

POLANICA ZDRÓJ - PUCHAR POLSKI NORDIC WALKING 2020 - 5 KM - KOBIETY

B4SPORT
INTELEGENNE ZAWODY SPORTOWE

Wydarzenie: PUCHAR POLSKI NORDIC WALKING 2020
Organizator: Polanica Zdrój
Data: 2020-07-11
Miejsce: Polanica Zdrój
Dystans: 5 km



Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	WILUSZ Erwina	342	PTG SOKÓŁ RYMANÓW	K30-39	1			00:34:33.05		6:54	8.7 (100%)
2	NACZK Wiktoria	277	POLIPACK TEAM GWE	K18-29	1			00:36:17.75	+00:01:44 (4.8%)	7:15	8.3 (95.4%)
3	SPYCHAŁA Marzena	316	CKZIU MECHANIK NYSA	K50-54	1			00:36:19.15	+00:01:46 (4.9%)	7:16	8.3 (95.4%)
4	MAŚLANKA Iwona	265	MARSZ PO ZDROWIE	K45-49	1			00:36:42.35	+00:02:09 (5.9%)	7:20	8.2 (94.3%)
5	PUSZKARSKA Małgorzata	296	GOSADI NORDIC TEAM	K45-49	2			00:36:55.15	+00:02:22 (6.4%)	7:23	8.1 (93.1%)
6	PASIŃSKA-SKOWRON Sylwia	287		K40-44	1			00:37:23.80	+00:02:50 (7.6%)	7:28	8 (92.0%)
7	OKRZESIK-FRAĆKOWIAK Izabela	283	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	K50-54	2			00:37:29.95	+00:02:56 (7.9%)	7:30	8 (92.0%)
8	KOWACZ Agata	238	PREDATORS WAŁBRZYCH	K30-39	2			00:37:55.30	+00:03:22 (8.9%)	7:35	7.9 (90.8%)
9	GODZIŃSKA Dorota	204	BAŻANT NW ELBLĄG	K40-44	2			00:38:08.00	+00:03:34 (9.4%)	7:37	7.9 (90.8%)
10	KOZAK Renata	241	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K45-49	3			00:39:51.35	+00:05:18 (13.3%)	7:58	7.5 (86.2%)
11	WOLNIEWICZ Katarzyna	348	PPPP.COM.PL	K50-54	3			00:40:10.45	+00:05:37 (14.0%)	8:02	7.5 (86.2%)
12	DAROSZEWSKA Krystyna	190	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K60-64	1			00:40:14.00	+00:05:40 (14.1%)	8:02	7.5 (86.2%)
13	WAWRZY尼亚K Anna	338	POLIPACK TEAM GWE	K45-49	4			00:40:16.45	+00:05:43 (14.2%)	8:03	7.4 (85.1%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
								netto 5km	Różn		
14	PONKA Barbara	293	POLIPACK TEAM GWE	K45-49	5			00:40:17.75	+00:05:44 (14.3%)	8:03	7.4 (85.1%)
15	JÓŹWIAK Marianna	227	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K45-49	6			00:40:18.90	+00:05:45 (14.3%)	8:03	7.4 (85.1%)
16	KUŹMICZ Magdalena	250	POLIPACK TEAM GWE	K30-39	3			00:40:19.40	+00:05:46 (14.3%)	8:03	7.4 (85.1%)
17	FRANCZAK Małgorzata	198	NW CZŁAPSKI TEAM	K18-29	2			00:40:29.40	+00:05:56 (14.7%)	8:05	7.4 (85.1%)
18	LIBARDI-KŁYŚ Sylwia	256	STADION ŚLĄSKI	K60-64	2			00:40:31.35	+00:05:58 (14.7%)	8:06	7.4 (85.1%)
19	WILD Ewa	340		K45-49	7			00:40:41.30	+00:06:08 (15.1%)	8:08	7.4 (85.1%)
20	KWIDZIŃSKA Emilia	252	POLIPACK TEAM GWE	K18-29	3			00:40:47.10	+00:06:14 (15.3%)	8:09	7.4 (85.1%)
21	GRABOWSKA Bożena	212	LKS ZANTYR SZTUM	K45-49	8			00:41:01.35	+00:06:28 (15.8%)	8:12	7.3 (83.9%)
22	ZBYRYT Halina	360	AKTYWNA NOWA RUDA	K45-49	9			00:41:01.50	+00:06:28 (15.8%)	8:12	7.3 (83.9%)
23	WARCZALSKA Teresa	336	KLUB WYSOKOGÓRSKI KATOWICE	K65-69	1			00:41:13.55	+00:06:40 (16.2%)	8:14	7.3 (83.9%)
24	JAWORSKA Daria	223	WESOŁY BORSUK TEAM	K-Jun.	1			00:41:43.75	+00:07:10 (17.2%)	8:20	7.2 (82.8%)
25	WITUCKA Karolina	344		K-Dzieci	1			00:41:54.60	+00:07:21 (17.6%)	8:23	7.2 (82.8%)
26	SYPEK Małgorzata	322		K45-49	10			00:41:57.20	+00:07:24 (17.6%)	8:23	7.2 (82.8%)
27	SZENDZIELORZ Ilona	326	MALINOWE GWIAZDY	K60-64	3			00:41:59.60	+00:07:26 (17.7%)	8:24	7.1 (81.6%)
28	NIEDŹWIECKA Małgorzata	278	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K60-64	4			00:42:00.60	+00:07:27 (17.8%)	8:24	7.1 (81.6%)
29	KOWALCZYK Joanna	239	LUX TORPEDA MAŁOPOLSKA	K45-49	11			00:42:14.95	+00:07:41 (18.2%)	8:26	7.1 (81.6%)
30	KOLARSKA Nadia	236	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K-Dzieci	2			00:42:23.95	+00:07:50 (18.5%)	8:28	7.1 (81.6%)
31	BARCZYK Jolanta	173	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K60-64	5			00:42:26.75	+00:07:53 (18.6%)	8:29	7.1 (81.6%)
32	ŚLUSARCZYK Karolina	328	WESOŁY BORSUK TEAM	K-Jun.	2			00:42:30.50	+00:07:57 (18.7%)	8:30	7.1 (81.6%)
33	RECZULSKI Katarzyna	301	SMS EFEKT CZĘSTOCHOWA	K50-54	4			00:42:40.20	+00:08:07 (19.0%)	8:32	7 (80.5%)
34	NIETRZEBKA Aleksandra	280		K18-29	4			00:42:42.10	+00:08:09 (19.1%)	8:32	7 (80.5%)
35	KIRSZ Mariola	233	NORDICUS STRZYBNICA	K40-44	3			00:42:44.30	+00:08:11 (19.2%)	8:32	7 (80.5%)
36	LACHNIK Patrycja	255		K-Jun.	3			00:43:00.05	+00:08:27 (19.7%)	8:36	7 (80.5%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
								netto 5km	Różn		
37	KUCZYŃSKA Anna	244	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	K55-59	1			00:43:19.40	+00:08:46 (20.2%)	8:40	6.9 (79.3%)
38	WSZOŁEK Ewa	356	AZS ŚUM KATOWICE	K18-29	5			00:43:25.50	+00:08:52 (20.4%)	8:41	6.9 (79.3%)
39	WOROCH Jolanta	350	KS METRACO POLKOWICE	K50-54	5			00:43:34.05	+00:09:01 (20.7%)	8:42	6.9 (79.3%)
40	KUBAT Monika	243	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K45-49	12			00:43:56.65	+00:09:23 (21.4%)	8:47	6.8 (78.2%)
41	WNEK Ewa	369		K60-64	6			00:44:01.35	+00:09:28 (21.5%)	8:48	6.8 (78.2%)
42	HANUS Joanna	218	KS METRACO POLKOWICE	K- Niepełnosprawni(B)	1			00:44:03.90	+00:09:30 (21.6%)	8:48	6.8 (78.2%)
43	LIPIŃSKA-BEDNARZ Anna	365		K30-39	4			00:44:04.60	+00:09:31 (21.6%)	8:49	6.8 (78.2%)
44	PRZYSTARZ Anna	295	OBORYGENI	K45-49	13			00:44:27.70	+00:09:54 (22.3%)	8:53	6.7 (77.0%)
45	GOSPODARCZYK Alicja	207	AZS KATOWICE	K18-29	6			00:44:38.30	+00:10:05 (22.6%)	8:55	6.7 (77.0%)
46	SZAŁAJ Anna	323	KS METRACO POLKOWICE	K- Niepełnosprawni(B)	2			00:44:41.30	+00:10:08 (22.7%)	8:56	6.7 (77.0%)
47	GŁÓWKA Izabela	203	OBORYGENI	K-Jun.	4			00:44:47.25	+00:10:14 (22.9%)	8:57	6.7 (77.0%)
48	MIKUSIŃSKA Jolanta	271	FEAR THE RETURN	K45-49	14			00:44:49.25	+00:10:16 (22.9%)	8:57	6.7 (77.0%)
49	LACHNIK Grażyna	253		K50-54	6			00:45:33.35	+00:11:00 (24.2%)	9:06	6.6 (75.9%)
50	GOLENIA Irmgarda	206	DOBRA-GRUPA NORDIC WALKING	K60-64	7			00:46:23.50	+00:11:50 (25.5%)	9:16	6.5 (74.7%)
51	RUTZ Justyna	307	POLIPACK TEAM GWE	K40-44	4			00:46:25.05	+00:11:52 (25.6%)	9:17	6.5 (74.7%)
52	WORONKO-ZACZYŃSKA Janina	351	KS METRACO POLKOWICE	K70-74	1			00:46:29.55	+00:11:56 (25.7%)	9:18	6.5 (74.7%)
53	STONCEL Barbara	320	GRUPA BIEGOWA DZIKOWIEC	K45-49	15			00:46:34.80	+00:12:01 (25.8%)	9:19	6.4 (73.6%)
54	STOLARSKA Magdalena	319	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K50-54	7			00:47:32.45	+00:12:59 (27.3%)	9:30	6.3 (72.4%)
55	CZAJA Dorota	186	OBORYGENI	K30-39	5			00:47:46.60	+00:13:13 (27.7%)	9:33	6.3 (72.4%)
56	SOCHACKA Joanna	312	ACTEAMWROCLAW	K45-49	16			00:47:52.85	+00:13:19 (27.8%)	9:34	6.3 (72.4%)
57	LUBAŃSKA Leokadia	260	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	K55-59	2			00:48:02.10	+00:13:29 (28.1%)	9:36	6.2 (71.3%)
58	GOSPODARCZYK Natalia	208	AZS KATOWICE	K18-29	7			00:48:08.85	+00:13:35 (28.2%)	9:37	6.2 (71.3%)
59	FRANCZAK Anna	199	NW CZŁAPSKI TEAM	K50-54	8			00:48:33.15	+00:14:00 (28.8%)	9:42	6.2 (71.3%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
								netto 5km	Różn		
60	DOBROWOLSKA Bożena	192	SPORTOWI EMERYCI	K65-69	2			00:48:46.10	+00:14:13 (29.2%)	9:45	6.2 (71.3%)
61	GŁÓWKA Kinga	202	OBORYGENI	K45-49	17			00:49:01.05	+00:14:28 (29.5%)	9:48	6.1 (70.1%)
62	ARTYMICZ Maria	172		K60-64	8			00:49:01.60	+00:14:28 (29.5%)	9:48	6.1 (70.1%)
63	MORAWIEC-MROCHEN Marzena	274	NORDICUS STRZYBNICA	K45-49	18			00:49:07.75	+00:14:34 (29.7%)	9:49	6.1 (70.1%)
64	MORMAN Renata	275		K40-44	5			00:49:13.30	+00:14:40 (29.8%)	9:50	6.1 (70.1%)
65	ŚWIĄTKOWSKA Adrianna	329		K18-29	8			00:49:34.10	+00:15:01 (30.3%)	9:54	6.1 (70.1%)
66	ZAJĄC Beata	358	FEAR THE RETURN	K18-29	9			00:49:58.30	+00:15:25 (30.9%)	9:59	6 (69.0%)
67	SOCAŁA Wiktoria	311		K18-29	10			00:50:06.00	+00:15:32 (31.0%)	10:01	6 (69.0%)
68	BOZNAŃSKA Ewa	180		K45-49	19			00:50:19.10	+00:15:46 (31.3%)	10:03	6 (69.0%)
69	PALIAN Ewa	285	KLUB SENIORA POLANICA ZDRÓJ	K70-74	2			00:51:00.45	+00:16:27 (32.3%)	10:12	5.9 (67.8%)
70	MĘDRAK Alicja	267		K60-64	9			00:51:24.80	+00:16:51 (32.8%)	10:17	5.8 (66.7%)
71	PISARSKA Barbara	290	NORDICUS STRZYBNICA	K50-54	9			00:51:34.05	+00:17:01 (33.0%)	10:19	5.8 (66.7%)
72	ŚLUSARCZYK Danuta	327	WESOŁY BORSUK TEAM	K65-69	3			00:51:57.85	+00:17:24 (33.5%)	10:23	5.8 (66.7%)
73	PNIEWSKA Grażyna	291	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	K45-49	20			00:52:38.40	+00:18:05 (34.4%)	10:31	5.7 (65.5%)
74	JANICKA Anna	221	KLUB SENIORA POLANICA ZDRÓJ	K75+	1			00:54:05.30	+00:19:32 (36.1%)	10:49	5.5 (63.2%)
75	KUNICKA Renata	246	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	K45-49	21			00:54:24.00	+00:19:50 (36.5%)	10:52	5.5 (63.2%)
76	MISIASZEK Aleksandra	273	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	K55-59	3			00:55:44.90	+00:21:11 (38.0%)	11:09	5.4 (62.1%)
77	WÓJCIK Irena	353	UTW OLEŚNICA	K70-74	3			00:56:02.10	+00:21:29 (38.3%)	11:12	5.4 (62.1%)
78	MIKUSIŃSKA Maria	272	FEAR THE RETURN	K-Dzieci	3			00:56:07.95	+00:21:34 (38.4%)	11:13	5.3 (60.9%)
79	ZYGMUNT Sylwana	364	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	K40-44	6			00:56:24.60	+00:21:51 (38.8%)	11:17	5.3 (60.9%)
80	JURECZKO-GRZEBIELA Ewa	228	NORDICUS STRZYBNICA	K45-49	22			00:56:27.05	+00:21:54 (38.8%)	11:17	5.3 (60.9%)
81	TRYNDOCH Anna	335	MALINOWE GWIAZDY	K45-49	23			00:56:53.40	+00:22:20 (39.3%)	11:22	5.3 (60.9%)
82	KOSMAŁA-JASKÓLSKA Joanna	237	NORDICUS STRZYBNICA	K45-49	24			00:57:13.35	+00:22:40 (39.6%)	11:26	5.2 (59.8%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Żół. kartki	Czer. kartki	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
83	JAGODZIŃSKA Bożena	220		K60-64	10			00:57:35.35	+00:23:02 (40.0%)	11:31	5.2 (59.8%)
84	BIAŁCZAK Emilia	178	TRÓJGARB STARE BOGACZOWICE	K18-29	11			00:57:41.60	+00:23:08 (40.1%)	11:32	5.2 (59.8%)
85	BIAŁCZAK Marta	176		K50-54	10			00:57:45.35	+00:23:12 (40.2%)	11:33	5.2 (59.8%)
86	GÓRSKA Małgorzata	210	UTW OLEŚNICA	K65-69	4			00:57:48.10	+00:23:15 (40.2%)	11:33	5.2 (59.8%)
87	WÓJCIK Barbara	352	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	K50-54	11			00:59:10.25	+00:24:37 (41.6%)	11:50	5.1 (58.6%)
88	DURDA Józefa	195	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	K55-59	4			01:05:02.75	+00:30:29 (46.9%)	13:00	4.6 (52.9%)

Znaleziono 88 wynik(ów)