



II OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING 2022- POLANICA-ZDRÓJ - 5KM - 10/4

B4SPORT

Wydarzenie: II Otwarte Górskie Mistrzostwa Polski Nordic Walking 2022
Organizator: Polskie Zrzeszenie Nordic Walking
Data: 2022-07-02
Miejsce: Polanica-Zdrój
Dystans: 5 km



Klasyfikacja: Mężczyźni

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	MARCZAK Tomasz	223	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M18-29	1			00:32:51.50		6:34	9.1 (100%)
2	ROSAK Marcin	269	KS TRENUJENORDICWALKING.PL	M45-49	1			00:32:54.05	+00:00:02 (0.1%)	6:34	9.1 (100%)
3	WITUCKI Jacek	307		M50-54	1			00:32:55.70	+00:00:04 (0.2%)	6:35	9.1 (100%)
4	CYRUS Bogdan	137	SILESIA NORDIC TEAM	M50-54	2			00:33:02.90	+00:00:11 (0.6%)	6:36	9.1 (100%)
5	ORDZOWIAŁY Piotr	240	NIWAOSIELEC	M55-59	1			00:33:15.10	+00:00:23 (1.2%)	6:39	9 (98.9%)
6	STĘPAK Piotr	283		M18-29	2			00:34:18.00	+00:01:26 (4.2%)	6:51	8.7 (95.6%)
7	SZTANDERSKI Grzegorz	287	KABEX PODKOWAJANÓW	M50-54	3			00:34:39.95	+00:01:48 (5.2%)	6:55	8.7 (95.6%)
8	WOJTOWICZ Tomasz	310	LUKI TEAM POLSKA	M30-39	1			00:35:30.85	+00:02:39 (7.5%)	7:06	8.5 (93.4%)
9	ROŻYNEK Miron	270	KGHM METRACO	M55-59	2			00:35:31.20	+00:02:39 (7.5%)	7:06	8.4 (92.3%)
10	SKIBA Krzysztof	276	KGHM METRACO	M60-64	1			00:35:37.10	+00:02:45 (7.7%)	7:07	8.4 (92.3%)
11	OLSZAŃSKI Karol	239	FEAR THE RETURN	M45-49	2			00:35:42.55	+00:02:51 (8.0%)	7:08	8.4 (92.3%)
12	LUDWICZAK Dariusz	216	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	M50-54	4			00:35:51.15	+00:02:59 (8.4%)	7:10	8.4 (92.3%)
13	RE CZULSKI Mariusz	266	SMS EFEKT CZĘSTOCHOWA	M55-59	3			00:35:57.35	+00:03:05 (8.6%)	7:11	8.3 (91.2%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
14	BRZozowski Piotr	130	AKTYWNI POSTOMINO	M30-39	2			00:35:58.70	+00:03:07 (8.7%)	7:11	8.3 (91.2%)
15	FRĄCKOWIAK Roman	154	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	M50-54	5			00:36:32.90	+00:03:41 (10.1%)	7:18	8.2 (90.1%)
16	BREWKA Joachim	128	NORDIC SPORT 2021	M55-59	4			00:36:43.30	+00:03:51 (10.5%)	7:20	8.2 (90.1%)
17	MISZTAL Grzegorz	229	PRUSZYŃSKI SPORT TEAM-MASZYCANKA MASZYCE	M30-39	3			00:36:47.30	+00:03:55 (10.7%)	7:21	8.2 (90.1%)
18	WOJTASIŃSKI Daniel	309	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M40-44	1			00:36:56.40	+00:04:04 (11.0%)	7:23	8.1 (89.0%)
19	HELWICH Stefan	176	KGHM METRACO	M65-69	1			00:36:58.55	+00:04:07 (11.1%)	7:23	8.1 (89.0%)
20	WORoch Roman	313	KGHM METRACO	M60-64	2	1		00:37:05.75	+00:04:14 (11.4%)	7:25	8.1 (89.0%)
21	GAJEWSKI Eugeniusz	327	KGHM METRACO	M65-69	2			00:37:06.60	+00:04:15 (11.5%)	7:25	8.1 (89.0%)
22	KRYŚ Artur	203	NIEZRZESZONY	M50-54	6			00:37:11.95	+00:04:20 (11.7%)	7:26	8.1 (89.0%)
23	ROMANOWSKI Daniel	268	KATOWICKI NORDIC WALKING	M18-29	3			00:37:14.40	+00:04:22 (11.8%)	7:26	8.1 (89.0%)
24	ŚLUSARCZYK Marcin	293	WESOŁY BORSUK TEAM	M40-44	2	2		00:37:54.75	+00:05:03 (13.3%)	7:34	7.9 (86.8%)
25	GUdzio Maciej	170	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M55-59	5			00:37:57.25	+00:05:05 (13.4%)	7:35	7.9 (86.8%)
26	PILARZ Tomasz	248	NORDICUS STRZYBNICA	M40-44	3			00:37:57.70	+00:05:06 (13.4%)	7:35	7.9 (86.8%)
27	POLAK Łukasz	258	OBORYGENI	M40-44	4			00:37:59.05	+00:05:07 (13.5%)	7:35	7.9 (86.8%)
28	BIBKO Martin	124	SPEEDBAR	M45-49	3			00:38:03.00	+00:05:11 (13.6%)	7:36	7.9 (86.8%)
29	DUSZAK Dariusz	149	OBORYGENI	M50-54	7			00:38:36.45	+00:05:44 (14.9%)	7:43	7.8 (85.7%)
30	BIŃCZYK Dariusz	126	ZABIEGANI CZĘSTOCHOWA	M30-39	4			00:38:50.90	+00:05:59 (15.4%)	7:46	7.7 (84.6%)
31	KRAWCZYK Sebastian	340	CITYFIT	M30-39	5			00:38:52.35	+00:06:00 (15.5%)	7:46	7.7 (84.6%)
32	CIEŚLUK Marcin	136	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M- Niepełnosprawni(A)	1			00:39:07.60	+00:06:16 (16.0%)	7:49	7.7 (84.6%)
33	MATECKI Ryszard	225	KGHM METRACO	M70-74	1			00:39:31.10	+00:06:39 (16.9%)	7:54	7.6 (83.5%)
34	ŻBIKOWSKI Wacław	323	TURBO-KIJE	M70-74	2			00:39:33.50	+00:06:42 (16.9%)	7:54	7.6 (83.5%)
35	DUSZEŃKO Zygmunt	328	KGHM METRACO	M- Niepełnosprawni(A)	2			00:39:33.60	+00:06:42 (16.9%)	7:54	7.6 (83.5%)
36	CZŁAPSKI Krzysztof	140	NW CZŁAPSKI TEAM	M55-59	6			00:39:34.00	+00:06:42 (17.0%)	7:54	7.6 (83.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
37	KROMSKI Paweł	199	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M55-59	7			00:39:36.30	+00:06:44 (17.0%)	7:55	7.6 (83.5%)
38	STANISŁAWSKI Jan	282	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M60-64	3	1		00:39:45.95	+00:06:54 (17.4%)	7:57	7.5 (82.4%)
39	KASPRZAK Tadeusz	191	TURBO-KIJE	M- Niepełnosprawni(A)	3			00:40:19.25	+00:07:27 (18.5%)	8:03	7.4 (81.3%)
40	SMAJDOR Leszek	66		M60-64	4			00:40:20.55	+00:07:29 (18.6%)	8:04	7.4 (81.3%)
41	GRUSZKA Michał	166	NORDIC SPORT 2021	M45-49	4			00:40:21.55	+00:07:30 (18.6%)	8:04	7.4 (81.3%)
42	GRUSZKA Michał	167	NORDIC SPORT 2021	M18-29	4			00:40:34.90	+00:07:43 (19.0%)	8:06	7.4 (81.3%)
43	KOWALCZYK Tadeusz	196	LUXTORPEDA MAŁOPOLSKA	M65-69	3	1		00:40:38.80	+00:07:47 (19.2%)	8:07	7.4 (81.3%)
44	KORPECKI Zefiryn	193		M65-69	4			00:40:54.65	+00:08:03 (19.7%)	8:10	7.3 (80.2%)
45	WOLNY Edward	312	AMATOR	M65-69	5			00:40:56.45	+00:08:04 (19.7%)	8:11	7.3 (80.2%)
46	PIOTROWSKI Marek	338	WILKA NÓW	M60-64	5			00:40:59.15	+00:08:07 (19.8%)	8:11	7.3 (80.2%)
47	ŚWIDERSKI Zdzisław	299	BRAK	M65-69	6			00:41:05.05	+00:08:13 (20.0%)	8:13	7.3 (80.2%)
48	SZYMAŃSKI Stefan	292	XV KOŁO PZERII W DYWITACH	M75-79	1			00:41:05.30	+00:08:13 (20.0%)	8:13	7.3 (80.2%)
49	WALCZAK Grzegorz	303		M45-49	5			00:41:15.00	+00:08:23 (20.3%)	8:15	7.3 (80.2%)
50	ZASINA Adrian	320	UNIWERSYTET KAROLA	M30-39	6			00:41:18.30	+00:08:26 (20.4%)	8:15	7.3 (80.2%)
51	PLEWIŃSKI Rafał	252	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M30-39	7	2		00:41:18.75	+00:08:27 (20.5%)	8:15	7.3 (80.2%)
52	NOWAK Wiesław	234	UKS SKOCZEK SKOKI	M60-64	6			00:41:27.90	+00:08:36 (20.8%)	8:17	7.2 (79.1%)
53	ZAGAJA Janusz	319	WESOŁY BORSUK TEAM	M65-69	7			00:41:35.75	+00:08:44 (21.0%)	8:19	7.2 (79.1%)
54	PINTAK Artur	251	WESOŁY BORSUK TEAM	M40-44	5			00:41:52.95	+00:09:01 (21.5%)	8:22	7.2 (79.1%)
55	CZEKRYSZEW Andrzej	138	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(A)	4			00:42:19.20	+00:09:27 (22.4%)	8:27	7.1 (78.0%)
56	ROMAN Krzysztof	337	KUDOWIANKA RUN	M60-64	7	1		00:42:41.15	+00:09:49 (23.0%)	8:32	7 (76.9%)
57	MAJCHRZAK Dariusz	220	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW-	M55-59	8			00:42:51.90	+00:10:00 (23.3%)	8:34	7 (76.9%)
58	GRYGOROWICZ Bogdan	168	KGHM METRACO	M- Niepełnosprawni(B)	1			00:42:59.45	+00:10:07 (23.6%)	8:35	7 (76.9%)
59	STANIEC Stanisław	281		M65-69	8			00:43:03.55	+00:10:12 (23.7%)	8:36	7 (76.9%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
60	RADZIEJOWSKI Bogusław	265	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M60-64	8			00:43:05.00	+00:10:13 (23.7%)	8:37	7 (76.9%)
61	KRÓL Maciej	201	TRZEJ KRÓLOWIE	M50-54	8			00:43:10.50	+00:10:19 (23.9%)	8:38	6.9 (75.8%)
62	KRÓL Aleksander	202	IZERSKA SZKOŁA NORDIC WALKING RUSZAJSIĘ!	M45-49	6			00:43:25.85	+00:10:34 (24.3%)	8:41	6.9 (75.8%)
63	GÓRAL Andrzej	162	SOLID SECURITY BYDGOSZCZ	M- Niepełnosprawni(A)	5			00:43:33.45	+00:10:41 (24.6%)	8:42	6.9 (75.8%)
64	BUDNY Sławomir	131		M- Niepełnosprawni(B)	2			00:43:40.70	+00:10:49 (24.8%)	8:44	6.9 (75.8%)
65	CZMOCH Marian	141	PUKS ŁOSICE	M70-74	3			00:43:46.85	+00:10:55 (24.9%)	8:45	6.9 (75.8%)
66	ŚLUSARCZYK Grzegorz	294	WESOŁY BORSUK TEAM	M45-49	7			00:43:54.25	+00:11:02 (25.2%)	8:46	6.8 (74.7%)
67	ŁAZORKO Antoni	217	EFEKT CZĘSTOCHOWA	M65-69	9			00:44:01.65	+00:11:10 (25.4%)	8:48	6.8 (74.7%)
68	MACHOWSKI Jan	219	LEŚNE LUDKI ZARKI LETNISKO	M70-74	4			00:44:26.15	+00:11:34 (26.1%)	8:53	6.8 (74.7%)
69	CIESIELSKI Krzysztof	135	FAST WALKER	M- Niepełnosprawni(B)	3			00:44:40.80	+00:11:49 (26.5%)	8:56	6.7 (73.6%)
70	CZEREBA Wiesław	139		M45-49	8	1		00:44:46.15	+00:11:54 (26.6%)	8:57	6.7 (73.6%)
71	MAJCHRZAK Tomasz	256	RCKIK WROCŁAW	M18-29	5			00:44:49.50	+00:11:58 (26.7%)	8:57	6.7 (73.6%)
72	RYBAŁTOWSKI Paweł	272	OBORYGENI	M75-79	2			00:44:53.35	+00:12:01 (26.8%)	8:58	6.7 (73.6%)
73	DOBROWOLSKI Robert	146	SPORTOWI EMERYCI JELENIA GÓRA	M65-69	10	1		00:45:03.55	+00:12:12 (27.1%)	9:00	6.7 (73.6%)
74	POLAK Marcel	257	OBORYGENI	M-Dzieci	1	1		00:45:07.35	+00:12:15 (27.2%)	9:01	6.6 (72.5%)
75	GROBELNY Tymoteusz	164		M-Jun.	1	1		00:45:08.40	+00:12:16 (27.2%)	9:01	6.6 (72.5%)
76	STONCEK Mieczysław	335		M55-59	9			00:45:28.60	+00:12:37 (27.7%)	9:05	6.6 (72.5%)
77	PRACKI Zbigniew	261	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M55-59	10	1		00:46:24.40	+00:13:32 (29.2%)	9:16	6.5 (71.4%)
78	KARPIŃSKI Jerzy	189	WESOŁY BORSUK TEAM	M65-69	11			00:46:47.90	+00:13:56 (29.8%)	9:21	6.4 (70.3%)
79	HASIAK Aleksander	175		M55-59	11	1		00:47:32.25	+00:14:40 (30.9%)	9:30	6.3 (69.2%)
80	DZIEDZIEWICZ Wadim	329	NW CZLAPSKI TEAM	M-Dzieci	2			00:47:37.65	+00:14:46 (31.0%)	9:31	6.3 (69.2%)
81	THOMALLA Bogdan	300	EKIPA NA KIJACH	M80+	1			00:47:38.30	+00:14:46 (31.0%)	9:31	6.3 (69.2%)
82	ŚLUSARCZYK Andrzej	295	WESOŁY BORSUK TEAM	M70-74	5			00:47:57.45	+00:15:05 (31.5%)	9:35	6.3 (69.2%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
83	ADAMOWICZ Andrzej	121		M75-79	3			00:48:03.50	+00:15:12 (31.6%)	9:36	6.2 (68.1%)
84	REMISZEWSKI Adam	267	UTW OLEŚNICA	M75-79	4			00:48:06.15	+00:15:14 (31.7%)	9:37	6.2 (68.1%)
85	KUMASZKA Jan	207	KLUB SPORTOWY NORDIC WALKING BEŁCHATÓW	M55-59	12			00:48:27.55	+00:15:36 (32.2%)	9:41	6.2 (68.1%)
86	NOGA Boleslaw	233	ZESPÓŁ NIESPOKOJNYCH NÓG	M65-69	12	1		00:48:31.10	+00:15:39 (32.3%)	9:42	6.2 (68.1%)
87	GOGOLIN Jerzy	160		M75-79	5	1		00:48:53.05	+00:16:01 (32.8%)	9:46	6.1 (67.0%)
88	PLUTO-PRĄDZYŃSKI Kacper	255	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M-Dzieci	3			00:48:53.45	+00:16:01 (32.8%)	9:46	6.1 (67.0%)
89	GAŁUSZKA Zbigniew	158	OBORYGENI	M- Niepełnosprawni(A)	6	2		00:49:16.10	+00:16:24 (33.3%)	9:51	6.1 (67.0%)
90	SZNAJDER Zenon	285		M70-74	6			00:49:16.30	+00:16:24 (33.3%)	9:51	6.1 (67.0%)
91	LUBAŃSKI Tomasz	214	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M60-64	9			00:49:40.80	+00:16:49 (33.9%)	9:56	6 (65.9%)
92	PRZEPIÓRA Przemysław	263		M45-49	9	1		00:50:17.50	+00:17:26 (34.7%)	10:03	6 (65.9%)
93	PAWLACZYK Marian	244		M80+	2			00:50:23.15	+00:17:31 (34.8%)	10:04	6 (65.9%)
94	PIĄTKOWSKI Józef	245	KGHM METRACO	M75-79	6			00:51:21.30	+00:18:29 (36.0%)	10:16	5.8 (63.7%)
95	JEDYNAK Stanisław	184	ŻBIKI NORDIC WALKING	M75-79	7			00:51:29.50	+00:18:38 (36.2%)	10:17	5.8 (63.7%)
96	JAGODZIŃSKI Andrzej	180		M60-64	10			00:51:47.70	+00:18:56 (36.6%)	10:21	5.8 (63.7%)
97	KUCZYŃSKI Włodzimierz	205	NORDIK WALKING KIEKRZ POLAND	M60-64	11			00:53:18.45	+00:20:26 (38.4%)	10:39	5.6 (61.5%)
98	CHARCZUK Zenon	133		M- Niepełnosprawni(A)	7			00:53:21.70	+00:20:30 (38.4%)	10:40	5.6 (61.5%)
99	MIKOŁAJCZYK Arkadiusz	228	PREDATORS WAŁBRZYCH	M50-54	9			00:53:49.30	+00:20:57 (38.9%)	10:45	5.6 (61.5%)
100	JÓŹWIAK Łukasz	186	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(B)	4	1		00:55:19.30	+00:22:27 (40.6%)	11:03	5.4 (59.3%)
101	MĘDRAK Józef	226		M70-74	7			00:55:20.05	+00:22:28 (40.6%)	11:04	5.4 (59.3%)
102	WÓJCIK Henryk	316	UTW OLEŚNICA	M80+	3			00:55:42.90	+00:22:51 (41.0%)	11:08	5.4 (59.3%)
103	WINIARSKI Robert	350		M50-54	10			00:57:24.80	+00:24:33 (42.8%)	11:28	5.2 (57.1%)
104	ŚLUSARCZYK Błażej	296	WESOŁY BORSUK TEAM	M-Dzieci	4			01:06:53.30	+00:34:01 (50.9%)	13:22	4.5 (49.5%)
105	JAKUĆ Krzysztof	182		M- Niepełnosprawni(A)	8			01:23:57.45	+00:51:05 (60.9%)	16:47	3.6 (39.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
DQ	SOBKIEWICZ Janusz	279	OBORYGENI	M45-49		1	1	00:38:09.15 DQ		0:00	7.9 (86.8%)
DQ	MATYJASZCZYK Robert	336		M45-49		1	1	00:42:51.95 DQ		0:00	7 (76.9%)

Znaleziono 107 wynik(ów)