

## IX OTWARTE SZTAFETOWE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING

B4SPORT  
INTELEKTUALNE AKTYWNOŚCI SPORTOWE

**Wydarzenie:** VII Otwarte Mistrzostwa Polski w Maratonie  
**Organizator:** Polska Federacja Nordic Walking; Urząd Miasta i Gminy Biały Bór  
**Data:** 2020-10-10  
**Miejsce:** Biały Bór  
**Dystans:** 42.195 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Laps_1 4.2km	Laps_2 8.4km	Laps_3 12.6km	Laps_4 16.8km	Laps_5 21km	Laps_6 25.2km	Laps_7 29.4km	Laps_8 33.8km	Laps_9 37.8km	Czas netto 42.195km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	MARCZAK Tomasz , ROMANOWICZ Piotr , KUBIAK Przemysław , RAJEWSKI Sebastian	2	KS IDMAR RACING TEAM	Sztafeta Męska	1			00:25:30	00:51:44	01:18:11	01:43:37	02:10:10	02:37:15	03:04:59	03:33:05	03:58:47	<b>04:25:17.05</b>		6:17	9.5 (100%)
2	POLKOWSKI Piotr , ŚWIDEREK Marcin , ZABŁOCKI Karol , BIELAWSKI Leszek	4	NW CZŁAPSKI TEAM	Sztafeta Męska	2			00:25:56	00:52:41	01:20:10	01:47:29	02:14:52	02:41:48	03:09:20	03:37:19	04:03:28	<b>04:30:42.45</b>	+00:05:25 (2.0%)	6:24	9.4 (98.9%)
3	KUŹMICZ Adam , NACZK Leonard , DREWA Marian , TOPOREK Rafał	7	POLIPACK TEAM GWE	Sztafeta Męska	3			00:25:31	00:51:49	01:18:28	01:45:35	02:13:31	02:42:23	03:10:44	03:40:21	04:06:12	<b>04:33:04.60</b>	+00:07:47 (2.9%)	6:28	9.3 (97.9%)
4	KACPRZAK Sławomir , MARCZAK Krzysztof , KRAJEWSKA Hanna , SZYMSKA Małgorzata	19	NORDIC WALKING POLAND II	Sztafeta Mieszana	1			00:26:03	00:53:08	01:19:42	01:46:55	02:15:09	02:44:25	03:12:15	03:40:25	04:07:38	<b>04:35:42.20</b>	+00:10:25 (3.8%)	6:32	9.2 (96.8%)
5	BRZOZOWSKI Piotr , NAKONIECZNY Grzegorz , LUDWICZAK Andżelika , OKRZESIK-FRĄCKOWIAK Izabela	20	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	Sztafeta Mieszana	2			00:25:56	00:53:00	01:20:08	01:46:19	02:13:09	02:40:26	03:09:40	03:39:18	04:07:41	<b>04:36:41.55</b>	+00:11:24 (4.1%)	6:33	9.2 (96.8%)
6	DELAĞ Jakub , KRAWĘTEK Agnieszka , PRZYBYŁEK Maria , SKURNICA Marcin	18	NORDIC WALKING POLAND I	Sztafeta Mieszana	3			00:26:09	00:53:14	01:19:47	01:48:04	02:17:19	02:46:50	03:16:04	03:45:43	04:13:33	<b>04:42:32.65</b>	+00:17:15 (6.1%)	6:41	9 (94.7%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Laps_1 4.2km	Laps_2 8.4km	Laps_3 12.6km	Laps_4 16.8km	Laps_5 21km	Laps_6 25.2km	Laps_7 29.4km	Laps_8 33.8km	Laps_9 37.8km	Czas netto 42.195km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
7	<b>SZYMAŃSKI Stefan , WALESZKO Andrzej , TRZCIŃSKI Franciszek , NETKOWSKI Wojciech</b>	5	PASJA NORDIC WALKING 2	Sztafeta Męska	4			00:28:14	00:57:34	01:27:10	01:56:09	02:25:35	02:55:52	03:22:07	03:48:51	04:18:20	<b>04:48:26.75</b>	+00:23:09 (8.0%)	6:50	8.8 (92.6%)
8	<b>FRĄCKOWIAK Mateusz , FRĄCKOWIAK Roman , PALIWODA Katarzyna , LICAU Agnieszka</b>	21	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN II	Sztafeta Mieszana	4			00:27:13	00:57:14	01:27:03	01:54:51	02:22:40	02:49:51	03:21:18	03:54:02	04:24:33	<b>04:54:32.35</b>	+00:29:15 (9.9%)	6:58	8.6 (90.5%)
9	<b>OSTROCHALSKA Aleksandra , NACZK Wiktoria , KACZMAREK Maja , KRÓLIKOWSKA Krystyna</b>	26	POLIPACK TEAM GWE	Sztafeta Kobieca	1			00:28:39	00:58:17	01:27:53	01:57:35	02:26:55	02:56:11	03:26:46	03:57:42	04:26:06	<b>04:54:38.05</b>	+00:29:21 (10.0%)	6:58	8.6 (90.5%)
10	<b>KONCEWICZ Marek , STRYCYŃSKI Piotr , NIETUPSKI Dariusz , OLEJKO Radek</b>	8	ELITE TEAM	Sztafeta Męska	5			00:29:31	01:00:01	01:30:56	02:00:10	02:29:41	02:59:10	03:29:03	03:58:56	04:27:34	<b>04:55:55.55</b>	+00:30:38 (10.4%)	7:00	8.6 (90.5%)
11	<b>GRABOWSKI Jacek , TELEGA Małgorzata , GRABOWSKA Bożena , STĘPIEŃ Andrzej</b>	15	LKS ZANTYR II SZTUM	Sztafeta Mieszana	5			00:27:56	00:56:45	01:26:43	01:56:10	02:26:21	02:56:12	03:27:36	03:59:13	04:27:32	<b>04:56:36.75</b>	+00:31:19 (10.6%)	7:01	8.5 (89.5%)
12	<b>GIBAS Asia , GIBAS Sławek , GODZIŃSKA Dorota , GODZIŃSKI Paweł</b>	13	BAŻANT NW ELBLĄG	Sztafeta Mieszana	6			00:29:11	00:58:57	01:29:40	02:01:22	02:33:40	03:06:09	03:35:57	04:06:16	04:35:48	<b>05:05:20.70</b>	+00:40:03 (13.1%)	7:14	8.3 (87.4%)
13	<b>KORPAL Cezary , KOPCZEWSKI Dariusz , WIECZORKOWSKA Dagmara , POKŁADOWSKA Joanna</b>	17	WYCHODZĘ Z KIJAMI	Sztafeta Mieszana	7			00:32:52	01:05:11	01:37:18	02:05:17	02:33:44	03:02:59	03:32:34	04:03:19	04:34:22	<b>05:05:21.15</b>	+00:40:04 (13.1%)	7:14	8.3 (87.4%)
14	<b>KOLMETZ Katarzyna , LEJKOWSKA Mirela , PONKA Barbara , WAWRZYŃIAK Anna</b>	28	POLIPACK TEAM GWE	Sztafeta Kobieca	2			00:29:56	01:00:34	01:31:14	02:01:30	02:32:21	03:03:30	03:34:27	04:05:34	04:35:59	<b>05:07:20.20</b>	+00:42:03 (13.7%)	7:17	8.2 (86.3%)
15	<b>OLSZEWSKI Ryszard , TABOR Leszek , KOŁPAK Irena , HALIK-LEWANDOWSKA Jadwiga</b>	37	LKS ZANTYR SZTUM	Sztafeta Mieszana 60+	1			00:29:55	01:00:46	01:31:17	02:01:00	02:30:31	03:00:16	03:32:38	04:04:45	04:37:06	<b>05:09:50.80</b>	+00:44:33 (14.4%)	7:20	8.2 (86.3%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Laps_1	Laps_2	Laps_3	Laps_4	Laps_5	Laps_6	Laps_7	Laps_8	Laps_9	Czas netto	Różn	Tempo	Tempo
								4.2km	8.4km	12.6km	16.8km	21km	25.2km	29.4km	33.8km	37.8km	42.195km		min/km	km/h
16	MALINOWSKA Monika , LANGMESER Kinga , SZALECKA Grażyna , RUCZYŃSKA Ewa	31	LKS ZANTYR SZTUM	Sztafeta Kobięca	3			00:30:40	01:01:22	01:31:37	02:03:50	02:35:43	03:07:01	03:40:20	04:14:24	04:44:36	<b>05:14:53.10</b>	+00:49:36 (15.8%)	7:27	8 (84.2%)
17	KEPA Andrzej , PIETRZYK Paulina , SZYKIEWICZ Katarzyna , JASIŃSKI Cezary	22	BIEGOLAS KOSZALIN I PRZYJACIELE	Sztafeta Mieszana	8			00:31:27	01:04:00	01:36:27	02:08:28	02:41:34	03:14:16	03:46:28	04:19:16	04:48:31	<b>05:18:14.45</b>	+00:52:57 (16.6%)	7:32	8 (84.2%)
18	OCYSEK Zygmunt , HRYNDIO Jerzy , GÓRECKA Iwona , GAZDA Dorota	12	STADION ŚLĄSKI	Sztafeta Mieszana	9			00:30:46	01:01:40	01:32:14	02:02:45	02:34:35	03:05:18	03:38:30	04:10:57	04:44:42	<b>05:18:43.65</b>	+00:53:26 (16.8%)	7:33	7.9 (83.2%)
19	PANEK Aneta , FARON Monika , NOWY Katarzyna , BRYGAŁA Agata	35	ELITE TEAM	Sztafeta Kobięca	4			00:30:31	01:01:59	01:34:10	02:06:51	02:40:30	03:14:12	03:45:39	04:17:56	04:48:28	<b>05:20:04.70</b>	+00:54:47 (17.1%)	7:35	7.9 (83.2%)
20	PIETRUSEWICZ Joanna , MUSIATOWICZ Aleksandra , OMARSKA Grażyna , WALESZKO Anna	29	PASJA NORDIC WALKING	Sztafeta Kobięca	5			00:31:52	01:04:47	01:37:57	02:08:13	02:38:51	03:08:55	03:42:39	04:16:36	04:48:39	<b>05:20:31.75</b>	+00:55:14 (17.2%)	7:35	7.9 (83.2%)
21	CIESIELSKI Jerzy , GRACZYK Tomasz , ŻBIKOWSKI Ryszard , ŁUKASIK Michał	1	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	Sztafeta Męska	6			00:30:34	01:00:15	01:30:39	02:01:55	02:35:12	03:08:41	03:43:34	04:19:17	04:49:52	<b>05:22:04.15</b>	+00:56:47 (17.6%)	7:37	7.9 (83.2%)
22	KRIGER Roman , KACZMAREK Jarosław , KACZMAREK Zofia , NOWAK Aleksandra	11	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	Sztafeta Mieszana	10			00:31:22	01:03:45	01:37:20	02:09:36	02:42:08	03:14:22	03:47:05	04:19:39	04:52:02	<b>05:26:04.25</b>	+01:00:47 (18.6%)	7:43	7.8 (82.1%)
23	RUDAWSKI Maciej , DREWNOWSKA Barbara , JANIK Maciej , WOŁK Beata	14	ZASAPANI	Sztafeta Mieszana	11			00:30:10	01:01:21	01:32:57	02:04:25	02:36:24	03:08:34	03:46:27	04:27:16	04:57:41	<b>05:28:55.00</b>	+01:03:37 (19.3%)	7:47	7.7 (81.1%)
24	SUPROŃ Izabela , KORBYLSKA Aleksandra , KLEINSZMID Marta , STAŚ Adrianna	30	BIAŁOBORSKIE KUNY	Sztafeta Kobięca	6			00:32:09	01:05:43	01:39:21	02:10:39	02:42:50	03:15:16	03:51:02	04:27:38	05:00:12	<b>05:33:50.80</b>	+01:08:33 (20.5%)	7:54	7.6 (80.0%)
25	ADAMCZYK Aleksandra , GIERSZEWSKA Magdalena , ŚMIGIEL Magdalena , DĄBROWSKA Romualda	27	KRĘPA TEAM	Sztafeta Kobięca	7			00:35:29	01:10:29	01:46:02	02:20:08	02:54:58	03:30:48	04:04:21	04:38:11	05:10:12	<b>05:42:18.55</b>	+01:17:01 (22.5%)	8:06	7.4 (77.9%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Laps_1 4.2km	Laps_2 8.4km	Laps_3 12.6km	Laps_4 16.8km	Laps_5 21km	Laps_6 25.2km	Laps_7 29.4km	Laps_8 33.8km	Laps_9 37.8km	Czas netto 42.195km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
26	KOŁPAK Jan , TRYBA Zdzisław , MALINOWSKA Grażyna , GRUSZKA Barbara	16	LKS ZANTYR SZTUM	Sztafeta Mieszana 60+	2			00:30:01	01:00:35	01:31:41	02:04:06	02:37:46	03:12:03	03:50:06	04:28:32	05:05:10	<b>05:42:36.20</b>	+01:17:19 (22.6%)	8:07	7.4 (77.9%)
27	BACHANEK Katarzyna , CIESIELSKA Renata , ŻBIKOWSKA Małgorzata , JANCY Anita	23	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	Sztafeta Kobieca	8			00:33:20	01:08:10	01:43:21	02:16:11	02:49:52	03:25:32	03:59:58	04:35:22	05:09:16	<b>05:42:50.85</b>	+01:17:33 (22.6%)	8:07	7.4 (77.9%)
28	KASZUBA Adriana , ADAMOWICZ Renata , OLSZYŃSKA Marzena , LATOS Małgorzata	32	WYCHODZĘ Z KIJAMI	Sztafeta Kobieca	9			00:33:11	01:06:37	01:39:29	02:12:39	02:46:20	03:19:55	03:56:38	04:35:09	05:09:57	<b>05:45:46.20</b>	+01:20:29 (23.3%)	8:11	7.3 (76.8%)
29	DAROSZEWSKA Krystyna , CHABROS Agnieszka , NIEWIADOMSKA Zofia , PRACKA Katarzyna	25	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	Sztafeta Kobieca	10			00:31:27	01:03:43	01:36:13	02:10:00	02:44:47	03:19:56	03:56:59	04:33:54	05:12:37	<b>05:51:57.85</b>	+01:26:40 (24.6%)	8:20	7.2 (75.8%)
30	JÓŻWIAK Łukasz , STAWICKI Marek , PRACKI Wojciech , LUBAŃSKI Tomasz	3	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	Sztafeta Męska	7			00:33:57	01:07:55	01:42:31	02:19:21	02:56:31	03:34:28	04:07:47	04:41:20	05:16:50	<b>05:52:38.50</b>	+01:27:21 (24.8%)	8:21	7.2 (75.8%)
31	WESNER Harald , REKOWSKI Kacper , MÓRAWSKA Zdzisława , ZAKRZEWSKA Iwona	9	TORUŃ - IDZIEMY BEZ RYZYKA	Sztafeta Mieszana	12			00:34:28	01:08:57	01:43:35	02:18:30	02:51:00	03:22:29	04:04:35	04:44:40	05:18:28	<b>05:52:41.95</b>	+01:27:24 (24.8%)	8:21	7.2 (75.8%)
32	SZOTT Renata , SADOWSKA Karolina , PIETRZAK Dominika , KARCZEWSKA Edyta	33	WYCHODZĘ Z KIJAMI	Sztafeta Kobieca	11			00:33:11	01:06:50	01:40:48	02:16:06	02:51:03	03:27:12	04:03:16	04:39:38	05:17:49	<b>05:56:20.65</b>	+01:31:03 (25.6%)	8:26	7.1 (74.7%)
33	KRUKOWSKA Magdalena , SYTA Anna , KRUKOWSKA Anna , MIKUSZEWSKA Barbara	34	SŁODKIE BABECZKI	Sztafeta Kobieca	12			00:30:09	01:00:46	01:30:38	02:04:22	02:40:20	03:16:59	03:57:21	04:39:51	05:18:01	<b>05:56:43.00</b>	+01:31:25 (25.6%)	8:27	7.1 (74.7%)

Znaleziono 33 wynik(ów)