

ULTRAJANOSIK 10 KM LEDWO DYCHA

B4SPORT

Wydarzenie: ULTRAJANOSIK 2019
Organizator: Fundacja Na Ratunek
Data: 2019-09-01
Miejsce: Zespół Rekreacyjny Polana Sosny - Niedzica
Dystans: 10 km

B4SPORT
 INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Klasyfikacja: Open M

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	4km	Czas netto 10km	Czas brutto 10km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	GABRYŚ Rafał	155	KAWIK RUNNING TEAM	Senior Mężczyzn	1	00:15:33	00:37:49.85	00:37:49.85		3:46	15.9 (100%)
2	GAWLIK Sławek	29		Senior Mężczyzn	2	00:15:49	00:38:19.85	00:38:19.85	+00:00:30 (1.3%)	3:49	15.7 (98.7%)
3	TOKARCZYK Piotr	108	BRYGADA BESKIDÓW	Senior Mężczyzn	3	00:16:45	00:38:26.10	00:38:26.10	+00:00:36 (1.6%)	3:50	15.6 (98.1%)
4	SZMIST Szymon	105	KB.ATHLETIC ZRĘCIN	Master Mężczyzn	1	00:16:18	00:39:24.50	00:39:24.50	+00:01:34 (4.0%)	3:56	15.2 (95.6%)
5	TARGOSZ Michał	107	FISI COMPRESSPORT NB TEAM	Master Mężczyzn	2	00:16:21	00:39:34.30	00:39:34.30	+00:01:44 (4.4%)	3:57	15.2 (95.6%)
6	KRZYSTYNIAK Robert	129	GORĄCY POTOK	Master Mężczyzn	3	00:16:23	00:39:42.90	00:39:42.90	+00:01:53 (4.7%)	3:58	15.1 (95.0%)
7	FIJAK Jan	125	BIO-NOVA TEAM	Weteran Mężczyzn	1	00:16:19	00:39:52.20	00:39:52.20	+00:02:02 (5.1%)	3:59	15.1 (95.0%)
8	DUDZIK Łukasz	21	GÓRAL BIEGA	Senior Mężczyzn	4	00:16:38	00:40:24.80	00:40:24.80	+00:02:34 (6.4%)	4:02	14.9 (93.7%)
9	CZAPLIŃSKI Jacek	17	TAGER SPORT	Master Mężczyzn	4	00:17:20	00:41:25.90	00:41:25.90	+00:03:36 (8.7%)	4:08	14.5 (91.2%)
10	ZALEWSKI Karol	149	JATRENUJE	Master Mężczyzn	5	00:17:20	00:41:54.70	00:41:54.70	+00:04:04 (9.7%)	4:11	14.3 (89.9%)
11	ZYGMUNT Tomasz	122		Senior Mężczyzn	5	00:17:11	00:41:56.80	00:41:56.80	+00:04:06 (9.8%)	4:11	14.3 (89.9%)
12	MALEC Łukasz	59		Senior Mężczyzn	6	00:15:48	00:42:34.40	00:42:34.40	+00:04:44 (11.1%)	4:15	14.1 (88.7%)
13	TYNUS Grzegorz	148	ELTYN	Master Mężczyzn	6	00:17:17	00:42:46.65	00:42:46.65	+00:04:56 (11.6%)	4:16	14 (88.1%)
14	ROSIEK Daniel	85	ESKADRA KRAKÓW	Senior Mężczyzn	7	00:17:29	00:43:00.60	00:43:00.60	+00:05:10 (12.0%)	4:18	14 (88.1%)
15	NADKAŃSKI Marek	67	MOK MSZANA DOLNA	Weteran Mężczyzn	2	00:18:46	00:44:55.00	00:44:55.00	+00:07:05 (15.8%)	4:29	13.4 (84.3%)
16	SIVULKA Martin	94	MARAS TEAM	Master Mężczyzn	7	00:19:27	00:45:57.20	00:45:57.20	+00:08:07 (17.7%)	4:35	13.1 (82.4%)
17	FORTUNA Marcin	24	ŚWISZCZĄCY ŁAŃCUCH	Master Mężczyzn	8	00:19:31	00:47:49.40	00:47:49.40	+00:09:59 (20.9%)	4:46	12.5 (78.6%)
18	KOSIŃSKI Krzysztof	50	04.06.1905	Master Mężczyzn	9	00:19:58	00:48:42.05	00:48:42.05	+00:10:52 (22.3%)	4:52	12.3 (77.4%)
19	PATRO Bartłomiej	73		Senior Mężczyzn	8	00:20:43	00:48:54.30	00:48:54.30	+00:11:04 (22.6%)	4:53	12.3 (77.4%)
20	ARENDARCZYK Rafał	3		Senior Mężczyzn	9		00:49:31.00	00:49:31.00	+00:11:41 (23.6%)	4:57	12.1 (76.1%)
21	MYŚLIWIEC Robert	136	WILD & FREE	Master Mężczyzn	10	00:21:09	00:49:54.60	00:49:54.60	+00:12:04 (24.2%)	4:59	12 (75.5%)
22	PARZONKA Michał	72	ŚWISZCZĄCY ŁAŃCUCH	Senior Mężczyzn	10	00:20:34	00:50:06.80	00:50:06.80	+00:12:16 (24.5%)	5:00	12 (75.5%)
23	RZEMIŃSKI Jacek	90		Master Mężczyzn	11	00:20:59	00:50:11.40	00:50:11.40	+00:12:21 (24.6%)	5:01	12 (75.5%)
24	GAJOWSKI Dariusz	28		Master Mężczyzn	12	00:21:14	00:50:19.45	00:50:19.45	+00:12:29 (24.8%)	5:01	11.9 (74.8%)
25	JAGLARZ Jarosław	36	VELLOP	Weteran Mężczyzn	3	00:20:34	00:50:29.25	00:50:29.25	+00:12:39 (25.1%)	5:02	11.9 (74.8%)
26	KONOPKA Krystian	49	FUNDACJANARATUNEK	Master Mężczyzn	13	00:20:46	00:50:45.80	00:50:45.80	+00:12:55 (25.5%)	5:04	11.8 (74.2%)
27	ZAWADZKI Damian	157	ACTIVE MALBORK	Senior Mężczyzn	11	00:20:36	00:50:57.90	00:50:57.90	+00:13:08 (25.8%)	5:05	11.8 (74.2%)
28	GOLBIAK Wojciech	31		Master Mężczyzn	14	00:21:38	00:51:22.00	00:51:22.00	+00:13:32 (26.4%)	5:08	11.7 (73.6%)
29	ZDUNEK Michał	130	WKURW_TEAM	Master Mężczyzn	15	00:21:24	00:51:27.35	00:51:27.35	+00:13:37 (26.5%)	5:08	11.7 (73.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	4km	Czas netto 10km	Czas brutto 10km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
30	ZMUDA Lukasz	120		Senior Mężczyzn	12	00:22:41	00:51:29.30	00:51:29.30	+00:13:39 (26.5%)	5:08	11.7 (73.6%)
31	PIETRZAK Michał	81	BLOKUS	Master Mężczyzn	16	00:23:15	00:54:18.70	00:54:18.70	+00:16:28 (30.3%)	5:25	11 (69.2%)
32	JAGODZIŃSKI Hubert	37	DZIK KOMANDO	Senior Mężczyzn	13		00:55:27.00	00:55:27.00	+00:17:37 (31.8%)	5:32	10.8 (67.9%)
33	STANEK Krzysztof	98		Master Mężczyzn	17	00:23:49	00:55:31.70	00:55:31.70	+00:17:41 (31.9%)	5:33	10.8 (67.9%)
34	JACHERA Andrzej	147		Master Mężczyzn	18	00:24:01	00:55:44.65	00:55:44.65	+00:17:54 (32.1%)	5:34	10.8 (67.9%)
35	ZELENÁK Kamil	119	AUTOSERVIS ERIKA	Master Mężczyzn	19	00:23:42	00:56:39.55	00:56:39.55	+00:18:49 (33.2%)	5:39	10.6 (66.7%)
36	STEFANOWSKI Mariusz	100		Weteran Mężczyzn	4	00:23:56	00:57:20.30	00:57:20.30	+00:19:30 (34.0%)	5:44	10.5 (66.0%)
37	MACINA Dariusz	57		Weteran Mężczyzn	5	00:23:54	00:57:36.85	00:57:36.85	+00:19:47 (34.3%)	5:45	10.4 (65.4%)
38	KWIATKOWSKI Krzysztof	55	CYKU PYKU RGB	Senior Mężczyzn	14	00:25:27	00:58:03.65	00:58:03.65	+00:20:13 (34.8%)	5:48	10.3 (64.8%)
39	JAMIŃSKI Paweł	153		Senior Mężczyzn	15	00:24:06	00:59:33.20	00:59:33.20	+00:21:43 (36.5%)	5:57	10.1 (63.5%)
40	FRĄTCZAK Jakub	25		Senior Mężczyzn	16	00:24:49	00:59:38.50	00:59:38.50	+00:21:48 (36.6%)	5:57	10.1 (63.5%)
41	PAZERA Jozef	77	RAMAGU, O.Z.	Senior Mężczyzn	17	00:24:35	01:00:03.70	01:00:03.70	+00:22:13 (37.0%)	6:00	10 (62.9%)
42	MICHALIK Krzysztof	64		Senior Mężczyzn	18	00:24:13	01:01:01.45	01:01:01.45	+00:23:11 (38.0%)	6:06	9.8 (61.6%)
43	ZĄZEL Wiesław	118		Senior Mężczyzn	19	00:23:58	01:01:02.40	01:01:02.40	+00:23:12 (38.0%)	6:06	9.8 (61.6%)
44	MICHAŁEK Jarosław	151		Weteran Mężczyzn	6	00:24:46	01:02:30.90	01:02:30.90	+00:24:41 (39.5%)	6:15	9.6 (60.4%)
45	KACZMAREK Mariusz	150	SIEPRAWSKA PIĄTKA	Senior Mężczyzn	20	00:26:43	01:03:01.80	01:03:01.80	+00:25:11 (40.0%)	6:18	9.5 (59.7%)
46	GOLBIAK Hubert	30		Senior Mężczyzn	21	00:24:51	01:03:36.80	01:03:36.80	+00:25:46 (40.5%)	6:21	9.4 (59.1%)
47	FERFECKI Paweł	23	KKNW	Master Mężczyzn	20	00:26:40	01:04:54.40	01:04:54.40	+00:27:04 (41.7%)	6:29	9.2 (57.9%)
48	RZADKOSZ Mateusz	88		Master Mężczyzn	21	00:25:36	01:05:21.85	01:05:21.85	+00:27:32 (42.1%)	6:32	9.2 (57.9%)
49	PODYMNIAK Leszek	133		Weteran Mężczyzn	7	00:28:11	01:05:26.10	01:05:26.10	+00:27:36 (42.2%)	6:32	9.2 (57.9%)
50	WITCZAK Szymon	115		Master Mężczyzn	22	00:28:22	01:05:54.00	01:05:54.00	+00:28:04 (42.6%)	6:35	9.1 (57.2%)
51	GADZINOWSKI Ignacy	27		Dinozaur Mężczyzn	1	00:26:12	01:06:08.90	01:06:08.90	+00:28:19 (42.8%)	6:36	9.1 (57.2%)
52	CHORABIK Armand	139	ZABIEGANI MIELEC	Senior Mężczyzn	22	00:27:05	01:06:22.35	01:06:22.35	+00:28:32 (43.0%)	6:38	9 (56.6%)
53	TOMASKOVIC Milan	158	ZDZIAR	Weteran Mężczyzn	8	00:27:47	01:07:07.10	01:07:07.10	+00:29:17 (43.6%)	6:42	8.9 (56.0%)
54	BALON Marcin	4		Weteran Mężczyzn	9	00:28:06	01:08:31.90	01:08:31.90	+00:30:42 (44.8%)	6:51	8.8 (55.3%)
55	PLASKOTA Frederic	83	IBM FRANCE PARIS	Master Mężczyzn	23	00:30:14	01:09:00.10	01:09:00.10	+00:31:10 (45.2%)	6:54	8.7 (54.7%)
56	BUDZOWSKI Maciej	14		Master Mężczyzn	24	00:30:48	01:12:30.90	01:12:30.90	+00:34:41 (47.8%)	7:15	8.3 (52.2%)
57	STARAKIEWICZ Szymon	99		Senior Mężczyzn	23	00:30:49	01:12:31.60	01:12:31.60	+00:34:41 (47.8%)	7:15	8.3 (52.2%)
58	KRAJEWSKI Michał	156	WSL	Senior Mężczyzn	24	00:30:00	01:14:38.10	01:14:38.10	+00:36:48 (49.3%)	7:27	8 (50.3%)
59	JASTRZĘBSKI Krzysztof	41		Master Mężczyzn	25	00:30:27	01:15:00.50	01:15:00.50	+00:37:10 (49.6%)	7:30	8 (50.3%)
60	ŁĘŻNIAK Arkadiusz	56		Weteran Mężczyzn	10	00:31:11	01:17:49.60	01:17:49.60	+00:39:59 (51.4%)	7:46	7.7 (48.4%)
61	GAŁAJSKI Łukasz	143	BIKE FUN LEGIONOWO	Master Mężczyzn	26	00:32:24	01:21:29.55	01:21:29.55	+00:43:39 (53.6%)	8:08	7.4 (46.5%)
62	KOŚCIELSKI Mateusz	142	BRAVEHEARTS LEGIONOWO	Master Mężczyzn	27	00:32:23	01:21:30.00	01:21:30.00	+00:43:40 (53.6%)	8:09	7.4 (46.5%)
63	NOGAŃSKI Paweł	146	POWER TRAINING	Senior Mężczyzn	25	00:32:48	01:27:10.45	01:27:10.45	+00:49:20 (56.6%)	8:43	6.9 (43.4%)
64	BĄCZEK Krzysztof	5	GRUPA JURA'PL	Master Mężczyzn	28	00:34:23	01:28:06.00	01:28:06.00	+00:50:16 (57.1%)	8:48	6.8 (42.8%)
65	DĘBOWSKI Daniel	20	COKE RUNNERS	Master Mężczyzn	29	00:34:18	01:28:10.05	01:28:10.05	+00:50:20 (57.1%)	8:49	6.8 (42.8%)
66	MARCINIEC Łukasz	131		Weteran Mężczyzn	11	00:44:48	01:48:48.35	01:48:48.35	+01:10:58 (65.2%)	10:52	5.5 (34.6%)