:48	10.3 (60.9%)
127	SŁOWIAK Dominik	310		Mężczyźni Open	100		00:29:03.00	+00:11:16 (38.8%)	5:48	10.3 (60.9%)
128	PARTYKA Agnieszka	251	TEAM ZABIEGANEDNI	Kobiety Open	28	Team ZabieganeDni	00:29:05.55	+00:11:19 (38.9%)	5:49	10.3 (60.9%)
129	SIEMIĘCZUK Bogumił	299		Mężczyźni Open	101		00:29:11.30	+00:11:25 (39.1%)	5:50	10.3 (60.9%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
130	DYLEWSKI Paweł	56		Mężczyźni Open	102		00:29:11.90	+00:11:25 (39.1%)	5:50	10.3 (60.9%)
131	CYBULSKI Bartosz	42	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	103	ReckittRunners	00:29:15.05	+00:11:28 (39.2%)	5:51	10.3 (60.9%)
132	KOWALSKI Kamil	153	SZKOŁA PODOFICERSKA ŻANDARMERII WOJSKOWEJ	Mężczyźni Open	104	Szkoła Podoficerska Żandarmerii Wojskowej	00:29:15.70	+00:11:29 (39.3%)	5:51	10.3 (60.9%)
133	SIEMEK Michał	297		Mężczyźni Open	105		00:29:17.60	+00:11:31 (39.3%)	5:51	10.2 (60.4%)
134	SŁUPECKI Radosław	311		Mężczyźni Open	106		00:29:18.05	+00:11:31 (39.4%)	5:51	10.2 (60.4%)
135	SATERNUS Paweł	293	WOJSKOWA AKADEMIA TECHNICZNA	Mężczyźni Open	107		00:29:18.30	+00:11:32 (39.4%)	5:51	10.2 (60.4%)
136	PŁOSAJ Lena	265	GOSIR KONDYCJA	Kobiety Open	29		00:29:23.30	+00:11:37 (39.5%)	5:52	10.2 (60.4%)
137	CIEŚLAK Adrian	40		Mężczyźni Open	108		00:29:29.35	+00:11:43 (39.7%)	5:53	10.2 (60.4%)
138	CHODZIŃSKI Adam	416		Mężczyźni Open	109		00:29:34.15	+00:11:47 (39.9%)	5:54	10.1 (59.8%)
139	GÓRA Marcin	78		Mężczyźni Open	110		00:29:37.05	+00:11:50 (40.0%)	5:55	10.1 (59.8%)
140	LUDWIKOWSKI Łukasz	411	WKS MODLIN	Mężczyźni Open	111	WKS Modlin	00:29:37.55	+00:11:51 (40.0%)	5:55	10.1 (59.8%)
141	JĘDRZEJCZUK Tomasz	110		Mężczyźni Open	112		00:29:37.65	+00:11:51 (40.0%)	5:55	10.1 (59.8%)
142	KOPCZYŃSKI Michał	144		Mężczyźni Open	113		00:29:40.25	+00:11:54 (40.1%)	5:56	10.1 (59.8%)
143	KACZOROWSKI Ryszard	121	SĄ WOLNIEJSI	Mężczyźni Open	114		00:29:43.30	+00:11:57 (40.2%)	5:56	10.1 (59.8%)
144	WIŚNIEWSKI Mariusz	373		Mężczyźni Open	115		00:29:45.00	+00:11:58 (40.3%)	5:57	10.1 (59.8%)
145	DYBEK Paweł	55		Mężczyźni Open	116		00:29:45.75	+00:11:59 (40.3%)	5:57	10.1 (59.8%)
146	SZEWczyk Robert	337		Mężczyźni Open	117		00:29:47.45	+00:12:01 (40.3%)	5:57	10.1 (59.8%)
147	BUJALSKI Konrad	30		Mężczyźni Open	118		00:29:47.65	+00:12:01 (40.4%)	5:57	10.1 (59.8%)
148	MRÓZ Wojciech	214		Mężczyźni Open	119		00:29:57.75	+00:12:11 (40.7%)	5:59	10 (59.2%)
149	KMIECIŃSKI Artur	142	QMS	Mężczyźni Open	120		00:29:58.15	+00:12:11 (40.7%)	5:59	10 (59.2%)
150	KLUCZEK Grzegorz	140		Mężczyźni Open	121		00:30:05.75	+00:12:19 (41.0%)	6:01	10 (59.2%)
151	NOGAL Józef	226	GÓRA BIEGA	Mężczyźni Open	122		00:30:16.60	+00:12:30 (41.3%)	6:03	9.9 (58.6%)
152	STARUS Maciej	325		Mężczyźni Open	123		00:30:23.95	+00:12:37 (41.5%)	6:04	9.9 (58.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
153	ANDRZEJEWSKI Grzegorz	8	RECKITTRUNNERS	Mężczyźni Open	124	ReckittRunners	00:30:27.15	+00:12:40 (41.6%)	6:05	9.9 (58.6%)
154	SZCZUROWSKA Aleksandra	334		Kobiety Open	30		00:30:27.90	+00:12:41 (41.7%)	6:05	9.9 (58.6%)
155	BILIŃSKA Joanna	18	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	31	ReckittRunners	00:30:28.40	+00:12:42 (41.7%)	6:05	9.8 (58.0%)
156	OWCZAREK Sebastian	244	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Mężczyźni Open	125		00:30:31.20	+00:12:44 (41.8%)	6:06	9.8 (58.0%)
157	MIESZKOWSKI Karol	194		Mężczyźni Open	126		00:30:32.95	+00:12:46 (41.8%)	6:06	9.8 (58.0%)
158	GADOMSKI Łukasz	66	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Mężczyźni Open	127	Aktywność Rodzi Pozytywność	00:30:33.40	+00:12:47 (41.8%)	6:06	9.8 (58.0%)
159	SKONIECZNY Dawid	305	KUTNO BIEGA	Mężczyźni Open	128		00:30:33.50	+00:12:47 (41.8%)	6:06	9.8 (58.0%)
160	PARUSZEWSKA- DUKLANOWSKA Angelika	252	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	32	Aktywność Rodzi Pozytywność	00:30:33.80	+00:12:47 (41.9%)	6:06	9.8 (58.0%)
161	RUSZKOWSKI Jacek	281		Mężczyźni Open	129		00:30:35.45	+00:12:49 (41.9%)	6:07	9.8 (58.0%)
162	ULMAN Monika	357		Kobiety Open	33		00:30:35.70	+00:12:49 (41.9%)	6:07	9.8 (58.0%)
163	MIESZKOWSKI Grzegorz	195		Mężczyźni Open	130		00:30:36.35	+00:12:50 (41.9%)	6:07	9.8 (58.0%)
164	ZABŁOCKA Mariola	385	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	34		00:30:37.65	+00:12:51 (42.0%)	6:07	9.8 (58.0%)
165	BUDKOWSKA Dorota	27		Kobiety Open	35		00:30:41.95	+00:12:55 (42.1%)	6:08	9.8 (58.0%)
166	KŁOSINSKI Piotr	141		Mężczyźni Open	131		00:30:46.90	+00:13:00 (42.3%)	6:09	9.8 (58.0%)
167	SZPITUN Marek	339		Mężczyźni Open	132		00:30:48.95	+00:13:02 (42.3%)	6:09	9.7 (57.4%)
168	MIKLASZEWSKI Marian	197		Mężczyźni Open	133	MPWIK	00:30:52.80	+00:13:06 (42.5%)	6:10	9.7 (57.4%)
169	WACHOL Paweł	360		Mężczyźni Open	134		00:30:55.00	+00:13:08 (42.5%)	6:11	9.7 (57.4%)
170	WYSOCKA Alicja	382		Kobiety Open	36		00:30:58.20	+00:13:11 (42.6%)	6:11	9.7 (57.4%)
171	KIEŁBASA Sylwester	137		Mężczyźni Open	135		00:31:01.75	+00:13:15 (42.7%)	6:12	9.7 (57.4%)
172	MOSAKOWSKI Piotr	206		Mężczyźni Open	136		00:31:03.30	+00:13:17 (42.8%)	6:12	9.7 (57.4%)
173	POGONOWSKI Radosław	267		Mężczyźni Open	137		00:31:04.30	+00:13:18 (42.8%)	6:12	9.7 (57.4%)
174	GUNIA Klaudia	93		Kobiety Open	37		00:31:04.85	+00:13:18 (42.8%)	6:12	9.7 (57.4%)
175	KAMIŃSKA Klaudia	125		Kobiety Open	38		00:31:04.90	+00:13:18 (42.8%)	6:12	9.7 (57.4%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
176	DŻEGAN Kinga	59		Kobiety Open	39		00:31:07.45	+00:13:21 (42.9%)	6:13	9.6 (56.8%)
177	KUBICKA Izabela	164		Kobiety Open	40		00:31:11.50	+00:13:25 (43.0%)	6:14	9.6 (56.8%)
178	PAJNOWSKI Piotr	248		Mężczyźni Open	138		00:31:12.15	+00:13:25 (43.0%)	6:14	9.6 (56.8%)
179	STAŚKIEWICZ Andrzej	326		Mężczyźni Open	139		00:31:13.10	+00:13:26 (43.1%)	6:14	9.6 (56.8%)
180	LUPA Dawid	272		Mężczyźni Open	140		00:31:13.40	+00:13:27 (43.1%)	6:14	9.6 (56.8%)
181	NERĆ Robert	218		Mężczyźni Open	141		00:31:21.90	+00:13:35 (43.3%)	6:16	9.6 (56.8%)
182	NIEMIEC Magdalena	223		Kobiety Open	41		00:31:24.70	+00:13:38 (43.4%)	6:16	9.6 (56.8%)
183	JAKUBOWSKI Daniel	103		Mężczyźni Open	142		00:31:28.95	+00:13:42 (43.6%)	6:17	9.5 (56.2%)
184	ZARZYCKI Piotr	391		Mężczyźni Open	143		00:31:34.40	+00:13:48 (43.7%)	6:18	9.5 (56.2%)
185	STYPKA SORDYL Olga	328		Kobiety Open	42		00:31:35.05	+00:13:48 (43.7%)	6:19	9.5 (56.2%)
186	ZAJDEL Emil	387	QMS	Mężczyźni Open	144		00:31:37.40	+00:13:51 (43.8%)	6:19	9.5 (56.2%)
187	SZAŁANKIEWICZ Marcin	332		Mężczyźni Open	145		00:31:48.70	+00:14:02 (44.1%)	6:21	9.4 (55.6%)
188	NIDECKA Anna	219		Kobiety Open	43	Zespół	00:31:48.75	+00:14:02 (44.1%)	6:21	9.4 (55.6%)
189	BARZDO Maciej	15		Mężczyźni Open	146		00:31:48.80	+00:14:02 (44.1%)	6:21	9.4 (55.6%)
190	SZCZYGIELSKI Damian	335	KRÓLOWE ŻYCIA	Mężczyźni Open	147	Królowe Życia	00:31:48.85	+00:14:02 (44.1%)	6:21	9.4 (55.6%)
191	JEŻMAŃSKI Sławek	109		Mężczyźni Open	148		00:31:50.30	+00:14:04 (44.2%)	6:22	9.4 (55.6%)
192	AGAFONOW Marta	7		Kobiety Open	44		00:31:50.40	+00:14:04 (44.2%)	6:22	9.4 (55.6%)
193	BUDNICKA Katarzyna	28		Kobiety Open	45		00:31:51.90	+00:14:05 (44.2%)	6:22	9.4 (55.6%)
194	WANOWSKI Andrzej	364	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Mężczyźni Open	149		00:31:55.45	+00:14:09 (44.3%)	6:23	9.4 (55.6%)
195	GADOMSKI Artur	67	SZKOŁA PODOFICERSKA ŻANDARMERII WOJSKOWEJ	Mężczyźni Open	150	Szkoła Podoficerska Żandarmerii Wojskowej	00:32:01.50	+00:14:15 (44.5%)	6:24	9.4 (55.6%)
196	CAŁKA Sebastian	32	SZKOŁA PODOFICERSKA ŻANDARMERII WOJSKOWEJ	Mężczyźni Open	151	Szkoła Podoficerska Żandarmerii Wojskowej	00:32:01.75	+00:14:15 (44.5%)	6:24	9.4 (55.6%)
197	BĄCZEWSKI Mariusz	16		Mężczyźni Open	152		00:32:02.70	+00:14:16 (44.5%)	6:24	9.4 (55.6%)
198	PAWLAK Patryk	254		Mężczyźni Open	153		00:32:03.20	+00:14:16 (44.6%)	6:24	9.4 (55.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
199	FAJDEK Albert	61		Mężczyźni Open	154		00:32:06.50	+00:14:20 (44.7%)	6:25	9.3 (55.0%)
200	LACZKOWSKI Grzegorz	171		Mężczyźni Open	155		00:32:08.45	+00:14:22 (44.7%)	6:25	9.3 (55.0%)
201	OLEJNICZAK Arleta	238	KRÓLOWE ŻYCIA	Kobiety Open	46	Królowe Życia	00:32:09.30	+00:14:23 (44.7%)	6:25	9.3 (55.0%)
202	GŁUSZYK Aneta	71		Kobiety Open	47		00:32:11.85	+00:14:25 (44.8%)	6:26	9.3 (55.0%)
203	RYBICKA Agnieszka	283	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	48		00:32:12.05	+00:14:25 (44.8%)	6:26	9.3 (55.0%)
204	ZIÓŁKOWSKA Anna	401	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	49		00:32:12.45	+00:14:26 (44.8%)	6:26	9.3 (55.0%)
205	OLKOWSKI Robert	242		Mężczyźni Open	156		00:32:14.00	+00:14:27 (44.9%)	6:26	9.3 (55.0%)
206	MOTYCZYŃSKI Jarosław	210	QMS	Mężczyźni Open	157		00:32:14.45	+00:14:28 (44.9%)	6:26	9.3 (55.0%)
207	RYMUSZKA Kinga	288		Kobiety Open	50	Rym cym cym - z podeszw dym	00:32:15.85	+00:14:29 (44.9%)	6:27	9.3 (55.0%)
207	RYMUSZKA Maciej	287		Mężczyźni Open	158	Rym cym cym - z podeszw dym	00:32:15.85	+00:14:29 (44.9%)	6:27	9.3 (55.0%)
209	WIŚNIEWSKA Justyna	372		Kobiety Open	51		00:32:19.60	+00:14:33 (45.0%)	6:27	9.3 (55.0%)
210	GAJEWSKA Marlena	68		Kobiety Open	52		00:32:22.45	+00:14:36 (45.1%)	6:28	9.3 (55.0%)
211	GRZESZEK Małgorzata	89	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	53		00:32:26.20	+00:14:39 (45.2%)	6:29	9.2 (54.4%)
212	SZPOJANOWSKA Anna	280		Kobiety Open	54		00:32:27.30	+00:14:41 (45.2%)	6:29	9.2 (54.4%)
213	WAROWICKI Sebastian	365	GRUPA BIEGOWA CHTMO	Mężczyźni Open	159		00:32:32.15	+00:14:45 (45.4%)	6:30	9.2 (54.4%)
214	SAR Katarzyna	291		Kobiety Open	55		00:32:35.20	+00:14:48 (45.5%)	6:31	9.2 (54.4%)
215	ŁAPKO Joanna	2	WKS MODLIN	Kobiety Open	56	WKS Modlin	00:32:35.90	+00:14:49 (45.5%)	6:31	9.2 (54.4%)
216	CZARNECKA Dorota	43		Kobiety Open	57		00:32:36.80	+00:14:50 (45.5%)	6:31	9.2 (54.4%)
217	WAWRZONKIEWICZ Justyna	366		Kobiety Open	58		00:32:38.50	+00:14:52 (45.6%)	6:31	9.2 (54.4%)
218	BORKOWSKI Arkadiusz	23		Mężczyźni Open	160		00:32:39.30	+00:14:53 (45.6%)	6:31	9.2 (54.4%)
219	SIEMIENIUK Kinga	298	ZESPÓŁ	Kobiety Open	59	Zespół	00:32:40.35	+00:14:54 (45.6%)	6:32	9.2 (54.4%)
220	WIELICZKO Paweł	367		Mężczyźni Open	161		00:32:43.85	+00:14:57 (45.7%)	6:32	9.2 (54.4%)
221	TAPEREK Marta	347		Kobiety Open	60		00:32:46.50	+00:15:00 (45.8%)	6:33	9.2 (54.4%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
222	BORKOWSKA Joanna	22		Kobiety Open	61		00:32:53.25	+00:15:07 (46.0%)	6:34	9.1 (53.8%)
223	PACZKOWSKI Andrzej	247	M&A	Mężczyźni Open	162	M&A	00:32:58.80	+00:15:12 (46.1%)	6:35	9.1 (53.8%)
224	OLESZAK Magdalena	240	M&A	Kobiety Open	62	M&A	00:32:58.90	+00:15:12 (46.1%)	6:35	9.1 (53.8%)
225	WRÓBLEWSKI Michał	380		Mężczyźni Open	163		00:33:02.55	+00:15:16 (46.2%)	6:36	9.1 (53.8%)
226	BORKOWSKA Julianna	20		Kobiety Open	63		00:33:06.85	+00:15:20 (46.3%)	6:37	9.1 (53.8%)
227	BORKOWSKA Klaudia	21		Kobiety Open	64		00:33:07.00	+00:15:20 (46.3%)	6:37	9.1 (53.8%)
228	MAGDALIŃSKA Żaneta	182		Kobiety Open	65		00:33:10.90	+00:15:24 (46.4%)	6:38	9 (53.3%)
229	ZAWIDZKA Kasia	393		Kobiety Open	66		00:33:11.30	+00:15:25 (46.5%)	6:38	9 (53.3%)
230	KRÓL Klaudia	160		Kobiety Open	67		00:33:11.35	+00:15:25 (46.5%)	6:38	9 (53.3%)
231	CHOJNACKI Krzysztof	35		Mężczyźni Open	164	Razem możemy więcej	00:33:12.05	+00:15:25 (46.5%)	6:38	9 (53.3%)
232	MOSKAL Magdalena	207		Kobiety Open	68		00:33:16.90	+00:15:30 (46.6%)	6:39	9 (53.3%)
233	JORGE Oscar	113		Mężczyźni Open	165		00:33:17.70	+00:15:31 (46.6%)	6:39	9 (53.3%)
234	ZDANCEWICZ Ewa	397		Kobiety Open	69		00:33:18.45	+00:15:32 (46.6%)	6:39	9 (53.3%)
235	SIKORSKI Aleksander	301		Mężczyźni Open	166		00:33:18.85	+00:15:32 (46.7%)	6:39	9 (53.3%)
236	ZDANCEWICZ Anna	396		Kobiety Open	70		00:33:19.60	+00:15:33 (46.7%)	6:39	9 (53.3%)
237	KOWALEWSKI Artur	151	CWCR	Mężczyźni Open	167		00:33:21.10	+00:15:34 (46.7%)	6:40	9 (53.3%)
238	DUDZIŃSKA Asia	52		Kobiety Open	71		00:33:29.65	+00:15:43 (46.9%)	6:41	9 (53.3%)
239	KĘDZIORA-JANUSZ Ilona	136		Kobiety Open	72		00:33:31.60	+00:15:45 (47.0%)	6:42	9 (53.3%)
240	RÓŻYŃSKI Mariusz	279	PODOESTETIC/HUSARIA	Mężczyźni Open	168		00:33:33.15	+00:15:46 (47.0%)	6:42	8.9 (52.7%)
241	NIEWĘGŁOWSKI Marcin	224		Mężczyźni Open	169		00:33:36.05	+00:15:49 (47.1%)	6:43	8.9 (52.7%)
242	KAMASA Andrzej	123	SSZW CIECHANÓW	Mężczyźni Open	170		00:33:40.60	+00:15:54 (47.2%)	6:44	8.9 (52.7%)
243	TCHÓRZNICKI Norbert	348		Mężczyźni Open	171		00:33:51.90	+00:16:05 (47.5%)	6:46	8.9 (52.7%)
244	ADAMCZAK Józef	6	REZERWA 83-85	Mężczyźni Open	172		00:33:57.25	+00:16:11 (47.7%)	6:47	8.8 (52.1%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
245	SZYDLIK Radosław	341		Mężczyźni Open	173		00:33:58.05	+00:16:11 (47.7%)	6:47	8.8 (52.1%)
246	KAŻUCH Dominik	134		Mężczyźni Open	174		00:34:02.00	+00:16:15 (47.8%)	6:48	8.8 (52.1%)
247	MASKIEWICZ Magdalena	189	BRAVEHEARTS LEGIONOWO	Kobiety Open	73		00:34:04.75	+00:16:18 (47.9%)	6:48	8.8 (52.1%)
248	HARASIUK Katarzyna	95	MPWIK	Kobiety Open	74	MPWIK	00:34:05.85	+00:16:19 (47.9%)	6:49	8.8 (52.1%)
249	LEMBAS Kinga	173	MPWIK	Kobiety Open	75	MPWIK	00:34:07.40	+00:16:21 (47.9%)	6:49	8.8 (52.1%)
250	WYSOCKI Piotr	383	LECĘ BO CHCĘ	Mężczyźni Open	175		00:34:09.35	+00:16:23 (48.0%)	6:49	8.8 (52.1%)
251	ŻBIKOWSKA Kinga	406		Kobiety Open	76		00:34:20.70	+00:16:34 (48.3%)	6:52	8.7 (51.5%)
252	KUREK Anna	169	LEGIA RUGBY	Kobiety Open	77		00:34:23.65	+00:16:37 (48.3%)	6:52	8.7 (51.5%)
253	TRIGO Adrián	352		Mężczyźni Open	176		00:34:29.45	+00:16:43 (48.5%)	6:53	8.7 (51.5%)
254	ZAWROTNIAK Anna	394		Kobiety Open	78		00:34:29.60	+00:16:43 (48.5%)	6:53	8.7 (51.5%)
255	MAŁEK Stasiek	422	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Mężczyźni Open	177	RozbiegaMy Nowy Dwór	00:34:33.30	+00:16:47 (48.6%)	6:54	8.7 (51.5%)
256	MAŁEK Karolina	421	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Kobiety Open	79	RozbiegaMy Nowy Dwór	00:34:33.45	+00:16:47 (48.6%)	6:54	8.7 (51.5%)
257	GRYGORJEW Daniel	81		Mężczyźni Open	178		00:34:38.85	+00:16:52 (48.7%)	6:55	8.7 (51.5%)
258	SAKOWSKA Barbara	290	LECĘ BO CHCĘ	Kobiety Open	80		00:34:43.40	+00:16:57 (48.8%)	6:56	8.6 (50.9%)
258	STYŚ Monika	330	LECĘ BO CHCĘ	Kobiety Open	80		00:34:43.40	+00:16:57 (48.8%)	6:56	8.6 (50.9%)
260	GRUBA Mateusz	80		Mężczyźni Open	179		00:34:54.75	+00:17:08 (49.1%)	6:58	8.6 (50.9%)
261	LEWANDOWSKA Iwona	174		Kobiety Open	82	Zespół	00:34:54.90	+00:17:08 (49.1%)	6:58	8.6 (50.9%)
262	RYBICKI Marek	285		Mężczyźni Open	180		00:35:00.30	+00:17:14 (49.2%)	7:00	8.6 (50.9%)
263	PYTLAK Mikołaj	273		Mężczyźni Open	181		00:35:08.55	+00:17:22 (49.4%)	7:01	8.5 (50.3%)
264	KOZ Asia	154		Kobiety Open	83		00:35:09.35	+00:17:23 (49.5%)	7:01	8.5 (50.3%)
265	SZELIGA Artur	336		Mężczyźni Open	182		00:35:11.95	+00:17:25 (49.5%)	7:02	8.5 (50.3%)
266	JABLONSKA Kamila	97	SZALONE JAMNIKI	Kobiety Open	84		00:35:14.40	+00:17:28 (49.6%)	7:02	8.5 (50.3%)
267	PYTLIŃSKA Natalia	274	FORFITER	Kobiety Open	85		00:35:15.50	+00:17:29 (49.6%)	7:03	8.5 (50.3%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
268	PYTLIŃSKI Arkadiusz	275	FORFITER	Mężczyźni Open	183	FORFITER	00:35:15.70	+00:17:29 (49.6%)	7:03	8.5 (50.3%)
269	SIWEK Sylwia	302		Kobiety Open	86		00:35:19.15	+00:17:32 (49.7%)	7:03	8.5 (50.3%)
270	KOZIARA Katarzyna	155	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	87	ReckittRunners	00:35:20.65	+00:17:34 (49.7%)	7:04	8.5 (50.3%)
271	PENKALSKI Tomasz	256		Mężczyźni Open	184		00:35:21.20	+00:17:34 (49.7%)	7:04	8.5 (50.3%)
272	PENKALSKA Magdalena	255		Kobiety Open	88		00:35:21.40	+00:17:35 (49.7%)	7:04	8.5 (50.3%)
273	BRINDA Grażyna	25		Kobiety Open	89		00:35:21.55	+00:17:35 (49.7%)	7:04	8.5 (50.3%)
274	PIOTROWSKA Kasia	264	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	90	Aktywność Rodzi Pozytywność	00:35:36.85	+00:17:50 (50.1%)	7:07	8.4 (49.7%)
275	WOŹNIAK Aleksandra	378	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	91		00:35:37.25	+00:17:51 (50.1%)	7:07	8.4 (49.7%)
276	DOBROWOLSKI Piotr	145		Mężczyźni Open	185	ReckittRunners	00:35:40.60	+00:17:54 (50.2%)	7:08	8.4 (49.7%)
277	WILCZEK Marta	369	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	92	ReckittRunners	00:35:41.00	+00:17:54 (50.2%)	7:08	8.4 (49.7%)
278	PIASECKA Olga	259	QMS	Kobiety Open	93		00:35:41.20	+00:17:54 (50.2%)	7:08	8.4 (49.7%)
279	SMOLIŃSKA Agata	314	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	94	ReckittRunners	00:35:41.70	+00:17:55 (50.2%)	7:08	8.4 (49.7%)
280	JEZNACH Dorota	108		Kobiety Open	95		00:35:54.75	+00:18:08 (50.5%)	7:10	8.4 (49.7%)
281	KARBOWSKA Wiesława	128		Kobiety Open	96	MVP	00:36:07.45	+00:18:21 (50.8%)	7:13	8.3 (49.1%)
282	KARBOWSKI Wojciech	129		Mężczyźni Open	186	MVP	00:36:08.65	+00:18:22 (50.8%)	7:13	8.3 (49.1%)
283	SKOLIK Andrzej	304		Mężczyźni Open	187		00:36:11.45	+00:18:25 (50.9%)	7:14	8.3 (49.1%)
284	POGRZEBSKI Ireneusz	268		Mężczyźni Open	188		00:36:15.95	+00:18:29 (51.0%)	7:15	8.3 (49.1%)
285	KACPRZAK Jakub	117	MACHMOL	Mężczyźni Open	189		00:36:16.35	+00:18:30 (51.0%)	7:15	8.3 (49.1%)
286	OCIPKA Agnieszka	235		Kobiety Open	97		00:36:16.95	+00:18:30 (51.0%)	7:15	8.3 (49.1%)
287	KOŃCZALSKA Anna	143		Kobiety Open	98		00:36:17.80	+00:18:31 (51.0%)	7:15	8.3 (49.1%)
288	TOKARCZUK Sylwia	351		Kobiety Open	99		00:36:17.90	+00:18:31 (51.0%)	7:15	8.3 (49.1%)
289	WÓJCIK Małgorzata	379	AKTYWNOŚĆ RODZI POZYTYWNOŚĆ	Kobiety Open	100		00:36:27.35	+00:18:41 (51.3%)	7:17	8.2 (48.5%)
290	PASIEROWSKA Ewelina	253		Kobiety Open	101		00:36:29.25	+00:18:43 (51.3%)	7:17	8.2 (48.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
291	URBAŚ Olga	359		Kobiety Open	102		00:36:29.30	+00:18:43 (51.3%)	7:17	8.2 (48.5%)
292	STUDZIŃSKI Tomasz	327		Mężczyźni Open	190		00:36:29.95	+00:18:43 (51.3%)	7:17	8.2 (48.5%)
293	ROSAK Ewa	278		Kobiety Open	103		00:36:35.05	+00:18:48 (51.4%)	7:19	8.2 (48.5%)
294	TRZECIAK Dawid	355		Mężczyźni Open	191		00:36:46.70	+00:19:00 (51.7%)	7:21	8.2 (48.5%)
295	JAKUBIAK Milena	101		Kobiety Open	104		00:36:56.75	+00:19:10 (51.9%)	7:23	8.1 (47.9%)
296	NOWAK Szymon	230		Mężczyźni Open	192	MVP	00:36:59.15	+00:19:12 (52.0%)	7:23	8.1 (47.9%)
297	JABŁOŃSKI Jarosław	99	SZALONE JAMNIKI	Mężczyźni Open	193		00:37:07.60	+00:19:21 (52.1%)	7:25	8.1 (47.9%)
298	WRZESIŃSKA Majka	5	WKS MODLIN	Kobiety Open	105	WKS Modlin	00:37:09.95	+00:19:23 (52.2%)	7:25	8.1 (47.9%)
299	WNUKOWSKA Natalia	4	WKS MODLIN	Kobiety Open	106	WKS Modlin	00:37:12.15	+00:19:25 (52.2%)	7:26	8.1 (47.9%)
300	CHOJNACKA Bożena	33		Kobiety Open	107	Razem możemy więcej	00:37:18.40	+00:19:32 (52.4%)	7:27	8 (47.3%)
301	KRZYWDZIŃSKA Lidia	163	RUNCROSS ROZGARTY	Kobiety Open	108		00:37:27.10	+00:19:40 (52.5%)	7:29	8 (47.3%)
302	WALENTYN Katarzyna	363	RUNCROSS ROZGARTY	Kobiety Open	109	RunCross Rozgarty	00:37:27.20	+00:19:40 (52.6%)	7:29	8 (47.3%)
303	MARCINIAK Paweł	187		Mężczyźni Open	194		00:37:32.00	+00:19:45 (52.7%)	7:30	8 (47.3%)
304	KOWALSKA Agnieszka	152		Kobiety Open	110		00:37:33.45	+00:19:47 (52.7%)	7:30	8 (47.3%)
305	GRZEGORCZYK Michał	82		Mężczyźni Open	195		00:37:33.85	+00:19:47 (52.7%)	7:30	8 (47.3%)
306	BRZOSKI Paweł	26		Mężczyźni Open	196		00:37:54.40	+00:20:08 (53.1%)	7:34	7.9 (46.7%)
307	STACHNIK Mirosław	320		Mężczyźni Open	197		00:38:01.50	+00:20:15 (53.3%)	7:36	7.9 (46.7%)
308	MALINOWSKA Agnieszka	185	KRÓLOWE ŻYCIA	Kobiety Open	111	Królowe Życia	00:38:15.00	+00:20:28 (53.5%)	7:39	7.8 (46.2%)
309	FREITAG Arkadiusz	65		Mężczyźni Open	198		00:38:15.25	+00:20:29 (53.5%)	7:39	7.8 (46.2%)
310	KACPRZAK Beata	116	KLUB BIEGACZA SOKÓŁ BODZANÓW	Kobiety Open	112	Klub Biegacza Sokół Bodzanów	00:38:25.55	+00:20:39 (53.8%)	7:41	7.8 (46.2%)
311	KĄDZIELAWA Marek	135	CWCR	Mężczyźni Open	199		00:38:33.45	+00:20:47 (53.9%)	7:42	7.8 (46.2%)
312	MATUSIAK Aga	191		Kobiety Open	113		00:38:54.30	+00:21:08 (54.3%)	7:46	7.7 (45.6%)
313	WOJTASINSKA Mariola	375	OŻARÓW MAZOWIECKI BIEGA	Kobiety Open	114		00:38:54.70	+00:21:08 (54.3%)	7:46	7.7 (45.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
314	BOZIK Bogumił	24		Mężczyźni Open	200		00:38:56.35	+00:21:10 (54.4%)	7:47	7.7 (45.6%)
315	CIKACZ Radosław	41		Mężczyźni Open	201		00:39:08.60	+00:21:22 (54.6%)	7:49	7.7 (45.6%)
316	MATEJKO Aleksandra	190		Kobiety Open	115		00:39:18.65	+00:21:32 (54.8%)	7:51	7.6 (45.0%)
317	SKARBEK-TWAROWSKA Ewelina	303	MPWIK	Kobiety Open	116		00:39:19.75	+00:21:33 (54.8%)	7:51	7.6 (45.0%)
318	SKURSKA Klaudia	306		Kobiety Open	117	MPWIK	00:39:20.90	+00:21:34 (54.8%)	7:52	7.6 (45.0%)
319	ZYCHALAK Grzegorz	403	MPWIK	Mężczyźni Open	202	MPWIK	00:39:21.35	+00:21:35 (54.8%)	7:52	7.6 (45.0%)
320	CIECHANOWICZ Joanna	37		Kobiety Open	118		00:39:21.75	+00:21:35 (54.9%)	7:52	7.6 (45.0%)
321	GOŁĘBIEWSKA Małgorzata	72		Kobiety Open	119		00:39:21.85	+00:21:35 (54.9%)	7:52	7.6 (45.0%)
322	KUNKA Piotr	167	TEAM ZABIEGANEDNI	Mężczyźni Open	203		00:39:24.60	+00:21:38 (54.9%)	7:52	7.6 (45.0%)
323	KASSJANOWICZ Ada	132		Kobiety Open	120		00:39:38.40	+00:21:52 (55.2%)	7:55	7.6 (45.0%)
324	ZALEWSKI Rafał	388		Mężczyźni Open	204		00:39:38.60	+00:21:52 (55.2%)	7:55	7.6 (45.0%)
325	SOSIŃSKI Sebastian	1	WKS MODLIN	Mężczyźni Open	205	WKS Modlin	00:39:42.50	+00:21:56 (55.2%)	7:56	7.6 (45.0%)
326	RÓŻYCKA Magdalena	3	WKS MODLIN	Kobiety Open	121	WKS Modlin	00:39:42.75	+00:21:56 (55.3%)	7:56	7.6 (45.0%)
327	DZIERZGOWSKA Ewa	58		Kobiety Open	122		00:39:48.95	+00:22:02 (55.4%)	7:57	7.5 (44.4%)
328	MARSZAŁ Daniel	188		Mężczyźni Open	206		00:40:06.00	+00:22:19 (55.7%)	8:01	7.5 (44.4%)
329	STACHOWICZ Daniel	321		Mężczyźni Open	207		00:40:06.35	+00:22:20 (55.7%)	8:01	7.5 (44.4%)
330	STACHOWICZ Sylwia	322		Kobiety Open	123		00:40:13.45	+00:22:27 (55.8%)	8:02	7.5 (44.4%)
331	PIEKUT Wioletta	261	RECKITTRUNNERS	Kobiety Open	124	ReckittRunners	00:40:19.90	+00:22:33 (55.9%)	8:03	7.4 (43.8%)
332	CHOJNACKA Emilia	34		Kobiety Open	125	Razem możemy więcej	00:40:42.90	+00:22:56 (56.4%)	8:08	7.4 (43.8%)
333	NIEDŹWIEDŹ Bartosz	221		Mężczyźni Open	208		00:40:50.85	+00:23:04 (56.5%)	8:10	7.3 (43.2%)
334	ZAREMBA Weronika	390		Kobiety Open	126		00:41:07.00	+00:23:20 (56.8%)	8:13	7.3 (43.2%)
335	GOŁKOWSKI Zbigniew	74	EAZYMUT.PL	Mężczyźni Open	209		00:41:12.85	+00:23:26 (56.9%)	8:14	7.3 (43.2%)
336	OCZERETKO-SZLOT Angelika	236		Kobiety Open	127		00:41:13.05	+00:23:26 (56.9%)	8:14	7.3 (43.2%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
337	KOSTROWSKA Elwira	146		Kobiety Open	128	Blood brother	00:41:19.35	+00:23:33 (57.0%)	8:15	7.3 (43.2%)
338	NOWAK Paulina	229		Kobiety Open	129		00:41:22.75	+00:23:36 (57.1%)	8:16	7.3 (43.2%)
339	SZCZEBLOWSKA Katarzyna	333		Kobiety Open	130		00:41:35.35	+00:23:49 (57.3%)	8:19	7.2 (42.6%)
340	DĄBROWSKI Karol	48		Mężczyźni Open	210		00:41:40.25	+00:23:54 (57.4%)	8:20	7.2 (42.6%)
341	SOSNOWSKI Łukasz	317		Mężczyźni Open	211		00:41:50.30	+00:24:04 (57.5%)	8:22	7.2 (42.6%)
342	ŚLUBOWSKA Katarzyna	344		Kobiety Open	131		00:42:00.25	+00:24:14 (57.7%)	8:24	7.1 (42.0%)
343	JANUSZEWSKA Ewa	104	SOKÓŁ BODZANÓW	Kobiety Open	132	Sokół Bodzanów	00:42:00.40	+00:24:14 (57.7%)	8:24	7.1 (42.0%)
344	PIEKARSKI Paweł	260	MŁODY VS STARY	Mężczyźni Open	212		00:42:44.75	+00:24:58 (58.4%)	8:32	7 (41.4%)
345	WALENDZIK Gabrysia	362		Kobiety Open	133	Bąkasy ekstraklasy	00:43:36.55	+00:25:50 (59.2%)	8:43	6.9 (40.8%)
346	PĘCZEK Agnieszka	258		Kobiety Open	134		00:43:47.35	+00:26:01 (59.4%)	8:45	6.9 (40.8%)
347	WINTEROT Krzysztof	371		Mężczyźni Open	213		00:43:47.80	+00:26:01 (59.4%)	8:45	6.9 (40.8%)
348	TALAROWSKA Magdalena	345		Kobiety Open	135		00:44:11.90	+00:26:25 (59.8%)	8:50	6.8 (40.2%)
349	TALAROWSKI Arkadiusz	346		Mężczyźni Open	214		00:44:12.25	+00:26:26 (59.8%)	8:50	6.8 (40.2%)
350	GAWRYŁO Joanna	70		Kobiety Open	136		00:44:50.70	+00:27:04 (60.4%)	8:58	6.7 (39.6%)
351	NASKRĘT Mariusz	216		Mężczyźni Open	215		00:45:05.10	+00:27:18 (60.6%)	9:01	6.7 (39.6%)
352	KAZIMIERCZAK Krzysztof	133		Mężczyźni Open	216		00:45:12.15	+00:27:25 (60.7%)	9:02	6.6 (39.1%)
353	SIKORSKA 11 Marzena	418		Kobiety Open	137		00:45:28.70	+00:27:42 (60.9%)	9:05	6.6 (39.1%)
354	MIZURA Marcin	202		Mężczyźni Open	217	Bąkasy ekstraklasy	00:45:29.55	+00:27:43 (60.9%)	9:05	6.6 (39.1%)
355	JAKUBOWSKA-ALEKSA Aneta	102		Kobiety Open	138		00:45:29.70	+00:27:43 (60.9%)	9:05	6.6 (39.1%)
356	MICHALSKA Dominika	192		Kobiety Open	139	Bąkasy ekstraklasy	00:45:30.50	+00:27:44 (61.0%)	9:06	6.6 (39.1%)
357	SIKORSKA Marzena	300		Kobiety Open	140		00:45:36.15	+00:27:49 (61.0%)	9:07	6.6 (39.1%)
358	GRZESZCZYK Weronika	88		Kobiety Open	141		00:45:50.35	+00:28:04 (61.2%)	9:10	6.5 (38.5%)
359	GRZESZCZYK Malwina	87		Kobiety Open	142		00:45:51.55	+00:28:05 (61.2%)	9:10	6.5 (38.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
360	RUTA Marta	282		Kobiety Open	143		00:45:58.00	+00:28:11 (61.3%)	9:11	6.5 (38.5%)
361	SMOLAK Edyta	312		Kobiety Open	144		00:45:58.55	+00:28:12 (61.3%)	9:11	6.5 (38.5%)
362	WALENDZIK Dominika	361		Kobiety Open	145	Bąkasy ekstraklasy	00:46:22.90	+00:28:36 (61.7%)	9:16	6.5 (38.5%)
363	TROCEWICZ Arkadiusz	353		Mężczyźni Open	218	Bąkasy ekstraklasy	00:46:24.10	+00:28:37 (61.7%)	9:16	6.5 (38.5%)
364	GRABOWSKA Monika	79	JEDNOROŻEC ROBI CO MOŻE	Kobiety Open	146	Jednorożec robi co może	00:47:41.25	+00:29:55 (62.7%)	9:32	6.3 (37.3%)
365	SELIGA Michał	294		Mężczyźni Open	219		00:47:46.65	+00:30:00 (62.8%)	9:33	6.3 (37.3%)
366	SADOWSKI Patryk	417		Mężczyźni Open	220		00:47:47.60	+00:30:01 (62.8%)	9:33	6.3 (37.3%)
367	JUKIEWICZ Zuzanna	115		Kobiety Open	147		00:47:50.95	+00:30:04 (62.9%)	9:34	6.3 (37.3%)
368	JUKIEWICZ Krzysztof	114	WKURW TEAM	Mężczyźni Open	221		00:47:52.35	+00:30:06 (62.9%)	9:34	6.3 (37.3%)
369	NOWAKOWSKI Krzysztof	232		Mężczyźni Open	222		00:47:54.40	+00:30:08 (62.9%)	9:34	6.3 (37.3%)
370	KOWALCZYK Aleksandra	150		Kobiety Open	148		00:47:54.55	+00:30:08 (62.9%)	9:34	6.3 (37.3%)
371	DAWIDZIUK Emil	47	ZAKOCHANI ZABIEGANI	Mężczyźni Open	223	Zakochani zabiegani	00:48:27.75	+00:30:41 (63.3%)	9:41	6.2 (36.7%)
372	GARDIAS Adrianna	69	ZAKOCHANI ZABIEGANI	Kobiety Open	149	Zakochani zabiegani	00:48:32.55	+00:30:46 (63.4%)	9:42	6.2 (36.7%)
373	STAŃCZAK Sonia	323		Kobiety Open	150		00:49:14.05	+00:31:27 (63.9%)	9:50	6.1 (36.1%)
373	SZYMAŃSKA Tatiana	342		Kobiety Open	150		00:49:14.05	+00:31:27 (63.9%)	9:50	6.1 (36.1%)
375	LIPIŃSKA Joanna	176	ROZBIEGAMY NOWY DWÓR	Kobiety Open	152	RozbiegaMy Nowy Dwór	00:49:23.25	+00:31:37 (64.0%)	9:52	6.1 (36.1%)
376	LUBELSKI Tomasz	178		Mężczyźni Open	224					(0.0%)
377	ZAREMBA Bożena	389		Kobiety Open	153					(0.0%)
378	MIESZKOWSKI Maciej	193		Mężczyźni Open	225					(0.0%)

Znaleziono 378 wynik(ów)