

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM**

Organizator: Urząd Gminy i Miasta w Sianowie  
 Data: 2019-05-01  
 Miejsce: Sianów  
 Dystans: 10 km  
 Klasyfikacja wg czasów netto.


**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POL	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	4:38	12.9
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POL	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	4:40	12.8
3	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POL	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	4:41	12.8
4	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POL	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	4:43	12.7
5	ROKOSZ RADOŚLAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	4:47	12.5
6	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POL	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	5:10	11.6
7	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POL	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	5:27	11
8	POLAŃSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POL	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	5:28	10.9
9	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	5:37	10.7
10	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POL	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	5:40	10.6
11	KUŻMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	5:49	10.3
12	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POL	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	5:49	10.3
13	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POL	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	5:58	10
14	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POL	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	5:58	10
15	GRZELĄZKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POL	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	6:06	9.8
16	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	6:10	9.7
17	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POL	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	6:11	9.7
18	JAROSZ JAKUB	81	TKKF KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POL	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	6:17	9.5
19	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCLAW	POL	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	6:18	9.5
20	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	6:19	9.5
21	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POL	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	6:20	9.5
22	RUDZIŃSKI RADOŚLAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POL	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	6:22	9.4
23	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POL	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	6:30	9.2
24	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	6:56	8.6
25	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POL	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	6:56	8.6
26	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POL	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	6:56	8.6
27	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	6:59	8.6
28	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	6:59	8.6
29	KAZIMIEROWICZ RADOŚLAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	6:59	8.6
30	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POL	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	7:08	8.4
31	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KŁĘPINO BIAŁOGARDZKIE	POL	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	7:18	8.2
32	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POL	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	7:29	8
33	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POL	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	8:31	7
34	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POL	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	8:31	7

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	6:19	9.5
2	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POL	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	6:20	9.5
3	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	6:56	8.6
4	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	6:59	8.6
5	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POL	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	7:08	8.4
6	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KŁĘPINO BIAŁOGARDZKIE	POL	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	7:18	8.2

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POL	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	4:38	12.9
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POL	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	4:40	12.8
3	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POL	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	4:41	12.8
4	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POL	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	4:43	12.7
5	ROKOSZ RADOSŁAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	4:47	12.5
6	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POL	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	5:10	11.6
7	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POL	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	5:27	11
8	POLANSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POL	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	5:28	10.9
9	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	5:37	10.7
10	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POL	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	5:40	10.6
11	KUŹMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	5:49	10.3
12	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POL	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	5:49	10.3
13	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POL	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	5:58	10
14	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POL	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	5:58	10
15	GRZELĄZKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POL	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	6:06	9.8
16	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	6:10	9.7
17	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POL	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	6:11	9.7
18	JAROSZ JAKUB	81	TKKF KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POL	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	6:17	9.5
19	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCŁAW	POL	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	6:18	9.5
20	RUDZIŃSKI RADOSŁAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POL	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	6:22	9.4
21	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POL	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	6:30	9.2
22	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POL	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	6:56	8.6
23	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POL	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	6:56	8.6
24	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	6:59	8.6
25	KAZIMIEROWICZ RADOSŁAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	6:59	8.6
26	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POL	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	7:29	8
27	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POL	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	8:31	7
28	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POL	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	8:31	7

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-Gmina**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POL	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	6:20	9.5

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-Gmina**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POL	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	5:58	10
2	JAROSZ JAKUB	81	TKKF KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POL	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	6:17	9.5
3	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POL	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	6:30	9.2
4	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POL	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	8:31	7

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-18**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POL	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	6:20	9.5
2	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	6:56	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-18**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POL	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	5:10	11.6
2	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POL	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	5:37	10.7
3	JAROSZ JAKUB	81	TKKF KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POL	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	6:17	9.5
4	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POL	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	6:30	9.2
5	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POL	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	6:56	8.6
6	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POL	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	7:29	8

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-30**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	6:19	9.5
2	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	6:59	8.6
3	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POL	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	7:08	8.4

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-30**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POL	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	4:41	12.8
2	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POL	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	4:43	12.7
3	ROKOSZ RADOSŁAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	4:47	12.5
4	POLAŃSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POL	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	5:28	10.9
5	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POL	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	5:58	10
6	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POL	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	5:58	10
7	GRZELĄŻKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POL	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	6:06	9.8
8	RUDZIŃSKI RADOSŁAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POL	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	6:22	9.4
9	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POL	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	6:56	8.6
10	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POL	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	6:59	8.6
11	KAZIMIEROWICZ RADOSŁAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POL	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	6:59	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-40**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KŁĘPINO BIAŁOGARDZKIE	POL	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	7:18	8.2

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-40**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POL	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	4:38	12.9
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POL	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	4:40	12.8
3	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POL	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	5:27	11
4	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POL	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	5:40	10.6
5	KUŻMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	5:49	10.3
6	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POL	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	5:49	10.3
7	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POL	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	6:10	9.7
8	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCŁAW	POL	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	6:18	9.5
9	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POL	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	8:31	7
10	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POL	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	8:31	7

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-50**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	4.1km	Netto	min/km	km/h
1	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POL	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	6:11	9.7

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, Drużyna**

Miejsce	Drużyna	Zawodnicy klasyfikowani	Czas	Czas drużyny
1	PIERWSI	WIESŁAW JAROSZRADOSŁAW ROKOSZPRZEMYSŁAW JAROSZMAGDALENA HAŁAJKO	00:38:00.9100:39:14.9900:42:23.8900:58:30.86	02:58:00
2	NIEZBYT MOCNI	MICHAŁ RYKIELJASIEK STEBELSKIPAULINA PIETRZYKARTUR RUTKOWSKI	00:38:30.6200:38:46.3300:51:55.9600:56:54.05	03:06:00
3	CROSSTEAM SZCZECINEK	PAWEŁ POŁUBIŃSKIMARIUSZ KUZMAPIOTR CZAJAEWELINA WEJNER-POLASIK	00:38:24.3200:47:41.8600:50:34.5200:51:54.37	03:08:30
4	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBERT PLATARADOSŁAW RUDZIŃSKIWONA MARKOWSKATOMEK PLATA	00:46:31.8000:52:19.2500:59:56.4501:01:26.12	03:40:12