

**OKONEK - PUCHAR WIELKOPOLSKI NORDIC WALKING - 10 KM**

Organiser: Polska Federacja Nordic Walking  
 Date: 2018-07-14  
 Place: Okonek  
 Distance: 10 km  
 Klasyfikacja wg czasów netto.


**OKONEK - PUCHAR WIELKOPOLSKI NORDIC WALKING - 10 KM, OPEN**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	5km	7.5km	Netto	min/km	km/h
1	HELWICH STEFAN	363	KS METRACO POLKOWICE	WIELEN	POL	M60-69	1	M 1			00:15:24	00:31:22	00:47:29	01:03:47.95	6:22	9.4
2	GWIZDAŁA ZBIGNIEW	362		GOŁĄBEK	POL	M50-59	1	M 2			00:15:31	00:31:40	00:48:12	01:04:28.90	6:26	9.3
3	REMBARZ ŁUKASZ	384	KS IDMAR RACING TEAM	KROSINKO	POL	M40-49	1	M 3			00:15:31	00:31:52	00:48:33	01:04:54.15	6:29	9.2
4	NAKONIECZNY GRZEGORZ	408	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN			M40-49	2	M 4			00:15:37	00:32:01	00:48:35	01:04:55.10	6:29	9.2
5	SZARSZUNOWICZ MARIUSZ	394	KS METRACO POLKOWICE	PASŁEK	POL	M40-49	3	M 5			00:15:40	00:32:02	00:48:43	01:05:50.15	6:35	9.1
6	NACZK LEONARD	378	DYNAMIC	LEBORK	POL	M40-49	4	M 6			00:15:52	00:32:39	00:49:31	01:06:04.35	6:36	9.1
7	MIELECKA AGNIESZKA	376	KS IDMAR RACING TEAM	GAŚAWA	POL	K40-49	1	K 1			00:16:14	00:32:54	00:49:56	01:06:22.00	6:38	9
8	KUBIAK PRZEMYSŁAW	370	KS IDMAR RACING TEAM	MOSINA	POL	M40-49	5	M 7			00:16:19	00:33:15	00:50:25	01:07:30.20	6:45	8.9
9	SPYCHAŁA LESŁAW	407	CKZIU NYSA MECHANIK	BIAŁA		M50-59	2	M 8			00:16:19	00:33:16	00:50:35	01:07:53.90	6:47	8.8
10	BIK STANISŁAW	388	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	M50-59	3	M 9			00:16:32	00:33:50	00:51:19	01:08:21.00	6:50	8.8
11	PRZYBYSZ GRZEGORZ	383		POPOWO KOŚCIELNE	POL	M30-39	1	M 10			00:16:41	00:34:12	00:51:55	01:10:06.15	7:00	8.6
12	ROSADZIŃSKI SŁAWOMIR	386	LESZNO :)	LESZNO	POL	M40-49	6	M 11			00:16:53	00:34:10	00:51:55	01:10:07.15	7:00	8.6
13	ŚWIŚLOCKI BOGDAN	396	FACE NORDIC WALKING TEAM	MIKOSZEWO	POL	M50-59	4	M 12			00:16:49	00:34:48	00:52:51	01:10:18.20	7:01	8.5
14	MĄDRY GRZEGORZ	375	KIJKOWE TRZEMESZNO	TRZEMESZNO	POL	M50-59	5	M 13			00:17:15	00:34:55	00:52:49	01:10:22.60	7:02	8.5
15	PLACHCIŃSKA ANGELIKA	380	KIJKOWE TRZEMESZNO	TRZEMESZNO	POL	K30-39	1	K 2			00:17:12	00:34:46	00:52:27	01:10:23.30	7:02	8.5
16	IŁOWSKA-REMBARZ KAROLINA	366	LOFT TEAM EXTREME	KROSINKO	POL	K30-39	2	K 3			00:17:13	00:34:54	00:52:55	01:11:10.40	7:07	8.4
17	CZEKAJŁO FRANCISZEK	356	REMI	DREZDENKO	POL	M60-69	2	M 14			00:17:14	00:34:54	00:52:52	01:11:17.15	7:07	8.4
18	PRZYBYŁEK MARYSIA	382	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	ŚMIGIEL	POL	K40-49	2	K 4			00:17:41	00:35:49	00:53:54	01:11:34.05	7:09	8.4
19	PALIWODA KASIA	409	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	MIKOSZEWO	POL	K40-49	3	K 5			00:17:59	00:36:11	00:54:24	01:12:25.20	7:14	8.3
20	KOZAKOWSKA MAŁGORZATA	369	KS SOKÓŁ GAŚAWA	GAŚAWA	POL	K40-49	4	K 6			00:17:55	00:36:10	00:54:30	01:12:42.85	7:16	8.3
21	PAŁUBICKI MARCIN	406	SPORTOWA PACZKA	SZCZECINEK	POL	M40-49	7	M 15			00:18:29	00:37:05	00:55:18	01:13:04.80	7:18	8.2
22	BANASZKIEWICZ KASIA	352		KACZORY	POL	K50-59	1	K 7			00:17:41	00:35:58	00:54:28	01:13:14.65	7:19	8.2
23	KĘPA ANDRZEJ	367	FACE NORDIC WALKING TEAM	KOSZALIN	POL	M60-69	3	M 16			00:18:04	00:36:23	00:55:11	01:13:45.05	7:22	8.1
24	MARCHWICKI PRZEMYSŁAW	374	NORDIC WALKING KIEKRZ	SADY	POL	M60-69	4	M 17			00:18:07	00:36:28	00:55:14	01:13:55.30	7:23	8.1
25	BRACISZEWSKI KRZYSZTOF	353	KS SOKÓŁ GAŚAWA	GAŚAWA	POL	M30-39	2	M 18			00:18:20	00:36:49	00:55:38	01:14:07.15	7:24	8.1
26	LAJTER JERZY	371	4 RUN TEAM PIŁA	PIŁA	POL	M60-69	5	M 19			00:18:42	00:37:09	00:56:01	01:14:33.50	7:27	8
27	LENER SŁAWOMIR	373	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	SZCZECIN	POL	M60-69	6	M 20			00:18:05	00:36:46	00:55:59	01:15:06.65	7:30	8
28	LENATROWICZ STANISŁAW	372		STARA ŁUBIANKA	POL	M50-59	6	M 21			00:18:23	00:36:55	00:56:06	01:15:13.40	7:31	8
29	ZIELIŃSKA JOLANTA	403	GOSIR OSIELSKO	OSIELSKO	POL	K50-59	2	K 8			00:17:36	00:36:12	00:55:39	01:15:24.15	7:32	8
30	STAWNIAK KAROL	390	KS METRACO POLKOWICE	ŻNIN	POL	M70+	1	M 22			00:18:50	00:37:36	00:56:50	01:16:19.60	7:37	7.9

**OKONEK - PUCHAR WIELKOPOLSKI NORDIC WALKING - 10 KM, OPEN c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	5km	7.5km	Netto	min/km	km/h
31	ZWOLENKIEWICZ JOANNA	404	KS SOKÓŁ GAŚAWA	GAŚAWA	POL	K40-49	5	K 9			00:18:26	00:37:47	00:56:59	01:16:32.95	7:39	7.8
32	GWAREK ANITA	361	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	6	K 10			00:18:55	00:38:19	00:57:44	01:17:17.00	7:43	7.8
33	ROSADZIŃSKA NATALIA	385	LESZNO :)	LESZNO	POL	K18-29	1	K 11			00:19:04	00:38:26	00:57:54	01:17:27.65	7:44	7.7
34	FRYDRYCH MARCIN	357	NORDIC WALKING KIEKRZ	ROKIETNICA	POL	M40-49	8	M 23			00:18:47	00:38:10	00:57:56	01:17:36.80	7:45	7.7
35	GOLUS URSZULA	360	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K60-69	1	K 12			00:19:02	00:38:19	00:57:56	01:17:39.95	7:45	7.7
36	CHŁODNICKI MAREK	354	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	POZNAŃ	POL	M60-69	7	M 24			00:19:04	00:38:31	00:58:27	01:18:27.55	7:50	7.6
37	GABERT BEATA	358	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K40-49	7	K 13			00:18:45	00:38:15	00:57:58	01:18:59.20	7:53	7.6
38	STANKOWSKA MARZENA	389	KIJKOWE TRZEMESZNO	TRZEMESZNO	POL	K40-49	8	K 14			00:20:10	00:40:42	01:00:31	01:20:18.55	8:01	7.5
39	WEGIERA GRZEGORZ	400	ROXKIJE ROKIETNICA	ROKIETNICA	POL	M40-49	9	M 25			00:19:30	00:39:29	00:59:56	01:20:57.85	8:05	7.4
40	CHOLEWKA JOLANTA	355	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	POZNAŃ	POL	K60-69	2	K 15			00:19:50	00:40:07	01:00:42	01:21:08.45	8:06	7.4
41	SZYBCZYŃSKA KATARZYNA	395	KS SOKÓŁ GAŚAWA	GAŚAWA	POL	K40-49	9	K 16			00:20:13	00:40:41	01:01:06	01:21:14.35	8:07	7.4
42	KORONA-BRACISZEWSKA BEATA	368	KS SOKÓŁ GAŚAWA	GAŚAWA	POL	K18-29	2	K 17			00:20:05	00:40:33	01:01:09	01:21:15.70	8:07	7.4
43	POSTEK DANUTA	381	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	POZNAŃ	POL	K50-59	3	K 18			00:20:10	00:40:38	01:01:00	01:21:18.40	8:07	7.4
44	TOBYS RYSZARD	397		PIOTROWO DRUGIE	POL	M60-69	8	M 26			00:20:15	00:40:38	01:01:00	01:21:28.45	8:08	7.4
45	OMARSKA GRAŻYNA	379	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K60-69	3	K 19			00:20:19	00:40:48	01:01:26	01:22:01.65	8:12	7.3
46	URBAN JACEK	399	LESZNO :)	LESZNO	POL	M60-69	9	M 27			00:20:07	00:40:46	01:01:42	01:22:21.45	8:14	7.3
47	ZALESKI MAREK	402		OKONEK	POL	M60-69	10	M 28			00:19:27	00:40:16	01:01:46	01:23:10.00	8:19	7.2
48	MOSTOWSKA ELŻBIETA	377	LESZNO :)	ŻAKOWO	POL	K50-59	4	K 20			00:20:30	00:41:58	01:02:26	01:23:16.95	8:19	7.2
49	GOLAK-WEGIERA KATARZYNA	359	ROXKIJE ROKIETNICA	ROKIETNICA	POL	K40-49	10	K 21			00:20:49	00:42:16	01:03:59	01:26:34.50	8:39	6.9
50	URANTÓWKA HENRYK	398	N/Z	SKWIERZYNA	POL	M70+	2	M 29			00:20:48	00:42:32	01:04:40	01:26:39.90	8:39	6.9
51	RUSINOWICZ ANDRZEJ	387	NIEZRZESZONY	PIŁA	POL	M70+	3	M 30			00:20:48	00:42:32	01:04:41	01:26:41.15	8:40	6.9
52	HORJACZEK RYSZARD	364	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	POZNAŃ	POL	M60-69	11	M 31			00:22:32	00:46:04	01:09:48	01:34:01.60	9:24	6.4