

LEGNICA - PUCHAR POLSKI NORDIC WALKING 2019 - 5 KM

B4SPORT
INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Wydarzenie: PUCHAR POLSKI NORDIC WALKING 2019
Organizator: Legnica
Data: 2019-06-22
Miejsce: Legnica
Dystans: 5 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	RAJEWSKI Sebastian	122	KS IDMAR RACING TEAM	M45-49	1			00:15:36	00:31:42.95		6:20	9.5 (100%)
2	MIELECKA Agnieszka	91	KS IDMAR RACING TEAM	K50-54	1			00:15:58	00:32:00.25	+00:00:17 (0.9%)	6:24	9.4 (98.9%)
3	MICHALSKI Andrzej	175	NORDIC WALKING SANOK	M60-64	1			00:15:58	00:32:08.95	+00:00:26 (1.3%)	6:25	9.3 (97.9%)
4	WOROCH Roman	168	KS METRACO POLKOWICE	M60-64	2			00:15:56	00:32:13.30	+00:00:30 (1.6%)	6:26	9.3 (97.9%)
5	TOPOLNICKI Konrad	153	CKZIU MECHANIK NYSA	M18-29	1	1		00:16:09	00:32:14.60	+00:00:31 (1.6%)	6:26	9.3 (97.9%)
6	WITUCKI Jacek	166		M45-49	2			00:15:37	00:32:17.15	+00:00:34 (1.8%)	6:27	9.3 (97.9%)
7	KŁYŚ Ryszard	65	STADION ŚLĄSKI	M55-59	1			00:16:10	00:32:31.25	+00:00:48 (2.5%)	6:30	9.2 (96.8%)
8	DĘBSKI Bartłomiej	26	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M40-44	1			00:16:10	00:32:43.55	+00:01:00 (3.1%)	6:32	9.2 (96.8%)
9	ROŻYNEK Miron	125	KS METRACO POLKOWICE	M55-59	2			00:16:11	00:32:46.10	+00:01:03 (3.2%)	6:33	9.2 (96.8%)
10	GAJEWSKI Eugeniusz	37		M60-64	3	1		00:15:57	00:32:50.90	+00:01:07 (3.4%)	6:34	9.1 (95.8%)
11	OLSZAŃSKI Karol	108	FEAR THE RETURN	M40-44	2			00:16:34	00:33:27.60	+00:01:44 (5.2%)	6:41	9 (94.7%)
12	PODGÓRSKI Szymon	115	CKZIU MECHANIK NYSA	M-Jun.	1			00:17:13	00:33:55.30	+00:02:12 (6.5%)	6:47	8.8 (92.6%)
13	KUBIAK Przemysław	77	KS IDMAR RACING TEAM	M45-49	3			00:16:45	00:33:55.55	+00:02:12 (6.5%)	6:47	8.8 (92.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
14	BRZOZOWSKI Piotr	351	AKTYWNI POSTOMINO	M30-39	1			00:16:42	00:33:58.00	+00:02:15 (6.6%)	6:47	8.8 (92.6%)
15	FRAĆKOWIAK Mateusz	36	KS METRACO POLKOWICE	M-Jun.	2			00:17:12	00:34:07.85	+00:02:24 (7.1%)	6:49	8.8 (92.6%)
16	SPYCHAŁA Lesław	130	CKZIU MECHANIK NYSA	M50-54	1			00:16:38	00:34:08.60	+00:02:25 (7.1%)	6:49	8.8 (92.6%)
17	KOP Wiesław	68	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	M55-59	3	1		00:16:34	00:34:24.40	+00:02:41 (7.8%)	6:52	8.7 (91.6%)
18	HOLWEK Jarosław	355	ZDROWOPIJ.PL	M55-59	4			00:17:00	00:34:49.35	+00:03:06 (8.9%)	6:57	8.6 (90.5%)
19	FRAĆKOWIAK Roman	35	KS METRACO POLKOWICE	M50-54	2	2		00:16:57	00:34:52.60	+00:03:09 (9.1%)	6:58	8.6 (90.5%)
20	BUL Dariusz	332	FEAR THE RETURN	M45-49	4			00:17:16	00:35:09.30	+00:03:26 (9.8%)	7:01	8.5 (89.5%)
21	ZIELIŃSKI Szczepan	171	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M45-49	5			00:16:59	00:35:10.80	+00:03:27 (9.8%)	7:02	8.5 (89.5%)
22	BREWKA Joachim	13	UNIA MIAST	M55-59	5			00:17:27	00:35:18.65	+00:03:35 (10.2%)	7:03	8.5 (89.5%)
23	MAŚLANKA Iwona	88	MARSZ PO ZDROWIE	K45-49	1			00:17:27	00:35:24.00	+00:03:41 (10.4%)	7:04	8.5 (89.5%)
24	POLISZCZUK Piotr	116	PIERNIKI NA CHODZIE	M- Niepełnosprawni(A)	1			00:17:26	00:35:25.75	+00:03:42 (10.5%)	7:05	8.5 (89.5%)
25	DUDEK Jan	32		M55-59	6			00:17:33	00:35:32.75	+00:03:49 (10.8%)	7:06	8.4 (88.4%)
26	KOWALCZYK Tadeusz	72	LUX TORPEDA MAŁOPOLSKA	M65-69	1			00:17:25	00:35:35.70	+00:03:52 (10.9%)	7:07	8.4 (88.4%)
27	MIKOŁAJCZAK Jan	92		M65-69	2			00:17:36	00:35:39.00	+00:03:56 (11.0%)	7:07	8.4 (88.4%)
28	GĄGÓŁ Krzysztof	39		M40-44	3			00:17:37	00:35:39.55	+00:03:56 (11.1%)	7:08	8.4 (88.4%)
29	WIŚNIEWSKI Sławomir	164	FLUGGER TEAM	M45-49	6			00:17:13	00:35:40.35	+00:03:57 (11.1%)	7:08	8.4 (88.4%)
30	OKRZESIK-FRAĆKOWIAK Izabela	106	KS METRACO POLKOWICE	K50-54	2			00:17:45	00:35:41.95	+00:03:59 (11.2%)	7:08	8.4 (88.4%)
31	OLEKSYK Małgorzata	107	BIESZCZADZKI KLUB NW, KB HALICZ USTRZYKI DOLNE	K55-59	1			00:17:42	00:35:42.55	+00:03:59 (11.2%)	7:08	8.4 (88.4%)
32	SZYMAŃSKI Stefan	147	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW I RENCISTÓW W DYWITACH	M70+	1	1		00:17:50	00:36:01.40	+00:04:18 (12.0%)	7:12	8.3 (87.4%)
33	SZCZUDLIK Małgorzata	142	KIJKOWE TRZEMESZNO	K30-39	1	1		00:17:41	00:36:05.30	+00:04:22 (12.1%)	7:13	8.3 (87.4%)
34	DUDEK Edward	358	KS METRACO POLKOWICE	M65-69	3			00:17:56	00:36:05.35	+00:04:22 (12.1%)	7:13	8.3 (87.4%)
35	JÓŹWIAK Marianna	57	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K45-49	2			00:17:40	00:36:08.10	+00:04:25 (12.2%)	7:13	8.3 (87.4%)
36	BUCZKOWSKI Jerzy	14	KS SOKÓŁ GĄSAWA	M65-69	4	1		00:17:49	00:36:11.00	+00:04:28 (12.3%)	7:14	8.3 (87.4%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
37	USS Jola	156	LUX TORPEDA MAŁOPOLSKA	K55-59	2			00:17:54	00:36:11.15	+00:04:28 (12.4%)	7:14	8.3 (87.4%)
38	NACZK Wiktoria	98	LĘBORSKIE LWY	K-Jun.	1	1		00:17:50	00:36:16.60	+00:04:33 (12.6%)	7:15	8.3 (87.4%)
39	DANIELEWICZ Anna	24		K40-44	1			00:17:58	00:36:20.80	+00:04:37 (12.7%)	7:16	8.3 (87.4%)
40	PASIŃSKA-SKOWRON Sylwia	143	PRUSZYŃSKI SPORT TEAM	K40-44	2			00:17:58	00:36:22.85	+00:04:39 (12.8%)	7:16	8.2 (86.3%)
41	KUŚMIEREK Mateusz	80	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	M-Jun.	3	2		00:17:57	00:36:40.15	+00:04:57 (13.5%)	7:20	8.2 (86.3%)
42	MARCINKOWSKA Agnieszka	197	UNIA MIAST	K-Jun.	2			00:18:06	00:36:46.50	+00:05:03 (13.8%)	7:21	8.2 (86.3%)
43	WROŃSKI Włodzimierz	170	PASJA NORDIC WALKING	M65-69	5			00:18:13	00:36:51.10	+00:05:08 (13.9%)	7:22	8.1 (85.3%)
44	BUGAŁA Alicja	16	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K-Jun.	3			00:18:31	00:37:03.65	+00:05:20 (14.4%)	7:24	8.1 (85.3%)
45	WOŁK Beata	167	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	K40-44	3			00:18:28	00:37:07.50	+00:05:24 (14.6%)	7:25	8.1 (85.3%)
46	ZIELIŃSKA Jolanta	54	GOSIR OSIELSKO	K55-59	3			00:18:12	00:37:21.60	+00:05:38 (15.1%)	7:28	8 (84.2%)
47	TOMCZYK Edward	152	MARSZ PO ZDROWIE	M70+	2	2		00:18:04	00:37:23.70	+00:05:40 (15.2%)	7:28	8 (84.2%)
48	MALINOWSKA Monika	179	LKS ZANTYR SZTUM	K30-39	2			00:18:19	00:37:37.35	+00:05:54 (15.7%)	7:31	8 (84.2%)
49	LIBARDI-KŁYŚ Sylwia	84	STADION ŚLĄSKI	K60-64	1			00:18:37	00:37:38.80	+00:05:55 (15.8%)	7:31	8 (84.2%)
50	STAŃCZAK Grażyna	133	FACE NORDIC TEAM	K65-69	1			00:18:24	00:37:39.65	+00:05:56 (15.8%)	7:32	8 (84.2%)
51	PIĄTEK Dariusz	112	POLIPACK TEAM GWE	M-Niepełnosprawni(A)	2			00:18:41	00:37:41.25	+00:05:58 (15.8%)	7:32	8 (84.2%)
52	CZMOCH Marian	22		M65-69	6	1		00:18:25	00:37:45.95	+00:06:03 (16.0%)	7:33	7.9 (83.2%)
53	WITUCKA Karolina	165		K-Dzieci	1			00:18:34	00:37:46.20	+00:06:03 (16.0%)	7:33	7.9 (83.2%)
54	GRUSZKA Michał	44	UNIA MIAST	M40-44	4			00:18:19	00:37:46.25	+00:06:03 (16.0%)	7:33	7.9 (83.2%)
55	SAMOJŁO Sławomir	128		M55-59	7			00:18:36	00:37:48.15	+00:06:05 (16.1%)	7:33	7.9 (83.2%)
56	KAMIŃSKA Beata	63	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K50-54	3			00:18:41	00:37:48.95	+00:06:06 (16.1%)	7:33	7.9 (83.2%)
57	KOŁPAK Jan	67	LKS ZANTYR SZTUM	M70+	3			00:18:34	00:37:50.95	+00:06:08 (16.2%)	7:34	7.9 (83.2%)
58	BAJ Stanisław	4	ŚCINAWA	M60-64	4			00:18:44	00:37:54.55	+00:06:11 (16.3%)	7:35	7.9 (83.2%)
59	GRYGOROWICZ Bogdan	47	KS METRACO POLKOWICE	M-Niepełnosprawni(B)	1			00:18:49	00:37:56.80	+00:06:13 (16.4%)	7:35	7.9 (83.2%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
60	KUPIBIDA Bogusława	78	SILESIA NORDIC TEAM	K60-64	2			00:18:44	00:37:58.95	+00:06:16 (16.5%)	7:35	7.9 (83.2%)
61	TOPOLNICKI Mariusz	154	CKZIU MECHANIK NYSA	M45-49	7			00:19:18	00:37:59.30	+00:06:16 (16.5%)	7:35	7.9 (83.2%)
62	DONIGIEWICZ Janusz	27	NORDIC WALKING KRUSZYNA	M65-69	7	1		00:18:52	00:38:14.95	+00:06:32 (17.1%)	7:39	7.8 (82.1%)
63	KOZIARZ Roman	73	STADION ŚLĄSKI	M60-64	5			00:18:50	00:38:16.85	+00:06:33 (17.1%)	7:39	7.8 (82.1%)
64	GOŁĘBIEWSKI Andrzej	41	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	M60-64	6			00:18:55	00:38:19.80	+00:06:36 (17.3%)	7:40	7.8 (82.1%)
65	LACHOWSKA Ewa	195	BIESZCZADZKI KLUB NORDIC WALKING	K60-64	3			00:18:55	00:38:23.05	+00:06:40 (17.4%)	7:40	7.8 (82.1%)
66	TUZIMEK Agata	155		K30-39	3			00:18:54	00:38:24.70	+00:06:41 (17.4%)	7:40	7.8 (82.1%)
67	GOGÓŁ Jolanta	40		K55-59	4			00:19:00	00:38:30.65	+00:06:47 (17.6%)	7:42	7.8 (82.1%)
68	PINIS Agnieszka	114	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K40-44	4			00:18:53	00:38:36.45	+00:06:53 (17.9%)	7:43	7.8 (82.1%)
69	GRYGOROWICZ Teresa	46	KS METRACO POLKOWICE	K65-69	2			00:18:44	00:38:39.85	+00:06:56 (18.0%)	7:44	7.8 (82.1%)
70	ŚLUSARCZYK Grzegorz	148	WESOŁY BORSUK TEAM	M45-49	8			00:19:20	00:38:41.85	+00:06:58 (18.0%)	7:44	7.8 (82.1%)
71	WAWRZY尼亚K Anna	162	POLIPACK TEAM GWE	K45-49	3			00:19:05	00:38:46.25	+00:07:03 (18.2%)	7:45	7.7 (81.1%)
72	BUGAŁA Anna	15	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K40-44	5			00:19:15	00:38:56.80	+00:07:13 (18.6%)	7:47	7.7 (81.1%)
73	NIETRZEBKA Aleksandra	101	MIĘDZYBORÓW	K18-29	1			00:19:04	00:38:56.90	+00:07:13 (18.6%)	7:47	7.7 (81.1%)
74	KORYTOWSKI Jakub	69		M-Dzieci	1			00:18:44	00:38:58.45	+00:07:15 (18.6%)	7:47	7.7 (81.1%)
75	DAROSZEWSKA Krystyna	25	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K60-64	4			00:19:16	00:38:58.50	+00:07:15 (18.6%)	7:47	7.7 (81.1%)
76	CHARCZUK Zenon	17	ŻÓŁWIK OPOLE	M60-64	7			00:19:17	00:39:06.30	+00:07:23 (18.9%)	7:49	7.7 (81.1%)
77	KRAWCZYK Dorota	76	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	K60-64	5			00:19:05	00:39:10.65	+00:07:27 (19.0%)	7:50	7.7 (81.1%)
78	STAŃCZAK Ryszard	132	FACE NORDIC TEAM	M70+	4			00:19:15	00:39:10.75	+00:07:27 (19.0%)	7:50	7.7 (81.1%)
79	DANA Kazimiera	23	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K65-69	3			00:19:28	00:39:13.80	+00:07:30 (19.2%)	7:50	7.6 (80.0%)
80	BERKOWSKA Marzena	8	ZSP BORZĘCIN DUŻY	K40-44	6			00:19:23	00:39:16.00	+00:07:33 (19.2%)	7:51	7.6 (80.0%)
81	CZEKAŃSKI Damian	196	WESOŁY BORSUK TEAM	M30-39	2	1		00:19:17	00:39:16.95	+00:07:34 (19.3%)	7:51	7.6 (80.0%)
82	SURIAK Michał	140	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M30-39	3			00:19:44	00:39:21.30	+00:07:38 (19.4%)	7:52	7.6 (80.0%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
83	MIKUSINSKA Jola	94	FEAR THE RETURN	K45-49	4	1		00:19:16	00:39:22.20	+00:07:39 (19.4%)	7:52	7.6 (80.0%)
84	SULECKA Gabriela	139		K- Niepełnosprawni(A)	1			00:19:43	00:39:25.85	+00:07:42 (19.6%)	7:53	7.6 (80.0%)
85	NOGA Bolesław	102		M60-64	8			00:19:31	00:39:28.60	+00:07:45 (19.7%)	7:53	7.6 (80.0%)
86	ALEKSANDROWICZ Maria	1		K-Jun.	4			00:19:55	00:39:28.65	+00:07:45 (19.7%)	7:53	7.6 (80.0%)
87	WAWRZYNIAK Igor	163	POLIPACK TEAM GWE	M-Dzieci	2	1		00:19:20	00:39:29.00	+00:07:46 (19.7%)	7:53	7.6 (80.0%)
88	DUDA Marek	31		M-Dzieci	3			00:19:49	00:39:29.65	+00:07:46 (19.7%)	7:53	7.6 (80.0%)
89	JUREK Kamila	58	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	K30-39	4			00:19:13	00:39:29.70	+00:07:46 (19.7%)	7:53	7.6 (80.0%)
90	JÓŹWIAK Łukasz	56	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M- Niepełnosprawni(B)	2			00:19:32	00:39:35.00	+00:07:52 (19.9%)	7:55	7.6 (80.0%)
91	RADZIEJOWSKI Bogusław	121	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	M55-59	8			00:19:49	00:39:35.65	+00:07:52 (19.9%)	7:55	7.6 (80.0%)
92	PIETRUSZYŃSKA Dorota	346	FEAR THE RETURN	K50-54	4			00:19:36	00:39:36.25	+00:07:53 (19.9%)	7:55	7.6 (80.0%)
93	SZYCKO Radosław	146		M40-44	5			00:19:35	00:39:47.15	+00:08:04 (20.3%)	7:57	7.5 (78.9%)
94	DROZD Maria	30		K50-54	5			00:20:14	00:39:48.60	+00:08:05 (20.3%)	7:57	7.5 (78.9%)
95	GAŁKOWSKA Elżbieta	38	PUSZCZA ZIELONKA	K60-64	6			00:19:37	00:39:49.70	+00:08:06 (20.4%)	7:58	7.5 (78.9%)
96	SZYCKO Oliwia	145		K-Dzieci	2	1		00:19:24	00:39:54.10	+00:08:11 (20.5%)	7:58	7.5 (78.9%)
97	WALESZKO Andrzej	159	PASJA NORDIC WALKING	M45-49	9			00:19:41	00:40:00.60	+00:08:17 (20.7%)	8:00	7.5 (78.9%)
98	WOROCH Jolanta	169	KS METRACO POLKOWICE	K50-54	6	1		00:20:11	00:40:01.55	+00:08:18 (20.8%)	8:00	7.5 (78.9%)
99	GÓRECKA Iwona	42	STADION ŚLĄSKI	K50-54	7			00:19:49	00:40:09.35	+00:08:26 (21.0%)	8:02	7.5 (78.9%)
100	MARCZEWSKI Kamil	7	AZS ŚUM	M18-29	2			00:19:39	00:40:09.80	+00:08:26 (21.0%)	8:02	7.5 (78.9%)
101	BARCZYK Jolanta	6	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K55-59	5			00:20:01	00:40:14.50	+00:08:31 (21.2%)	8:03	7.5 (78.9%)
102	PONKA Barbara	117	POLIPACK TEAM GWE	K45-49	5			00:20:04	00:40:16.45	+00:08:33 (21.3%)	8:03	7.5 (78.9%)
103	WSZOŁEK Jakub	352	AZS ŚUM	M18-29	3	1		00:19:53	00:40:23.95	+00:08:41 (21.5%)	8:04	7.4 (77.9%)
104	ŻUKOWICZ Anna	173		K-Dzieci	3			00:19:55	00:40:28.45	+00:08:45 (21.6%)	8:05	7.4 (77.9%)
105	ROKOSZ Ireneusz	124	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	M- Niepełnosprawni(B)	3	2		00:20:07	00:40:32.70	+00:08:49 (21.8%)	8:06	7.4 (77.9%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
106	WALESZKO Anna	160	PASJA NORDIC WALKING	K45-49	6			00:20:29	00:40:33.90	+00:08:50 (21.8%)	8:06	7.4 (77.9%)
107	PIĄTKOWSKI Józef	180	KS METRACO POLKOWICE	M70+	5			00:20:01	00:40:34.25	+00:08:51 (21.8%)	8:06	7.4 (77.9%)
108	MALINOWSKI Paweł	87		M18-29	4			00:19:59	00:40:38.60	+00:08:55 (22.0%)	8:07	7.4 (77.9%)
109	SOSIN Stanisław	129	STADION ŚLĄSKI	M- Niepełnosprawni(A)	3			00:20:09	00:40:51.00	+00:09:08 (22.4%)	8:10	7.3 (76.8%)
110	GOSPODARCZYK Alicja	3	AZS ŚUM	K18-29	2			00:20:31	00:40:59.65	+00:09:16 (22.6%)	8:11	7.3 (76.8%)
111	STONCEL Mieczysław	137	GRUPA BIEGOWA DZIKOWIEC	M50-54	3			00:20:01	00:41:00.10	+00:09:17 (22.6%)	8:12	7.3 (76.8%)
112	BIAŁCZAK Emilia	9		K18-29	3			00:20:07	00:41:11.95	+00:09:29 (23.0%)	8:14	7.3 (76.8%)
113	PAWŁOWSKA-SOSIN Barbara	111	STADION ŚLĄSKI	K65-69	4			00:20:12	00:41:13.25	+00:09:30 (23.1%)	8:14	7.3 (76.8%)
114	ŻUKOWICZ Bartłomiej	174	KLUBSPORTU.PL	M45-49	10			00:20:14	00:41:18.20	+00:09:35 (23.2%)	8:15	7.3 (76.8%)
115	NIECHWIEJCZYK Kinga	99	UNIA MIAST	K-Jun.	5			00:20:18	00:41:28.90	+00:09:45 (23.5%)	8:17	7.2 (75.8%)
116	ŚLUSARCZYK Karolina	149	WESOŁY BORSUK TEAM	K-Jun.	6			00:20:18	00:41:29.00	+00:09:46 (23.5%)	8:17	7.2 (75.8%)
117	KĘDZIERSKA Edyta	194	PFNW	K45-49	7			00:20:25	00:41:34.20	+00:09:51 (23.7%)	8:18	7.2 (75.8%)
118	WALESZKO Adam	161	PASJA NORDIC WALKING	M-Jun.	4			00:21:08	00:41:38.00	+00:09:55 (23.8%)	8:19	7.2 (75.8%)
119	RURAŃSKI Jerzy	126	STADION ŚLĄSKI	M70+	6			00:20:29	00:41:48.70	+00:10:05 (24.1%)	8:21	7.2 (75.8%)
120	SARZYŃSKA Iwona	310		K55-59	6			00:20:42	00:42:01.05	+00:10:18 (24.5%)	8:24	7.1 (74.7%)
121	WAWRZYŃSKI Stanisław	359		M60-64	9	1		00:21:20	00:42:05.85	+00:10:22 (24.7%)	8:25	7.1 (74.7%)
122	NOWAK Ewa	103	STADION ŚLĄSKI	K50-54	8			00:20:55	00:42:06.25	+00:10:23 (24.7%)	8:25	7.1 (74.7%)
123	KARCZMARSKI Krzysztof	64	IPA RADOM	M60-64	10			00:21:01	00:42:06.50	+00:10:23 (24.7%)	8:25	7.1 (74.7%)
124	SYPEK Karina	141	AZS ŚUM	K18-29	4	1		00:20:30	00:42:12.75	+00:10:29 (24.9%)	8:26	7.1 (74.7%)
125	ZOŃ Agnieszka	172	PASJA NORDIC WALKING	K30-39	5			00:21:24	00:42:28.15	+00:10:45 (25.3%)	8:29	7.1 (74.7%)
126	MIKOŁAJCZYK Arkadiusz	93	PREDATORS WAŁBRZYCH	M50-54	4			00:20:49	00:42:31.80	+00:10:48 (25.4%)	8:30	7.1 (74.7%)
127	KUŚMIEREK Beata	79	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	K40-44	7			00:21:07	00:42:32.85	+00:10:49 (25.5%)	8:30	7.1 (74.7%)
128	ANGIELCZYK Małgorzata	2	MARSZ PO ZDROWIE	K65-69	5			00:21:05	00:42:33.30	+00:10:50 (25.5%)	8:30	7.1 (74.7%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
129	OWCZAREK Magdalena	109	MIĘDZYBORÓW	K50-54	9			00:21:12	00:42:37.70	+00:10:54 (25.6%)	8:31	7 (73.7%)
130	HANUS Joanna	176	PASJONAUCI KROSNO	K- Niepełnosprawni(B)	1			00:21:09	00:42:46.65	+00:11:03 (25.9%)	8:33	7 (73.7%)
131	KRAMER Leszek	75	U.T.W.	M70+	7			00:21:19	00:42:46.75	+00:11:03 (25.9%)	8:33	7 (73.7%)
132	NIESŁONY Ryszard	100	STADION ŚLĄSKI	M55-59	9			00:21:15	00:42:46.95	+00:11:04 (25.9%)	8:33	7 (73.7%)
133	JANIK Bogusław	51	STADION ŚLĄSKI	M55-59	10			00:21:20	00:42:48.80	+00:11:05 (25.9%)	8:33	7 (73.7%)
134	KOZIARZ Jadwiga	74	STADION ŚLĄSKI	K55-59	7			00:21:02	00:42:57.25	+00:11:14 (26.2%)	8:35	7 (73.7%)
135	WSZOŁEK Ewa	199	AZS ŚUM	K18-29	5	2		00:20:41	00:43:02.05	+00:11:19 (26.3%)	8:36	7 (73.7%)
136	KROLL Marcin	186	DPS LEGNICKIE POLE	M- Niepełnosprawni(B)	4			00:21:21	00:43:18.40	+00:11:35 (26.8%)	8:39	6.9 (72.6%)
137	DYBEŁ Agnieszka	34	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K- Niepełnosprawni(A)	2			00:21:20	00:43:27.70	+00:11:44 (27.0%)	8:41	6.9 (72.6%)
138	PINIS Gabriela	113	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K-Dzieci	4			00:21:03	00:43:34.55	+00:11:51 (27.2%)	8:42	6.9 (72.6%)
139	RACZYŃSKA Aleksandra	200	STADION ŚLĄSKI	K70+	1			00:21:56	00:43:47.90	+00:12:04 (27.6%)	8:45	6.8 (71.6%)
140	OGÓREK Krzysztof	105	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	M- Niepełnosprawni(B)	5			00:21:19	00:43:52.05	+00:12:09 (27.7%)	8:46	6.8 (71.6%)
141	WECHTA Paweł	193	KS METRACO POLKOWICE	M45-49	11			00:21:54	00:43:54.95	+00:12:12 (27.8%)	8:47	6.8 (71.6%)
142	PACYNA Helena	357	KS METRACO POLKOWICE	K70+	2			00:22:04	00:43:55.55	+00:12:12 (27.8%)	8:47	6.8 (71.6%)
143	JAGODZIŃSKI Andrzej	49		M55-59	11			00:21:52	00:44:09.80	+00:12:26 (28.2%)	8:50	6.8 (71.6%)
144	KAŁUŻNA Anna	62		K65-69	6			00:22:15	00:44:49.50	+00:13:06 (29.2%)	8:58	6.7 (70.5%)
145	STEINBORN Janina	185	DPS LEGNICKIE POLE	K- Niepełnosprawni(B)	2			00:21:52	00:44:58.90	+00:13:15 (29.5%)	8:59	6.7 (70.5%)
146	JASZCZUROWSKA Natalia	184	DPS LEGNICKIE POLE	M- Niepełnosprawni(B)	6			00:21:49	00:44:59.20	+00:13:16 (29.5%)	8:59	6.7 (70.5%)
147	DRAPIKOWSKI Marek	192	DPS LEGNICKIE POLE	M55-59	12			00:21:51	00:45:06.70	+00:13:23 (29.7%)	9:01	6.6 (69.5%)
148	KACZANOWSKA Magdalena	59	LEGNICKA GRUPA GŁUCHYCH	K- Niepełnosprawni(B)	3	1		00:22:06	00:45:15.30	+00:13:32 (29.9%)	9:03	6.6 (69.5%)
149	PANKIEWICZ-DMOWSKA Cecylia	110	FACE NORDIC WALKING TEAM	K70+	3			00:22:15	00:45:17.05	+00:13:34 (30.0%)	9:03	6.6 (69.5%)
150	KALINOWSKA Małgorzata	60	LEGNICKA GRUPA GŁUCHYCH	K- Niepełnosprawni(B)	4			00:22:11	00:45:17.30	+00:13:34 (30.0%)	9:03	6.6 (69.5%)
151	JANIK Marzenna	50	STADION ŚLĄSKI	K55-59	8			00:22:48	00:45:18.65	+00:13:35 (30.0%)	9:03	6.6 (69.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
									netto 5km	Różn		
152	TABOŁA Marta	150		K40-44	8			00:21:53	00:45:28.15	+00:13:45 (30.2%)	9:05	6.6 (69.5%)
153	ZAKRAWACZ Bożena	190	DPS LEGNICKIE POLE	K- Niepełnosprawni(B)	5			00:21:55	00:45:35.85	+00:13:52 (30.4%)	9:07	6.6 (69.5%)
154	PAZDERSKI Andrzej	183	DPS LEGNICKIE POLE	M- Niepełnosprawni(B)	7			00:21:53	00:45:41.35	+00:13:58 (30.6%)	9:08	6.6 (69.5%)
155	MALINOWSKA Grażyna	178	LKS ZANTYR SZTUM	K70+	4			00:22:32	00:45:54.25	+00:14:11 (30.9%)	9:11	6.5 (68.4%)
156	BIAŁCZAK Marta	10		K50-54	10			00:22:38	00:46:01.60	+00:14:18 (31.1%)	9:12	6.5 (68.4%)
157	MAZUR Marlena	89	LEGNICKA GRUPA GŁUCHYCH	K30-39	6	1		00:22:56	00:46:10.95	+00:14:28 (31.3%)	9:14	6.5 (68.4%)
158	KOLBUSZ Janina	353	KS METRACO POLKOWICE	K70+	5			00:23:22	00:47:08.85	+00:15:25 (32.7%)	9:25	6.4 (67.4%)
159	MĘDRAK Józef	90		M65-69	8			00:23:23	00:47:26.70	+00:15:43 (33.2%)	9:29	6.3 (66.3%)
160	GROBELNA Jadwiga	43	KS METRACO POLKOWICE	K- Niepełnosprawni(B)	6			00:23:31	00:47:43.90	+00:16:00 (33.6%)	9:32	6.3 (66.3%)
161	JAGODZIŃSKA Bożena	48		K60-64	7			00:23:30	00:47:45.70	+00:16:02 (33.6%)	9:33	6.3 (66.3%)
162	OGONOWSKA Edyta	104	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K55-59	9	1		00:23:58	00:47:52.60	+00:16:09 (33.8%)	9:34	6.3 (66.3%)
163	PAZDERSKI Piotr	182	DPS LEGNICKIE POLE	M- Niepełnosprawni(B)	8			00:22:59	00:48:00.95	+00:16:18 (33.9%)	9:36	6.2 (65.3%)
164	LEWANDOWSKI Jacek	83	STADION ŚLĄSKI	M- Niepełnosprawni(B)	9			00:23:56	00:48:30.20	+00:16:47 (34.6%)	9:42	6.2 (65.3%)
165	ZAJĄCZKOWSKA Jadwiga	356	KS METRACO POLKOWICE	K40-44	9			00:23:56	00:48:31.50	+00:16:48 (34.6%)	9:42	6.2 (65.3%)
166	BIAŁCZAK Waldemar	11		M50-54	5			00:24:36	00:49:05.20	+00:17:22 (35.4%)	9:49	6.1 (64.2%)
167	RAKOWSKA Agnieszka	123	LEGNICKA GRUPA GŁUCHYCH	K- Niepełnosprawni(B)	7	1		00:24:44	00:49:24.95	+00:17:42 (35.8%)	9:53	6.1 (64.2%)
168	KOSTRZEWA Sylwia	70	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	K- Niepełnosprawni(B)	8			00:24:12	00:49:39.00	+00:17:56 (36.1%)	9:55	6 (63.2%)
169	MICHALIK Katarzyna	191	DPS LEGNICKIE POLE	K- Niepełnosprawni(B)	9			00:24:11	00:49:39.85	+00:17:56 (36.1%)	9:56	6 (63.2%)
170	JANIAK Paweł	52	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	M- Niepełnosprawni(B)	10			00:24:14	00:49:41.50	+00:17:58 (36.2%)	9:56	6 (63.2%)
171	MOROZ Czesława	96		K60-64	8			00:24:23	00:50:05.60	+00:18:22 (36.7%)	10:01	6 (63.2%)
172	DROP Mieczysław	29	KS SOKÓŁ GAŚAWA	M70+	8			00:26:00	00:51:48.95	+00:20:06 (38.8%)	10:21	5.8 (61.1%)
173	KAŁAMAJSKA Barbara	61	KLUB NW PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	K60-64	9			00:26:16	00:53:24.25	+00:21:41 (40.6%)	10:41	5.6 (58.9%)
174	BIERNACKA Jadwiga	354	DRAPIKI I PASJONACI NORDIC WALKING	K70+	6			00:26:18	00:53:38.30	+00:21:55 (40.9%)	10:43	5.6 (58.9%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Herk_All 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
175	SZYMULA-WECHTA Agnieszka	347	KS METRACO POLKOWICE	K40-44	10			00:25:35	00:53:39.65	+00:21:56 (40.9%)	10:44	5.6 (58.9%)
176	HANUS Teresa	177	PASJONAUCI KROSNO	K-Niepełnosprawni(B)	10			00:28:45	00:56:23.40	+00:24:40 (43.8%)	11:16	5.3 (55.8%)
DQ	GAŁAZKA Paweł	198	MUSZKIETEROWIE	M-Niepełnosprawni(A)			1	00:17:26 DQ	DQ		-	- (0.0%)
DQ	PUSZKARSKA Małgorzata	118	GOSADI NORDIC TEAM	K40-44			1	DQ	DQ		-	- (0.0%)
	OWCZAREK Grzegorz	187	DPS LEGNICKIE POLE	M-Niepełnosprawni(B)				00:24:48 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	DRAPIKOWSKA Beata	360	DRAPIKI I PASJONACI NORDIC WALKING	K50-54				00:24:48 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	GRUNENBERG Krystyna	189	DPS LEGNICKIE POLE	K-Niepełnosprawni(B)				00:24:58 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	ŁATA Helena	188	DPS LEGNICKIE POLE	K-Niepełnosprawni(B)				00:25:22 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	ŁYSIK Dominik	86	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	M-Niepełnosprawni(B)				00:26:07 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	TOMASZEK Wojciech	151	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	M-Niepełnosprawni(B)				00:26:09 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	STANOWSKA Agnieszka	131	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	K-Niepełnosprawni(B)				00:26:09 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	SZESZO Katarzyna	144	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	K-Niepełnosprawni(B)				00:26:10 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	HANUSZEWICZ-DROZD Zofia	181	DRAPIKI I PASJONACI NORDIC WALKING	K65-69				00:26:14 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	BALKIEWICZ Barbara	5		K55-59				00:26:55 DNF	DNF		-	- (0.0%)
	DRABKO Krystyna	28	WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ	K-Niepełnosprawni(B)				00:35:30 DNF	DNF		-	- (0.0%)

Znaleziono 189 wynik(ów)