



DUCH SANU

B4SPORT

B4SPORT
INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Wydarzenie: Duch Sanu
Organizator: Stowarzyszenie Duch Pogórza
Data: 2024-07-20
Miejsce: Dubiecko
Dystans: 10 km

Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Okr.	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h	Fastest Lap	Średnie okrążenie
1	FURMAN Dawid	19	DLA ELIZKI & MILENKI	OPEN Mężczyźni 1	15	0	8:55	6.7 (100%)	01:06:08	01:29:17	
10km: 01:06:08 20km: 02:14:06 30km: 03:24:32 40km: 04:35:20 50km: 05:51:21 60km: 07:08:46 70km: 08:33:35 80km: 10:03:33 90km: 11:36:10 100km: 13:10:44 110km: 14:51:57 120km: 16:45:42 130km: 18:45:28 140km: 20:38:23 150km: 22:19:18											
2	PŁONKA Rafał	42	PODIUM	OPEN Mężczyźni 2	13	-2	9:44	6.2 (92.5%)	01:04:02	01:37:25	
10km: 01:04:02 20km: 02:13:55 30km: 03:30:15 40km: 04:52:21 50km: 06:23:22 60km: 07:50:46 70km: 09:32:40 80km: 11:13:29 90km: 13:02:19 100km: 14:51:39 110km: 16:45:39 120km: 18:45:25 130km: 21:06:33											
3	GRZYBOWSKA Karolina	15	LEKKOATLETYKA STAL PLESZEW	OPEN Kobiety	1	12	-3	11:17	5.3 (79.1%)	01:20:06	01:52:53
10km: 01:20:06 20km: 02:44:17 30km: 04:10:42 40km: 05:48:26 50km: 07:26:10 60km: 09:17:36 70km: 11:13:47 80km: 13:24:55 90km: 15:46:39 100km: 18:24:16 110km: 20:32:03 120km: 22:34:36											
4	EKIERT Gracjan	11	KB KROŚCIENKO WYŻNE	OPEN Mężczyźni 3	12	-3	11:29	5.2 (77.6%)	01:07:03	01:54:55	
10km: 01:07:03 20km: 02:23:02 30km: 03:44:34 40km: 05:24:17 50km: 06:55:56 60km: 08:26:08 70km: 10:00:12 80km: 12:25:32 90km: 14:44:27 100km: 18:25:34 110km: 20:34:18 120km: 22:59:11											
5	WÓJTOWICZ Piotr	57	PODIUM	OPEN Mężczyźni 4	11	-4	10:29	5.7 (85.1%)	01:16:13	01:44:50	
10km: 01:21:09 20km: 02:37:22 30km: 03:58:47 40km: 05:28:59 50km: 07:03:12 60km: 08:43:30 70km: 10:30:45 80km: 12:22:35 90km: 14:44:32 100km: 16:58:10 110km: 19:13:11											
6	PEŁDIAK Mateusz	38	KB ATHLETIC ZRĘCIN / PAWKO RUNNER TEAM	OPEN Mężczyźni 5	11	-4	11:50	5.1 (76.1%)	00:56:13	01:58:27	
10km: 01:22:38 20km: 02:58:40 30km: 04:49:20 40km: 06:10:22 50km: 07:59:08 60km: 08:55:21 70km: 10:59:23 80km: 13:33:36 90km: 16:08:26 100km: 18:46:12 110km: 21:42:58											
7	OLEJARSKI Marcin	60		OPEN Mężczyźni 6	11	-4	11:58	5 (74.6%)	01:21:06	01:59:49	
10km: 01:21:06 20km: 02:46:32 30km: 04:22:13 40km: 06:04:01 50km: 07:58:09 60km: 10:04:55 70km: 12:59:37 80km: 15:53:33 90km: 18:45:02 100km: 20:17:55 110km: 21:58:03											
8	BANASIK Monika	3	KB ATHLETIC ZRĘCIN	OPEN Kobiety	2	10	-5	13:01	4.6 (68.7%)	01:21:00	02:10:18
10km: 01:21:00 20km: 02:46:10 30km: 04:22:09 40km: 05:58:40 50km: 08:08:44 60km: 10:10:38 70km: 12:59:31 80km: 15:53:25 90km: 18:45:17 100km: 21:43:03											
9	BANASIK Krzysztof	4	KB ATHLETIC ZRĘCIN	OPEN Mężczyźni 7	10	-5	13:01	4.6 (68.7%)	01:21:07	02:10:18	

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Okr.	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h	Fastest Lap	Średnie okrążenie
	10km: 01:21:07 20km: 02:46:12 30km: 04:22:10 40km: 05:54:34 50km: 08:08:46 60km: 10:03:36 70km: 12:59:33 80km: 15:53:27 90km: 18:45:18 100km: 21:43:05										
10	DUBIL Michał	10	RAJD ŹRÓDEŁ CHODELKI	OPEN Mężczyźni	8	10	-5	13:05	4.6 (68.7%)	01:43:15	02:10:57
	10km: 01:43:15 20km: 03:33:00 30km: 05:37:15 40km: 07:33:34 50km: 10:03:11 60km: 12:13:13 70km: 14:45:47 80km: 17:08:31 90km: 19:37:39 100km: 21:49:34										
11	CIEŚLIŃSKI Jacek	9	KAŃCZUCKA GRUPA BIEGOWA	OPEN Mężczyźni	9	10	-5	13:49	4.3 (64.2%)	01:33:49	02:18:17
	10km: 01:33:49 20km: 03:20:48 30km: 05:16:43 40km: 07:25:29 50km: 10:02:35 60km: 13:06:38 70km: 15:45:09 80km: 18:14:49 90km: 20:34:42 100km: 23:02:55										
12	GROCH Jacek	14	KAŃCZUCKA GUPA BIEGOWA	OPEN Mężczyźni	10	10	-5	13:49	4.3 (64.2%)	01:31:49	02:18:17
	10km: 01:31:49 20km: 03:19:34 30km: 05:16:42 40km: 07:25:33 50km: 10:02:36 60km: 13:06:42 70km: 15:45:15 80km: 18:14:52 90km: 20:34:43 100km: 23:02:58										
13	ZABIELSKI Grzegorz	58		OPEN Mężczyźni	11	10	-5	14:11	4.2 (62.7%)	01:37:01	02:21:52
	10km: 01:46:28 20km: 03:23:29 30km: 05:21:52 40km: 07:14:35 50km: 09:56:44 60km: 13:45:43 70km: 16:51:45 80km: 19:14:12 90km: 21:08:58 100km: 23:38:49										
14	ŁĄCZNY Marcin	28	GALOPUJĄCE DŹDZOWNICE/SPARTAŃSKA DZICZ	OPEN Mężczyźni	12	9	-6	14:28	4.1 (61.2%)	01:22:46	02:24:48
	10km: 01:22:46 20km: 03:19:27 30km: 05:38:18 40km: 08:16:17 50km: 10:58:08 60km: 13:33:41 70km: 16:08:30 80km: 18:40:12 90km: 21:43:17										
15	SZAL Łukasz	51	KAŃCZUCKA GRUPA BIEGOWA	OPEN Mężczyźni	13	8	-7	9:22	6.4 (95.5%)	00:56:49	01:33:47
	10km: 00:56:49 20km: 01:57:03 30km: 03:10:01 40km: 04:40:18 50km: 06:12:26 60km: 07:50:05 70km: 09:57:13 80km: 12:30:17										
16	HAMUDA Jakub	17	BOCHNIA BIEGA TEAM	OPEN Mężczyźni	14	8	-7	15:49	3.8 (56.7%)	01:14:12	02:38:19
	10km: 01:14:12 20km: 02:32:56 30km: 03:59:13 40km: 05:50:23 50km: 07:33:37 60km: 09:28:20 70km: 18:53:00 80km: 21:06:37										
17	KOCAJ Jakub	21	GÓRAL Z MAZUR RUNNING TEAM	OPEN Mężczyźni	15	8	-7	16:07	3.7 (55.2%)	01:04:58	02:41:11
	10km: 01:04:58 20km: 02:20:01 30km: 03:42:58 40km: 05:30:26 50km: 07:48:43 60km: 09:47:12 70km: 19:33:46 80km: 21:29:35										
18	CIEŚLAR Barbara	7	ULTRA BESKID SPORT	OPEN Kobiety	3	8	-7	16:38	3.6 (53.7%)	01:42:34	02:46:27
	10km: 01:45:25 20km: 03:44:17 30km: 05:43:06 40km: 07:39:28 50km: 09:35:50 60km: 18:46:19 70km: 20:29:07 80km: 22:11:41										
19	KARWACKA Aneta	18		OPEN Kobiety	4	8	-7	17:44	3.4 (50.7%)	01:46:39	02:57:20
	10km: 01:46:39 20km: 04:09:51 30km: 06:53:26 40km: 09:56:47 50km: 13:45:41 60km: 16:51:41 70km: 20:09:51 80km: 23:38:47										
20	TUTKA Dominik	54	BIŁGORAJ BIEGA	OPEN Mężczyźni	16	7	-8	17:45	3.4 (50.7%)	01:07:10	02:57:31
	10km: 01:07:10 20km: 02:25:35 30km: 04:06:06 40km: 06:47:33 50km: 08:45:11 60km: 18:53:30 70km: 20:42:39										
21	SIWIEC Stanisław	48	RESOVIA/PODIUM	OPEN Mężczyźni	17	7	-8	19:06	3.1 (46.3%)	01:30:07	03:11:04
	10km: 01:30:07 20km: 03:22:54 30km: 05:39:26 40km: 07:41:15 50km: 10:14:44 60km: 20:02:22 70km: 22:17:31										
22	MAZURKIEWICZ Kacper	33		OPEN Mężczyźni	18	6	-9	8:45	6.8 (101.5%)	01:07:30	01:27:37
	10km: 01:07:30 20km: 02:23:28 30km: 03:48:46 40km: 05:18:37 50km: 06:55:21 60km: 08:45:43										
23	BALON Piotr	2	UKS GUZIKÓWKA KROSNO/BAKOMAT U(L)TRA TEAM	OPEN Mężczyźni	19	6	-9	9:20	6.4 (95.5%)	01:07:06	01:33:26
	10km: 01:07:06 20km: 02:23:05 30km: 03:49:15 40km: 05:30:10 50km: 07:25:39 60km: 09:20:37										
24	PILCH Łukasz	41		OPEN Mężczyźni	20	6	-9	12:28	4.8 (71.6%)	01:22:43	02:04:40
	10km: 01:22:43 20km: 03:00:52 30km: 05:04:24 40km: 07:11:40 50km: 09:33:09 60km: 12:28:04										
25	KUBIK Wanda	26	ULTRA BESKID SPORT	OPEN Kobiety	5	6	-9	22:03	2.7 (40.3%)	02:04:54	03:40:34
	10km: 02:04:54 20km: 04:23:59 30km: 06:59:21 40km: 09:33:37 50km: 19:44:26 60km: 22:03:29										
26	SZKODA Robert	52	BIŁGORAJ BIEGA	OPEN Mężczyźni	21	6	-9	22:12	2.7 (40.3%)	01:23:30	03:42:01
	10km: 01:23:30 20km: 03:36:14 30km: 06:15:23 40km: 08:31:59 50km: 19:45:03 60km: 22:12:08										
27	STANIO Running Imago	49	ASSECO ACTIVE TEAM / BIEGAM W RZESZOWIE	OPEN Mężczyźni	22	6	-9	22:28	2.7 (40.3%)	01:19:25	03:44:48

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Okr.	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h	Fastest Lap	Średnie okrążenie
	10km: 01:19:25 20km: 03:06:14 30km: 05:10:19 40km: 18:49:04 50km: 20:34:47 60km: 22:28:50										
28	TYPIAK Sylwia	55		OPEN Kobiety	6	6	-9	23:02	2.6 (38.8%)	01:45:34	03:50:20
	10km: 01:45:34 20km: 03:56:15 30km: 06:31:07 40km: 09:03:36 50km: 20:51:07 60km: 23:02:03										
29	ARGASIŃSKA Teresa	1	KAŃCZUCKA GRUPA BIEGOWA	OPEN Kobiety	7	6	-9	23:02	2.6 (38.8%)	01:46:49	03:50:28
	10km: 01:46:49 20km: 04:00:13 30km: 06:48:56 40km: 10:29:11 50km: 19:34:57 60km: 23:02:50										
30	CIEŚLIŃSKA Wioletta	8	KAŃCZUCKA GRUPA BIEGOWA	OPEN Kobiety	8	6	-9	23:02	2.6 (38.8%)	01:46:51	03:50:28
	10km: 01:46:51 20km: 04:00:11 30km: 06:48:53 40km: 10:29:13 50km: 19:34:58 60km: 23:02:52										
31	MOSKOWICZ Stefan	34	PKB	OPEN Mężczyźni	23	6	-9	23:09	2.6 (38.8%)	01:22:03	03:51:32
	10km: 01:22:03 20km: 03:08:12 30km: 11:28:26 40km: 18:24:26 50km: 20:57:18 60km: 23:09:16										
32	PIĘNKOSZ Wojciech	40	PGE ENERGETIC RUNNING/PODIUM	OPEN Mężczyźni	24	5	-10	10:39	5.6 (83.6%)	01:15:23	01:46:31
	10km: 01:15:23 20km: 02:42:46 30km: 04:33:47 40km: 06:32:56 50km: 08:52:36										
33	MARKIEWICZ Konrad	31		OPEN Mężczyźni	25	5	-10	10:47	5.6 (83.6%)	01:16:52	01:47:55
	10km: 01:16:52 20km: 02:39:02 30km: 04:26:02 40km: 06:22:32 50km: 08:59:38										
34	NIEDŹWIECKI Paweł	35	PODIUM/DYNOWSCY BIEGACZE	OPEN Mężczyźni	26	5	-10	11:02	5.4 (80.6%)	01:30:57	01:50:20
	10km: 01:30:57 20km: 03:12:51 30km: 05:05:02 40km: 07:07:08 50km: 09:11:42										
35	GŁOMBIK Krzysztof	12		OPEN Mężczyźni	27	5	-10	11:27	5.2 (77.6%)	01:36:18	01:54:36
	10km: 01:36:18 20km: 03:25:55 30km: 05:21:36 40km: 07:23:33 50km: 09:33:04										
36	KOWALCZYK Mateusz	23	MINUTKA TRAIL	OPEN Mężczyźni	28	5	-10	26:53	2.2 (32.8%)	01:58:17	04:28:51
	10km: 02:27:37 20km: 05:10:14 30km: 08:44:59 40km: 20:25:59 50km: 22:24:16										
37	RADYK Jakub	44	RADYK TEAM	OPEN Mężczyźni	29	4	-11	16:57	3.5 (52.2%)	01:52:41	02:49:33
	10km: 01:52:41 20km: 04:19:31 30km: 07:53:37 40km: 11:18:14										
38	KORZENIOWSKI Grzegorz	22		OPEN Mężczyźni	30	4	-11	16:57	3.5 (52.2%)	01:52:37	02:49:34
	10km: 01:52:37 20km: 03:54:56 30km: 06:04:27 40km: 11:18:18										
39	RADYK Aleksandra	46	RADYK TEAM	OPEN Kobiety	9	4	-11	16:57	3.5 (52.2%)	01:53:22	02:49:35
	10km: 01:53:22 20km: 04:16:01 30km: 07:22:49 40km: 11:18:22										
40	MACIĄG Alina	30	BIKE EQUIPIA SANDOMIERZ	OPEN Kobiety	10	4	-11	31:54	1.9 (28.4%)	01:56:04	05:19:05
	10km: 01:56:04 20km: 04:12:54 30km: 07:43:17 40km: 21:16:21										
41	PERNAL Dariusz	39	FINISZ RYMANÓW	OPEN Mężczyźni	31	3	-12	8:18	7.2 (107.5%)	00:58:02	01:23:00
	10km: 00:58:02 20km: 02:12:30 30km: 04:09:02										
42	SUŁKOWSKA-WIROWSKA Gabriela	50		OPEN Kobiety	11	3	-12	11:06	5.4 (80.6%)	01:31:43	01:51:02
	10km: 01:31:43 20km: 03:19:36 30km: 05:33:06										
43	ŁUKASIK Zbigniew	29	RAPY MASTERS	OPEN Mężczyźni	32	3	-12	12:41	4.7 (70.1%)	01:55:30	02:06:54
	10km: 02:02:39 20km: 03:58:09 30km: 06:20:42										
44	RADYK Joanna	45	RADYK TEAM	OPEN Kobiety	12	3	-12	22:36	2.7 (40.3%)	01:52:39	03:46:08
	10km: 01:52:39 20km: 04:19:33 30km: 11:18:25										
45	GORCZYCA Kacper	13		OPEN Mężczyźni	33	2	-13	20:09	3 (44.8%)	03:16:01	03:21:30

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Okr.	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h	Fastest Lap	Średnie okrążenie
	10km: 03:27:00 20km: 06:43:01										
46	SZYBIAK Maciej	59		OPEN Mężczyźni	34	2	-13	25:51	2.3 (34.3%)	00:56:29	04:18:33
	10km: 00:56:29 20km: 08:37:06										
47	BAK LITWA Ewa	5	FOREVER TEAM	OPEN Kobiety	13	1	-14	9:59	6 (89.6%)	01:39:51	01:39:51
	10km: 01:39:51										
48	LITWA Łukasz	27	FOREVER TEAM	OPEN Mężczyźni	35	1	-14	10:00	6 (89.6%)	01:40:01	01:40:01
	10km: 01:40:01										
49	WIROWSKI Adam	56		OPEN Mężczyźni	36	1	-14	17:06	3.5 (52.2%)	02:51:00	02:51:00
	10km: 02:51:00										
50	BURZ-PARADOWSKA Jowita	6	BYLEDOMETRY	OPEN Kobiety	14	1	-14	18:13	3.3 (49.3%)	03:02:13	03:02:13
	10km: 03:02:13										
51	RADYK Anna	43	RADYK TEAM	OPEN Kobiety	15	1	-14	20:42	2.9 (43.3%)	03:27:03	03:27:03
	10km: 03:27:03										
52	KOZAK Angelika	24		OPEN Kobiety	16	1	-14	40:19	1.5 (22.4%)	06:43:10	06:43:10
	10km: 06:43:10										
53	KOZAK Mateusz	25		OPEN Mężczyźni	37	1	-14	40:19	1.5 (22.4%)	06:43:15	06:43:15
	10km: 06:43:15										
54	PASIEKA Agnieszka	37	KLUB BIEGACZA ATHLETIC ZRĘCIN	OPEN Kobiety	17	1	-14	143:55	0.4 (6.0%)	23:59:15	23:59:15
	10km: 23:59:15										

Znaleziono 54 wynik(ów)