

**MPOCR 2020 - 3 KM**

Organizator: OCR Polska  
 Data: 2020-09-05  
 Miejsce: Rybnik  
 Dystans: 3 km  
 Klasyfikacja wg czasów netto.

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SZCZECHLA GRZEGORZ	40	CARBON SILESIA SPORT	USTROŃ	POL	M ELITE	1	M 1		00:23:59.00	7:59	7.5
2	HAJNOS DAWID	251	GORĄCY POTOK TEAM	SZAFLARY	POL	M ELITE	2	M 2		00:24:44.55	8:14	7.3
3	WOJTYSZYN WOJCIECH	213	XRUNNERS	NAMYSŁÓW	POL	M ELITE	3	M 3		00:25:58.85	8:39	6.9
4	WÓJCIK WIKTOR	200	VIKINGS RUN TEAM	SMARDZEWICE	POL	M ELITE	4	M 4		00:26:20.75	8:47	6.8
5	SELIANIN DMYTRO	98	SOCIOS SILESIA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M ELITE	5	M 5		00:26:27.45	8:49	6.8
6	SERAFIŃSKI MACIEJ	81	NEXTREME	KONIN	POL	M ELITE	6	M 6		00:26:39.55	8:53	6.8
7	FABIAN MARCEL	51	SOCIOS SILESIA	PYSKOWICE	POL	M ELITE	7	M 7		00:26:59.50	9:00	6.7
8	FILIP BARTOSZ	49	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M ELITE	8	M 8		00:27:07.70	9:02	6.6
9	PRYKOWSKI TOMASZ	174	XRUNNERS	ŁÓDŹ	POL	M ELITE	9	M 9		00:27:49.95	9:16	6.5
10	JACIÓW PAWEŁ	30	WATAHA	PRZEMYŚL	POL	M ELITE	10	M 10		00:28:10.40	9:23	6.4
11	LISOWSKI GRZEGORZ	83	SOCIOS SILESIA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	POL	M 35-39	1	M 11		00:28:16.20	9:25	6.4
12	TOMASIK ALAN	82	ENAX NEXTREME	WARSZAWA	POL	M ELITE	11	M 12		00:28:19.05	9:26	6.4
13	KOHUT IVAN	172	OCRAPOLAND	WARSZAWA	POL	M ELITE	12	M 13		00:28:37.55	9:32	6.3
14	BUDZISZ KRZYSZTOF	96	SOCIOS SILESIA	BYTOM	POL	M 40-44	1	M 14		00:29:04.80	9:41	6.2
15	MARUSZEWSKI MARCIN	76	ENAX NEXTREME	BRWILNO	POL	M 35-39	2	M 15		00:29:09.10	9:43	6.2
16	HANYK LUKAS	296		KOSTELEC NAD ORLICAMI	CZE	M INTERNATIONAL	1	M 16		00:29:24.90	9:48	6.1
17	CHOMICZ KRZYSZTOF	130		ORZESZE	POL	M 40-44	2	M 17		00:29:25.95	9:48	6.1
18	JANUSZEWSKI BARTOSZ	202	XRUNNERS	WARSZAWA	POL	M ELITE	13	M 18		00:29:27.85	9:49	6.1
19	SZYMAŃSKI PAWEŁ	273	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	1	M 19		00:29:46.35	9:55	6
20	WAŁDOWSKI DOMINIK	217	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 40-44	3	M 20		00:29:49.00	9:56	6
21	SOBIERAJSKI BOLESŁAW	222	OCRA POLAND	ZĄBKI	POL	M 18-24	1	M 21		00:30:05.20	10:02	6
22	JASTRZĘBSKI PIOTR	175	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	M 30-34	1	M 22		00:30:05.75	10:02	6
23	NUTIL MICHAŁ	197	FUBO TEAM	BYST	CZE	M INTERNATIONAL	2	M 23		00:30:08.10	10:02	6
24	GÓRKA MICHAŁ	229	KARBON SILESIA SPORT	MYŚLENICE	POL	M 25-29	2	M 24		00:30:09.65	10:03	6
25	SOBIERAJSKI KRZYSZTOF	221	OCRA POLAND	ZĄBKI	POL	M 13-17	1	M 25		00:30:13.95	10:04	6
26	JAROSZ DAVID	238	XRUNNERS	BYSTRZYCA KŁODZKA	POL	M 30-34	2	M 26		00:30:17.20	10:05	5.9
27	HEŁMECKI MATEUSZ	17		CHELMIEC	POL	M 30-34	3	M 27		00:30:31.45	10:10	5.9
28	KIĘPISTY PATRYK	59		ŁÓDŹ	POL	M 25-29	3	M 28		00:30:34.60	10:11	5.9
29	JAKUBEK JAKUB	298	REHASPORT TEAM	ROZTOKY U PRAHY	CZE	M INTERNATIONAL	3	M 29		00:30:49.15	10:16	5.8
30	ŻURAWIK RAFAŁ	93	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	M 30-34	4	M 30		00:30:52.85	10:17	5.8
31	BYRCZEK MICHAŁ	122		WROCŁAW	POL	M 35-39	3	M 31		00:31:10.55	10:23	5.8
32	DOLATA KRZYSZTOF	35	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 35-39	4	M 32		00:31:15.45	10:25	5.8
33	PASON TOMASZ	116	EX TEAM	RASZOWA	POL	M 35-39	5	M 33		00:31:22.20	10:27	5.7
34	STAMATEL SEBASTIAN	103		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	4	M 34		00:31:39.65	10:33	5.7
35	SZULWACH CZAREK	285	BIEGUN OCR	GDYNIA	POL	M 13-17	2	M 35		00:31:55.90	10:38	5.6
36	LISOWSKI ADAM	294	SOCIOS SILESIA	MYŚLOWICE	POL	M 35-39	6	M 36		00:32:07.40	10:42	5.6
37	LEWICKI MARCIN	113	ENAX NEXTREME	BODZANÓW	POL	M 30-34	5	M 37		00:32:07.65	10:42	5.6
38	KRAUZY TOMASZ	261	NASC TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	1	M 38		00:32:20.70	10:47	5.6
39	KALININ JAROSŁAW	159	XRUNNERS	WROCŁAW	POL	M ELITE	14	M 39		00:32:22.20	10:47	5.6
40	KOZUBEK SEBASTIAN	63	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 30-34	6	M 40		00:32:24.00	10:48	5.6
41	WIERZBICKI DANIEL	254	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	4	M 41		00:32:28.80	10:49	5.5
42	BRZEZIŃSKI BARTOSZ	148	GLADIATORS BY RMF4RT	BUKOWIEC	POL	M 18-24	2	M 42		00:32:31.50	10:50	5.5
43	KALWAS MATEUSZ	178	ENAX NEXTREME	MAŃKOWO	POL	M 13-17	3	M 43		00:32:44.35	10:54	5.5
44	ZALĘJASZ SYLWESTER	186	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	7	M 44		00:33:00.50	11:00	5.5
45	CHŁĄD ALEKSANDER	196	EX TEAM	PRZYSIECZ	POL	M 35-39	8	M 45		00:33:02.00	11:00	5.4
46	SITKO MARCIN	42	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	M 25-29	5	M 46		00:33:07.10	11:02	5.4

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
47	LEPIARZ MICHAŁ	5		KEPIE	POL	M 35-39	9	M 47		00:33:08.45	11:03	5.4
48	CHAJEB SEBASTIAN	89	LEMON TEAM	CHOLERZYN	POL	M 35-39	10	M 48		00:33:12.65	11:04	5.4
49	URBAŃSKI KAMIL	199	ENAX NEXTREME	SULECIN	POL	M 30-34	7	M 49		00:33:31.80	11:10	5.4
50	LORYCH KRYSZTIAN	252	BIEGUN OCR TEAM	BORKOWO	POL	M 40-44	5	M 50		00:33:33.25	11:11	5.4
51	MARKOWSKI FABIAN	288	MS-FIT STUDIO	GARZYN	POL	M 30-34	8	M 51		00:33:38.15	11:13	5.3
52	JÓZEFIAK ŁUKASZ	169	OCR BIEGUN TEAM	PSZCZÓŁKI	POL	M 35-39	11	M 52		00:33:50.85	11:17	5.3
53	JARZĄBEK DAWID	94	SOCIOS SILESIA	SZCZERBICE	POL	M 30-34	9	M 53		00:33:53.50	11:18	5.3
54	FORMELA PIOTR	247	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 30-34	10	M 54		00:34:02.55	11:21	5.3
55	ILNICKI DAREK	272	DRAGON RUNNERS	ŚWIĄTNIKI GÓRNE	POL	M 35-39	12	M 55		00:34:09.90	11:23	5.3
56	SOLAKIEWICZ ANNA	212	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K ELITE	1	K 1		00:34:22.10	11:27	5.2
57	KURASIŃSKI KONRAD	109	SOCIOS SILESIA	BRENNA	POL	M 30-34	11	M 56		00:34:26.70	11:29	5.2
58	GAZUREK KACPER	176	XRUNNERS	ZBYTKÓW	POL	M 25-29	6	M 57		00:34:29.25	11:29	5.2
59	BARANOWSKA KATARZYNA	239	GORĄCY POTOK TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	K ELITE	2	K 2		00:34:47.70	11:36	5.2
60	FRYDRYCH MACIEK	224	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 40-44	6	M 58		00:34:59.75	11:40	5.1
61	KOMARNICKI TOMASZ	22		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	2	M 59		00:35:00.30	11:40	5.1
62	WÓJCIK GRZEGORZ	8		ŚWIDNIK	POL	M 35-39	13	M 60		00:35:01.25	11:40	5.1
63	ZAWILIŃSKI MATEUSZ	57	DRAGON RUNNERS	KRAKÓW	POL	M ELITE	15	M 61		00:35:03.50	11:41	5.1
64	KACPERSKI JACEK	218		GUCIN	POL	M 35-39	14	M 62		00:35:05.35	11:42	5.1
65	GROBELNA ALEKSANDRA	262	XRUNNERS	BRZEG DOLNY	POL	K ELITE	3	K 3		00:35:05.85	11:41	5.1
66	JAKUBCZAK MARCIN	173	BEST BEASTS	BYDLINO	POL	M 40-44	7	M 63		00:35:13.55	11:44	5.1
67	BONISŁAWSKI TOMASZ	195	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 18-24	3	M 64		00:35:25.20	11:48	5.1
68	PODGORSKI MAREK	27	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M 35-39	15	M 65		00:35:37.00	11:52	5.1
69	WARZECHA FILIP	101	KUŹNIA DAMIANA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 18-24	4	M 66		00:35:43.35	11:54	5
70	MAZUR DAMIAN	53	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	12	M 67		00:35:51.70	11:57	5
71	MANTYCKI RAFAŁ	255	NINJA SQUAD LUBLIN	LUBLIN	POL	M 30-34	13	M 68		00:35:55.50	11:58	5
72	NOWAKOWSKI KAROL	36	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 30-34	14	M 69		00:36:02.00	12:00	5
73	STUDNIARZ MICHAŁ	128	SOCIOS SILESIA	ŁAZISKA GÓRNE	POL	M 30-34	15	M 70		00:36:02.70	12:01	5
74	KUDRELEK KAROL	38		BERLIN	GER	M 35-39	16	M 71		00:36:06.30	12:02	5
75	JUKOWSKI JAREK	231	TWARDZIELE TEAM BOGATYNIA	BOGATYNIA	POL	M 30-34	16	M 72		00:36:19.20	12:06	5
76	ŁOSIN MARTA	136	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K ELITE	4	K 4		00:36:20.75	12:07	5
77	STEG TOMASZ	268	NASC	KRAKÓW	POL	M 30-34	17	M 73		00:36:23.80	12:07	4.9
78	CHOŁUJ ŁUKASZ	32	PWPPW S.A.	BANIOCHA	POL	M 30-34	18	M 74		00:36:27.10	12:09	4.9
79	CHMIELEWSKI MARIUSZ	66	OUTDOOR TRAINING	CZARNA BIAŁOSTOCKA	POL	M 40-44	8	M 75		00:36:40.05	12:13	4.9
80	JAŃCZUK PRZEMYSŁAW	111	WATAHA	STARGARD	POL	M 25-29	7	M 76		00:36:41.10	12:13	4.9
81	OBREBSKI PATRYK	204	NEXTREME	PŁOCK	POL	M 30-34	19	M 77		00:37:00.10	12:20	4.9
82	GOLDA MICHAŁ	69	ASSASSIN'S TEAM OCR	MŁOSZYCE	POL	M 35-39	17	M 78		00:37:16.30	12:25	4.8
83	KOZUBEK SEWERYN	65	RAJSPORT ACTIVE	SIERADZ	POL	M 18-24	5	M 79		00:37:20.20	12:26	4.8
84	BRODA TOMASZ	154	GLADIATORS	KICZORY	POL	M 18-24	6	M 80		00:37:27.35	12:29	4.8
85	LASKOWSKI MARCIN	52	MAD RUNNERS	KŁODZKO	POL	M 30-34	20	M 81		00:37:42.20	12:34	4.8
86	KACHEL MATEUSZ	15	CARBON SILESIA SPORT	BIERUŃ	POL	M 30-34	21	M 82		00:37:54.05	12:38	4.7
87	MÓWIŃSKI PATRYK	206	R.AMBO DRUGA CREW	OLSZTYN	POL	M 30-34	22	M 83		00:38:00.30	12:40	4.7
88	GRZEGORZYCA DAMIAN	31	SOCIOS SILESIA	BANINO	POL	M 40-44	9	M 84		00:38:01.50	12:40	4.7
89	SZTAJER BARTEK	46	SOCIOS SILESIA	BEDZIN	POL	M 35-39	18	M 85		00:38:13.25	12:44	4.7
90	HUDASZEK ZBIGNIEW	158	DRAGON RUNNERS	RUDNIK	GER	M 25-29	8	M 86		00:38:14.25	12:44	4.7
91	SERAFIŃSKI ROBERT	78	NEXTREME	KONIN	POL	M 50+	1	M 87		00:38:15.00	12:45	4.7
92	BRODA MATEUSZ	156	GLADIATORS	KICZORY	POL	M 30-34	23	M 88		00:38:25.60	12:48	4.7
93	KUBIESA JAKUB	301	-	-	POL	M 35-39	19	M 89		00:38:25.90	12:48	4.7
94	SZCZOTOK WIKTOR	230	CARBON SILESIA SPORT	PSZCZYNA	POL	M 18-24	7	M 90		00:38:26.55	12:49	4.7
95	WITKA PATRYK	171	MAD RUNNERS	NOWA RUDA	POL	M 35-39	20	M 91		00:38:34.00	12:51	4.7
96	SARZYŃSKI ARKADIUSZ	13	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 30-34	24	M 92		00:38:50.50	12:57	4.6
97	SZARUGA MAŁGORZATA	123	SOCIOS SILESIA	RABKA ZDRÓJ	POL	K ELITE	5	K 5		00:39:05.30	13:01	4.6
98	SKRZECZYŃSKI SŁAWOMIR	243	HEJ, JAK TA SARNA!	RABKA-ZDRÓJ	POL	M 40-44	10	M 93		00:39:05.70	13:02	4.6
99	WYSŁUCH IZA	102	CARBON SILESIA SPORT	RUDA ŚLĄSKA	POL	K ELITE	6	K 6		00:39:06.15	13:02	4.6
100	LEBIODA MARCIN	41	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	3	M 94		00:39:08.05	13:02	4.6
101	KALISZYK GRZEGORZ	280	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 45-49	1	M 95		00:39:29.30	13:09	4.6
102	ZAJĄC ARTUR	157	WARTKIE ZBÓJE	ZAKOPANE	POL	M 35-39	21	M 96		00:39:43.05	13:14	4.5
103	WOŁCZEK PAULINA	241		WĘGORZEWO	POL	K ELITE	7	K 7		00:39:53.05	13:17	4.5

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
104	GAWRONIUK PAULINA	290	WATAHA	WROCLAW	POL	K ELITE	8	K 8		00:39:57.20	13:19	4.5
105	GRZEGORZYCA SZYMON	246	CARBON SILESIA SPORT	BYTOM	POL	M 18-24	8	M 97		00:40:04.45	13:21	4.5
106	BLUSZCZ DAWID	54	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	4	M 98		00:40:07.60	13:22	4.5
107	MIODEK ADRIAN	282	DIRTY SPARROWS	OPALENICA	POL	M 35-39	22	M 99		00:40:08.15	13:22	4.5
108	MACHTYL ZYGMUNT	166	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	M 45-49	2	M 100		00:40:09.90	13:23	4.5
109	KOŁCZYN MAGDALENA	177		KRAKÓW	POL	K ELITE	9	K 9		00:40:14.10	13:24	4.5
110	GÓRZYŃSKI KONRAD	190	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 13-17	4	M 101		00:40:25.25	13:28	4.5
111	KULON GRZEGORZ	125	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	11	M 102		00:40:34.40	13:31	4.4
112	KURACH STANISŁAW	155	POWER TRAINING	WARKA	POL	M 50+	2	M 103		00:41:01.90	13:40	4.4
113	GIZAK MICHAŁ	291	SOCIOS SILESIA	SOSNOWIEC	POL	M 35-39	23	M 104		00:41:03.70	13:41	4.4
114	MISSALA MICHAŁ	18	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 40-44	12	M 105		00:41:08.15	13:42	4.4
115	KASZA RAFAŁ	183		ZIELONA GÓRA	POL	M ELITE	16	M 106		00:41:08.20	13:42	4.4
116	JÓZWIAK MATEUSZ	64	SPARTA RUNNERS	POZNAŃ	POL	M 13-17	5	M 107		00:41:40.45	13:53	4.3
117	MIZGAŁSKI JACEK	153	DZIADY OCR	JAROCIN	POL	M 45-49	3	M 108		00:41:41.75	13:53	4.3
118	RAMBERGER CHRISTIAN	163	TEAM CELTIC WARRIOR	WIENERSDORF	AUT	M INTERNATIONAL	4	M 109		00:41:43.40	13:54	4.3
119	ŚWIERSZCZ PAWEŁ	270	GLADIATORS BY RMF4RT	LEGNICA	POL	M 30-34	25	M 110		00:41:54.35	13:58	4.3
120	PAWELCZYK JÓZEF	60	RYBNICKA GRUPA BIEGOWA-PĘDZIMY RAZEM/PWR-TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	5	M 111		00:41:55.80	13:58	4.3
121	MACIUSZEK JULIA	108		WROCLAW	POL	K ELITE	10	K 10		00:41:55.90	13:58	4.3
122	WIŚNIEWSKI NORBERT	278		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M 40-44	13	M 112		00:42:07.35	14:02	4.3
123	ŻWIROWICZ KEWIN	97		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	9	M 113		00:42:11.95	14:04	4.3
124	STEC JAKUB	168	BEST BEASTS	NIEWIEROWO 6E	POL	M 35-39	24	M 114		00:42:19.75	14:06	4.3
125	GÓRKA BARTŁOMIEJ	242	CARBON SILESIA SPORT	MYSLENICE	POL	M 18-24	9	M 115		00:42:27.65	14:09	4.2
126	GRZECH MATEUSZ	211	BESTIE OCR LEGIONOWO	NIEPORĘT	POL	M 18-24	10	M 116		00:42:44.15	14:14	4.2
127	CIMLER JIRI	297		KRALUPY NAD VLTAVOU		M INTERNATIONAL	5	M 117		00:42:46.40	14:15	4.2
128	ZIMON NORBERT	121	WATAHA	WROCLAW	POL	M 30-34	26	M 118		00:43:04.90	14:21	4.2
129	NIKIEL DARIUSZ	62	DIRTY SPARROWS	WĄGROWIEC	POL	M 40-44	14	M 119		00:43:15.20	14:25	4.2
130	DUDA GRZEGORZ	167	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	M 40-44	15	M 120		00:43:30.15	14:30	4.1
131	GIEMZA MICHAŁ	264		KRAKÓW	POL	M 25-29	10	M 121		00:43:31.35	14:30	4.1
132	JASTRZĘBSKA ALEKSANDRA	198	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	K 30-34	1	K 11		00:43:45.25	14:35	4.1
133	KLAJA DAWID	142		MIEDŹNA	POL	M 25-29	11	M 122		00:44:12.85	14:44	4.1
134	ŚWIĄDER ANDRZEJ	134	BEFIT24 TEAM	WIELICZKA	POL	M 40-44	16	M 123		00:44:16.15	14:45	4.1
135	ZAJKO RAFAŁ	99	STG LUBLIN	LUBLIN	POL	OPEN	1	M 124		00:44:17.40	14:46	4.1
136	WĘGLARZ WALDEMAR	236	EXTREME CLUB	RABKA -ZDRÓJ	POL	M 40-44	17	M 125		00:44:23.65	14:48	4.1
137	WERYK MATEUSZ	144	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 40-44	18	M 126		00:44:37.90	14:52	4
138	ZIARKOWSKI MIROSŁAW	188	FIT&MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	6	M 127		00:44:51.45	14:57	4
139	NITECKA MARTA	283	DENISTEAM	KOZY	POL	K 40-44	1	K 12		00:44:52.10	14:57	4
140	GÓRNIK ROBERT	114	EX_TEAM	OPOLE	POL	M 35-39	25	M 128		00:44:54.30	14:58	4
141	FRANCZYK ARTUR	75	DRAGON RUNNERS	WIELKA WIEŚ	POL	M 35-39	26	M 129		00:44:57.75	14:59	4
142	HAVLIČEK JAKUB	203	FUBO TEAM	STŘEZETICE	CZE	M INTERNATIONAL	6	M 130		00:44:59.20	14:59	4
143	MISSALA MATEUSZ	119	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	M 40-44	19	M 131		00:45:11.80	15:04	4
144	GLUSZEK PIOTR	193		ŁASK	POL	M 35-39	27	M 132		00:45:24.70	15:08	4
145	ZYWER URSZULA	80	WATAHA	ŻARÓW	POL	K ELITE	11	K 13		00:45:41.30	15:13	3.9
146	NOWAKOWSKI JAKUB	100		BRANDENBURG - TELTOW	GER	M 30-34	27	M 133		00:45:51.10	15:17	3.9
147	TRACZ SŁAWOMIR	43	CARBON SILESIA SPORT	MYSLENICE	POL	M 45-49	4	M 134		00:46:04.20	15:21	3.9
148	JANISZEWSKI GRZEGORZ	73	DZIADY OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	3	M 135		00:46:05.65	15:22	3.9
149	SCHÜLER CONSTANTIN	161	TEAM CELTIC WARRIOR	KATZELSDORF	AUT	M INTERNATIONAL	7	M 136		00:46:15.00	15:25	3.9
150	MAKUSZEWSKI MARCIN	143	BEFIT24TEAM	OLSZOWICE	POL	M 40-44	20	M 137		00:46:30.00	15:30	3.9
151	JASIŃSKA ALICJA	276	GORAŃY POTOK TEAM	ŻYRAKÓW	POL	K 18-24	1	K 14		00:46:34.60	15:31	3.9
152	KIERZYK KRZYSZTOF	269		GŁOGÓW	POL	OPEN	2	M 138		00:46:37.10	15:32	3.9
153	WOJŚLAW PIOTR	277		GŁOGÓW	POL	OPEN	3	M 139		00:46:37.80	15:32	3.9
154	BAJSAROWICZ MARTA	223	DRAGON RUNNERS	GLIWICE	POL	K 30-34	2	K 15		00:46:39.00	15:33	3.9
155	WIECZOREK ALEKSANDER	181	CARBON SILESIA SPORT	MARKLOWICE	POL	M 25-29	12	M 140		00:46:55.70	15:38	3.8
156	GÓRA DAWID	187		BOGUCICE	POL	M 18-24	11	M 141		00:46:57.10	15:39	3.8
157	MISSALA ANDRZEJ	19	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 13-17	6	M 142		00:47:03.10	15:41	3.8
158	WOŹNIAK JOANNA	279	LEMON TEAM	KRZESZOWICE	POL	K 25-29	1	K 16		00:47:05.75	15:41	3.8
159	MYALSKA KATARZYNA	227	CARBON SILESIA SPORT	LEDZINY	POL	K ELITE	12	K 17		00:47:07.00	15:42	3.8

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
160	MORAWSKI GRZEGORZ	226		WARSZAWA	POL	M 35-39	28	M 143		00:47:08.70	15:43	3.8
161	LOMNICKA TEREZA	295		PARDUBICE		K INTERNATIONAL	1	K 18		00:47:11.45	15:43	3.8
162	SKRĘTY PATRYK	216	SYNOWIE RAGNARA OCR	POZNAŃ	POL	M 25-29	13	M 144		00:47:56.60	15:59	3.8
163	JĄŁOCHA SYLWIA	92	LEMON TEAM	WRZAŚOWICE	POL	K 25-29	2	K 19		00:48:04.75	16:01	3.7
164	DĄBROWSKI KRZYSZTOF	180	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	OPEN	4	M 145		00:48:13.40	16:04	3.7
165	MACIEJAK ANNA	274	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	K ELITE	13	K 20		00:48:22.80	16:07	3.7
166	JUSZKIEWICZ DOMINIK	287	MS-FIT	GARZYN	POL	M 35-39	29	M 146		00:48:47.05	16:15	3.7
167	GABRYŚ PIOTR	37	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	7	M 147		00:49:13.50	16:24	3.7
168	PLAŻAŁSKI PRZEMYSŁAW	127	LIFE4FIT	BROJCE	POL	M 40-44	21	M 148		00:49:46.50	16:35	3.6
169	PIOTROWSKI ANDRZEJ	300	-	-	POL	-		M 149		00:50:43.40	16:54	3.5
170	PRZĄDKA MARCIN	256	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 25-29	14	M 150		00:50:44.55	16:55	3.5
171	JESKA TOMASZ	50	DIRTY SPARROWS	ŁUKOWO	POL	M 40-44	22	M 151		00:50:45.30	16:55	3.5
172	MIKOŁAJEK ROBERT	67		OLEWA	POL	M 40-44	23	M 152		00:50:52.15	16:57	3.5
173	HAJEWSKI MICHAŁ	12		DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M 40-44	24	M 153		00:51:21.25	17:07	3.5
174	DOMAN ŁUKASZ	56	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	OPEN	5	M 154		00:52:20.00	17:26	3.4
175	SZLAGA RAFAŁ	257		MIKOŁÓW	POL	M 40-44	25	M 155		00:52:26.00	17:28	3.4
176	STOLARSKI KAMIL	9		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	7	M 156		00:52:33.25	17:31	3.4
177	MACIOŁEK ARKADIUSZ	2	CROSSFIT TEAM SUSZ	ILEWA	POL	M 40-44	26	M 157		00:52:34.60	17:31	3.4
178	STĘPIEŃ ŁUKASZ	191	TOTAL FREAK	CIESZYN	POL	M 40-44	27	M 158		00:53:42.65	17:54	3.4
179	JĄGODZIŃSKI DAMIAN	253	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 18-24	12	M 159		00:53:59.10	18:00	3.3
180	WÓJCIK JAREK	271		GŁOGÓW	POL	OPEN	6	M 160		00:54:10.00	18:03	3.3
181	KNAP KLAUDIA	6	R.AMBO DRUGA CREW	OLSZTYN	POL	K ELITE	14	K 21		00:55:35.20	18:31	3.2
182	MIKRUT MATEUSZ	201	TOTAL FREAK	CIESZYN	POL	M 35-39	30	M 161		00:56:06.10	18:42	3.2
183	KONIEC MARIUSZ	107	CARBON SILESIA SPORT	DABROWA GORNICZA	POL	M 35-39	31	M 162		00:56:07.00	18:42	3.2
184	MIERZICKI MARCEL	16	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	32	M 163		00:56:43.30	18:54	3.2
185	MILBRANT MICHAŁ	72	GLADIATORS	JAKTORÓW	POL	M 30-34	28	M 164		00:57:00.80	19:00	3.2
186	MAREK ANNA	29		SZCZECIN	POL	K 25-29	3	K 22		00:57:22.70	19:07	3.1
187	ŚWIĄDER JULIA	135	BEFIT24TEAM	WIELICZKA	POL	K 13-17	1	K 23		00:58:00.70	19:20	3.1
188	ZALEJASZ PAULINA	208	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	K 30-34	3	K 24		00:58:50.45	19:37	3.1
189	SITKO KRYSZYNA	90	SOCIOS SILESIA	TARN GÓRY	POL	K 30-34	4	K 25		01:00:33.70	20:11	3
190	MACIEJEWSKI ŁUKASZ	91	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 35-39	33	M 165		01:02:11.45	20:43	2.9
191	KACPERSKI RADOSŁAW	160		NADOLICE WIELKIE	POL	M 40-44	28	M 166		01:02:46.05	20:55	2.9
192	ŁUSZCZAK ANNA	86	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	5	K 26	00:10:00	01:03:32.00	17:51	3.4
193	URBAŃSKA-KULON KATARZYNA	131	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	2	K 27		01:04:38.30	21:32	2.8
194	GÓRNAŚ ANNA	61	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	K 18-24	2	K 28		01:05:42.55	21:54	2.7
195	KĘDZIERSKI KRZYSZTOF	182		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	8	M 167		01:05:42.80	21:54	2.7
196	CHYLEWSKA-OLECH DAGMARA	132	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 35-39	1	K 29		01:06:06.85	22:02	2.7
197	PIGUŁA DARIA	33	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	7	K 30		01:06:17.15	22:06	2.7
198	PLĄCZEK ANNA	164	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	K 30-34	6	K 31		01:06:38.15	22:12	2.7
199	GŁOWACZ GRZEGORZ	3	DZIADY OCR	CZARNY DUNAJEC	POL	M 45-49	5	M 168		01:07:26.95	22:29	2.7
200	LIPIECKI JACEK	145	PRZESZKODOWO.PL	MIKOŁÓW	POL	OPEN	8	M 169		01:07:28.85	22:29	2.7
201	PIGUŁA RAFAŁ	118	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	9	M 170		01:09:55.90	23:18	2.6
202	BRZECZKOWSKI PAWEŁ	28	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	OPEN	10	M 171		01:09:58.80	23:19	2.6
203	PODBIELSKA GOSIA	34		WARSZAWA	POL	OPEN	11	K 32		01:10:11.25	23:24	2.6
204	DADELEWSKA OLIVIA	292	GLADIATOR BE RMF4RT	MALBORK	POL	K 13-17	2	K 33		01:11:53.60	23:58	2.5
205	DYLUS ARTUR	151	KUŹNIA DAMIANA	CHORZÓW	POL	OPEN	12	M 172		01:12:12.90	24:04	2.5
206	MAGNUSZEWSKA IZABELA	165	CARBON SILESIA SPORT	KNURÓW	POL	OPEN	13	K 34		01:14:52.90	24:57	2.4
207	KUJAWA MAŁGORZATA	233		OLSZTYN	POL	OPEN	14	K 35		01:19:50.95	26:37	2.3
208	WIŚNIEWSKI KACPER	249		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	OPEN	15	M 173		01:20:03.00	26:41	2.2
209	WIŚNIEWSKA MONIKA	250		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	OPEN	16	K 36		01:20:11.45	26:44	2.2
210	JĄDŹEWSKA ELŻBIETA	170	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	OPEN	17	K 37		01:20:14.35	26:44	2.2
211	MAJCHER ANNA	179	KUŹNIA DAMIANA	RUDA ŚLĄSKA	POL	OPEN	18	K 38		01:21:06.35	27:02	2.2
212	SKWAREK TOMASZ	245	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	OPEN	19	M 174		01:21:16.05	27:05	2.2
213	KOZICKI JACEK	260		BYTOM	POL	OPEN	20	M 175		01:22:04.25	27:21	2.2
214	TUCHOŁKA MONIKA	205	DIRTY SPARROWS	POZNAŃ	POL	K 45-49	1	K 39	00:10:00	01:27:02.00	25:40	2.3
215	WRZOSEK PATRYK	139	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	21	M 176		01:28:28.05	29:29	2
216	WRZOSEK KAROLINA	140	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	22	K 40		01:28:28.30	29:29	2

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
217	SKWAREK MAGDALENA	26	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	OPEN	23	K 41		01:28:28.85	29:29	2
218	KUREK GOSIA	45	CARBON SILESIA SPORT	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	POL	OPEN	24	K 42		01:28:29.10	29:29	2
219	BYCZEK IZABELA	25	CARBON SILESIA SPORT	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	POL	OPEN	25	K 43		01:28:29.20	29:29	2
220	WRÓBLEWSKA PAULINA	124	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	3	K 44	00:20:00	01:34:34.00	24:51	2.4
DNC	OPOLONY IRENEUSZ	185	SOCIOS SILESIA	ŁAŃCE	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:32:42.65	0:00	5.5
DNC	PRAŁAT ARKADIUSZ	77	#AREKPRALATTEAM	LESZNO	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:35:46.10	0:00	5
DNC	KRZYŻOWSKI GRZEGORZ	228	RMF4RT GLADIATORS	CZERWIONKA-LESZCZYNY	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:36:18.25	0:00	5
DNC	CZACHURSKI MATEUSZ	248	XRUNNERS	BOCHNIA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:36:47.15	0:00	4.9
DNC	NADTOKA ANDRII	215		NIKIPOL	POL	M INTERNATIONAL	DNC	DNC		00:37:19.75	0:00	4.8
DNC	KROPIDŁOWSKI GRZEGORZ	214	BEST BEASTS	GNIEWINO	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:38:34.20	0:00	4.7
DNC	POWAŻNY MAREK	267	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:39:11.50	0:00	4.6
DNC	JEZIORSKI PAWEŁ	149	GLADIATORS BY RMF4RT	ANDRESPOL	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:40:17.50	0:00	4.5
DNC	WRÓBEL JACEK	133	EX TEAM	OPOLE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:40:51.00	0:00	4.4
DNC	JUSZCZYK JAROSŁAW	14	GOSŁAW SPORT CENTER	WODZISŁAW ŚLĄSKI	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:41:18.40	0:00	4.4
DNC	ZASADOWSKI BARTEK	219	BIEGOWE NYGUSY	GRODZISK MAZOWIECKI	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:41:26.20	0:00	4.3
DNC	LEWANDOWSKI ŁUKASZ	194	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:43:11.30	0:00	4.2
DNC	TRZEBIATOWSKA SYLWIA	237	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	K ELITE	DNC	DNC		00:43:30.55	0:00	4.1
DNC	GAWOR MATEUSZ	85	LEMON TEAM	ZAKLICZYN	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:44:12.45	0:00	4.1
DNC	WOLLNY KAMIL	138	EKO-OKNA RUNNERS	KORNICE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:44:12.75	0:00	4.1
DNC	MALEŃCZYK SYLWESTER	275		PRUSZKOW	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:44:38.90	0:00	4
DNC	MICZEK MICHAŁ	110	EKO-OKNA RUNNERS	RACIBÓRZ	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:45:09.95	0:00	4
DNC	KLEJNOWSKI MATEUSZ	47	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:45:27.00	0:00	4
DNC	BIELAK TOMASZ	44		ZŁOCIENIEC	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:45:46.55	0:00	3.9
DNC	ŁĄCKI WOJCIECH	23		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:46:44.45	0:00	3.9
DNC	PRUS MICHAŁ	84	WATAHA	LEGNICA	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:47:03.90	0:00	3.8
DNC	PÜHRER JOHANNA	162	TEAM CELTIC WARRIOR	PUCHBERG	AUT	K INTERNATIONAL	DNC	DNC		00:47:10.90	0:00	3.8
DNC	DĄBROWSKI TOMASZ	258	MOVEMENT ARENA	MIAKOWO	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:47:18.90	0:00	3.8
DNC	DROZD DARIUSZ	24	EICHHÖRNCHEN	SZCZECIN	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:47:30.00	0:00	3.8
DNC	OLECH GRZEGORZ	126	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:48:25.65	0:00	3.7
DNC	BERSKI MACIEJ	220	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:48:53.65	0:00	3.7
DNC	KAPICA WOJCIECH	115	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:48:56.10	0:00	3.7
DNC	MATYSIAK PRZEMYSŁAW	192		KOBYLIN	POL	M 13-17	DNC	DNC		00:49:04.45	0:00	3.7
DNC	WEJKNIS KRZYSZTOF	71		ŁUKTA	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:49:24.55	0:00	3.6
DNC	CIESŁA KRZYSZTOF	150	WF OCR TEAM KOSTRZYN NAD ODRA	KOSTRZYN NAD ODRA	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:49:28.10	0:00	3.6
DNC	HANDZLIK TOMASZ	265		BUJAKÓW	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:49:39.65	0:00	3.6
DNC	KRYSTA SYLWIA	263	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K 25-29	DNC	DNC		00:50:29.50	0:00	3.6
DNC	JAKUBOWSKI KAMIL	209	GRUBIORZE LOTAJOM	CZERWIONKA - LESZCZYNY	CZE		DNC	DNC		00:51:11.60	0:00	3.5
DNC	CHUDEUSZ LUKASZ	104		MIKOŁOW	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:51:17.15	0:00	3.5
DNC	KAMIŃSKI ZBIGNIEW	207	GRUBIORZE LOTAJOM	CZERWIONKA-LESZCZYNY	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:51:57.40	0:00	3.5
DNC	KLONOWICZ PATRYCJA	266	HUNTERS OCR TEAM	NOWE ŻUKOWICE	POL	K 18-24	DNC	DNC		00:52:09.50	0:00	3.5
DNC	MISSALA MAGDALENA	120	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	K 13-17	DNC	DNC		00:52:38.70	0:00	3.4
DNC	PIWNIK BARTOSZ	87	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:52:55.50	0:00	3.4
DNC	WOŹNIEC WOJCIECH	281		OPOLE	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:52:56.35	0:00	3.4
DNC	KAFŁOWSKI ARTUR	88	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:53:00.35	0:00	3.4
DNC	JANAS DANIEL	70	ŻAGAŃSKIE DZIKI	ŻAGAŃ	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:53:58.20	0:00	3.3
DNC	DERYŁO MATEUSZ	79	SOCIOS SILESIA	MYSŁOWICE	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:54:25.10	0:00	3.3
DNC	WICHER SYLWIA	244		KRAKÓW	POL	K 40-44	DNC	DNC		00:54:37.50	0:00	3.3
DNC	KUDIO DARIA	302		RYBNIK	POL	RYBNICZANKA	DNC	DNC		00:55:49.10	0:00	3.2
DNC	WOŁCZYK MARIUSZ	1	RMF4RT GLADIATORS	PODOLSKIE	POL	M 40-44	DNC	DNC	00:10:00	00:56:02.00	0:00	3.9
DNC	KUCIEWICZ JAROSŁAW	146		PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:56:14.35	0:00	3.2
DNC	SOKOŁOWSKI WŁADYSŁAW	225		KRAKÓW	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:57:04.45	0:00	3.2
DNC	CYBAŁKO KATARZYNA	147		BYDGOSZCZ	POL	K 25-29	DNC	DNC		00:57:04.55	0:00	3.2
DNC	SZULWACH WERONIKA	286	BIEGUN OCR	GDYNIA	POL	K 18-24	DNC	DNC	00:10:00	00:57:57.00	0:00	3.8
DNC	BAUER MICHAŁ	299		OSTRAVA	CZE		DNC	DNC		00:59:30.95	0:00	3
DNC	ZASADOWSKA JUSTYNA	235	BIEGOWE NYGUSY	GRODZISK MAZOWIECKI	POL	OPEN	DNC	DNC		01:00:00.35	0:00	3
DNC	GŁOWACZ RAFAŁ	137		CZARNY DUNAJEC	POL	M 13-17	DNC	DNC		01:00:58.55	0:00	3
DNC	GILARSKA MARTA	234	BIEGOWE NYGUSY	BRWINÓW	POL	K 25-29	DNC	DNC		01:02:12.75	0:00	2.9

**MPOCR 2020 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
DNC	TOMCZYK ANDRZEJ	11	DIRTY SPARROWS	POZNAŃ	POL	M 50+	DNC	DNC		01:03:46.30	0:00	2.8
DNC	CHARUŚTA MARTYNA	112	DO PORZYGU OCR TEAM	TARGANICE	POL	K 25-29	DNC	DNC	00:10:00	01:03:56.00	0:00	3.3
DNC	SARLEJ ROBERT	117	EX TEAM	NOWAKI	POL	M 25-29	DNC	DNC	00:10:00	01:03:58.00	0:00	3.3
DNC	JUSZKIEWICZ OLIVIA	284	UKS 1.MS-FIT	GARZYN	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:04:31.00	0:00	3.3
DNC	KLEJNOWSKA KATARZYNA	48	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 30-34	DNC	DNC		01:04:38.10	0:00	2.8
DNC	KAMINSKA DOROTA	210	GRUBIORZE LOTAJOM	JASTRZĘBIE ZDROJ	POL	K 25-29	DNC	DNC		01:06:16.40	0:00	2.7
DNC	ZBROSZCZYK DAMIAN	4	CARBON SILESIA SPORT	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	DNC	DNC	00:10:00	01:07:42.00	0:00	3.1
DNC	MACHTYL MARTA	152	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	K 18-24	DNC	DNC	00:10:00	01:07:48.00	0:00	3.1
DNC	BUDNY MAKSYMILIAN	68	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:07:53.00	0:00	3.8
DNC	RAJNICH TOMASZ	55	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:08:45.00	0:00	3.7
DNC	BŁASZKIEWICZ DOROTA	95	LEMONTEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	DNC	DNC	00:10:00	01:09:37.00	0:00	3
DNC	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	58	CARBON SILESIA SPORT	SĘDZISZÓW	POL	K 35-39	DNC	DNC	00:10:00	01:10:38.00	0:00	3
DNC	BARTŁOMIEJCZYK SYLWIA	39	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 35-39	DNC	DNC	00:10:00	01:11:48.00	0:00	2.9
DNC	MICHALCZYK KAROLINA	20	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	K 40-44	DNC	DNC		01:16:21.85	0:00	2.4
DNC	MARKOWSKA NIKOLA	289	MS-FIT STUDIO	GARZYN	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:23:25.00	0:00	2.5
DNC	DAŃDELEWSKA JOANNA	293	PIĘKNI I BESTIE	MALBORK	POL	K 40-44	DNC	DNC		01:23:30.85	0:00	2.2
DNC	ZACHARA KATARZYNA	105	LEMONTEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	DNC	DNC		01:27:16.20	0:00	2.1
DNC	KOZICKA ZUZANNA	259		BYTOM	POL	K 13-17	DNC	DNC		01:28:03.45	0:00	2
DNC	MICHALCZYK AMELIA	21	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:28:16.00	0:00	2.3
DNC	KLICH SONIA	184	CARBON SILESIA SPORT	SOSNOWIEC	POL	K 30-34	DNC	DNC	00:20:00	01:30:32.00	0:00	2.6
DNC	ZACHARA MARTYNA	106	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:45:52.00	0:00	2.1
DNC	GÓRZYŃSKI JANUSZ	189	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 45-49	DNC	DNC				
DNC	GROCHOŁA MICHAŁ	129	SOCIOS SILESIA	MIKOŁÓW	POL	M 25-29	DNC	DNC				
DNC	KOZIAK AGNIESZKA	74	DRAGON RUNNERS	OPOLE	POL	K 30-34	DNC	DNC				
0	PAWELCZYK JÓZEF	60	RYBNICKA GRUPA BIEGOWA-PĘDZIMY RAZEM/PWR-TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	5	M 111		00:41:55.80	13:58	4.3
1	ZAJKO RAFAŁ	99	STG LUBLIN	LUBLIN	POL	OPEN	1	M 124		00:44:17.40	14:46	4.1
2	KIERZYK KRZYSZTOF	269		GŁOGÓW	POL	OPEN	2	M 138		00:46:37.10	15:32	3.9
3	WOJSLAW PIOTR	277		GŁOGÓW	POL	OPEN	3	M 139		00:46:37.80	15:32	3.9
4	DAŃBROWSKI KRZYSZTOF	180	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	OPEN	4	M 145		00:48:13.40	16:04	3.7
5	DOMAN ŁUKASZ	56	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	OPEN	5	M 154		00:52:20.00	17:26	3.4
6	STOLARSKI KAMIL	9		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	7	M 156		00:52:33.25	17:31	3.4
7	WÓJCIK JAREK	271		GŁOGÓW	POL	OPEN	6	M 160		00:54:10.00	18:03	3.3
8	KĘDZIEŃSKI KRZYSZTOF	182		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	8	M 167		01:05:42.80	21:54	2.7
9	PIGUŁA DARIA	33	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	7	K 30		01:06:17.15	22:06	2.7
10	LIPIECKI JACEK	145	PRZESZKODOWO.PL	MIKOŁÓW	POL	OPEN	8	M 169		01:07:28.85	22:29	2.7
11	PIGUŁA RAFAŁ	118	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	9	M 170		01:09:55.90	23:18	2.6
12	BRZECZKOWSKI PAWEŁ	28	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	OPEN	10	M 171		01:09:58.80	23:19	2.6
13	PODBIELSKA GOSIA	34		WARSZAWA	POL	OPEN	11	K 32		01:10:11.25	23:24	2.6
14	DYLUS ARTUR	151	KUŹNIA DAMIANA	CHORZÓW	POL	OPEN	12	M 172		01:12:12.90	24:04	2.5
15	MAGNUSZEWSKA IZABELA	165	CARBON SILESIA SPORT	KNURÓW	POL	OPEN	13	K 34		01:14:52.90	24:57	2.4
16	KUJAWA MAŁGORZATA	233		OLSZTYN	POL	OPEN	14	K 35		01:19:50.95	26:37	2.3
17	WIŚNIEWSKI KACPER	249		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	OPEN	15	M 173		01:20:03.00	26:41	2.2
18	WIŚNIEWSKA MONIKA	250		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	OPEN	16	K 36		01:20:11.45	26:44	2.2
19	JAŹDŻEWSKA ELŻBIETA	170	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	OPEN	17	K 37		01:20:14.35	26:44	2.2
20	MAJCHER ANNA	179	KUŹNIA DAMIANA	RUDA ŚLĄSKA	POL	OPEN	18	K 38		01:21:06.35	27:02	2.2
21	SKWAREK TOMASZ	245	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	OPEN	19	M 174		01:21:16.05	27:05	2.2
22	KOZICKI JACEK	260		BYTOM	POL	OPEN	20	M 175		01:22:04.25	27:21	2.2
23	WRZOSEK PATRYK	139	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	21	M 176		01:28:28.05	29:29	2
24	WRZOSEK KAROLINA	140	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	OPEN	22	K 40		01:28:28.30	29:29	2
25	SKWAREK MAGDALENA	26	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	OPEN	23	K 41		01:28:28.85	29:29	2
26	KUREK GOSIA	45	CARBON SILESIA SPORT	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	POL	OPEN	24	K 42		01:28:29.10	29:29	2
27	BYCZEK IZABELA	25	CARBON SILESIA SPORT	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	POL	OPEN	25	K 43		01:28:29.20	29:29	2
DNC	KUDIO DARIA	302		RYBNIK	POL	RYBNICZANKA	DNC	DNC		00:55:49.10	0:00	3.2
DNC	ZASADOWSKA JUSTYNA	235	BIEGOWE NYGUSY	GRODZISK MAZOWIECKI	POL	OPEN	DNC	DNC		01:00:00.35	0:00	3

**MPOCR 2020 - 3 KM, K Elite**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SOLAKIEWICZ ANNA	212	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K ELITE	1	K 1		00:34:22.10	11:27	5.2
2	BARANOWSKA KATARZYNA	239	GORĄCY POTOK TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	K ELITE	2	K 2		00:34:47.70	11:36	5.2
3	GROBELNA ALEKSANDRA	262	XRUNNERS	BRZEG DOLNY	POL	K ELITE	3	K 3		00:35:05.85	11:41	5.1
4	ŁOSIN MARTA	136	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K ELITE	4	K 4		00:36:20.75	12:07	5
5	SZARUGA MAŁGORZATA	123	SOCIOS SILESIA	RABKA ZDRÓJ	POL	K ELITE	5	K 5		00:39:05.30	13:01	4.6
6	WYSŁUCH IZA	102	CARBON SILESIA SPORT	RUDA ŚLĄSKA	POL	K ELITE	6	K 6		00:39:06.15	13:02	4.6
7	WOŁCZEK PAULINA	241		WĘGORZEWO	POL	K ELITE	7	K 7		00:39:53.05	13:17	4.5
8	GAWRONIUK PAULINA	290	WATAHA	WROCŁAW	POL	K ELITE	8	K 8		00:39:57.20	13:19	4.5
9	KOŁCZYN MAGDALENA	177		KRAKÓW	POL	K ELITE	9	K 9		00:40:14.10	13:24	4.5
10	MACIUSZEK JULIA	108		WROCŁAW	POL	K ELITE	10	K 10		00:41:55.90	13:58	4.3
11	ZYWER URSZULA	80	WATAHA	ŻARÓW	POL	K ELITE	11	K 13		00:45:41.30	15:13	3.9
12	MYALSKA KATARZYNA	227	CARBON SILESIA SPORT	LEDZINY	POL	K ELITE	12	K 17		00:47:07.00	15:42	3.8
13	MACIEJAK ANNA	274	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	K ELITE	13	K 20		00:48:22.80	16:07	3.7
14	KNAP KLAUDIA	6	R.AMBO DRUGA CREW	OLSZTYN	POL	K ELITE	14	K 21		00:55:35.20	18:31	3.2
DNC	TRZEBIATOWSKA SYLWIA	237	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	K ELITE	DNC	DNC		00:43:30.55	0:00	4.1

**MPOCR 2020 - 3 KM, K International**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	LOMNICKA TEREZA	295		PARDOBICE		K INTERNATIONAL	1	K 18		00:47:11.45	15:43	3.8
DNC	PÜHRER JOHANNA	162	TEAM CELTIC WARRIOR	PUCHBERG	AUT	K INTERNATIONAL	DNC	DNC		00:47:10.90	0:00	3.8

**MPOCR 2020 - 3 KM, Rybniczanka**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
DNC	KUDIO DARIA	302		RYBNIK	POL	RYBNICZANKA	DNC	DNC		00:55:49.10	0:00	3.2

**MPOCR 2020 - 3 KM, M Elite**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SZCZECHLA GRZEGORZ	40	CARBON SILESIA SPORT	USTROŃ	POL	M ELITE	1	M 1		00:23:59.00	7:59	7.5
2	HAJNOS DAWID	251	GORĄCY POTOK TEAM	SZAFLARY	POL	M ELITE	2	M 2		00:24:44.55	8:14	7.3
3	WOJTYSZYN WOJCIECH	213	XRUNNERS	NAMYSŁÓW	POL	M ELITE	3	M 3		00:25:58.85	8:39	6.9
4	WÓJCIK WIKTOR	200	VIKINGS RUN TEAM	SMARDZEWICE	POL	M ELITE	4	M 4		00:26:20.75	8:47	6.8
5	SELIANIN DMYTRO	98	SOCIOS SILESIA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M ELITE	5	M 5		00:26:27.45	8:49	6.8
6	SERAFIŃSKI MACIEJ	81	NEXTREME	KONIN	POL	M ELITE	6	M 6		00:26:39.55	8:53	6.8
7	FABIAN MARCEL	51	SOCIOS SILESIA	PYSKOWICE	POL	M ELITE	7	M 7		00:26:59.50	9:00	6.7
8	FILIP BARTOSZ	49	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M ELITE	8	M 8		00:27:07.70	9:02	6.6
9	PRYKOWSKI TOMASZ	174	XRUNNERS	ŁÓDŹ	POL	M ELITE	9	M 9		00:27:49.95	9:16	6.5
10	JACIÓW PAWEŁ	30	WATAHA	PRZEMYŚL	POL	M ELITE	10	M 10		00:28:10.40	9:23	6.4
11	TOMASIK ALAN	82	ENAX NEXTREME	WARSZAWA	POL	M ELITE	11	M 12		00:28:19.05	9:26	6.4
12	KOHUT IVAN	172	OCRAPOLAND	WARSZAWA	POL	M ELITE	12	M 13		00:28:37.55	9:32	6.3
13	JANUSZEWSKI BARTOSZ	202	XRUNNERS	WARSZAWA	POL	M ELITE	13	M 18		00:29:27.85	9:49	6.1
14	KALININ JAROSŁAW	159	XRUNNERS	WROCŁAW	POL	M ELITE	14	M 39		00:32:22.20	10:47	5.6
15	ZAWILIŃSKI MATEUSZ	57	DRAGON RUNNERS	KRAKÓW	POL	M ELITE	15	M 61		00:35:03.50	11:41	5.1
16	KASZA RAFAŁ	183		ZIELONA GÓRA	POL	M ELITE	16	M 106		00:41:08.20	13:42	4.4

**MPOCR 2020 - 3 KM, M International**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	HANYK LUKAS	296		KOSTELEK NAD ORLICI	CZE	M INTERNATIONAL	1	M 16		00:29:24.90	9:48	6.1
2	NUTIL MICHAL	197	FUBO TEAM	BYST	CZE	M INTERNATIONAL	2	M 23		00:30:08.10	10:02	6
3	JAKOUBEK JAKUB	298	REHASPORT TEAM	ROZTOKY U PRAHY	CZE	M INTERNATIONAL	3	M 29		00:30:49.15	10:16	5.8
4	RAMBERGER CHRISTIAN	163	TEAM CELTIC WARRIOR	WIENERSDORF	AUT	M INTERNATIONAL	4	M 109		00:41:43.40	13:54	4.3
5	CIMLER JIRI	297		KRALUPY NAD VLTAVOU		M INTERNATIONAL	5	M 117		00:42:46.40	14:15	4.2
6	HAVLÍČEK JAKUB	203	FUBO TEAM	STŘEZETICE	CZE	M INTERNATIONAL	6	M 130		00:44:59.20	14:59	4
7	SCHÜLER CONSTANTIN	161	TEAM CELTIC WARRIOR	KATZELSDORF	AUT	M INTERNATIONAL	7	M 136		00:46:15.00	15:25	3.9
DNC	NADTOKA ANDRII	215		NIKIPOL	POL	M INTERNATIONAL	DNC	DNC		00:37:19.75	0:00	4.8

**MPOCR 2020 - 3 KM, Rybniczanie**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	KRAUZY TOMASZ	261	NASC TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	1	M 38		00:32:20.70	10:47	5.6
2	KOMARNICKI TOMASZ	22		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	2	M 59		00:35:00.30	11:40	5.1
3	LEBIODA MARCIN	41	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	3	M 94		00:39:08.05	13:02	4.6
4	BLUSZCZ DAWID	54	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	4	M 98		00:40:07.60	13:22	4.5
5	PAWELCZYK JÓZEF	60	RYBNICKA GRUPA BIEGOWA-PĘDZIMY RAZEM/PWR-TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	5	M 111		00:41:55.80	13:58	4.3
6	ZIARKOWSKI MIROŚŁAW	188	FIT&MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	6	M 127		00:44:51.45	14:57	4
7	STOLARSKI KAMIL	9		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	7	M 156		00:52:33.25	17:31	3.4
8	KĘDZIERSKI KRZYSZTOF	182		RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	8	M 167		01:05:42.80	21:54	2.7
DNC	ZBROSZCZYK DAMIAN	4	CARBON SILESIA SPORT	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	DNC	DNC	00:10:00	01:07:42.00	0:00	3.1

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 13-17**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	ŚWIĄDER JULIA	135	BEFIT24TEAM	WIELICZKA	POL	K 13-17	1	K 23		00:58:00.70	19:20	3.1
2	DADELEWSKA OLIVIA	292	GLADIATOR BE RMF4RT	MALBORK	POL	K 13-17	2	K 33		01:11:53.60	23:58	2.5
DNC	MISSALA MAGDALENA	120	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	K 13-17	DNC	DNC		00:52:38.70	0:00	3.4
DNC	JUSZKIEWICZ OLIVIA	284	UKS 1.MS-FIT	GARZYN	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:04:31.00	0:00	3.3
DNC	MARKOWSKA NIKOLA	289	MS-FIT STUDIO	GARZYN	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:23:25.00	0:00	2.5
DNC	KOZICKA ZUZANNA	259		BYTOM	POL	K 13-17	DNC	DNC		01:28:03.45	0:00	2
DNC	MICHALCZYK AMELIA	21	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:10:00	01:28:16.00	0:00	2.3
DNC	ZACHARA MARTYNA	106	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	K 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:45:52.00	0:00	2.1

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 13-17**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SOBIERĄJSKI KRZYSZTOF	221	OCRA POLAND	ZĄBKI	POL	M 13-17	1	M 25		00:30:13.95	10:04	6
2	SZULWACH CZAREK	285	BIEGUN OCR	GDYNIA	POL	M 13-17	2	M 35		00:31:55.90	10:38	5.6
3	KALWAS MATEUSZ	178	ENAX NEXTREME	MAŃKOWO	POL	M 13-17	3	M 43		00:32:44.35	10:54	5.5
4	GÓRZYŃSKI KONRAD	190	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 13-17	4	M 101		00:40:25.25	13:28	4.5
5	JÓŻYWIAK MATEUSZ	64	SPARTA RUNNERS	POZNAŃ	POL	M 13-17	5	M 107		00:41:40.45	13:53	4.3
6	MISSALA ANDRZEJ	19	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 13-17	6	M 142		00:47:03.10	15:41	3.8
7	GABRYŚ PIOTR	37	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	7	M 147		00:49:13.50	16:24	3.7
DNC	MATYSIAK PRZEMYSŁAW	192		KOBYLIN	POL	M 13-17	DNC	DNC		00:49:04.45	0:00	3.7
DNC	GŁOWACZ RAFAŁ	137		CZARNY DUNAJEC	POL	M 13-17	DNC	DNC		01:00:58.55	0:00	3
DNC	BUDNY MAKSYMILIAN	68	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:07:53.00	0:00	3.8
DNC	RAJNICH TOMASZ	55	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	DNC	DNC	00:20:00	01:08:45.00	0:00	3.7



**MPOCR 2020 - 3 KM, K 18-24**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	JASIŃSKA ALICJA	276	GORĄCY POTOK TEAM	ŻYRAKÓW	POL	K 18-24	1	K 14		00:46:34.60	15:31	3.9
2	GÓRNAŚ ANNA	61	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	K 18-24	2	K 28		01:05:42.55	21:54	2.7
DNC	KLONOWICZ PATRYCJA	266	HUNTERS OCR TEAM	NOWE ŻUKOWICE	POL	K 18-24	DNC	DNC		00:52:09.50	0:00	3.5
DNC	SZULWACH WERONIKA	286	BIEGUN OCR	GDYNIA	POL	K 18-24	DNC	DNC	00:10:00	00:57:57.00	0:00	3.8
DNC	MACHTYL MARTA	152	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	K 18-24	DNC	DNC	00:10:00	01:07:48.00	0:00	3.1

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 18-24**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SOBIERAJSKI BOLESŁAW	222	OCRA POLAND	ZĄBKI	POL	M 18-24	1	M 21		00:30:05.20	10:02	6
2	KRAUZY TOMASZ	261	NASC TEAM	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	1	M 38		00:32:20.70	10:47	5.6
3	BRZEZIŃSKI BARTOSZ	148	GLADIATORS BY RMF4RT	BUKOWIEC	POL	M 18-24	2	M 42		00:32:31.50	10:50	5.5
4	BONISŁAWSKI TOMASZ	195	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 18-24	3	M 64		00:35:25.20	11:48	5.1
5	WARZECHA FILIP	101	KUŹNIA DAMIANA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 18-24	4	M 66		00:35:43.35	11:54	5
6	KOZUBEK SEWERYN	65	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 18-24	5	M 79		00:37:20.20	12:26	4.8
7	BRODA TOMASZ	154	GLADIATORS	KICZORY	POL	M 18-24	6	M 80		00:37:27.35	12:29	4.8
8	SZCZOTOK WIKTOR	230	CARBON SILESIA SPORT	PSZCZYNA	POL	M 18-24	7	M 90		00:38:26.55	12:49	4.7
9	GRZEGORZYCA SZYMON	246	CARBON SILESIA SPORT	BYTOM	POL	M 18-24	8	M 97		00:40:04.45	13:21	4.5
10	GÓRKA BARTŁOMIEJ	242	CARBON SILESIA SPORT	MYSLENICE	POL	M 18-24	9	M 115		00:42:27.65	14:09	4.2
11	GRZECH MATEUSZ	211	BESTIE OCR LEGIONOWO	NIEPORĘT	POL	M 18-24	10	M 116		00:42:44.15	14:14	4.2
12	GÓRA DAWID	187		BOGUCICE	POL	M 18-24	11	M 141		00:46:57.10	15:39	3.8
13	JĄGODZIŃSKI DAMIAN	253	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 18-24	12	M 159		00:53:59.10	18:00	3.3
DNC	JEZIORSKI PAWEŁ	149	GLADIATORS BY RMF4RT	ANDRESPOL	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:40:17.50	0:00	4.5
DNC	GAWOR MATEUSZ	85	LEMON TEAM	ZAKLICZYN	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:44:12.45	0:00	4.1
DNC	PRUS MICHAŁ	84	WATAHA	LEGNICA	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:47:03.90	0:00	3.8
DNC	SOKOŁOWSKI WŁADYSŁAW	225		KRAKÓW	POL	M 18-24	DNC	DNC		00:57:04.45	0:00	3.2

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 25-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	WOŹNIAK JOANNA	279	LEMON TEAM	KRZESZOWICE	POL	K 25-29	1	K 16		00:47:05.75	15:41	3.8
2	JAŁOCHA SYLWIA	92	LEMON TEAM	WRZĄSOWICE	POL	K 25-29	2	K 19		00:48:04.75	16:01	3.7
3	MAREK ANNA	29		SZCZECIN	POL	K 25-29	3	K 22		00:57:22.70	19:07	3.1
DNC	KRYSTA SYLWIA	263	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K 25-29	DNC	DNC		00:50:29.50	0:00	3.6
DNC	CYBAŁKO KATARZYNA	147		BYDGOSZCZ	POL	K 25-29	DNC	DNC		00:57:04.55	0:00	3.2
DNC	GILARSKA MARTA	234	BIEGOWE NYGUSY	BRWINÓW	POL	K 25-29	DNC	DNC		01:02:12.75	0:00	2.9
DNC	CHARUSTA MARTYNA	112	DO PORZYGU OCR TEAM	TARGANICE	POL	K 25-29	DNC	DNC	00:10:00	01:03:56.00	0:00	3.3
DNC	KAMINSKA DOROTA	210	GRUBIORZE LOTAJOM	JASTRZĘBIE ZDROJ	POL	K 25-29	DNC	DNC		01:06:16.40	0:00	2.7

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 25-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SZYMAŃSKI PAWEŁ	273	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	1	M 19		00:29:46.35	9:55	6
2	GÓRKA MICHAŁ	229	KARBON SILESIA SPORT	MYSLENICE	POL	M 25-29	2	M 24		00:30:09.65	10:03	6
3	KIĘPISTY PATRYK	59		ŁÓDŹ	POL	M 25-29	3	M 28		00:30:34.60	10:11	5.9
4	STAMATEL SEBASTIAN	103		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	4	M 34		00:31:39.65	10:33	5.7
5	SITKO MARCIN	42	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	M 25-29	5	M 46		00:33:07.10	11:02	5.4
6	GAZUREK KACPER	176	XRUNNERS	ZBYTKÓW	POL	M 25-29	6	M 57		00:34:29.25	11:29	5.2
7	JAŃCZUK PRZEMYSŁAW	111	WATAHA	STARGARD	POL	M 25-29	7	M 76		00:36:41.10	12:13	4.9
8	HUDASZEK ZBIGNIEW	158	DRAGON RUNNERS	RUDNIK	GER	M 25-29	8	M 86		00:38:14.25	12:44	4.7
9	LEBIODA MARCIN	41	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	3	M 94		00:39:08.05	13:02	4.6
10	ŻWIROWICZ KEWIN	97		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	9	M 113		00:42:11.95	14:04	4.3

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 25-29 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
11	GIEMZA MICHAŁ	264		KRAKÓW	POL	M 25-29	10	M 121		00:43:31.35	14:30	4.1
12	KLAJA DAWID	142		MIEDŹNA	POL	M 25-29	11	M 122		00:44:12.85	14:44	4.1
13	WIECZOREK ALEKSANDER	181	CARBON SILESIA SPORT	MARKLOWICE	POL	M 25-29	12	M 140		00:46:55.70	15:38	3.8
14	SKRĘTY PATRYK	216	SYNOWIE RAGNARA OCR	POZNAŃ	POL	M 25-29	13	M 144		00:47:56.60	15:59	3.8
15	PRZĄDKA MARCIN	256	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 25-29	14	M 150		00:50:44.55	16:55	3.5
DNC	PRAŁAT ARKADIUSZ	77	#AREKPRALATTEAM	LESZNO	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:35:46.10	0:00	5
DNC	WRÓBEL JACEK	133	EX TEAM	OPOLE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:40:51.00	0:00	4.4
DNC	LEWANDOWSKI ŁUKASZ	194	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:43:11.30	0:00	4.2
DNC	WOLLNY KAMIL	138	EKO-OKNA RUNNERS	KORNICE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:44:12.75	0:00	4.1
DNC	CIEŚLA KRZYSZTOF	150	WF OCR TEAM KOSTRZYN NAD ODRA	KOSTRZYN NAD ODRA	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:49:28.10	0:00	3.6
DNC	PIWNIK BARTOSZ	87	LEMOM TEAM	KRAKOW	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:52:55.50	0:00	3.4
DNC	KAFŁOWSKI ARTUR	88	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	DNC	DNC		00:53:00.35	0:00	3.4
DNC	SARLEJ ROBERT	117	EX TEAM	NOWAKI	POL	M 25-29	DNC	DNC	00:10:00	01:03:58.00	0:00	3.3
DNC	GROCHOŁA MICHAŁ	129	SOCIOS SILESIA	MIKOŁÓW	POL	M 25-29	DNC	DNC				

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 30-34**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	JASTRZĘBSKA ALEKSANDRA	198	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	K 30-34	1	K 11		00:43:45.25	14:35	4.1
2	BAJSAROWICZ MARTA	223	DRAGON RUNNERS	GLIWICE	POL	K 30-34	2	K 15		00:46:39.00	15:33	3.9
3	ZALEJASZ PAULINA	208	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	K 30-34	3	K 24		00:58:50.45	19:37	3.1
4	SITKO KRYSZYNA	90	SOCIOS SILESIA	TARN GÓRY	POL	K 30-34	4	K 25		01:00:33.70	20:11	3
5	ŁUSZCZAK ANNA	86	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	5	K 26	00:10:00	01:03:32.00	17:51	3.4
6	PEACZEK ANNA	164	CARBON SILESIA SPORT	CZELADŹ	POL	K 30-34	6	K 31		01:06:38.15	22:12	2.7
DNC	KLEJNOWSKA KATARZYNA	48	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 30-34	DNC	DNC		01:04:38.10	0:00	2.8
DNC	BŁASKIEWICZ DOROTA	95	LEMONTEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	DNC	DNC	00:10:00	01:09:37.00	0:00	3
DNC	ZACHARA KATARZYNA	105	LEMONTEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	DNC	DNC		01:27:16.20	0:00	2.1
DNC	KLICH SONIA	184	CARBON SILESIA SPORT	SOSNOWIEC	POL	K 30-34	DNC	DNC	00:20:00	01:30:32.00	0:00	2.6
DNC	KOZIĄK AGNIESZKA	74	DRAGON RUNNERS	OPOLE	POL	K 30-34	DNC	DNC				

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 30-34**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	JASTRZĘBSKI PIOTR	175	SOCIOS SILESIA	ZABRZE	POL	M 30-34	1	M 22		00:30:05.75	10:02	6
2	JAROSZ DAVID	238	XRUNNERS	BYSTRZYCA KŁODZKA	POL	M 30-34	2	M 26		00:30:17.20	10:05	5.9
3	HEŁMECKI MATEUSZ	17		CHEŁMIEC	POL	M 30-34	3	M 27		00:30:31.45	10:10	5.9
4	ŻURAWIK RAFAŁ	93	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	M 30-34	4	M 30		00:30:52.85	10:17	5.8
5	LEWICKI MARCIN	113	ENAX NEXTREME	BODZANÓW	POL	M 30-34	5	M 37		00:32:07.65	10:42	5.6
6	KOZUBEK SEBASTIAN	63	RAJSPORT ACTIVE	SIERADZ	POL	M 30-34	6	M 40		00:32:24.00	10:48	5.6
7	URBAŃSKI KAMIL	199	ENAX NEXTREME	SULECIN	POL	M 30-34	7	M 49		00:33:31.80	11:10	5.4
8	MARKOWSKI FABIAN	288	MS-FIT STUDIO	GARZYN	POL	M 30-34	8	M 51		00:33:38.15	11:13	5.3
9	JARZĄBEK DAWID	94	SOCIOS SILESIA	SZCZERBICE	POL	M 30-34	9	M 53		00:33:53.50	11:18	5.3
10	FORMELA PIOTR	247	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 30-34	10	M 54		00:34:02.55	11:21	5.3
11	KURASIŃSKI KONRAD	109	SOCIOS SILESIA	BRENNA	POL	M 30-34	11	M 56		00:34:26.70	11:29	5.2
12	MAZUR DAMIAN	53	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	12	M 67		00:35:51.70	11:57	5
13	MANTYCKI RAFAŁ	255	NINJA SQUAD LUBLIN	LUBLIN	POL	M 30-34	13	M 68		00:35:55.50	11:58	5
14	NOWAKOWSKI KAROL	36	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 30-34	14	M 69		00:36:02.00	12:00	5
15	STUDNIARZ MICHAŁ	128	SOCIOS SILESIA	ŁAZISKA GÓRNE	POL	M 30-34	15	M 70		00:36:02.70	12:01	5
16	JUKOWSKI JAREK	231	TWARDZIELE TEAM BOGATYNIA	BOGATYNIA	POL	M 30-34	16	M 72		00:36:19.20	12:06	5
17	STEG TOMASZ	268	NASC	KRAKÓW	POL	M 30-34	17	M 73		00:36:23.80	12:07	4.9
18	CHOŁUJ ŁUKASZ	32	PWPW S.A.	BANIOCHA	POL	M 30-34	18	M 74		00:36:27.10	12:09	4.9
19	OBREBSKI PATRYK	204	NEXTREME	PŁOCK	POL	M 30-34	19	M 77		00:37:00.10	12:20	4.9
20	LASKOWSKI MARCIN	52	MAD RUNNERS	KŁODZKO	POL	M 30-34	20	M 81		00:37:42.20	12:34	4.8
21	KACHEL MATEUSZ	15	CARBON SILESIA SPORT	BIERUŃ	POL	M 30-34	21	M 82		00:37:54.05	12:38	4.7

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 30-34 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
22	MÓWIŃSKI PATRYK	206	R.AMBO DRUGA CREW	OLSZTYN	POL	M 30-34	22	M 83		00:38:00.30	12:40	4.7
23	BRODA MATEUSZ	156	GLADIATORS	KICZORY	POL	M 30-34	23	M 88		00:38:25.60	12:48	4.7
24	SARZYŃSKI ARKADIUSZ	13	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 30-34	24	M 92		00:38:50.50	12:57	4.6
25	ŚWIERSZCZ PAWEŁ	270	GLADIATORS BY RMF4RT	LEGNICA	POL	M 30-34	25	M 110		00:41:54.35	13:58	4.3
26	ZIMON NORBERT	121	WATAHA	WROCLAW	POL	M 30-34	26	M 118		00:43:04.90	14:21	4.2
27	NOWAKOWSKI JAKUB	100		BRANDENBURG - TELTOW	GER	M 30-34	27	M 133		00:45:51.10	15:17	3.9
28	MILBRANT MICHAŁ	72	GLADIATORS	JAKTORÓW	POL	M 30-34	28	M 164		00:57:00.80	19:00	3.2
DNC	CZACHURSKI MATEUSZ	248	XRUNNERS	BOCHNIA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:36:47.15	0:00	4.9
DNC	POWAŻNY MAREK	267	WATAHA	WROCLAW	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:39:11.50	0:00	4.6
DNC	KLEJNOWSKI MATEUSZ	47	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:45:27.00	0:00	4
DNC	ŁĄCKI WOJCIECH	23		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:46:44.45	0:00	3.9
DNC	DĄBROWSKI TOMASZ	258	MOVEMENT ARENA	MIŁAKOWO	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:47:18.90	0:00	3.8
DNC	BERSKI MACIEJ	220	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:48:53.65	0:00	3.7
DNC	KAPICA WOJCIECH	115	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:48:56.10	0:00	3.7
DNC	DERYŁO MATEUSZ	79	SOCIOS SILESIA	MYSŁOWICE	POL	M 30-34	DNC	DNC		00:54:25.10	0:00	3.3

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 35-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	CHYLEWSKA-OLECH DAGMARA	132	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 35-39	1	K 29		01:06:06.85	22:02	2.7
DNC	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	58	CARBON SILESIA SPORT	SĘDZISZÓW	POL	K 35-39	DNC	DNC	00:10:00	01:10:38.00	0:00	3
DNC	BARTŁOJEWICZ SYLWIA	39	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 35-39	DNC	DNC	00:10:00	01:11:48.00	0:00	2.9

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 35-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	LISOWSKI GRZEGORZ	83	SOCIOS SILESIA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	POL	M 35-39	1	M 11		00:28:16.20	9:25	6.4
2	MARUSZEWski MARCIN	76	ENAX NEXTREME	BRWILNO	POL	M 35-39	2	M 15		00:29:09.10	9:43	6.2
3	BYRCZEK MICHAŁ	122		WROCLAW	POL	M 35-39	3	M 31		00:31:10.55	10:23	5.8
4	DOLATA KRZYSZTOF	35	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 35-39	4	M 32		00:31:15.45	10:25	5.8
5	PASOŃ TOMASZ	116	EX TEAM	RASZOWA	POL	M 35-39	5	M 33		00:31:22.20	10:27	5.7
6	LISOWSKI ADAM	294	SOCIOS SILESIA	MYSŁOWICE	POL	M 35-39	6	M 36		00:32:07.40	10:42	5.6
7	ZALEJASZ SYLWESTER	186	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	7	M 44		00:33:00.50	11:00	5.5
8	CHŁAD ALEKSANDER	196	EX TEAM	PRZYSIECZ	POL	M 35-39	8	M 45		00:33:02.00	11:00	5.4
9	LEPIARZ MICHAŁ	5		KĘPIE	POL	M 35-39	9	M 47		00:33:08.45	11:03	5.4
10	CHAIEB SEBASTIAN	89	LEMON TEAM	CHOLERZYN	POL	M 35-39	10	M 48		00:33:12.65	11:04	5.4
11	JÓZEFIAK ŁUKASZ	169	OCR BIEGUN TEAM	PSZCZÓŁKI	POL	M 35-39	11	M 52		00:33:50.85	11:17	5.3
12	ILNICKI DAREK	272	DRAGON RUNNERS	ŚWIAŃNIKI GÓRNE	POL	M 35-39	12	M 55		00:34:09.90	11:23	5.3
13	WÓJCİK GRZEGORZ	8		ŚWIDNIK	POL	M 35-39	13	M 60		00:35:01.25	11:40	5.1
14	KACPERSKI JACEK	218		GUCIN	POL	M 35-39	14	M 62		00:35:05.35	11:42	5.1
15	PODGORSKI MAREK	27	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M 35-39	15	M 65		00:35:37.00	11:52	5.1
16	KUDRELEK KAROL	38		BERLIN	GER	M 35-39	16	M 71		00:36:06.30	12:02	5
17	GOLDA MICHAŁ	69	ASSASSIN'S TEAM OCR	MIŁOSZYCE	POL	M 35-39	17	M 78		00:37:16.30	12:25	4.8
18	SZTAJER BARTEK	46	SOCIOS SILESIA	BEDZIN	POL	M 35-39	18	M 85		00:38:13.25	12:44	4.7
19	KUBIESA JAKUB	301	-	-	POL	M 35-39	19	M 89		00:38:25.90	12:48	4.7
20	WITKA PATRYK	171	MAD RUNNERS	NOWA RUDA	POL	M 35-39	20	M 91		00:38:34.00	12:51	4.7
21	ZAJĄC ARTUR	157	WARTKIE ZBÓJE	ZAKOPANE	POL	M 35-39	21	M 96		00:39:43.05	13:14	4.5
22	BLUSZCZ DAWID	54	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	4	M 98		00:40:07.60	13:22	4.5
23	MIODEK ADRIAN	282	DIRTY SPARROWS	OPALENICA	POL	M 35-39	22	M 99		00:40:08.15	13:22	4.5
24	GIZAK MICHAŁ	291	SOCIOS SILESIA	SOSNOWIEC	POL	M 35-39	23	M 104		00:41:03.70	13:41	4.4
25	STEC JAKUB	168	BEST BEASTS	NIEWIEROWO 6E	POL	M 35-39	24	M 114		00:42:19.75	14:06	4.3
26	GÓRNIK ROBERT	114	EX_TEAM	OPOLE	POL	M 35-39	25	M 128		00:44:54.30	14:58	4
27	FRANCZYK ARTUR	75	DRAGON RUNNERS	WIELKA WIEŚ	POL	M 35-39	26	M 129		00:44:57.75	14:59	4
28	GLUSZEK PIOTR	193		ŁASK	POL	M 35-39	27	M 132		00:45:24.70	15:08	4

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 35-39 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
29	MORAWSKI GRZEGORZ	226		WARSZAWA	POL	M 35-39	28	M 143		00:47:08.70	15:43	3.8
30	JUSZKIEWICZ DOMINIK	287	MS-FIT	GARZYN	POL	M 35-39	29	M 146		00:48:47.05	16:15	3.7
31	MIKRUT MATEUSZ	201	TOTAL FREAK	CIESZYN	POL	M 35-39	30	M 161		00:56:06.10	18:42	3.2
32	KONIEC MARIUSZ	107	CARBON SILESIA SPORT	DABROWA GORNICZA	POL	M 35-39	31	M 162		00:56:07.00	18:42	3.2
33	MIERZICKI MARCEL	16	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	32	M 163		00:56:43.30	18:54	3.2
34	MACIEJEWSKI ŁUKASZ	91	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	M 35-39	33	M 165		01:02:11.45	20:43	2.9
DNC	KRZYŻOWSKI GRZEGORZ	228	RMF4RT GLADIATORS	CZERWIONKA-LESZCZYNY	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:36:18.25	0:00	5
DNC	KROPIDŁOWSKI GRZEGORZ	214	BEST BEASTS	GNIEWINO	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:38:34.20	0:00	4.7
DNC	JUSZCZYK JAROSŁAW	14	GOSŁAW SPORT CENTER	WODZISŁAW ŚLĄSKI	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:41:18.40	0:00	4.4
DNC	MICZEK MICHAŁ	110	EKO-OKNA RUNNERS	RACIBÓRZ	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:45:09.95	0:00	4
DNC	BIELAK TOMASZ	44		ZŁOCENIEC	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:45:46.55	0:00	3.9
DNC	DROZD DARIUSZ	24	EICHHÖRNCHEN	SZCZECIN	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:47:30.00	0:00	3.8
DNC	OLECH GRZEGORZ	126	LEMON TEAM	KRAKÓW	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:48:25.65	0:00	3.7
DNC	CHUDEUSZ ŁUKASZ	104		MIKOŁÓW	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:51:17.15	0:00	3.5
DNC	KAMIŃSKI ZBIGNIEW	207	GRUBIORZE LOTAJOM	CZERWIONKA-LESZCZYNY	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:51:57.40	0:00	3.5
DNC	KUCIEWICZ JAROSŁAW	146		PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	M 35-39	DNC	DNC		00:56:14.35	0:00	3.2
DNC	ZBROSZCZYK DAMIAN	4	CARBON SILESIA SPORT	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	DNC	DNC	00:10:00	01:07:42.00	0:00	3.1

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 40-44**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	NITECKA MARTA	283	DENISTEAM	KOZY	POL	K 40-44	1	K 12		00:44:52.10	14:57	4
2	URBAŃSKA-KULON KATARZYNA	131	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	2	K 27		01:04:38.30	21:32	2.8
3	WRÓBLEWSKA PAULINA	124	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	3	K 44	00:20:00	01:34:34.00	24:51	2.4
DNC	WICHER SYLWIA	244		KRAKÓW	POL	K 40-44	DNC	DNC		00:54:37.50	0:00	3.3
DNC	MICHALCZYK KAROLINA	20	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	K 40-44	DNC	DNC		01:16:21.85	0:00	2.4
DNC	DADELEWSKA JOANNA	293	PIĘKNI I BESTIE	MALBORK	POL	K 40-44	DNC	DNC		01:23:30.85	0:00	2.2

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 40-44**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	BUDZISZ KRZYSZTOF	96	SOCIOS SILESIA	BYTOM	POL	M 40-44	1	M 14		00:29:04.80	9:41	6.2
2	CHOMICZ KRZYSZTOF	130		ORZESZE	POL	M 40-44	2	M 17		00:29:25.95	9:48	6.1
3	WAŁDOWSKI DOMINIK	217	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 40-44	3	M 20		00:29:49.00	9:56	6
4	WIERZBICKI DANIEL	254	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	4	M 41		00:32:28.80	10:49	5.5
5	LORYCH KRYSZTIAN	252	BIEGUN OCR TEAM	BORKOWO	POL	M 40-44	5	M 50		00:33:33.25	11:11	5.4
6	FRYDRYCH MACIEK	224	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 40-44	6	M 58		00:34:59.75	11:40	5.1
7	JAKUBCZAK MARCIN	173	BEST BEASTS	BYDLINO	POL	M 40-44	7	M 63		00:35:13.55	11:44	5.1
8	CHMIELEWSKI MARIUSZ	66	OUTDOOR TRAINING	CZARNA BIAŁOSTOCKA	POL	M 40-44	8	M 75		00:36:40.05	12:13	4.9
9	GRZEGORZYCA DAMIAN	31	SOCIOS SILESIA	BANINO	POL	M 40-44	9	M 84		00:38:01.50	12:40	4.7
10	SKRZECZYŃSKI SŁAWOMIR	243	HEJ, JAK TA SARNA!	RABKA-ZDRÓJ	POL	M 40-44	10	M 93		00:39:05.70	13:02	4.6
11	KULON GRZEGORZ	125	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	11	M 102		00:40:34.40	13:31	4.4
12	MISSALA MICHAŁ	18	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 40-44	12	M 105		00:41:08.15	13:42	4.4
13	WIŚNIEWSKI NORBERT	278		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M 40-44	13	M 112		00:42:07.35	14:02	4.3
14	NIKIEL DARIUSZ	62	DIRTY SPARROWS	WĄGROWIEC	POL	M 40-44	14	M 119		00:43:15.20	14:25	4.2
15	DUDA GRZEGORZ	167	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	M 40-44	15	M 120		00:43:30.15	14:30	4.1
16	ŚWIĄDER ANDRZEJ	134	BEFIT24 TEAM	WIELICZKA	POL	M 40-44	16	M 123		00:44:16.15	14:45	4.1
17	WĘGLARZ WALDEMAR	236	EXTREME CLUB	RABKA -ZDRÓJ	POL	M 40-44	17	M 125		00:44:23.65	14:48	4.1
18	WERYK MATEUSZ	144	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 40-44	18	M 126		00:44:37.90	14:52	4
19	ZIARKOWSKI MIROSŁAW	188	FIT&MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	RYBNICZANIN	6	M 127		00:44:51.45	14:57	4
20	MISSALA MATEUSZ	119	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	M 40-44	19	M 131		00:45:11.80	15:04	4
21	MAKUSZEWSKI MARCIN	143	BEFIT24TEAM	OLSZOWICE	POL	M 40-44	20	M 137		00:46:30.00	15:30	3.9
22	PLAŻAŁSKI PRZEMYSŁAW	127	LIFE4FIT	BROJCE	POL	M 40-44	21	M 148		00:49:46.50	16:35	3.6
23	JESKA TOMASZ	50	DIRTY SPARROWS	ŁUKOWO	POL	M 40-44	22	M 151		00:50:45.30	16:55	3.5

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 40-44 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
24	MIKOŁAJEK ROBERT	67		OŁAWA	POL	M 40-44	23	M 152		00:50:52.15	16:57	3.5
25	HAJEWSKI MICHAŁ	12		DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M 40-44	24	M 153		00:51:21.25	17:07	3.5
26	SZLAGA RAFAŁ	257		MIKOŁÓW	POL	M 40-44	25	M 155		00:52:26.00	17:28	3.4
27	MACIOŁEK ARKADIUSZ	2	CROSSFIT TEAM SUSZ	ŁAWA	POL	M 40-44	26	M 157		00:52:34.60	17:31	3.4
28	STĘPIEŃ ŁUKASZ	191	TOTAL FREAK	CIESZYN	POL	M 40-44	27	M 158		00:53:42.65	17:54	3.4
29	KACPEWSKI RADOŚLAW	160		NADOLICE WIELKIE	POL	M 40-44	28	M 166		01:02:46.05	20:55	2.9
DNC	OPOLONY IRENEUSZ	185	SOCIOS SILESIA	ŁAŃCE	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:32:42.65	0:00	5.5
DNC	ZASADOWSKI BARTEK	219	BIEGOWE NYGUSY	GRODZISK MAZOWIECKI	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:41:26.20	0:00	4.3
DNC	MALENCZYK SYLWESTER	275		PRUSZKOW	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:44:38.90	0:00	4
DNC	WEJKNIS KRZYSZTOF	71		ŁUKTA	POL	M 40-44	DNC	DNC		00:49:24.55	0:00	3.6
DNC	WOŁCZYK MARIUSZ	1	RMF4RT GLADIATORS	PODOLSKIE	POL	M 40-44	DNC	DNC	00:10:00	00:56:02.00	0:00	3.9

**MPOCR 2020 - 3 KM, K 45-49**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	TUCHOŁKA MONIKA	205	DIRTY SPARROWS	POZNAŃ	POL	K 45-49	1	K 39	00:10:00	01:27:02.00	25:40	2.3

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 45-49**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	KALISZYK GRZEGORZ	280	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 45-49	1	M 95		00:39:29.30	13:09	4.6
2	MACHTYL ZYGMUNT	166	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	M 45-49	2	M 100		00:40:09.90	13:23	4.5
3	MIZGALSKI JACEK	153	DZIADY OCR	JAROCIN	POL	M 45-49	3	M 108		00:41:41.75	13:53	4.3
4	TRACZ SŁAWOMIR	43	CARBON SILESIA SPORT	MYŚLENICE	POL	M 45-49	4	M 134		00:46:04.20	15:21	3.9
5	GŁOWACZ GRZEGORZ	3	DZIADY OCR	CZARNY DUNAJEC	POL	M 45-49	5	M 168		01:07:26.95	22:29	2.7
DNC	HANDZLIK TOMASZ	265		BUJAKÓW	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:49:39.65	0:00	3.6
DNC	WOŁYNIACZ WOJCIECH	281		OPOLE	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:52:56.35	0:00	3.4
DNC	JANAS DANIEL	70	ŻAGAŃSKIE DZIKI	ŻAGAŃ	POL	M 45-49	DNC	DNC		00:53:58.20	0:00	3.3
DNC	GÓRZYŃSKI JANUSZ	189	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 45-49	DNC	DNC				

**MPOCR 2020 - 3 KM, M 50+**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	SERAFIŃSKI ROBERT	78	NEXTREME	KONIN	POL	M 50+	1	M 87		00:38:15.00	12:45	4.7
2	KURACH STANISŁAW	155	DZIADY OCR	WARKA	POL	M 50+	2	M 103		00:41:01.90	13:40	4.4
3	JANISZEWSKI GRZEGORZ	73	DZIADY OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	3	M 135		00:46:05.65	15:22	3.9
DNC	TOMCZYK ANDRZEJ	11	DIRTY SPARROWS	POZNAŃ	POL	M 50+	DNC	DNC		01:03:46.30	0:00	2.8

**MPOCR 2020 - 3 KM,**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Kar/Bon	Netto	min/km	km/h
1	PIOTROWSKI ANDRZEJ	300	-	-	POL			M 149		00:50:43.40	16:54	3.5
DNC	JAKUBOWSKI KAMIL	209	GRUBIORZE LOTAJOM	CZERWIONKA - LESZCZYNY	CZE		DNC	DNC		00:51:11.60	0:00	3.5
DNC	BAUER MICHAŁ	299		OSTRAVA	CZE		DNC	DNC		00:59:30.95	0:00	3