

# OGÓLNOPOLSKI PUCHAR NORDIC WALKING - WĄGROWIEC - 5 KM

B4SPORT  
INTELEGENE ZAWODY SPORTOWE

**Wydarzenie:** Ogólnopolski Puchar Nordic Walking - 2021  
**Organizator:** Urząd Miasta Wągrowiec, Fundacja Herkules All Sports  
**Data:** 2021-07-18  
**Miejsce:** Wągrowiec  
**Dystans:** 5 km



Klasyfikacja: Kobiety

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	<b>KRAJEWSKA Hanna</b>	<b>157</b>	NWPL	K18-29	1			00:18:12	<b>00:34:38.65</b>		6:55	8.7 (100%)
2	<b>KEDZIERSKA Karolina</b>	<b>146</b>	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	K40-44	1			00:17:48	<b>00:36:05.85</b>	+00:01:27 (4.0%)	7:13	8.3 (95.4%)
3	<b>ZIĘBA Justyna</b>	<b>262</b>		K30-39	1			00:17:54	<b>00:36:09.30</b>	+00:01:30 (4.2%)	7:13	8.3 (95.4%)
4	<b>KEDZIERSKA Agnieszka</b>	<b>145</b>	KIJKOWE TRZEMESZNO	K45-49	1			00:17:49	<b>00:36:20.00</b>	+00:01:41 (4.6%)	7:16	8.3 (95.4%)
5	<b>SOWIŃSKA Alicja</b>	<b>217</b>	NORDIC WALKING LUBASZ	K30-39	2			00:18:01	<b>00:36:53.30</b>	+00:02:14 (6.1%)	7:22	8.1 (93.1%)
6	<b>ZIELIŃSKA Jolanta</b>	<b>261</b>	GOSIR OSIELSKO	K60-64	1			00:18:21	<b>00:36:58.50</b>	+00:02:19 (6.3%)	7:23	8.1 (93.1%)
7	<b>OKRZESIK-FRĄCKOWIAK Izabela</b>	<b>187</b>	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	K50-54	1			00:19:36	<b>00:37:03.60</b>	+00:02:24 (6.5%)	7:24	8.1 (93.1%)
8	<b>DAROSZEWSKA Krystyna</b>	<b>112</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K60-64	2			00:18:29	<b>00:37:11.00</b>	+00:02:32 (6.8%)	7:26	8.1 (93.1%)
9	<b>CHOLEWIŃSKA Longina</b>	<b>107</b>	HERNIK TEAM	K55-59	1			00:18:39	<b>00:37:19.70</b>	+00:02:41 (7.2%)	7:27	8 (92.0%)
10	<b>JANY Katarzyna</b>	<b>136</b>	NORDIC WALKING LUBASZ	K30-39	3			00:18:22	<b>00:37:22.95</b>	+00:02:44 (7.3%)	7:28	8 (92.0%)
11	<b>SZYDEŁKO Mariola</b>	<b>149</b>	AKTYWNA KCYNIA	K40-44	2			00:18:42	<b>00:37:26.30</b>	+00:02:47 (7.5%)	7:29	8 (92.0%)
12	<b>JÓŹWIAK Marianna</b>	<b>142</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K45-49	2			00:19:39	<b>00:37:29.15</b>	+00:02:50 (7.6%)	7:29	8 (92.0%)
13	<b>MAŚLANKA Iwona</b>	<b>178</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K50-54	2			00:19:42	<b>00:37:40.50</b>	+00:03:01 (8.0%)	7:32	8 (92.0%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
14	<b>KOZŁOWSKA Karolina</b>	<b>39</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K30-39	4			00:18:24	<b>00:37:44.35</b>	+00:03:05 (8.2%)	7:32	8 (92.0%)
15	<b>PUSZKARSKA Małgorzata</b>	<b>204</b>	GOSADI NORDIC TEAM	K45-49	3			00:19:54	<b>00:37:53.80</b>	+00:03:15 (8.6%)	7:34	7.9 (90.8%)
16	<b>WOJTCZAK Urszula</b>	<b>253</b>	CZAPELKI	K40-44	3			00:20:00	<b>00:37:55.75</b>	+00:03:17 (8.7%)	7:35	7.9 (90.8%)
17	<b>RYCHLEWSKA- SŁODOWA Danuta</b>	<b>279</b>	NW LUBASZ	K40-44	4			00:18:44	<b>00:37:57.90</b>	+00:03:19 (8.7%)	7:35	7.9 (90.8%)
18	<b>KRAWCZYK Dorota</b>	<b>159</b>	DAJ RADOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYM	K60-64	3			00:18:44	<b>00:38:04.20</b>	+00:03:25 (9.0%)	7:36	7.9 (90.8%)
19	<b>OLEJNICZAK Aleksandra</b>	<b>188</b>	KIJKOWE TRZEMESZNO	K-Jun.	1			00:19:33	<b>00:38:18.05</b>	+00:03:39 (9.5%)	7:39	7.8 (89.7%)
20	<b>DYLEWICZ Weronika</b>	<b>115</b>	EKSTREMUM	K18-29	2			00:19:12	<b>00:38:26.95</b>	+00:03:48 (9.9%)	7:41	7.8 (89.7%)
21	<b>POKŁADOWSKA Joanna</b>	<b>198</b>	WYCHODZĘ Z KIJAMI	K45-49	4			00:20:05	<b>00:38:27.25</b>	+00:03:48 (9.9%)	7:41	7.8 (89.7%)
22	<b>PIETRZAK Dorota</b>	<b>194</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K45-49	5			00:19:01	<b>00:38:31.90</b>	+00:03:53 (10.1%)	7:42	7.8 (89.7%)
23	<b>WENCKA Anna</b>	<b>245</b>	NAMASTE OBORNIKI	K30-39	5			00:19:05	<b>00:38:40.80</b>	+00:04:02 (10.4%)	7:44	7.8 (89.7%)
24	<b>WICHER Jolanta</b>	<b>246</b>	NORDIC WALKING LUBASZ	K50-54	3			00:19:19	<b>00:38:40.95</b>	+00:04:02 (10.4%)	7:44	7.8 (89.7%)
25	<b>JASTRZĘBSKA-MAJAK Agnieszka</b>	<b>138</b>	NW CZŁAPSKI TEAM	K50-54	4			00:19:17	<b>00:38:42.45</b>	+00:04:03 (10.5%)	7:44	7.8 (89.7%)
26	<b>HERNET Iwona</b>	<b>134</b>	AKTYWNA KCYNIA	K- Niepełnosprawni(A)	1			00:19:27	<b>00:38:45.15</b>	+00:04:06 (10.6%)	7:45	7.7 (88.5%)
27	<b>GUTOWSKA Magdalena</b>	<b>129</b>	PAUL TEAM	K45-49	6			00:19:15	<b>00:38:47.60</b>	+00:04:08 (10.7%)	7:45	7.7 (88.5%)
28	<b>LEGOCKA Kinga</b>	<b>169</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K45-49	7			00:19:19	<b>00:39:03.15</b>	+00:04:24 (11.3%)	7:48	7.7 (88.5%)
29	<b>PRYBIŃSKA-MARCINIAK Anna</b>	<b>202</b>	AKTYWNA KCYNIA	K40-44	5			00:19:24	<b>00:39:07.10</b>	+00:04:28 (11.4%)	7:49	7.7 (88.5%)
30	<b>GAŁKOWSKA Elżbieta</b>	<b>118</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K65-69	1			00:19:12	<b>00:39:09.40</b>	+00:04:30 (11.5%)	7:49	7.7 (88.5%)
31	<b>KUCZYŃSKA Anna</b>	<b>161</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K60-64	4			00:19:13	<b>00:39:12.35</b>	+00:04:33 (11.6%)	7:50	7.7 (88.5%)
32	<b>WITUCKA Karolina</b>	<b>251</b>		K-Dzieci	1			00:20:02	<b>00:39:17.65</b>	+00:04:39 (11.8%)	7:51	7.6 (87.4%)
33	<b>WOROCH Jolanta</b>	<b>255</b>	KGHM METRACO RUDNA	K55-59	2			00:19:22	<b>00:39:25.00</b>	+00:04:46 (12.1%)	7:53	7.6 (87.4%)
34	<b>ASZTEMBORSKA Joanna</b>	<b>275</b>	ŁĄCZĄ NAS PASJE BYDGOSZCZ	K40-44	6			00:19:45	<b>00:39:31.75</b>	+00:04:53 (12.4%)	7:54	7.6 (87.4%)
35	<b>RATAJCZAK Katarzyna</b>	<b>207</b>		K50-54	5			00:19:40	<b>00:39:33.35</b>	+00:04:54 (12.4%)	7:54	7.6 (87.4%)
36	<b>MATYJA Anna</b>	<b>180</b>	#ŚREMCHODZI	K50-54	6			00:19:42	<b>00:39:49.75</b>	+00:05:11 (13.0%)	7:57	7.5 (86.2%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
37	<b>MORACZEWSKA Angelika</b>	<b>183</b>	AKTYWNA KCYNIA	K40-44	7			00:19:40	<b>00:39:55.25</b>	+00:05:16 (13.2%)	7:59	7.5 (86.2%)
38	<b>KUŚMIEREK Beata</b>	<b>166</b>	BŁĘKITNI DZIEMIANY	K45-49	8			00:20:02	<b>00:39:56.80</b>	+00:05:18 (13.3%)	7:59	7.5 (86.2%)
39	<b>KOMOROWSKA Małgorzata</b>	<b>151</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K- Niepełnosprawni(B)	1			00:19:35	<b>00:40:06.75</b>	+00:05:28 (13.6%)	8:01	7.5 (86.2%)
40	<b>ŻÓŁNO Magdalena</b>	<b>265</b>		K55-59	3			00:19:43	<b>00:40:08.40</b>	+00:05:29 (13.7%)	8:01	7.5 (86.2%)
41	<b>SZYBUT Weronika</b>	<b>223</b>	POTĘGA NORDICA	K-Dzieci	2			00:20:14	<b>00:40:10.35</b>	+00:05:31 (13.8%)	8:02	7.5 (86.2%)
42	<b>GRYGOROWICZ Teresa</b>	<b>125</b>	KGHM METRACO RUDNA	K65-69	2			00:20:09	<b>00:40:50.90</b>	+00:06:12 (15.2%)	8:10	7.3 (83.9%)
43	<b>ŚLUSARCZYK Karolina</b>	<b>228</b>	WESOŁY BORSUK TEAM	K-Jun.	2			00:20:30	<b>00:41:03.10</b>	+00:06:24 (15.6%)	8:12	7.3 (83.9%)
44	<b>JASTRZĘBSKA-MACKO Marta</b>	<b>137</b>		K30-39	6			00:20:26	<b>00:41:06.70</b>	+00:06:28 (15.7%)	8:13	7.3 (83.9%)
45	<b>GRZYWOCZ Irena</b>	<b>127</b>	KGHM METRACO RUDNA	K70-74	1			00:20:25	<b>00:41:06.85</b>	+00:06:28 (15.7%)	8:13	7.3 (83.9%)
46	<b>LUDLICZAK Lena</b>	<b>273</b>	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	K-Dzieci	3			00:21:25	<b>00:41:07.20</b>	+00:06:28 (15.7%)	8:13	7.3 (83.9%)
47	<b>PIETRZYK Anna</b>	<b>195</b>		K- Niepełnosprawni(A)	2			00:20:08	<b>00:41:08.20</b>	+00:06:29 (15.8%)	8:13	7.3 (83.9%)
48	<b>JĘDRYCZKA Agata</b>	<b>139</b>	AKTYWNA KCYNIA	K30-39	7			00:20:23	<b>00:41:21.45</b>	+00:06:42 (16.2%)	8:16	7.3 (83.9%)
49	<b>TURZYŃSKA-STOPA Maria</b>	<b>237</b>	BŁĘKITNI DZIEMIANY	K65-69	3			00:20:32	<b>00:41:28.60</b>	+00:06:49 (16.5%)	8:17	7.2 (82.8%)
50	<b>RUDNIK Natalia</b>	<b>210</b>	BŁĘKITNI DZIEMIANY	K18-29	3			00:20:37	<b>00:41:31.80</b>	+00:06:53 (16.6%)	8:18	7.2 (82.8%)
51	<b>ZACHCIAŁ Liliana</b>	<b>259</b>	NAMASTE OBORNIKI	K30-39	8			00:20:33	<b>00:41:33.70</b>	+00:06:55 (16.6%)	8:18	7.2 (82.8%)
52	<b>LUBAŃSKA Leokadia</b>	<b>171</b>	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K- Niepełnosprawni(A)	3			00:20:37	<b>00:41:46.25</b>	+00:07:07 (17.1%)	8:21	7.2 (82.8%)
53	<b>DEMBSKA Violetta</b>	<b>113</b>	#ŚREMCHODZI	K- Niepełnosprawni(A)	4			00:20:53	<b>00:41:50.45</b>	+00:07:11 (17.2%)	8:22	7.2 (82.8%)
54	<b>ROŻEK Wiktoria</b>	<b>209</b>	KIJKOWE TRZEMESZNO	K-Jun.	3			00:20:51	<b>00:41:50.60</b>	+00:07:11 (17.2%)	8:22	7.2 (82.8%)
55	<b>TROKA Małgorzata</b>	<b>235</b>	BŁĘKITNI DZIEMIANY	K40-44	8			00:20:31	<b>00:41:55.20</b>	+00:07:16 (17.4%)	8:23	7.2 (82.8%)
56	<b>WIECZOREK Karina</b>	<b>247</b>		K40-44	9			00:20:46	<b>00:42:02.05</b>	+00:07:23 (17.6%)	8:24	7.1 (81.6%)
57	<b>WRĄBEL Felicja</b>	<b>257</b>	NORDIC WALKING POZNAŃ	K65-69	4			00:20:51	<b>00:42:12.60</b>	+00:07:33 (17.9%)	8:26	7.1 (81.6%)
58	<b>BRONIECKA Małgorzata</b>	<b>105</b>		K40-44	10			00:21:12	<b>00:42:25.90</b>	+00:07:47 (18.4%)	8:29	7.1 (81.6%)
59	<b>KOZIOŁ Magdalena</b>	<b>156</b>		K18-29	4			00:20:43	<b>00:42:26.25</b>	+00:07:47 (18.4%)	8:29	7.1 (81.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
60	<b>SOWIŃSKA Grażyna</b>	<b>218</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K60-64	5			00:20:55	<b>00:42:37.45</b>	+00:07:58 (18.7%)	8:31	7 (80.5%)
61	<b>SZYMAŃSKA Danuta</b>	<b>270</b>	UTW OLEŚNICA	K65-69	5			00:21:15	<b>00:42:40.65</b>	+00:08:02 (18.8%)	8:32	7 (80.5%)
62	<b>CIEŚLIK Bernadeta</b>	<b>110</b>	SEKCJA NORDIC WALKING BORUCHOWO	K30-39	9			00:21:05	<b>00:43:05.30</b>	+00:08:26 (19.6%)	8:37	7 (80.5%)
63	<b>MATUKIN-PAKUSZYŃSKA Anna</b>	<b>179</b>		K45-49	9			00:21:28	<b>00:43:06.90</b>	+00:08:28 (19.6%)	8:37	7 (80.5%)
64	<b>KONIECZNA Mariola</b>	<b>152</b>	STĘSZEW TEAM	K55-59	4			00:21:18	<b>00:43:27.05</b>	+00:08:48 (20.3%)	8:41	6.9 (79.3%)
65	<b>RABCZEWSKA Aleksandra</b>	<b>206</b>	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K60-64	6			00:21:42	<b>00:43:30.00</b>	+00:08:51 (20.4%)	8:42	6.9 (79.3%)
66	<b>SZYMAŃSKA Lucyna</b>	<b>224</b>	XV KOŁO PZERII W DYWITACH	K70-74	2			00:21:25	<b>00:44:06.20</b>	+00:09:27 (21.4%)	8:49	6.8 (78.2%)
67	<b>MICHALAK Justyna</b>	<b>181</b>	KIJOMANIACY CHODZIEŻ	K40-44	11			00:22:19	<b>00:44:35.55</b>	+00:09:56 (22.3%)	8:55	6.7 (77.0%)
68	<b>KUŹLAK Katarzyna</b>	<b>168</b>	SEKCJA NORDIC WALKING BORUCHOWO	K45-49	10			00:22:04	<b>00:44:42.95</b>	+00:10:04 (22.5%)	8:56	6.7 (77.0%)
69	<b>SZAŁAJ Anna</b>	<b>221</b>	KGHM METRACO RUDNA	K- Niepełnosprawni(B)	2			00:22:14	<b>00:45:07.90</b>	+00:10:29 (23.2%)	9:01	6.6 (75.9%)
70	<b>PANKIEWICZ-DMOWSKA Cecylia</b>	<b>266</b>		K70-74	3			00:22:43	<b>00:45:31.10</b>	+00:10:52 (23.9%)	9:06	6.6 (75.9%)
71	<b>BARABACH Danuta</b>	<b>276</b>		K65-69	6			00:22:31	<b>00:45:32.85</b>	+00:10:54 (23.9%)	9:06	6.6 (75.9%)
72	<b>CHWIAŁKOWSKA Iwona</b>	<b>280</b>	NAMASTE OBORNIKI	K50-54	7			00:22:53	<b>00:46:08.65</b>	+00:11:30 (24.9%)	9:13	6.5 (74.7%)
73	<b>TORENC Małgorzata</b>	<b>234</b>	EKMLUBUSKIEMORSY	K- Niepełnosprawni(A)	5			00:22:30	<b>00:46:10.85</b>	+00:11:32 (25.0%)	9:14	6.5 (74.7%)
74	<b>KASIŃSKA-MACHAJEK Krystyna</b>	<b>143</b>	STOWARZYSZENIE TRANSPLANTACJI SERCA	K60-64	7			00:22:37	<b>00:46:14.00</b>	+00:11:35 (25.1%)	9:14	6.5 (74.7%)
75	<b>MŁODOŻYŃSKA Karolina</b>	<b>182</b>		K45-49	11			00:23:14	<b>00:46:28.05</b>	+00:11:49 (25.4%)	9:17	6.5 (74.7%)
76	<b>PLUTA Barbara</b>	<b>196</b>	KIJOMANIACY CHODZIEŻ	K45-49	12			00:24:43	<b>00:46:54.60</b>	+00:12:15 (26.1%)	9:22	6.4 (73.6%)
77	<b>JANKA Magdalena</b>	<b>135</b>	SEKCJA NORDIC WALKING BORUCHOWO	K40-44	12			00:23:40	<b>00:46:55.25</b>	+00:12:16 (26.2%)	9:23	6.4 (73.6%)
78	<b>WIRKUS Anna</b>	<b>250</b>	BŁĘKITNI DZIEMIANY	K65-69	7			00:23:24	<b>00:47:00.35</b>	+00:12:21 (26.3%)	9:24	6.4 (73.6%)
79	<b>OWCZAREK Henryka</b>	<b>189</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K75-79	1			00:24:02	<b>00:48:25.65</b>	+00:13:47 (28.5%)	9:41	6.2 (71.3%)
80	<b>WÓJCIK Irena</b>	<b>267</b>	UTW OLEŚNICA	K75-79	2			00:24:17	<b>00:49:05.00</b>	+00:14:26 (29.4%)	9:49	6.1 (70.1%)
81	<b>SIWEK Anna</b>	<b>213</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K65-69	8			00:24:19	<b>00:49:39.25</b>	+00:15:00 (30.2%)	9:55	6 (69.0%)
82	<b>JĘDRYCZKA Maja</b>	<b>282</b>	AKTYWNA KCYNIA	K-Dzieci	4			00:23:59	<b>00:49:57.70</b>	+00:15:19 (30.7%)	9:59	6 (69.0%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
83	<b>SZYBUT Roma</b>	<b>222</b>	POTĘGA NORDICA	K30-39	10			00:24:38	<b>00:50:13.25</b>	+00:15:34 (31.0%)	10:02	6 (69.0%)
84	<b>ŚLUSARCZYK Danuta</b>	<b>230</b>	WESOŁY BORSUK TEAM	K65-69	9			00:25:04	<b>00:50:28.15</b>	+00:15:49 (31.4%)	10:05	5.9 (67.8%)
85	<b>KULAWIAK Barbara</b>	<b>163</b>	NAMASTE OBORNIKI	K45-49	13			00:25:08	<b>00:50:39.65</b>	+00:16:01 (31.6%)	10:07	5.9 (67.8%)
86	<b>NOWAK Agnieszka</b>	<b>186</b>	SEKCJA NORDIC WALKING BORUCHOWO	K40-44	13			00:25:36	<b>00:50:52.55</b>	+00:16:13 (31.9%)	10:10	5.9 (67.8%)
87	<b>URBAN Joanna</b>	<b>238</b>		K30-39	11			00:26:14	<b>00:51:28.75</b>	+00:16:50 (32.7%)	10:17	5.8 (66.7%)
88	<b>WAWRZYNIAK Krystyna</b>	<b>243</b>	MARSZ PO ZDROWIE	K70-74	4			00:25:29	<b>00:52:50.05</b>	+00:18:11 (34.4%)	10:34	5.7 (65.5%)
89	<b>TOMKOWIAK Magdalena</b>	<b>232</b>	KIJOMANIACY CHODZIEŻ	K40-44	14			00:32:38	<b>01:02:48.20</b>	+00:28:09 (44.8%)	12:33	4.8 (55.2%)
90	<b>PLUTA Lena</b>	<b>197</b>	KIJOMANIACY CHODZIEŻ	K-Dzieci	5			00:34:02	<b>01:04:14.65</b>	+00:29:36 (46.1%)	12:50	4.7 (54.0%)

Znaleziono 90 wynik(ów)