

## BIEG HERKULESA 6 KM

Organizator: ZOS Koszalin; Koszaliński Sztab Ratownictwa  
Data: 2018-08-05  
Miejsce: Koszalin  
Dystans: 6 km  
Klasyfikacja wg czasów netto.



### BIEG HERKULESA 6 KM, OPEN

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	STEBELSKI JASIEK	83		KOSZALIN	POL	M18-39	1	M 1	00:11:23	00:23:22	00:35:14.45	5:52	10.2
2	SOSNOWSKI TOMASZ	80	MEDEN-INMED SPORTS TEAM	KOSZALIN	POL	M18-39	2	M 2	00:11:54	00:24:47	00:37:06.20	6:11	9.7
3	DUDA GRZEGORZ	12	METALCORP TEAM	BUKÓWKA	POL	M18-39	3	M 3	00:12:03	00:24:56	00:37:19.80	6:13	9.6
4	ZIENOWICZ MICHAŁ	103		KOSZALIN	POL	M18-39	4	M 4	00:12:18	00:25:36	00:39:10.50	6:31	9.2
5	WIELGAT ŁUKASZ	99	KB BRYZA POSTOMINO	PIENKOWO	POL	M18-39	5	M 5	00:12:38	00:25:52	00:39:23.15	6:33	9.1
6	GRZESIK EUGENIUSZ	110	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	1	M 6	00:12:56	00:26:17	00:39:30.65	6:35	9.1
7	SŁODZIŃSKI GABRIEL	79	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	6	M 7	00:12:47	00:26:25	00:39:50.60	6:38	9
8	SITOWSKI MARCIN	76	PROMED SZCZECINEK	KOSZALIN	POL	M18-39	7	M 8	00:12:27	00:26:20	00:40:21.25	6:43	8.9
9	URBAŃSKI TOMASZ	94	KARLINO BIEGAJ	BIAŁOGARD	CZE	M40-54	2	M 9	00:13:03	00:26:42	00:40:27.30	6:44	8.9
10	JABŁOŃSKI TOMASZ	194	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	8	M 10	00:13:38	00:27:36	00:41:02.15	6:50	8.8
11	STRZYŻ ŁUKASZ	84	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	STARE BIELICE	POL	M18-39	9	M 11	00:13:15	00:27:12	00:41:09.80	6:51	8.7
12	PICK TOMEK	58	DEAF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	3	M 12	00:13:25	00:27:49	00:41:19.35	6:53	8.7
13	HOREGLAD PAWEŁ	22	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M18-39	10	M 13	00:13:29	00:27:34	00:41:52.90	6:58	8.6
14	IWANIEC DARIUSZ	23	TKKF KOSZALIN	SIERAKOWO	POL	M40-54	4	M 14	00:13:59	00:28:07	00:41:53.90	6:59	8.6
15	KAJKOWSKI RAFAŁ	32	CENTRUM SZKOLENIA SIŁ POWIETRZNYCH KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	5	M 15	00:13:37	00:28:16	00:42:23.55	7:03	8.5
16	JAMNIAK BARTOSZ	26	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	11	M 16	00:13:29	00:28:07	00:42:26.30	7:04	8.5
17	GAWROŃSKI BARTEK	18		KOSZALIN	POL	M18-39	12	M 17	00:13:10	00:27:43	00:42:29.30	7:04	8.5
18	JANIK PIOTR	27		KOSZALIN	POL	M18-39	13	M 18	00:13:39	00:28:12	00:42:30.30	7:05	8.5
19	JAGŁA ŁUKASZ	24		KOŁOBRZEG	POL	M18-39	14	M 19	00:13:55	00:28:29	00:43:17.00	7:12	8.3
20	PROTASEWICZ ANDRZEJ	66	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M40-54	6	M 20	00:14:31	00:29:06	00:43:21.55	7:13	8.3
21	PŁOSKI KRZYSZTOF	61	DARŁOWSKIE CHARTY	BOBOLIN	POL	M40-54	7	M 21	00:14:51	00:29:23	00:44:11.95	7:22	8.1
22	SKOWYRSKI JANUSZ	108	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	1	M 22	00:14:21	00:29:42	00:44:21.85	7:23	8.1
23	NIECKARZ KRZYSZTOF	50	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	15	M 23	00:15:05	00:30:06	00:44:41.30	7:26	8.1
24	KRAWCZYK TOMASZ	37		BIESIEKIERZ	POL	M18-39	16	M 24	00:13:57	00:29:15	00:44:42.35	7:27	8.1
25	GAWROŃSKI MAREK	19	NA PRESTIŻU	KOSZALIN	POL	M18-39	17	M 25	00:14:33	00:29:55	00:44:59.35	7:29	8
26	JAROSZEWSKI DANIEL	30	BBKTS	KOSZALIN	POL	M18-39	18	M 26	00:14:38	00:30:24	00:45:36.45	7:36	7.9
27	STUDNIK JAROSŁAW	85		RUDA ŚLĄSKA	POL	M40-54	8	M 27	00:14:39	00:30:05	00:45:43.15	7:37	7.9
28	ADRYAN ADAM	1		WIELICHOWO	POL	M40-54	9	M 28	00:15:19	00:30:47	00:46:00.65	7:40	7.8
29	JANUSZEK ADAM	28	RUGBY CUB KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	10	M 29	00:14:30	00:30:39	00:46:11.45	7:42	7.8
30	KRAŚIŃSKI WITOLD	36		KOSZALIN	POL	M40-54	11	M 30	00:15:09	00:30:54	00:46:22.95	7:43	7.8
31	LENIK HUBERT	43	JW1223	BIESIEKIERZ	POL	M18-39	19	M 31	00:14:31	00:30:34	00:46:26.65	7:44	7.8
32	KUBACZKA ANDRZEJ	40		KOSZALIN	POL	M40-54	12	M 32	00:15:12	00:31:11	00:46:47.05	7:47	7.7
33	GAŁECKI JACEK	15	KARLINO BIEGAJ	KARLINO	POL	M40-54	13	M 33	00:14:46	00:30:31	00:46:47.50	7:47	7.7
34	NIECKARZ MONIKA	51	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	K18-39	1	K 1	00:15:21	00:30:49	00:47:08.90	7:51	7.6
35	PODLASEK STANISŁAW	62	LUFATEAM	SZCZECINEK	POL	M18-39	20	M 34	00:15:23	00:32:04	00:47:15.20	7:52	7.6
36	CZAJKOWSKI PAWEŁ	8	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	21	M 35	00:15:15	00:31:15	00:47:17.45	7:52	7.6
37	DROZD MICHAŁ	10		SZCZECINEK	POL	M18-39	22	M 36	00:15:17	00:32:05	00:47:33.05	7:55	7.6
38	POKRZYWKĄ TOMASZ	63		KOSZALIN	POL	M40-54	14	M 37	00:15:28	00:31:53	00:47:36.65	7:56	7.6
39	MURAWSKI WALDEMAR	105	ZKS KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	15	M 38	00:15:13	00:31:38	00:47:53.90	7:59	7.5
40	BAK SEBASTIAN	2	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	23	M 39	00:15:38	00:31:50	00:48:23.50	8:04	7.4
41	OLCZAK KRZYSZTOF	53		SIANÓW	POL	M18-39	24	M 40	00:15:18	00:31:49	00:48:32.00	8:05	7.4
42	POŁUMACKANYCZ MAŁGORZATA	65		KOSZALIN	POL	K18-39	2	K 2	00:15:10	00:32:17	00:48:48.05	8:08	7.4
43	SETA JAROSŁAW	73		SŁAWNO	POL	M18-39	25	M 41	00:15:17	00:32:25	00:48:53.45	8:09	7.4
44	KRZEWIŃSKA MAŁGORZATA	192	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K55+	1	K 3	00:16:10	00:32:47	00:49:05.45	8:10	7.3
45	SLEDŹ JAROSŁAW	78		KOSZALIN	POL	M18-39	26	M 42	00:15:28	00:32:29	00:49:06.50	8:11	7.3

**BIEG HERKULESA 6 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
46	WIERZBICKI KACPER	100		KOSZALIN	POL	M18-39	27	M 43	00:16:01	00:32:43	00:49:16.30	8:12	7.3
47	HAŁAJKO MAGDALENA	21	HEISENBERG TEAM	KOSZALIN	POL	K18-39	3	K 4	00:16:14	00:33:24	00:49:23.85	8:14	7.3
48	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	102		STOISŁAW	POL	K55+	2	K 5	00:16:42	00:33:18	00:49:41.10	8:16	7.2
49	SZAFRANKO NATALIA	88		KOSZALIN	POL	K18-39	4	K 6	00:16:16	00:33:23	00:49:44.60	8:17	7.2
50	RUDNIK KRZYSZTOF	68	SPORT TO ZDROWIE	KOSZALIN	POL	M18-39	28	M 44	00:16:32	00:33:53	00:50:17.45	8:22	7.2
51	KUKIEŁCZYŃSKI ŁUKASZ	41		KOSZALIN	POL	M18-39	29	M 45	00:16:11	00:33:21	00:50:37.00	8:26	7.1
52	PIECHOCKA ALEKSANDRA	59		GRAVESEND	GBR	K18-39	5	K 7	00:16:11	00:33:22	00:50:37.15	8:26	7.1
53	GONTEK ŁUKASZ	20	ŁOSOŚ TEAM	SŁUPSK	POL	M18-39	30	M 46	00:15:54	00:33:27	00:50:48.40	8:28	7.1
54	RUTKOWSKI ARTUR	69	SPORTOWIEC.INFO (KOSZALIŃSKI RANKING BIEGACZY)	KOSZALIN	POL	M18-39	31	M 47	00:15:44	00:33:29	00:51:11.55	8:31	7
55	MRUGALSKI STANISŁAW	47		MIASTKO	POL	M40-54	16	M 48	00:16:33	00:34:10	00:51:17.45	8:32	7
56	MRUGALSKA MAGDALENA	193	JW 1223	KOSZALIN	POL	K18-39	6	K 8	00:16:27	00:34:02	00:51:18.20	8:33	7
57	KOZUB TOMASZ	35	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	32	M 49	00:15:54	00:33:26	00:51:19.80	8:33	7
58	BIELEWICZ ANNA	3	STOPA SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K40-54	1	K 9	00:16:34	00:34:06	00:51:29.50	8:35	7
59	SZCZYPIŃSKA MARTA	89		WARSZAWA	POL	K18-39	7	K 10	00:17:08	00:34:17	00:52:15.25	8:42	6.9
60	GALICKI ROBERT	14		BOBOLICE	POL	M40-54	17	M 50	00:16:45	00:34:35	00:52:16.70	8:42	6.9
61	MURAWSKI RAFAŁ	49	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	M18-39	33	M 51	00:16:58	00:34:40	00:52:44.30	8:47	6.8
62	KRYSTOSIK PAULINA	38	WIECZORNE BIEGANIE 8 KM W SZCZECINIE	SZCZECIN	POL	K18-39	8	K 11	00:16:08	00:34:51	00:52:45.00	8:47	6.8
63	JUSZCZAK KRZYSZTOF	31		KOSZALIN	POL	M55+	2	M 52	00:17:26	00:35:35	00:53:04.35	8:50	6.8
64	TRĘBACZ MARIUSZ	93	APARTAMENT U TEOFILA	KOSZALIN	POL	M40-54	18	M 53	00:17:11	00:35:03	00:53:16.95	8:52	6.8
65	SZEWczyk PAULINA	90		KOSZALIN	POL	K18-39	9	K 12	00:17:26	00:35:44	00:53:25.90	8:54	6.7
66	PISERA KRZYSZTOF	60		KOSZALIN	POL	M40-54	19	M 54	00:17:23	00:35:34	00:53:33.90	8:55	6.7
67	NIEWIADOWSKI ROBERT	52		STARE BIELICE	POL	M18-39	34	M 55	00:17:14	00:35:25	00:53:35.75	8:56	6.7
68	MURAWSKA KATARZYNA	48	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	K18-39	10	K 13	00:17:26	00:35:42	00:54:01.15	9:00	6.7
69	POKRZYWKA OLGA	64		KOSZALIN	POL	K18-39	11	K 14	00:17:30	00:36:13	00:54:13.85	9:02	6.6
70	RZEPIŃSKI DOMINIK	71		KOSZALIN	POL	M18-39	35	M 56	00:17:30	00:36:13	00:54:14.25	9:02	6.6
71	PSIONKA MAGDALENA	67		KOSZALIN	POL	K18-39	12	K 15	00:17:14	00:35:50	00:54:16.80	9:02	6.6
72	PASEK PAULA	54	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	K18-39	13	K 16	00:17:27	00:35:59	00:55:01.00	9:10	6.5
73	MARCZAK MAŁGORZATA	106		ŻELKOWO	POL	K55+	3	K 17	00:17:27	00:36:22	00:55:14.00	9:12	6.5
74	CZECH ROMAN	9	GOCH BYTÓW	SŁUPSK	POL	M55+	3	M 57	00:18:06	00:36:57	00:55:14.80	9:12	6.5
75	STAŃCZYK SŁAWOMIR	82	STARGARD. JA SIĘ NIE ŚCIGAM	STARGARD	POL	M18-39	36	M 58	00:17:21	00:36:34	00:55:26.80	9:14	6.5
76	BAGIEŃSKI MATEUSZ	122	STC STARGARD	KOSZALIN	POL	M18-39	37	M 59	00:17:23	00:36:39	00:55:26.85	9:14	6.5
77	RYBA MIŁENA	70		KOSZALIN	POL	K18-39	14	K 18	00:18:14	00:37:15	00:56:17.20	9:22	6.4
78	SUSKI JAN	87	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	4	M 60	00:18:51	00:38:50	00:58:58.75	9:49	6.1
79	GAJDA MAŁGORZATA	13	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	15	K 19	00:18:35	00:38:41	00:59:04.05	9:50	6.1
80	GAWROŃSKA ANIA	16	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	K18-39	16	K 20	00:19:00	00:40:28	01:00:20.45	10:03	6
81	GAWROŃSKI PAWEŁ	17	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	M18-39	38	M 61	00:19:03	00:40:31	01:00:20.55	10:03	6
82	JANUSZEWSKI JACEK	29	17 WOG KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	5	M 62	00:19:20	00:39:40	01:00:57.60	10:09	5.9
83	ŚWIDERSKI MARCIN	92		KOSZALIN	POL	M18-39	39	M 63	00:20:26	00:44:22	01:01:20.80	10:13	5.9
84	PASEK JAN	55	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	M55+	6	M 64	00:18:59	00:40:34	01:02:16.90	10:22	5.8
85	SIDOR IZABELA	75	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	K18-39	17	K 21	00:18:27	00:39:50	01:02:21.50	10:23	5.8
86	DUDA RÓŻA	11	METALCORP TEAM	SŁUPSK	POL	K18-39	18	K 22	00:18:35	00:39:53	01:02:21.85	10:23	5.8
87	BROLL WIOLETTA	5	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE	POL	K18-39	19	K 23	00:18:37	00:39:53	01:02:22.20	10:23	5.8
88	WEILAND AGNIESZKA	96	NOCNE WILKI	SŁUPSK	POL	K18-39	20	K 24	00:18:31	00:39:50	01:02:22.35	10:23	5.8
89	SIDOR MARIUSZ	74	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	M18-39	40	M 65	00:18:22	00:39:55	01:02:22.40	10:23	5.8
90	WEILAND ADRIAN	95		SŁUPSK	POL	M18-39	41	M 66	00:18:22	00:39:49	01:02:22.50	10:23	5.8
91	WICHER AGNIESZKA	98		KOSZALIN	POL	K18-39	21	K 25	00:20:33	00:42:24	01:04:38.05	10:46	5.6
92	MOŁDAWA KAROLINA	46	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	22	K 26	00:20:58	00:43:27	01:05:43.45	10:57	5.5
93	SZYŁKA JUSTYNA	91		GDAŃSK	POL	K18-39	23	K 27	00:20:14	00:43:41	01:08:17.50	11:22	5.3
94	SUSKA JOANNA	86		KOSZALIN	POL	K18-39	24	K 28	00:20:10	00:43:35	01:08:17.60	11:22	5.3
95	KOLIŃSKA ANNA	33		KOSZALIN	POL	K18-39	25	K 29	00:20:27	00:44:41	01:08:28.65	11:24	5.3
96	WRÓBLEWSKA MARTA	101		KOSZALIN	POL	K40-54	2	K 30	00:22:19	00:45:56	01:08:39.35	11:26	5.2
97	MARIAŃSKA ANNA	45	WILKI	KOSZALIN	POL	K40-54	3	K 31	00:22:20	00:45:56	01:08:40.60	11:26	5.2

**BIEG HERKULESA 6 KM, K-OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	NIECKARZ MONIKA	51	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	K18-39	1	K 1	00:15:21	00:30:49	00:47:08.90	7:51	7.6
2	POŁUMACKANYCZ MAŁGORZATA	65		KOSZALIN	POL	K18-39	2	K 2	00:15:10	00:32:17	00:48:48.05	8:08	7.4
3	KRZEWIŃSKA MAŁGORZATA	192	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K55+	1	K 3	00:16:10	00:32:47	00:49:05.45	8:10	7.3
4	HAŁAJKO MAGDALENA	21	HEISENBERG TEAM	KOSZALIN	POL	K18-39	3	K 4	00:16:14	00:33:24	00:49:23.85	8:14	7.3
5	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	102		STOISŁAW	POL	K55+	2	K 5	00:16:42	00:33:18	00:49:41.10	8:16	7.2
6	SZAFRANKO NATALIA	88		KOSZALIN	POL	K18-39	4	K 6	00:16:16	00:33:23	00:49:44.60	8:17	7.2
7	PIECHOCKA ALEKSANDRA	59		GRAVESEND	GBR	K18-39	5	K 7	00:16:11	00:33:22	00:50:37.15	8:26	7.1
8	MRUGALSKA MAGDALENA	193	JW 1223	KOSZALIN	POL	K18-39	6	K 8	00:16:27	00:34:02	00:51:18.20	8:33	7
9	BIELEWICZ ANNA	3	STOPA SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K40-54	1	K 9	00:16:34	00:34:06	00:51:29.50	8:35	7
10	SZCZYPIŃSKA MARTA	89		WARSZAWA	POL	K18-39	7	K 10	00:17:08	00:34:17	00:52:15.25	8:42	6.9
11	KRYSTOSIK PAULINA	38	WIECZORNE BIEGANIE 8 KM W SZCZECINIE	SZCZECIN	POL	K18-39	8	K 11	00:16:08	00:34:51	00:52:45.00	8:47	6.8
12	SZEWczyk PAULINA	90		KOSZALIN	POL	K18-39	9	K 12	00:17:26	00:35:44	00:53:25.90	8:54	6.7
13	MURAWSKA KATARZYNA	48	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	K18-39	10	K 13	00:17:26	00:35:42	00:54:01.15	9:00	6.7
14	POKRZYWKA OLGA	64		KOSZALIN	POL	K18-39	11	K 14	00:17:30	00:36:13	00:54:13.85	9:02	6.6
15	PSIONKA MAGDALENA	67		KOSZALIN	POL	K18-39	12	K 15	00:17:14	00:35:50	00:54:16.80	9:02	6.6
16	PASEK PAULA	54	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	K18-39	13	K 16	00:17:27	00:35:59	00:55:01.00	9:10	6.5
17	MARCZAK MAŁGORZATA	106		ŻELKOWO	POL	K55+	3	K 17	00:17:27	00:36:22	00:55:14.00	9:12	6.5
18	RYBA MILENA	70		KOSZALIN	POL	K18-39	14	K 18	00:18:14	00:37:15	00:56:17.20	9:22	6.4
19	GAJDA MAŁGORZATA	13	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	15	K 19	00:18:35	00:38:41	00:59:04.05	9:50	6.1
20	GAWROŃSKA ANIA	16	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	K18-39	16	K 20	00:19:00	00:40:28	01:00:20.45	10:03	6
21	SIDOR IZABELA	75	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	K18-39	17	K 21	00:18:27	00:39:50	01:02:21.50	10:23	5.8
22	DUDA RÓŻA	11	METALCORP TEAM	SŁUPSK	POL	K18-39	18	K 22	00:18:35	00:39:53	01:02:21.85	10:23	5.8
23	BROLL WIOLETTA	5	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE	POL	K18-39	19	K 23	00:18:37	00:39:53	01:02:22.20	10:23	5.8
24	WEILAND AGNIESZKA	96	NOCNE WILKI	SŁUPSK	POL	K18-39	20	K 24	00:18:31	00:39:50	01:02:22.35	10:23	5.8
25	WICHER AGNIESZKA	98		KOSZALIN	POL	K18-39	21	K 25	00:20:33	00:42:24	01:04:38.05	10:46	5.6
26	MOŁDAWA KAROLINA	46	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	22	K 26	00:20:58	00:43:27	01:05:43.45	10:57	5.5
27	SZYŁKA JUSTYNA	91		GDAŃSK	POL	K18-39	23	K 27	00:20:14	00:43:41	01:08:17.50	11:22	5.3
28	SUSKA JOANNA	86		KOSZALIN	POL	K18-39	24	K 28	00:20:10	00:43:35	01:08:17.60	11:22	5.3
29	KOLIŃSKA ANNA	33		KOSZALIN	POL	K18-39	25	K 29	00:20:27	00:44:41	01:08:28.65	11:24	5.3
30	WRÓBLEWSKA MARTA	101		KOSZALIN	POL	K40-54	2	K 30	00:22:19	00:45:56	01:08:39.35	11:26	5.2
31	MARIAŃSKA ANNA	45	WILKI	KOSZALIN	POL	K40-54	3	K 31	00:22:20	00:45:56	01:08:40.60	11:26	5.2

**BIEG HERKULESA 6 KM, M-OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	STEBELSKI JASIEK	83		KOSZALIN	POL	M18-39	1	M 1	00:11:23	00:23:22	00:35:14.45	5:52	10.2
2	SOSNOWSKI TOMASZ	80	MEDEN-INMED SPORTS TEAM	KOSZALIN	POL	M18-39	2	M 2	00:11:54	00:24:47	00:37:06.20	6:11	9.7
3	DUDA GRZEGORZ	12	METALCORP TEAM	BUKÓWKA	POL	M18-39	3	M 3	00:12:03	00:24:56	00:37:19.80	6:13	9.6
4	ZIENOWICZ MICHAŁ	103		KOSZALIN	POL	M18-39	4	M 4	00:12:18	00:25:36	00:39:10.50	6:31	9.2
5	WIELGAT ŁUKASZ	99	KB BRYZA POSTOMINO	PIĘNKOWO	POL	M18-39	5	M 5	00:12:38	00:25:52	00:39:23.15	6:33	9.1
6	GRZESIK EUGENIUSZ	110	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	1	M 6	00:12:56	00:26:17	00:39:30.65	6:35	9.1
7	SŁODZIŃSKI GABRIEL	79	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	6	M 7	00:12:47	00:26:25	00:39:50.60	6:38	9
8	SITOWSKI MARCIN	76	PROMED SZCZECINEK	KOSZALIN	POL	M18-39	7	M 8	00:12:27	00:26:20	00:40:21.25	6:43	8.9
9	URBAŃSKI TOMASZ	94	KARLINO BIEGAJ	BIALOGARD	CZE	M40-54	2	M 9	00:13:03	00:26:42	00:40:27.30	6:44	8.9
10	JABŁOŃSKI TOMASZ	194	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	8	M 10	00:13:38	00:27:36	00:41:02.15	6:50	8.8
11	STRZYŻY ŁUKASZ	84	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	STARE BIELICE	POL	M18-39	9	M 11	00:13:15	00:27:12	00:41:09.80	6:51	8.7
12	PICK TOMEK	58	DEAF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	3	M 12	00:13:25	00:27:49	00:41:19.35	6:53	8.7
13	HOREGLAD PAWEŁ	22	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M18-39	10	M 13	00:13:29	00:27:34	00:41:52.90	6:58	8.6
14	IWANIEC DARIUSZ	23	TKKF KOSZALIN	SIERAKOWO	POL	M40-54	4	M 14	00:13:59	00:28:07	00:41:53.90	6:59	8.6
15	KAJKOWSKI RAFAŁ	32	CENTRUM SZKOLENIA SIŁ POWIETRZNYCH KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	5	M 15	00:13:37	00:28:16	00:42:23.55	7:03	8.5
16	JAMNIAK BARTOSZ	26	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	11	M 16	00:13:29	00:28:07	00:42:26.30	7:04	8.5
17	GAWROŃSKI BARTEK	18		KOSZALIN	POL	M18-39	12	M 17	00:13:10	00:27:43	00:42:29.30	7:04	8.5
18	JANIK PIOTR	27		KOSZALIN	POL	M18-39	13	M 18	00:13:39	00:28:12	00:42:30.30	7:05	8.5
19	JĄGŁA ŁUKASZ	24		KOŁOBRZEG	POL	M18-39	14	M 19	00:13:55	00:28:29	00:43:17.00	7:12	8.3
20	PROTASEWICZ ANDRZEJ	66	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M40-54	6	M 20	00:14:31	00:29:06	00:43:21.55	7:13	8.3

**BIEG HERKULESA 6 KM, M-OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
21	PŁOSKI KRZYSZTOF	61	DARŁOWSKIE CHARTY	BOBOLIN	POL	M40-54	7	M 21	00:14:51	00:29:23	00:44:11.95	7:22	8.1
22	SKOWYRSKI JANUSZ	108	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	1	M 22	00:14:21	00:29:42	00:44:21.85	7:23	8.1
23	NIECKARZ KRZYSZTOF	50	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	15	M 23	00:15:05	00:30:06	00:44:41.30	7:26	8.1
24	KRAWCZYK TOMASZ	37		BIESIEKIERZ	POL	M18-39	16	M 24	00:13:57	00:29:15	00:44:42.35	7:27	8.1
25	GAWROŃSKI MAREK	19	NA PRESTIŻU	KOSZALIN	POL	M18-39	17	M 25	00:14:33	00:29:55	00:44:59.35	7:29	8
26	JAROSZEWSKI DANIEL	30	BBKTS	KOSZALIN	POL	M18-39	18	M 26	00:14:38	00:30:24	00:45:36.45	7:36	7.9
27	STUDNIK JAROSŁAW	85		RUDA SŁĄSKA	POL	M40-54	8	M 27	00:14:39	00:30:05	00:45:43.15	7:37	7.9
28	ADRYAN ADAM	1		WIELICHOWO	POL	M40-54	9	M 28	00:15:19	00:30:47	00:46:00.65	7:40	7.8
29	JANUSZEK ADAM	28	RUGBY CUB KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	10	M 29	00:14:30	00:30:39	00:46:11.45	7:42	7.8
30	KRASIŃSKI WITOLD	36		KOSZALIN	POL	M40-54	11	M 30	00:15:09	00:30:54	00:46:22.95	7:43	7.8
31	LENIK HUBERT	43	JW1223	BIESIEKIERZ	POL	M18-39	19	M 31	00:14:31	00:30:34	00:46:26.65	7:44	7.8
32	KUBACZKA ANDRZEJ	40		KOSZALIN	POL	M40-54	12	M 32	00:15:12	00:31:11	00:46:47.05	7:47	7.7
33	GAŁECKI JACEK	15	KARLINO BIEGAJ	KARLINO	POL	M40-54	13	M 33	00:14:46	00:30:31	00:46:47.50	7:47	7.7
34	PODLASEK STANISŁAW	62	LUFATEAM	SZCZECINEK	POL	M18-39	20	M 34	00:15:23	00:32:04	00:47:15.20	7:52	7.6
35	CZAJKOWSKI PAWEŁ	8	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	21	M 35	00:15:15	00:31:15	00:47:17.45	7:52	7.6
36	DROZD MICHAŁ	10		SZCZECINEK	POL	M18-39	22	M 36	00:15:17	00:32:05	00:47:33.05	7:55	7.6
37	POKRZYWKA TOMASZ	63		KOSZALIN	POL	M40-54	14	M 37	00:15:28	00:31:53	00:47:36.65	7:56	7.6
38	MURAWSKI WALDEMAR	105	ZKS KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	15	M 38	00:15:13	00:31:38	00:47:53.90	7:59	7.5
39	BAK SEBASTIAN	2	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	23	M 39	00:15:38	00:31:50	00:48:23.50	8:04	7.4
40	OLCZAK KRZYSZTOF	53		SIANÓW	POL	M18-39	24	M 40	00:15:18	00:31:49	00:48:32.00	8:05	7.4
41	SETA JAROSŁAW	73		SŁAWNO	POL	M18-39	25	M 41	00:15:17	00:32:25	00:48:53.45	8:09	7.4
42	SLEDŹ JAROSŁAW	78		KOSZALIN	POL	M18-39	26	M 42	00:15:28	00:32:29	00:49:06.50	8:11	7.3
43	WIERZBIcki KACPER	100		KOSZALIN	POL	M18-39	27	M 43	00:16:01	00:32:43	00:49:16.30	8:12	7.3
44	RUDNIK KRZYSZTOF	68	SPORT TO ZDROWIE	KOSZALIN	POL	M18-39	28	M 44	00:16:32	00:33:53	00:50:17.45	8:22	7.2
45	KUKIEŁCZYŃSKI ŁUKASZ	41		KOSZALIN	POL	M18-39	29	M 45	00:16:11	00:33:21	00:50:37.00	8:26	7.1
46	GONTEK ŁUKASZ	20	ŁOSOŚ TEAM	SŁUPSK	POL	M18-39	30	M 46	00:15:54	00:33:27	00:50:48.40	8:28	7.1
47	RUTKOWSKI ARTUR	69	SPORTOWIEC.INFO (KOSZALIŃSKI RANKING BIEGACZY)	KOSZALIN	POL	M18-39	31	M 47	00:15:44	00:33:29	00:51:11.55	8:31	7
48	MRUGALSKI STANISŁAW	47		MIASTKO	POL	M40-54	16	M 48	00:16:33	00:34:10	00:51:17.45	8:32	7
49	KOZUB TOMASZ	35	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	32	M 49	00:15:54	00:33:26	00:51:19.80	8:33	7
50	GALICKI ROBERT	14		BOBOLICE	POL	M40-54	17	M 50	00:16:45	00:34:35	00:52:16.70	8:42	6.9
51	MURAWSKI RAFAŁ	49	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	M18-39	33	M 51	00:16:58	00:34:40	00:52:44.30	8:47	6.8
52	JUSZCZAK KRZYSZTOF	31		KOSZALIN	POL	M55+	2	M 52	00:17:26	00:35:35	00:53:04.35	8:50	6.8
53	TRĘBACZ MARIUSZ	93	APARTAMENT U TEOFILA	KOSZALIN	POL	M40-54	18	M 53	00:17:11	00:35:03	00:53:16.95	8:52	6.8
54	PISERA KRZYSZTOF	60		KOSZALIN	POL	M40-54	19	M 54	00:17:23	00:35:34	00:53:33.90	8:55	6.7
55	NIEWIADOWSKI ROBERT	52		STARE BIELICE	POL	M18-39	34	M 55	00:17:14	00:35:25	00:53:35.75	8:56	6.7
56	RZEPLIŃSKI DOMINIK	71		KOSZALIN	POL	M18-39	35	M 56	00:17:30	00:36:13	00:54:14.25	9:02	6.6
57	CZECH ROMAN	9	GOCH BYTÓW	SŁUPSK	POL	M55+	3	M 57	00:18:06	00:36:57	00:55:14.80	9:12	6.5
58	STAŃCZYK SŁAWOMIR	82	STARGARD. JA SIĘ NIE ŚCIGAM	STARGARD	POL	M18-39	36	M 58	00:17:21	00:36:34	00:55:26.80	9:14	6.5
59	BAGIEŃSKI MATEUSZ	122	STC STARGARD	KOSZALIN	POL	M18-39	37	M 59	00:17:23	00:36:39	00:55:26.85	9:14	6.5
60	SUSKI JAN	87	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	4	M 60	00:18:51	00:38:50	00:58:58.75	9:49	6.1
61	GAWROŃSKI PAWEŁ	17	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	M18-39	38	M 61	00:19:03	00:40:31	01:00:20.55	10:03	6
62	JANUSZEWSKI JACEK	29	17 WOG KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	5	M 62	00:19:20	00:39:40	01:00:57.60	10:09	5.9
63	ŚWIDERSKI MARCIN	92		KOSZALIN	POL	M18-39	39	M 63	00:20:26	00:44:22	01:01:20.80	10:13	5.9
64	PASEK JAN	55	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	M55+	6	M 64	00:18:59	00:40:34	01:02:16.90	10:22	5.8
65	SIDOR MARIUSZ	74	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	M18-39	40	M 65	00:18:22	00:39:55	01:02:22.40	10:23	5.8
66	WEILAND ADRIAN	95		SŁUPSK	POL	M18-39	41	M 66	00:18:22	00:39:49	01:02:22.50	10:23	5.8

**BIEG HERKULESA 6 KM, K18-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	NIECKARZ MONIKA	51	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	K18-39	1	K 1	00:15:21	00:30:49	00:47:08.90	7:51	7.6
2	POŁUMACKANYCZ MAŁGORZATA	65		KOSZALIN	POL	K18-39	2	K 2	00:15:10	00:32:17	00:48:48.05	8:08	7.4
3	HAŁAJKO MAGDALENA	21	HEISENBERG TEAM	KOSZALIN	POL	K18-39	3	K 4	00:16:14	00:33:24	00:49:23.85	8:14	7.3
4	SZAFRANKO NATALIA	88		KOSZALIN	POL	K18-39	4	K 6	00:16:16	00:33:23	00:49:44.60	8:17	7.2
5	PIECHOCKA ALEKSANDRA	59		GRAVESEND	GBR	K18-39	5	K 7	00:16:11	00:33:22	00:50:37.15	8:26	7.1

**BIEG HERKULESA 6 KM, K18-39 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
6	MRUGALSKA MAGDALENA	193	JW 1223	KOSZALIN	POL	K18-39	6	K 8	00:16:27	00:34:02	00:51:18.20	8:33	7
7	SZCZYPIŃSKA MARTA	89		WARSZAWA	POL	K18-39	7	K 10	00:17:08	00:34:17	00:52:15.25	8:42	6.9
8	KRYSTOSIK PAULINA	38	WIECZORNE BIEGANIE 8 KM W SZCZECINIE	SZCZECIN	POL	K18-39	8	K 11	00:16:08	00:34:51	00:52:45.00	8:47	6.8
9	SZEWczyk PAULINA	90		KOSZALIN	POL	K18-39	9	K 12	00:17:26	00:35:44	00:53:25.90	8:54	6.7
10	MURAWSKA KATARZYNA	48	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	K18-39	10	K 13	00:17:26	00:35:42	00:54:01.15	9:00	6.7
11	POKRZYWIKA OLGA	64		KOSZALIN	POL	K18-39	11	K 14	00:17:30	00:36:13	00:54:13.85	9:02	6.6
12	PSIONKA MAGDALENA	67		KOSZALIN	POL	K18-39	12	K 15	00:17:14	00:35:50	00:54:16.80	9:02	6.6
13	PASEK PAULA	54	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	K18-39	13	K 16	00:17:27	00:35:59	00:55:01.00	9:10	6.5
14	RYBA MILENA	70		KOSZALIN	POL	K18-39	14	K 18	00:18:14	00:37:15	00:56:17.20	9:22	6.4
15	GAJDA MAŁGORZATA	13	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	15	K 19	00:18:35	00:38:41	00:59:04.05	9:50	6.1
16	GAWROŃSKA ANIA	16	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	K18-39	16	K 20	00:19:00	00:40:28	01:00:20.45	10:03	6
17	SIDOR IZABELA	75	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	K18-39	17	K 21	00:18:27	00:39:50	01:02:21.50	10:23	5.8
18	DUDA RÓŻA	11	METALCORP TEAM	SŁUPSK	POL	K18-39	18	K 22	00:18:35	00:39:53	01:02:21.85	10:23	5.8
19	BROLL WIOLETTA	5	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE	POL	K18-39	19	K 23	00:18:37	00:39:53	01:02:22.20	10:23	5.8
20	WEILAND AGNIESZKA	96	NOCNE WILKI	SŁUPSK	POL	K18-39	20	K 24	00:18:31	00:39:50	01:02:22.35	10:23	5.8
21	WICHER AGNIESZKA	98		KOSZALIN	POL	K18-39	21	K 25	00:20:33	00:42:24	01:04:38.05	10:46	5.6
22	MOŁDAWA KAROLINA	46	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K18-39	22	K 26	00:20:58	00:43:27	01:05:43.45	10:57	5.5
23	SZYŁKA JUSTYNA	91		GDAŃSK	POL	K18-39	23	K 27	00:20:14	00:43:41	01:08:17.50	11:22	5.3
24	SUSKA JOANNA	86		KOSZALIN	POL	K18-39	24	K 28	00:20:10	00:43:35	01:08:17.60	11:22	5.3
25	KOLIŃSKA ANNA	33		KOSZALIN	POL	K18-39	25	K 29	00:20:27	00:44:41	01:08:28.65	11:24	5.3

**BIEG HERKULESA 6 KM, M18-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	STEBELSKI JASIEK	83		KOSZALIN	POL	M18-39	1	M 1	00:11:23	00:23:22	00:35:14.45	5:52	10.2
2	SOSNOWSKI TOMASZ	80	MEDEN-INMED SPORTS TEAM	KOSZALIN	POL	M18-39	2	M 2	00:11:54	00:24:47	00:37:06.20	6:11	9.7
3	DUDA GRZEGORZ	12	METALCORP TEAM	BUKÓWKA	POL	M18-39	3	M 3	00:12:03	00:24:56	00:37:19.80	6:13	9.6
4	ZIENOWICZ MICHAŁ	103		KOSZALIN	POL	M18-39	4	M 4	00:12:18	00:25:36	00:39:10.50	6:31	9.2
5	WIELGAT ŁUKASZ	99	KB BRYZA POSTOMINO	PIENKOWO	POL	M18-39	5	M 5	00:12:38	00:25:52	00:39:23.15	6:33	9.1
6	SŁODZIŃSKI GABRIEL	79	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	6	M 7	00:12:47	00:26:25	00:39:50.60	6:38	9
7	SITOWSKI MARCIN	76	PROMED SZCZECINEK	KOSZALIN	POL	M18-39	7	M 8	00:12:27	00:26:20	00:40:21.25	6:43	8.9
8	JABŁOŃSKI TOMASZ	194	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	8	M 10	00:13:38	00:27:36	00:41:02.15	6:50	8.8
9	STRZYŻ ŁUKASZ	84	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	STARE BIELICE	POL	M18-39	9	M 11	00:13:15	00:27:12	00:41:09.80	6:51	8.7
10	HOREGLAD PAWEŁ	22	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M18-39	10	M 13	00:13:29	00:27:34	00:41:52.90	6:58	8.6
11	JAMNIAK BARTOSZ	26	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	11	M 16	00:13:29	00:28:07	00:42:26.30	7:04	8.5
12	GAWROŃSKI BARTEK	18		KOSZALIN	POL	M18-39	12	M 17	00:13:10	00:27:43	00:42:29.30	7:04	8.5
13	JANIK PIOTR	27		KOSZALIN	POL	M18-39	13	M 18	00:13:39	00:28:12	00:42:30.30	7:05	8.5
14	JAGŁA ŁUKASZ	24		KOŁOBRZEG	POL	M18-39	14	M 19	00:13:55	00:28:29	00:43:17.00	7:12	8.3
15	NIECKARZ KRZYSZTOF	50	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M18-39	15	M 23	00:15:05	00:30:06	00:44:41.30	7:26	8.1
16	KRAWCZYK TOMASZ	37		BIESIEKIERZ	POL	M18-39	16	M 24	00:13:57	00:29:15	00:44:42.35	7:27	8.1
17	GAWROŃSKI MAREK	19	NA PRESTIŻU	KOSZALIN	POL	M18-39	17	M 25	00:14:33	00:29:55	00:44:59.35	7:29	8
18	JAROSZEWSKI DANIEL	30	BBKTS	KOSZALIN	POL	M18-39	18	M 26	00:14:38	00:30:24	00:45:36.45	7:36	7.9
19	LENIK HUBERT	43	JW1223	BIESIEKIERZ	POL	M18-39	19	M 31	00:14:31	00:30:34	00:46:26.65	7:44	7.8
20	PODLASEK STANISŁAW	62	LUFATEAM	SZCZECINEK	POL	M18-39	20	M 34	00:15:23	00:32:04	00:47:15.20	7:52	7.6
21	CZAJKOWSKI PAWEŁ	8	LUMBERJACKS CROSS GARAGE KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M18-39	21	M 35	00:15:15	00:31:15	00:47:17.45	7:52	7.6
22	DROZD MICHAŁ	10		SZCZECINEK	POL	M18-39	22	M 36	00:15:17	00:32:05	00:47:33.05	7:55	7.6
23	BAK SEBASTIAN	2	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	23	M 39	00:15:38	00:31:50	00:48:23.50	8:04	7.4
24	OLCZAK KRZYSZTOF	53		SIANÓW	POL	M18-39	24	M 40	00:15:18	00:31:49	00:48:32.00	8:05	7.4
25	SETA JAROSŁAW	73		SŁAWNO	POL	M18-39	25	M 41	00:15:17	00:32:25	00:48:53.45	8:09	7.4
26	SLEDŹ JAROSŁAW	78		KOSZALIN	POL	M18-39	26	M 42	00:15:28	00:32:29	00:49:06.50	8:11	7.3
27	WIERZBICKI KACPER	100		KOSZALIN	POL	M18-39	27	M 43	00:16:01	00:32:43	00:49:16.30	8:12	7.3
28	RUDNIK KRZYSZTOF	68	SPORT TO ZDROWIE	KOSZALIN	POL	M18-39	28	M 44	00:16:32	00:33:53	00:50:17.45	8:22	7.2
29	KUKIELCZYŃSKI ŁUKASZ	41		KOSZALIN	POL	M18-39	29	M 45	00:16:11	00:33:21	00:50:37.00	8:26	7.1
30	GONTEK ŁUKASZ	20	ŁOSOŚ TEAM	SŁUPSK	POL	M18-39	30	M 46	00:15:54	00:33:27	00:50:48.40	8:28	7.1
31	RUTKOWSKI ARTUR	69	SPORTOWIEC.INFO (KOSZALIŃSKI RANKING BIEGACZY)	KOSZALIN	POL	M18-39	31	M 47	00:15:44	00:33:29	00:51:11.55	8:31	7

**BIEG HERKULESA 6 KM, M18-39 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
32	KOZUB TOMASZ	35	ŁOSOŚ T.E.A.M.	JEZIERZYCE OSIEDLE	POL	M18-39	32	M 49	00:15:54	00:33:26	00:51:19.80	8:33	7
33	MURAWSKI RAFAŁ	49	WATAHA-ŁĄCZY NAS BIEGANIE	SŁUPSK	POL	M18-39	33	M 51	00:16:58	00:34:40	00:52:44.30	8:47	6.8
34	NIEWIADOWSKI ROBERT	52		STARE BIELICE	POL	M18-39	34	M 55	00:17:14	00:35:25	00:53:35.75	8:56	6.7
35	RZEPLIŃSKI DOMINIK	71		KOSZALIN	POL	M18-39	35	M 56	00:17:30	00:36:13	00:54:14.25	9:02	6.6
36	STAŃCZYK SŁAWOMIR	82	STARGARD. JA SIĘ NIE ŚCIGAM	STARGARD	POL	M18-39	36	M 58	00:17:21	00:36:34	00:55:26.80	9:14	6.5
37	BAGIEŃSKI MATEUSZ	122	STC STARGARD	KOSZALIN	POL	M18-39	37	M 59	00:17:23	00:36:39	00:55:26.85	9:14	6.5
38	GAWROŃSKI PAWEŁ	17	OGIEŃ W SZOPIE	KOSZALIN	POL	M18-39	38	M 61	00:19:03	00:40:31	01:00:20.55	10:03	6
39	ŚWIDERSKI MARCIN	92		KOSZALIN	POL	M18-39	39	M 63	00:20:26	00:44:22	01:01:20.80	10:13	5.9
40	SIDOR MARIUSZ	74	ŁOSOŚ T.E.A.M.	SŁUPSK	POL	M18-39	40	M 65	00:18:22	00:39:55	01:02:22.40	10:23	5.8
41	WEILAND ADRIAN	95		SŁUPSK	POL	M18-39	41	M 66	00:18:22	00:39:49	01:02:22.50	10:23	5.8

**BIEG HERKULESA 6 KM, K40-54**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	BIELEWICZ ANNA	3	STOPA SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K40-54	1	K 9	00:16:34	00:34:06	00:51:29.50	8:35	7
2	WRÓBLEWSKA MARTA	101		KOSZALIN	POL	K40-54	2	K 30	00:22:19	00:45:56	01:08:39.35	11:26	5.2
3	MARIAŃSKA ANNA	45	WILKI	KOSZALIN	POL	K40-54	3	K 31	00:22:20	00:45:56	01:08:40.60	11:26	5.2

**BIEG HERKULESA 6 KM, M40-54**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	GRZESIK EUGENIUSZ	110	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	1	M 6	00:12:56	00:26:17	00:39:30.65	6:35	9.1
2	URBAŃSKI TOMASZ	94	KARLINO BIEGAJ	BIAŁOGARD	CZE	M40-54	2	M 9	00:13:03	00:26:42	00:40:27.30	6:44	8.9
3	PICK TOMEK	58	DEAF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	3	M 12	00:13:25	00:27:49	00:41:19.35	6:53	8.7
4	IWANIEC DARIUSZ	23	TKKF KOSZALIN	SIERAKOWO	POL	M40-54	4	M 14	00:13:59	00:28:07	00:41:53.90	6:59	8.6
5	KAJKOWSKI RAFAŁ	32	CENTRUM SZKOLENIA SIŁ POWIETRZNYCH KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	5	M 15	00:13:37	00:28:16	00:42:23.55	7:03	8.5
6	PROTASEWICZ ANDRZEJ	66	SPOKO SŁAWNO	SŁAWNO	POL	M40-54	6	M 20	00:14:31	00:29:06	00:43:21.55	7:13	8.3
7	PŁOSKI KRZYSZTOF	61	DARŁOWSKIE CHARTY	BOBOLIN	POL	M40-54	7	M 21	00:14:51	00:29:23	00:44:11.95	7:22	8.1
8	STUDNIK JAROSŁAW	85		RUDA ŚLĄSKA	POL	M40-54	8	M 27	00:14:39	00:30:05	00:45:43.15	7:37	7.9
9	ADRYAN ADAM	1		WIELICHOWO	POL	M40-54	9	M 28	00:15:19	00:30:47	00:46:00.65	7:40	7.8
10	JANUSZEK ADAM	28	RUGBY CUB KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	10	M 29	00:14:30	00:30:39	00:46:11.45	7:42	7.8
11	KRASIŃSKI WITOLD	36		KOSZALIN	POL	M40-54	11	M 30	00:15:09	00:30:54	00:46:22.95	7:43	7.8
12	KUBACZKA ANDRZEJ	40		KOSZALIN	POL	M40-54	12	M 32	00:15:12	00:31:11	00:46:47.05	7:47	7.7
13	GAŁECKI JACEK	15	KARLINO BIEGAJ	KARLINO	POL	M40-54	13	M 33	00:14:46	00:30:31	00:46:47.50	7:47	7.7
14	POKRZYWKA TOMASZ	63		KOSZALIN	POL	M40-54	14	M 37	00:15:28	00:31:53	00:47:36.65	7:56	7.6
15	MURAWSKI WALDEMAR	105	ZKS KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M40-54	15	M 38	00:15:13	00:31:38	00:47:53.90	7:59	7.5
16	MRUGAŁSKI STANISŁAW	47		MIASTKO	POL	M40-54	16	M 48	00:16:33	00:34:10	00:51:17.45	8:32	7
17	GALICKI ROBERT	14		BOBOLICE	POL	M40-54	17	M 50	00:16:45	00:34:35	00:52:16.70	8:42	6.9
18	TRĘBACZ MARIUSZ	93	APARTAMENT U TEOFIŁA	KOSZALIN	POL	M40-54	18	M 53	00:17:11	00:35:03	00:53:16.95	8:52	6.8
19	PISERA KRZYSZTOF	60		KOSZALIN	POL	M40-54	19	M 54	00:17:23	00:35:34	00:53:33.90	8:55	6.7

**BIEG HERKULESA 6 KM, K55+**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	KRZEWIŃSKA MAŁGORZATA	192	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	K55+	1	K 3	00:16:10	00:32:47	00:49:05.45	8:10	7.3
2	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	102		STOISŁAW	POL	K55+	2	K 5	00:16:42	00:33:18	00:49:41.10	8:16	7.2
3	MARCZAK MAŁGORZATA	106		ZELKOWO	POL	K55+	3	K 17	00:17:27	00:36:22	00:55:14.00	9:12	6.5

**BIEG HERKULESA 6 KM, M55+**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	2km	4km	Netto	min/km	km/h
1	SKOWYRSKI JANUSZ	108	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	1	M 22	00:14:21	00:29:42	00:44:21.85	7:23	8.1
2	JUSZCZAK KRZYSZTOF	31		KOSZALIN	POL	M55+	2	M 52	00:17:26	00:35:35	00:53:04.35	8:50	6.8
3	CZECH ROMAN	9	GOCH BYTÓW	SŁUPSK	POL	M55+	3	M 57	00:18:06	00:36:57	00:55:14.80	9:12	6.5
4	SUSKI JAN	87	TKKF KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	4	M 60	00:18:51	00:38:50	00:58:58.75	9:49	6.1
5	JANUSZEWSKI JACEK	29	17 WOG KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M55+	5	M 62	00:19:20	00:39:40	01:00:57.60	10:09	5.9
6	PASEK JAN	55	KLUB BIEGOWY JANTAR ŚWIESZYNO	ŚWIESZYNO	POL	M55+	6	M 64	00:18:59	00:40:34	01:02:16.90	10:22	5.8