



OGÓLNOPOLSKI PUCHAR NORDIC WALKING - 5 KM

B4SPORT

Wydarzenie: Ogólnopolski Puchar Nordic Walking 2021
Organizator: Urząd Miasta i Gminy Murowana Goślina, Fundacja Herkules All Sports
Data: 2021-08-21
Miejsce: Murowana Goślina
Dystans: 5 km



Klasyfikacja: Mężczyźni

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	NS	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	WITUCKI Jacek	229	KS IDMAR RACING TEAM	M50-54	1				00:15:21	00:31:27.44		6:17	9.5 (100%)
2	MARCZAK Tomasz	161	KS IDMAR RACING TEAM	M18-29	1				00:16:05	00:32:45.36	+00:01:17 (4.0%)	6:33	9.2 (96.8%)
3	KNITTER Michał	139	BŁĘKITNI DZIEMIANY	M18-29	2				00:16:04	00:32:46.67	+00:01:19 (4.0%)	6:33	9.2 (96.8%)
4	WOROCH Roman	231	KGHM METRACO RUDNA	M60-64	1				00:16:29	00:33:17.42	+00:01:49 (5.5%)	6:39	9 (94.7%)
5	ROŻYNEK Miron	199	KGHM METRACO RUDNA	M55-59	1				00:16:28	00:33:18.61	+00:01:51 (5.6%)	6:39	9 (94.7%)
6	BRZOZOWSKI Piotr	88	AKTYWNI POSTOMINO	M30-39	1				00:16:21	00:33:35.75	+00:02:08 (6.4%)	6:43	8.9 (93.7%)
7	FRAĆKOWIAK Roman	112	EKSPEDYCJA NORDIC TEAMSZCZECIN	M50-54	2				00:16:39	00:33:41.81	+00:02:14 (6.6%)	6:44	8.9 (93.7%)
8	PARZYBUT Jan	176	POSTĘP PNIEWY TEAM	M55-59	2	1			00:16:44	00:33:44.00	+00:02:16 (6.7%)	6:44	8.9 (93.7%)
9	MROZIŃSKI Tadeusz	165	NORDICUS STRZYBNICA	M55-59	3				00:16:55	00:34:40.96	+00:03:13 (9.3%)	6:56	8.7 (91.6%)
10	KUŚMIEREK Mateusz	154	BŁĘKITNI DZIEMIANY	M18-29	3	1			00:17:45	00:35:06.20	+00:03:38 (10.4%)	7:01	8.5 (89.5%)
11	HELWICH Stefan	127	KGHM METRACO RUDNA	M65-69	1				00:17:18	00:35:10.08	+00:03:42 (10.6%)	7:02	8.5 (89.5%)
12	ZAGAJA Janusz	237	WESOŁY BORSUK TEAM	M65-69	2				00:17:28	00:35:28.26	+00:04:00 (11.3%)	7:05	8.5 (89.5%)
13	PRZYBORKIEWICZ Kriss	187	PIERNIKI TORUŃ	M45-49	1				00:17:43	00:35:38.68	+00:04:11 (11.7%)	7:07	8.4 (88.4%)
14	KOPCZEWSKI Dariusz	142	WYCHODZĘ Z KIJAMI	M55-59	4	1			00:17:09	00:35:40.17	+00:04:12 (11.8%)	7:08	8.4 (88.4%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	NS	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto		Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
									2.5km	5km			
15	CZŁAPSKI Krzysztof	98	NW CZŁAPSKI TEAM	M55-59	5				00:17:36	00:35:46.14	+00:04:18 (12.1%)	7:09	8.4 (88.4%)
16	ŻURAWIK Marcin	241	NEW4YOU TEAM	M40-44	1				00:17:28	00:35:52.86	+00:04:25 (12.3%)	7:10	8.4 (88.4%)
17	GĄGÓŁ Krzysztof	114		M40-44	2				00:17:42	00:36:30.97	+00:05:03 (13.9%)	7:18	8.2 (86.3%)
18	CHYRA Janusz	242		M45-49	2				00:18:12	00:36:33.70	+00:05:06 (14.0%)	7:18	8.2 (86.3%)
19	CHOLEWIŃSKI Wojciech	95	HERNIK TEAM -NW MUROWANA GOŚLINA	M55-59	6				00:17:56	00:36:38.03	+00:05:10 (14.1%)	7:19	8.2 (86.3%)
20	KROMSKI Paweł	147	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M50-54	3				00:18:15	00:36:54.58	+00:05:27 (14.8%)	7:22	8.1 (85.3%)
21	ZMYŚŁOWSKI Zygmunt	240	NORDIC WALKING LUBASZ	M60-64	2				00:18:19	00:36:57.26	+00:05:29 (14.9%)	7:23	8.1 (85.3%)
22	POTRZEBOWSKI Marek	184	DEAF I #B3K	M- Niepełnosprawni(B)	1	B			00:18:38	00:37:12.99	+00:05:45 (15.5%)	7:26	8.1 (85.3%)
23	WALCZAK Ryszard	224		M70-74	1				00:18:33	00:37:19.70	+00:05:52 (15.7%)	7:27	8 (84.2%)
24	KRUGIOŁKA Grzegorz	148	AKTYWNIE W PNIEWACH	M30-39	2				00:18:25	00:37:23.76	+00:05:56 (15.9%)	7:28	8 (84.2%)
25	PASZKOWSKI Leszek	178	KGHM METRACO RUDNA	M40-44	3		1		00:18:08	00:37:26.07	+00:05:58 (16.0%)	7:29	8 (84.2%)
26	GOŁĘBIEWSKI Edward	115	MARSZ PO ZDROWIE	M70-74	2		1		00:18:30	00:37:34.03	+00:06:06 (16.3%)	7:30	8 (84.2%)
27	SZYMAŃSKI Stefan	212	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	M70-74	3				00:18:39	00:37:47.99	+00:06:20 (16.8%)	7:33	7.9 (83.2%)
28	KUBICKI Paweł	250	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M50-54	4				00:18:37	00:37:51.80	+00:06:24 (16.9%)	7:34	7.9 (83.2%)
29	KASPRZAK Tadeusz	134	BRAK	M- Niepełnosprawni(A)	1	A			00:18:43	00:37:53.41	+00:06:25 (17.0%)	7:34	7.9 (83.2%)
30	PUSZKARSKI Adam	192	GOSADI NORDIC TEAM	M-Dzieci	1				00:18:57	00:37:54.99	+00:06:27 (17.0%)	7:34	7.9 (83.2%)
31	STACHOWICZ Marcin	205	BŁĘKITNI DZIEMIANY	M30-39	3				00:18:48	00:37:55.09	+00:06:27 (17.0%)	7:35	7.9 (83.2%)
32	MADAJ Robert	159	STĘSZEW TEAM	M50-54	5				00:18:50	00:37:57.90	+00:06:30 (17.1%)	7:35	7.9 (83.2%)
33	TOMCZYK Edward	218	MARSZ PO ZDROWIE	M70-74	4				00:18:54	00:38:10.78	+00:06:43 (17.6%)	7:38	7.9 (83.2%)
34	STACHOWIAK Tomasz	73		M40-44	4		1		00:18:53	00:38:25.19	+00:06:57 (18.1%)	7:41	7.8 (82.1%)
35	GRUSZKA Michał	120	ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 1 IMIENIA ADAMA MICKIEWICZA	M-Jun.	1				00:18:31	00:38:26.50	+00:06:59 (18.2%)	7:41	7.8 (82.1%)
36	DUKAT Radosław	108	#ŚREMCHODZI	M45-49	3				00:19:06	00:38:33.34	+00:07:05 (18.4%)	7:42	7.8 (82.1%)
37	ŚLUSARCZYK Grzegorz	215	WESOŁY BORSUK TEAM	M45-49	4				00:19:02	00:38:43.54	+00:07:16 (18.8%)	7:44	7.7 (81.1%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	NS	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto		Tempo min/km	Tempo km/h
										5km	Różn		
38	DĄBROWSKI Dawid	103	Z POCIĄGU DO BIEGANIA	M30-39	4				00:19:12	00:38:45.88	+00:07:18 (18.9%)	7:45	7.7 (81.1%)
39	GÓRAL Andrzej	116	KGHM METRACO RUDNA	M- Niepełnosprawni(A)	2	A			00:19:04	00:38:47.19	+00:07:19 (18.9%)	7:45	7.7 (81.1%)
40	KOSTECKI Wiesław	143	NW CZŁAPSKI TEAM	M65-69	3				00:19:11	00:38:47.52	+00:07:20 (18.9%)	7:45	7.7 (81.1%)
41	RUSINOWICZ Andrzej	200	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	M75-79	1				00:19:28	00:39:10.36	+00:07:42 (19.7%)	7:50	7.7 (81.1%)
42	GRUSZKA Michał	119	ETHOSENERGY POLAND S.A.	M45-49	5				00:19:16	00:39:19.21	+00:07:51 (20.0%)	7:51	7.6 (80.0%)
43	GRYGOROWICZ Bogdan	122	KGHM METRACO RUDNA	M- Niepełnosprawni(B)	2	B			00:19:28	00:39:23.57	+00:07:56 (20.1%)	7:52	7.6 (80.0%)
44	CIESIELSKI Krzysztof	97	FAST WALKER	M65-69	4				00:19:51	00:39:47.93	+00:08:20 (21.0%)	7:57	7.5 (78.9%)
45	GAŁĄZKA Paweł	248	MUSZKIETEROWIE	M- Niepełnosprawni(A)	3	A			00:19:30	00:39:56.09	+00:08:28 (21.2%)	7:59	7.5 (78.9%)
46	FRANCZAK Dariusz	111	NW CZŁAPSKI TEAM	M55-59	7				00:20:02	00:40:02.95	+00:08:35 (21.5%)	8:00	7.5 (78.9%)
47	KUREK Aleksander	151	KGHM METRACO RUDNA	M-Dzieci	2				00:20:07	00:40:23.67	+00:08:56 (22.1%)	8:04	7.4 (77.9%)
48	DUDEK Leszek	105	KGHM METRACO RUDNA	M70-74	5				00:20:12	00:40:25.34	+00:08:57 (22.2%)	8:05	7.4 (77.9%)
49	BUCZKOWSKI Jerzy	90	KS SOKÓŁ GAŚAWA	M70-74	6				00:20:12	00:40:38.07	+00:09:10 (22.6%)	8:07	7.4 (77.9%)
50	BROŻYNA Adam	246	NW CZŁAPSKI TEAM	M-Dzieci	3				00:20:34	00:40:41.86	+00:09:14 (22.7%)	8:08	7.4 (77.9%)
51	MACKO Michał	74	WYCHODZĘ Z KIJAMI	M-Dzieci	4				00:20:15	00:40:44.47	+00:09:17 (22.8%)	8:08	7.4 (77.9%)
52	SIWIŃSKI Bogdan	202		M50-54	6				00:20:09	00:40:46.46	+00:09:19 (22.8%)	8:09	7.4 (77.9%)
53	KĘPA Andrzej	136	FAMILY TEAM KĘPA SPORT	M70-74	7				00:20:10	00:41:06.12	+00:09:38 (23.5%)	8:13	7.3 (76.8%)
54	PALUCH Paweł	174	AVOCADO WELLNESS CLUB	M55-59	8				00:20:49	00:41:57.89	+00:10:30 (25.0%)	8:23	7.2 (75.8%)
55	PIĄTKOWSKI Józef	179	KGHM METRACO RUDNA	M75-79	2				00:21:07	00:42:02.66	+00:10:35 (25.2%)	8:24	7.1 (74.7%)
56	ADAMOWICZ Andrzej	81		M75-79	3				00:21:07	00:42:04.85	+00:10:37 (25.2%)	8:24	7.1 (74.7%)
57	GUTOWSKI Paweł	126	PAUL TEAM	M- Niepełnosprawni(A)	4	A			00:20:41	00:42:11.75	+00:10:44 (25.4%)	8:26	7.1 (74.7%)
58	REMISZEWSKI Adam	196	UTW OLEŚNICA	M75-79	4				00:21:08	00:42:23.78	+00:10:56 (25.8%)	8:28	7.1 (74.7%)
59	JÓŹWIAK Łukasz	131	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	M- Niepełnosprawni(B)	3	B			00:21:33	00:43:04.83	+00:11:37 (27.0%)	8:36	7 (73.7%)
60	PRACKI Zbigniew	186	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	M55-59	9				00:21:52	00:43:23.69	+00:11:56 (27.5%)	8:40	6.9 (72.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	NS	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
61	WALCZAK Grzegorz	226	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M45-49	6				00:19:05	00:43:25.26	+00:11:57 (27.6%)	8:41	6.9 (72.6%)
62	MAJAK Wojciech	160	NW CZŁAPSKI TEAM	M50-54	7				00:21:34	00:43:51.04	+00:12:23 (28.3%)	8:46	6.8 (71.6%)
63	GÓRSKI Henryk	118	UTW OLEŚNICA	M70-74	8				00:22:01	00:44:06.29	+00:12:38 (28.7%)	8:49	6.8 (71.6%)
64	STANISŁAWSKI Jan	206	MARSZ PO ZDROWIE	M60-64	3				00:21:37	00:44:25.30	+00:12:57 (29.2%)	8:53	6.8 (71.6%)
65	PIDUCH Jan	180	MARSZ PO ZDROWIE	M70-74	9				00:21:40	00:44:32.23	+00:13:04 (29.4%)	8:54	6.7 (70.5%)
66	LUBAŃSKI Tomasz	157	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	M60-64	4				00:22:20	00:44:49.51	+00:13:22 (29.8%)	8:57	6.7 (70.5%)
67	PRZYBYLAK Stanisław	189	PRZYBYLAK TEAM	M75-79	5				00:22:17	00:46:08.76	+00:14:41 (31.8%)	9:13	6.5 (68.4%)
68	SŁOWIK Stanisław	203	KGHM METRACO RUDNA	M-Dzieci	5				00:23:07	00:47:00.10	+00:15:32 (33.1%)	9:24	6.4 (67.4%)
69	BLASZKA Ryszard	86	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M-Niepełnosprawni(A)	5	A			00:23:33	00:47:38.90	+00:16:11 (34.0%)	9:31	6.3 (66.3%)
70	BLASZKA Michał	85	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M-Niepełnosprawni(A)	6	A			00:23:20	00:47:40.13	+00:16:12 (34.0%)	9:32	6.3 (66.3%)
71	WÓJCIK Henryk	235	UTW OLEŚNICA	M80+	1				00:24:10	00:48:11.68	+00:16:44 (34.7%)	9:38	6.2 (65.3%)
72	WALCZAK Henryk	225	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	M80+	2				00:24:12	00:48:55.71	+00:17:28 (35.7%)	9:47	6.1 (64.2%)
73	URBAN Jacek	222		M70-74	10				00:23:38	00:49:22.45	+00:17:55 (36.3%)	9:52	6.1 (64.2%)
74	KULCZYCKI Jan	150		M70-74	11				00:24:16	00:49:46.63	+00:18:19 (36.8%)	9:57	6 (63.2%)
75	BRZozowski Leon	89	ŚREM CHODZI	M-Dzieci	6				00:24:09	00:49:54.63	+00:18:27 (37.0%)	9:58	6 (63.2%)
76	ROMAŃSKI Damian	197		M-Niepełnosprawni(A)	7	A			00:25:58	00:52:42.08	+00:21:14 (40.3%)	10:32	5.7 (60.0%)
77	CAŁUS Szymon	92	KGHM METRACO RUDNA	M-Dzieci	7				00:23:35	00:53:07.89	+00:21:40 (40.8%)	10:37	5.6 (58.9%)
78	JÓŻWIAK Dominik	132	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	M18-29	4				00:25:57	00:53:42.83	+00:22:15 (41.4%)	10:44	5.6 (58.9%)
79	ŚLUSARCZYK Błażej	214	WESOŁY BORSUK TEAM	M-Dzieci	8				00:27:14	00:57:05.91	+00:25:38 (44.9%)	11:25	5.3 (55.8%)
80	PAJĘCKI Adam	173	PARAKULOS KOWAL	M-Niepełnosprawni(B)	4	B			00:27:53	00:57:34.07	+00:26:06 (45.4%)	11:30	5.2 (54.7%)

Znaleziono 80 wynik(ów)