

# PÓLMARATON Z GÓRKĄ

B4SPORT



**Wydarzenie:** Duch Lasu  
**Organizator:** Stowarzyszenie Duch Pogorza  
**Data:** 2023-11-04  
**Miejsce:** Dubiecko  
**Dystans:** 23 km

**B4SPORT**  
 INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

Klasyfikacja: Wszyscy

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	10km	20km	Czas netto 23km	Czas brutto 23km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	<b>SZMIST Szymon</b>	<b>255</b>	3 PODKARPACKA BRYGADA OBRONY TERYTORIALNEJ	OPEN Mężczyźni	1	00:50:48		<b>02:07:06.00</b>	<b>02:07:06.00</b>		5:31	10.9 (100%)
2	<b>KACPER Bujdasz</b>	<b>220</b>	AKTYWNY DYNÓW	OPEN Mężczyźni	2	00:51:05		<b>02:12:38.00</b>	<b>02:12:38.00</b>	+00:05:32 (4.2%)	5:46	10.4 (95.4%)
3	<b>ŁASKI Tomasz</b>	<b>233</b>	PTASIE RADIO BRZOSZÓW	OPEN Mężczyźni	3	00:56:25		<b>02:17:47.00</b>	<b>02:17:47.00</b>	+00:10:41 (7.8%)	5:59	10 (91.7%)
4	<b>MLAŚ Ireneusz</b>	<b>238</b>	IPA PRZEMYSŁ	OPEN Mężczyźni	4	00:56:39		<b>02:17:51.00</b>	<b>02:17:51.00</b>	+00:10:45 (7.8%)	5:59	10 (91.7%)
5	<b>ZIEMIAŃSKI Grzegorz</b>	<b>260</b>	MCP TEAM	OPEN Mężczyźni	5	01:01:24		<b>02:36:56.00</b>	<b>02:36:56.00</b>	+00:29:50 (19.0%)	6:49	8.8 (80.7%)
6	<b>ŻOŁNIERZ Tomasz</b>	<b>261</b>		OPEN Mężczyźni	6	01:01:48	02:13:06	<b>02:37:07.00</b>	<b>02:37:07.00</b>	+00:30:01 (19.1%)	6:49	8.8 (80.7%)
7	<b>GOŁASZEWSKI Łukasz</b>	<b>216</b>	KARL STORZ POLSKA	OPEN Mężczyźni	7	00:58:42	02:11:12	<b>02:37:23.00</b>	<b>02:37:23.00</b>	+00:30:17 (19.2%)	6:50	8.8 (80.7%)
8	<b>KWIECIEŃ Paweł</b>	<b>230</b>		OPEN Mężczyźni	8	01:03:41	02:14:09	<b>02:38:58.00</b>	<b>02:38:58.00</b>	+00:31:52 (20.0%)	6:54	8.7 (79.8%)
9	<b>LEWANDOWSKI Przemysław</b>	<b>267</b>	USZCZELKA SIERPIŃSKIEGO	OPEN Mężczyźni	9	01:03:09	02:14:13	<b>02:39:21.00</b>	<b>02:39:21.00</b>	+00:32:15 (20.2%)	6:55	8.7 (79.8%)
10	<b>PIWOŃSKI Adam</b>	<b>243</b>		OPEN Mężczyźni	10	01:07:58	02:14:57	<b>02:39:59.00</b>	<b>02:39:59.00</b>	+00:32:53 (20.6%)	6:57	8.6 (78.9%)
11	<b>KAMIŃSKI Artur</b>	<b>223</b>	KINGRUNNER ULTRA	OPEN Mężczyźni	11	01:05:25	02:15:28	<b>02:40:29.00</b>	<b>02:40:29.00</b>	+00:33:23 (20.8%)	6:58	8.6 (78.9%)
12	<b>FILAR Tomasz</b>	<b>211</b>	KARL STORZ POLSKA	OPEN Mężczyźni	12	01:07:26	02:18:34	<b>02:45:02.00</b>	<b>02:45:02.00</b>	+00:37:56 (23.0%)	7:10	8.4 (77.1%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	10km	20km	Czas netto 23km	Czas brutto 23km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
13	<b>RUDZKI Martin</b>	<b>248</b>		OPEN Mężczyźni	13	01:04:49	02:18:11	<b>02:47:01.00</b>	<b>02:47:01.00</b>	+00:39:55 (23.9%)	7:15	8.3 (76.1%)
14	<b>KACPERSKI Olaf</b>	<b>221</b>		OPEN Mężczyźni	14	01:08:02	02:21:12	<b>02:47:24.00</b>	<b>02:47:24.00</b>	+00:40:18 (24.1%)	7:16	8.2 (75.2%)
15	<b>KOBAK Marcin</b>	<b>228</b>		OPEN Mężczyźni	15	01:10:15	02:22:32	<b>02:48:39.00</b>	<b>02:48:39.00</b>	+00:41:33 (24.6%)	7:19	8.2 (75.2%)
16	<b>JAKUBIEC-ALBERT Katarzyna</b>	<b>219</b>		OPEN Kobiety	1	01:08:16	02:21:55	<b>02:48:57.00</b>	<b>02:48:57.00</b>	+00:41:51 (24.8%)	7:20	8.2 (75.2%)
17	<b>SZPOR-SLAWATECKA Agnieszka</b>	<b>265</b>		OPEN Kobiety	2	01:10:49	02:24:15	<b>02:53:03.00</b>	<b>02:53:03.00</b>	+00:45:57 (26.6%)	7:31	8 (73.4%)
18	<b>KALOCIŃSKI Dawid</b>	<b>222</b>	KARL STORZ POLSKA	OPEN Mężczyźni	16	01:10:41	02:27:44	<b>02:54:32.00</b>	<b>02:54:32.00</b>	+00:47:26 (27.2%)	7:35	7.9 (72.5%)
19	<b>ŁĄCZNY Marcin</b>	<b>234</b>	GALOPUJĄCE DŹDŹOWNICE/SPARTAŃSKA DZICZ	OPEN Mężczyźni	17	01:09:08	02:25:12	<b>02:54:46.00</b>	<b>02:54:46.00</b>	+00:47:40 (27.3%)	7:35	7.9 (72.5%)
20	<b>SADŁOŃ Narcyz</b>	<b>249</b>	DOKTOR NARCYZ	OPEN Mężczyźni	18	01:09:00	02:23:35	<b>02:55:19.00</b>	<b>02:55:19.00</b>	+00:48:13 (27.5%)	7:37	7.9 (72.5%)
21	<b>DYJAK Agnieszka</b>	<b>209</b>		OPEN Kobiety	3	01:11:19	02:26:59	<b>02:56:51.00</b>	<b>02:56:51.00</b>	+00:49:45 (28.1%)	7:41	7.8 (71.6%)
22	<b>FORNAL Jacek</b>	<b>266</b>		OPEN Mężczyźni	19	01:12:11	02:30:49	<b>03:02:56.00</b>	<b>03:02:56.00</b>	+00:55:50 (30.5%)	7:57	7.5 (68.8%)
23	<b>KIEC Adam</b>	<b>227</b>		OPEN Mężczyźni	20	01:12:16	02:32:49	<b>03:03:28.00</b>	<b>03:03:28.00</b>	+00:56:22 (30.7%)	7:58	7.5 (68.8%)
24	<b>GROCHOWSKA Magdalena</b>	<b>217</b>	KARL STORZ POLSKA	OPEN Kobiety	4	01:14:56	02:38:11	<b>03:05:48.00</b>	<b>03:05:48.00</b>	+00:58:42 (31.6%)	8:04	7.4 (67.9%)
25	<b>ORCZYK Łukasz</b>	<b>240</b>	KARL STORZ POLSKA	OPEN Mężczyźni	21	01:12:32	02:35:44	<b>03:06:54.00</b>	<b>03:06:54.00</b>	+00:59:48 (32.0%)	8:07	7.4 (67.9%)
26	<b>SULIK Anna</b>	<b>262</b>	PODIUM	OPEN Kobiety	5	01:17:52	02:41:43	<b>03:11:29.00</b>	<b>03:11:29.00</b>	+01:04:23 (33.6%)	8:19	7.2 (66.1%)
27	<b>DREWNIAK Agata</b>	<b>207</b>		OPEN Kobiety	6	01:19:50	02:43:33	<b>03:12:04.00</b>	<b>03:12:04.00</b>	+01:04:58 (33.8%)	8:21	7.2 (66.1%)
28	<b>CHMIELAK Agata</b>	<b>204</b>	KINGRUNNER ULTRA	OPEN Kobiety	7	01:17:41	02:42:31	<b>03:14:03.00</b>	<b>03:14:03.00</b>	+01:06:57 (34.5%)	8:26	7.1 (65.1%)
29	<b>MAZURKIEWICZ Kacper</b>	<b>236</b>		OPEN Mężczyźni	22	01:17:38	02:40:37	<b>03:15:56.00</b>	<b>03:15:56.00</b>	+01:08:50 (35.1%)	8:31	7 (64.2%)
30	<b>GÓRECKI Krzysztof</b>	<b>264</b>		OPEN Mężczyźni	23	01:23:16	02:49:07	<b>03:22:49.00</b>	<b>03:22:49.00</b>	+01:15:43 (37.3%)	8:49	6.8 (62.4%)
31	<b>DZIEDZIAK Marek</b>	<b>210</b>	GORLICKA GRUPA BIEGOWA	OPEN Mężczyźni	24	01:18:13	02:46:04	<b>03:23:00.00</b>	<b>03:23:00.00</b>	+01:15:54 (37.4%)	8:49	6.8 (62.4%)
32	<b>DOBRUT Krzysztof</b>	<b>206</b>	MIG ŚLIMAKI	OPEN Mężczyźni	25	01:19:18	02:49:33	<b>03:23:23.00</b>	<b>03:23:23.00</b>	+01:16:17 (37.5%)	8:50	6.8 (62.4%)
33	<b>PUDEŁKO Dariusz</b>	<b>247</b>	STELLANTIS ACTIVE TEAM	OPEN Mężczyźni	26	01:25:42	02:49:48	<b>03:23:45.00</b>	<b>03:23:45.00</b>	+01:16:39 (37.6%)	8:51	6.8 (62.4%)
34	<b>PLACHA Piotr</b>	<b>244</b>	KOPALNIA MOCY TARNOBZEG	OPEN Mężczyźni	27	01:25:44	02:54:59	<b>03:28:35.00</b>	<b>03:28:35.00</b>	+01:21:29 (39.1%)	9:04	6.6 (60.6%)
35	<b>MIĄSIK Szymon</b>	<b>237</b>		OPEN Mężczyźni	28	01:24:26	02:55:22	<b>03:29:17.00</b>	<b>03:29:17.00</b>	+01:22:11 (39.3%)	9:05	6.6 (60.6%)

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	10km	20km	Czas netto 23km	Czas brutto 23km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
36	<b>SUŁKOWSKA-WIROWSKA Gabriela</b>	<b>254</b>		OPEN Kobiety	8	01:25:12	02:56:18	<b>03:29:20.00</b>	<b>03:29:20.00</b>	+01:22:14 (39.3%)	9:06	6.6 (60.6%)
37	<b>GOLEŃ Justyna</b>	<b>215</b>		OPEN Kobiety	9	01:27:08	03:02:17	<b>03:38:17.00</b>	<b>03:38:17.00</b>	+01:31:11 (41.8%)	9:29	6.3 (57.8%)
38	<b>POLAŃSKI Robert</b>	<b>246</b>		OPEN Mężczyźni	29	01:26:34	03:02:11	<b>03:38:31.00</b>	<b>03:38:31.00</b>	+01:31:25 (41.8%)	9:30	6.3 (57.8%)
39	<b>GOCAN Tymoteusz</b>	<b>213</b>		OPEN Mężczyźni	30	01:18:19	02:55:26	<b>03:38:32.00</b>	<b>03:38:32.00</b>	+01:31:26 (41.8%)	9:30	6.3 (57.8%)
40	<b>KORZENIOWSKI Grzegorz</b>	<b>229</b>		OPEN Mężczyźni	31	01:32:44	03:08:38	<b>03:44:32.00</b>	<b>03:44:32.00</b>	+01:37:26 (43.4%)	9:45	6.1 (56.0%)
41	<b>GĘBKA Małgorzata</b>	<b>212</b>		OPEN Kobiety	10	01:25:38	03:06:12	<b>03:45:16.00</b>	<b>03:45:16.00</b>	+01:38:10 (43.6%)	9:47	6.1 (56.0%)
42	<b>BYKOWSKA-KAŃTOCH Anna</b>	<b>203</b>		OPEN Kobiety	11	01:30:12	03:08:58	<b>03:45:17.00</b>	<b>03:45:17.00</b>	+01:38:11 (43.6%)	9:47	6.1 (56.0%)
43	<b>NOWROTEK Wanda</b>	<b>239</b>		OPEN Kobiety	12	01:25:34	03:06:06	<b>03:45:40.00</b>	<b>03:45:40.00</b>	+01:38:34 (43.7%)	9:48	6.1 (56.0%)
44	<b>SUCHORA Anna</b>	<b>252</b>		OPEN Kobiety	13	01:33:20	03:16:10	<b>03:53:33.00</b>	<b>03:53:33.00</b>	+01:46:27 (45.6%)	10:09	5.9 (54.1%)
45	<b>SUCHORA Jerzy</b>	<b>253</b>		OPEN Mężczyźni	32	01:33:24	03:16:15	<b>03:53:34.00</b>	<b>03:53:34.00</b>	+01:46:28 (45.6%)	10:09	5.9 (54.1%)
46	<b>MALEC Wojciech</b>	<b>235</b>	GALOPUJĄCE DŹDŹOWNICE	OPEN Mężczyźni	33	01:37:15	03:22:27	<b>03:59:22.00</b>	<b>03:59:22.00</b>	+01:52:16 (46.9%)	10:24	5.8 (53.2%)
47	<b>KARWACKA Aneta</b>	<b>224</b>		OPEN Kobiety	14	01:35:03	03:24:00	<b>04:02:23.00</b>	<b>04:02:23.00</b>	+01:55:17 (47.6%)	10:32	5.7 (52.3%)
48	<b>ZABIELSKI Grzegorz</b>	<b>259</b>		OPEN Mężczyźni	34	01:35:14	03:23:51	<b>04:02:25.00</b>	<b>04:02:25.00</b>	+01:55:19 (47.6%)	10:32	5.7 (52.3%)
49	<b>LAMENTA Andrzej</b>	<b>231</b>		OPEN Mężczyźni	35	01:29:59	03:22:07	<b>04:05:51.00</b>	<b>04:05:51.00</b>	+01:58:45 (48.3%)	10:41	5.6 (51.4%)
50	<b>LEŚNICZAK Barbara</b>	<b>232</b>		OPEN Kobiety	15	01:30:20	03:22:22	<b>04:06:02.00</b>	<b>04:06:02.00</b>	+01:58:56 (48.3%)	10:41	5.6 (51.4%)
51	<b>KAZNOWSKA Emilia</b>	<b>225</b>		OPEN Kobiety	16	01:37:06	03:30:26	<b>04:08:56.00</b>	<b>04:08:56.00</b>	+02:01:50 (48.9%)	10:49	5.5 (50.5%)
52	<b>WOJDYLAK Anna</b>	<b>258</b>		OPEN Kobiety	17	01:37:10	03:30:21	<b>04:08:57.00</b>	<b>04:08:57.00</b>	+02:01:51 (48.9%)	10:49	5.5 (50.5%)
53	<b>BALON Marcin</b>	<b>201</b>	UKS GUZIKÓWKA	OPEN Mężczyźni	36	01:47:38	03:51:57	<b>04:34:52.00</b>	<b>04:34:52.00</b>	+02:27:46 (53.8%)	11:57	5 (45.9%)
54	<b>KĘTRZYŃSKI Ryszard</b>	<b>226</b>		OPEN Mężczyźni	37	01:47:52	03:52:02	<b>04:50:37.00</b>	<b>04:50:37.00</b>	+02:43:31 (56.3%)	12:38	4.7 (43.1%)
55	<b>PARADOWSKI Paweł</b>	<b>241</b>	BYLEDOMETY	OPEN Mężczyźni	38	02:00:00	04:20:49	<b>05:15:55.00</b>	<b>05:15:55.00</b>	+03:08:49 (59.8%)	13:44	4.4 (40.4%)
56	<b>BURZ-PARADOWSKA Jowita</b>	<b>202</b>	BYLEDOMETY	OPEN Kobiety	18	02:00:08	04:20:44	<b>05:15:56.00</b>	<b>05:15:56.00</b>	+03:08:50 (59.8%)	13:44	4.4 (40.4%)
57	<b>PASIEKA Agnieszka</b>	<b>242</b>		OPEN Kobiety	19	02:06:46	04:25:48	<b>05:16:21.00</b>	<b>05:16:21.00</b>	+03:09:15 (59.8%)	13:45	4.4 (40.4%)
58	<b>WITUSIK Dorota</b>	<b>257</b>		OPEN Kobiety	20	02:06:49	04:25:50	<b>05:16:23.00</b>	<b>05:16:23.00</b>	+03:09:17 (59.8%)	13:45	4.4 (40.4%)

Znaleziono 58 wynik(ów)