

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM**

Organiser: Urząd Miasta Tarnowskie Góry  
 Date: 2020-10-04  
 Place: Tarnowskie Góry  
 Distance: 10 km  
 Klasyfikacja wg czasów netto.


**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h	
							cat.								
1	WOJTOWICZ TOMASZ	156	ATHLETIC ZRĘCIN	WIDACZ	POL	M30-39	1	M 1			00:29:22	00:59:53.50	5:59	10	
2	ROSAK MARCIN	114	BACHUS NORDICUS ZIELONA GÓRA	ZIELONA GÓRA	POL	M40-49	1	M 2			00:30:12	01:00:21.70	6:02	9.9	
3	MARCZAK TOMASZ	8		ALEKSANDRIA I	POL	M18-29	1	M 3			00:30:38	01:01:44.50	6:10	9.7	
4	KNITTER TOMASZ	7	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	2	M 4			00:30:51	01:02:00.85	6:12	9.7	
5	KUŚMIEREK PATRYK	3	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	3	M 5			00:31:18	01:03:12.60	6:19	9.5	
6	KUŹMICH ADAM	5	POLIPACK TEAM GWE	MASZEWKO	POL	M30-39	2	M 6			00:31:21	01:03:37.65	6:21	9.4	
7	HELWICH STEFAN	10	KS METRACO POLKOWICE	WIELEŃ	POL	M60-69	1	M 7	1		00:31:09	01:03:47.10	6:22	9.4	
8	PIETRZYK JAROSŁAW	106	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M30-39	3	M 8			00:31:51	01:03:49.85	6:22	9.4	
9	ROMANOWSKI DANIEL	112		RYBNIK	POL	M18-29	4	M 9	1		00:31:44	01:03:58.85	6:23	9.4	
10	SŁUPIANEK PAWEŁ	124	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M40-49	2	M 10			00:32:11	01:04:53.35	6:29	9.2	
11	BARCZYK BOGDAN	21	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	1	M 11			00:32:16	01:05:03.70	6:30	9.2	
12	WILCZEK KRZYSZTOF	149	CIDRY LOTAJOM	ZĘBOWICE	POL	M40-49	3	M 12			00:32:25	01:05:06.30	6:30	9.2	
13	JUREK ADAM	57	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	M60-69	2	M 13	2		00:32:15	01:05:30.55	6:33	9.2	
14	MAŁKA MARIAN	85		GLIWICE	POL	M60-69	3	M 14			00:32:18	01:05:37.90	6:33	9.1	
15	ŚWIDEREK MARCIN	134	NW CZŁĄPSKI TEAM	SKIERNIEWICE	POL	M40-49	4	M 15			00:32:43	01:06:18.10	6:37	9	
16	POLKOWSKI PIOTR	9	NW CZŁĄPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M30-39	4	M 16	1		00:31:33	01:06:19.75	6:37	9	
17	WOJTASIŃSKI DANIEL	162	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M40-49	5	M 17			00:33:02	01:06:24.40	6:38	9	
18	KLIMCZAK ADAM	2	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	2	M 18			00:32:42	01:06:24.45	6:38	9	
19	KOŁODZIEJ JOANNA	12	MALINOWE GWIAZDY	RUDA ŚLĄSKI	POL	K50-59	1	K 1			00:32:54	01:06:40.75	6:40	9	
20	CZŁĄPSKI KRZYSZTOF	4	NW CZŁĄPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	3	M 19			00:32:47	01:07:02.05	6:42	9	
21	NACZK LEONARD	97	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	M40-49	6	M 20			00:33:20	01:07:24.75	6:44	8.9	
22	JĘDRASIAK RENATA	13	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K50-59	2	K 2	2		00:33:19	01:07:32.70	6:45	8.9	
23	RADECKI ARTUR	1	CHODZĄCY BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POL	M50-59	4	M 21	1		00:33:10	01:07:47.15	6:46	8.9	
24	KRÓLIKOWSKA KRYSZYNA	15	POLIPACK TEAM GWE	KRĘPA KASZUBSKA	POL	K40-49	1	K 3			00:33:31	01:07:51.50	6:47	8.8	
25	KABATA JAROSŁAW	59	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	5	M 22			00:33:19	01:07:59.60	6:47	8.8	
26	ADAMCZYK ADAM	18	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M70+	1	M 23			00:34:10	01:08:08.60	6:48	8.8	
27	SADOWSKI TOMASZ	118	W POGONI ZA DUCHEM	SOSNOWIEC	POL	M40-49	7	M 24			00:33:48	01:08:12.10	6:49	8.8	
28	RZEPKA MAŁGORZATA	116		GLIWICE	POL	K40-49	2	K 4			00:33:54	01:08:16.85	6:49	8.8	
29	KUŚMIEREK JAN	73	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M50-59	6	M 25			00:34:03	01:08:50.00	6:53	8.7	
30	OLSZAŃSKI KAROL	101	FEAR THE RETURN	KRAKÓW	POL	M40-49	8	M 26			00:33:34	01:08:50.30	6:53	8.7	
31	NACZK WIKTORIA	98	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	K18-29	1	K 5			00:34:25	01:08:53.15	6:53	8.7	
32	OSTROCHALSKA ALEKSANDRA	11	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	K40-49	3	K 6			00:34:11	01:09:16.35	6:55	8.7	
33	MAJAK MATEUSZ	83	NW CZŁĄPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M18-29	5	M 27			00:34:29	01:09:27.25	6:56	8.6	
34	MARCZYŃSKI ADAM	89	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M40-49	9	M 28			00:34:20	01:09:35.10	6:57	8.6	
35	KROMSKI PAWEŁ	69	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	KIEKRZ	POL	M50-59	7	M 29			00:35:02	01:10:34.45	7:03	8.5	
36	SZYMAŃSKI STEFAN	133	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW W DWYWITACH	KIEŻLINY	POL	M70+	2	M 30			00:34:56	01:10:38.40	7:03	8.5	
37	DREWA MARIAN	29	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M60-69	4	M 31			00:34:33	01:10:56.85	7:05	8.5	
38	TRZCIŃSKI MARIUSZ	140	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M40-49	10	M 32	1		00:35:35	01:10:59.05	7:05	8.5	
39	MUSIATOWICZ ALEKSANDRA	16	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K50-59	3	K 7			00:35:04	01:11:07.20	7:06	8.4	
40	KOWALSKI MAREK	68		STRZEBIŃ	POL	M50-59	8	M 33			00:35:33	01:11:07.55	7:06	8.4	
41	KOLMETZ KATARZYNA	66	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	K40-49	4	K 8			00:35:44	01:11:52.35	7:11	8.3	
42	WALESZKO ANDRZEJ	144	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M40-49	11	M 34	1		00:35:19	01:11:56.80	7:11	8.3	
43	NETKOWSKI WOJCIECH	99	PASJA NORDIC WALKING	BRWINÓW	POL	M60-69	5	M 35	1		00:35:26	01:11:58.20	7:11	8.3	
44	FRANCZAK MAŁGORZATA	14	NW CZŁĄPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K18-29	2	K 9	1		00:35:31	01:11:58.80	7:11	8.3	

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h	
							cat.								
45	RUDAWSKI MACIEJ	115	MARSZ PO ZDROWIE	TRZCIEL	POL	M30-39	5	M 36			00:35:35	01:12:17.70	7:13	8.3	
46	CHYRA JANUSZ	25	UNIA MIAST	LUBLINIEC	POL	M40-49	12	M 37			00:36:25	01:12:32.65	7:15	8.3	
47	PANCHYRZ PIOTR	105	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	13	M 38			00:36:24	01:12:41.05	7:16	8.3	
48	TOMCZAK JAROSŁAW	137	STĘSZEW TEAM	STĘSZEW	POL	M50-59	9	M 39			00:35:41	01:12:45.90	7:16	8.2	
49	OCYSEK ZYGMUNT	100	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M70+	3	M 40			00:35:39	01:13:14.10	7:19	8.2	
50	TAISNER ALEKSANDRA	135	NORDIC TIM RUDA ŚLĄSKA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K40-49	5	K 10			00:36:36	01:13:21.95	7:20	8.2	
51	SOMIAK PIOTR	126	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	14	M 41			00:36:33	01:13:40.40	7:22	8.1	
52	SZCZĘŚNIAK ZBIGNIEW	131	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	10	M 42			00:36:56	01:13:47.25	7:22	8.1	
53	LEJKOWSKA MIRELA	77	POLIPACK TEAM GWE	GOWINO	POL	K30-39	1	K 11			00:36:37	01:13:57.85	7:23	8.1	
54	HRYNDIO JERZY	54	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M60-69	6	M 43			00:36:44	01:14:00.00	7:24	8.1	
55	KAMIANOWSKI JAN	62	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M60-69	7	M 44			00:36:36	01:14:19.85	7:25	8.1	
56	JUZOF IWONA	58		POGWIZDÓW	POL	K40-49	6	K 12			00:37:19	01:14:23.95	7:26	8.1	
57	MADAJ ROBERT	82	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M50-59	11	M 45			00:36:29	01:14:24.55	7:26	8.1	
58	JÓŹWIAK MARIANNA	17	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	K40-49	7	K 13			00:36:43	01:14:31.70	7:27	8.1	
59	STĘPIEŃ LUCYNA	166	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K60-69	1	K 14	1		00:36:48	01:14:42.40	7:28	8	
60	WIECZOREK KAROLINA	148		TARNOWSKIE GÓRY	POL	K30-39	2	K 15	2		00:36:59	01:14:46.00	7:28	8	
61	KAMIŃSKA BEATA	63	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOW	POL	K50-59	4	K 15			00:36:54	01:14:46.00	7:28	8	
62	MOL MICHAŁ	170	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	M30-39	6	M 46			00:36:57	01:14:49.55	7:28	8	
63	HOLECKI PAWEŁ	53		KATOWICE	POL	M30-39	7	M 47	1		00:37:16	01:14:50.15	7:29	8	
64	TOMCZYK NATALIA	164	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	3	K 17			00:37:34	01:14:54.90	7:29	8	
65	WOŹNIAK BARTŁOMIEJ	157		TOSZEK	POL	M40-49	15	M 48			00:38:24	01:14:59.90	7:29	8	
66	WOJTAŁ MARTA	154	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	4	K 18			00:38:16	01:15:02.75	7:30	8	
67	KURZAWSKA JOLANTA	167	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	1	K 19			00:36:17	01:15:21.70	7:32	8	
68	POLAK ŁUKASZ	108	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M30-39	8	M 49			00:38:09	01:15:22.70	7:32	8	
69	MISKOWICZ ANNA	94	CKZIU MECHANIK NYSA	GŁOGÓWEK	POL	K60-69	2	K 20			00:37:28	01:15:22.90	7:32	8	
70	NOWICZ MARIUSZ	169	CIDRY LOTAJOM	KSIĘŻY LAS	POL	M18-29	6	M 50			00:37:43	01:15:27.05	7:32	8	
71	KACZMAREK MAJA	60	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	K40-49	8	K 21			00:37:30	01:15:38.60	7:33	7.9	
72	JANKOWSKI GRZEGORZ	55	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M60-69	8	M 51			00:37:19	01:15:52.65	7:35	7.9	
73	WENDT JAROSŁAW	146	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	M50-59	12	M 52			00:37:46	01:15:56.90	7:35	7.9	
74	RADZIEJOWSKI BOGUSŁAW	111	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	9	M 53			00:37:55	01:16:00.75	7:36	7.9	
75	PONKA RADOSŁAW	109	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	M40-49	16	M 54			00:37:44	01:16:17.95	7:37	7.9	
76	BOŃCZYSZYN BOŻENA	23	POLIPACK TEAM GWE	WICKO	POL	K50-59	5	K 22			00:38:00	01:16:22.00	7:38	7.9	
77	FRANCZAK DARIUSZ	40	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	13	M 55			00:38:03	01:16:30.35	7:39	7.8	
78	ZAJĄC JOANNA	159	KLUB NORDIC WALKING SPRING HORYNIEC-ZDRÓJ	LUBACZÓW	POL	K40-49	9	K 23	2		00:37:55	01:16:36.95	7:39	7.8	
79	MARCHEWKA ANDRZEJ	88	13 ŚLĄSKA BRYGADA OT KATOWICE	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	10	M 56			00:37:27	01:16:50.90	7:41	7.8	
80	STOLARSKI JANUSZ	129	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-69	11	M 57			00:37:02	01:16:53.90	7:41	7.8	
81	STOLARSKA DANUTA	128	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	K60-69	3	K 24			00:38:35	01:16:57.90	7:41	7.8	
82	STEFANIAK EMILIA	127	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	4	K 25			00:38:30	01:16:59.65	7:41	7.8	
83	MARĘDZIAK MAGDALENA	90	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K30-39	5	K 26			00:39:03	01:17:18.50	7:43	7.8	
84	KLUSKA KAZIMIERZ	64	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M70+	4	M 58			00:38:04	01:17:25.50	7:44	7.8	
85	WALESZKO ANNA	143	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	10	K 27	1		00:38:17	01:17:28.45	7:44	7.7	
86	FRANCZAK ANNA	39	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K50-59	6	K 28			00:39:00	01:18:12.50	7:49	7.7	
87	GWAREK ANITA	50	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	11	K 29			00:38:45	01:18:12.95	7:49	7.7	
88	TASAREK GABRIELA	136	TARNOGÓRSKIE ŁĄŻĘGI	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K60-69	5	K 30			00:39:09	01:18:21.00	7:50	7.7	
89	GLISZCZYŃSKI MIROSŁAW	45	NWPL/ GOGGLE PAE TEAM	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M60-69	12	M 59			00:38:35	01:18:44.45	7:52	7.6	
90	KNITTER AGATA	307	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	K18-29	POL	K18-29	3	K 31			00:39:17	01:19:29.95	7:56	7.5	
91	DUDKIEWICZ WOJCIECH	35	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	17	M 60			00:39:24	01:19:44.25	7:58	7.5	
92	GANSINIEC KAZIMIERA	43	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	7	K 32			00:39:58	01:19:44.70	7:58	7.5	
93	MACHOLC PIOTR	81	ŻÓŁWIK	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	13	M 61			00:39:55	01:19:51.40	7:59	7.5	
94	CZEMPIK ANIELA	26	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K60-69	6	K 33			00:39:26	01:20:10.80	8:01	7.5	
95	SĘDZIK KATARZYNA	121		BYTOM	POL	K40-49	12	K 34			00:39:25	01:20:16.30	8:01	7.5	
96	KUTA MARTA	74	KUR-TEAM	KURÓW	POL	K50-59	8	K 35			00:40:02	01:20:24.60	8:02	7.5	
97	RZEPKA TOMASZ	117		GLIWICE	POL	M50-59	14	M 62			00:40:03	01:20:25.45	8:02	7.5	
98	WNEK EWA	152		KŁODZKO	POL	K60-69	7	K 36			00:39:11	01:20:31.30	8:03	7.5	
99	GRZEBIELUCH ELŻBIETA	49	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	8	K 37			00:40:15	01:20:44.45	8:04	7.4	

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h	
							cat.								
100	ANYŻ MARIA	20	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BEDZIN	POL	K60-69	9	K 38			00:39:42	01:20:47.65	8:04	7.4	
101	PACYNA DANUTA	104		KATOWICE	POL	K50-59	9	K 39			00:41:59	01:21:08.45	8:06	7.4	
102	EWERTOWSKA EWA	37	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	K50-59	10	K 40			00:40:07	01:21:17.85	8:07	7.4	
103	TRAUTMANN PIOTR	138	OFIARY KAMIENICA	ZBROSŁAWICE	POL	M50-59	15	M 63			00:39:10	01:21:25.90	8:08	7.4	
104	ŁAZORKO ANTONI	80	STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW SPORTU EFEKT CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	14	M 64			00:41:05	01:21:27.60	8:08	7.4	
105	GAIDAS SEBASTIAN	42		BYTOM	POL	M40-49	18	M 65	1		00:40:25	01:21:45.15	8:10	7.3	
106	OMARSKA GRAŻYNA	102	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K60-69	10	K 41			00:40:50	01:22:22.40	8:14	7.3	
107	LUDYGA KRYSZTIAN	79		BYTOM	POL	M40-49	19	M 66			00:41:27	01:22:49.75	8:16	7.2	
108	MROCZEK-KRUPA TERESA	96		BOLECHOWICE	POL	K40-49	13	K 42			00:41:05	01:23:03.35	8:18	7.2	
109	ERNT GRZEGORZ	36	KLUB BOBRY WALKING	BOBROWNIKI	POL	M50-59	16	M 67	1		00:41:13	01:23:38.70	8:21	7.2	
110	SZCZYPIOR KINGA	132	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	K30-39	6	K 43			00:41:23	01:23:46.75	8:22	7.2	
111	JEZUSEK BARBARA	56	EKIPA NA KIJACH	RUĐA ŚLĄSKA	POL	K60-69	11	K 44			00:41:30	01:23:52.90	8:23	7.2	
112	GAZDA DOROTA	44	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	K60-69	12	K 45			00:40:56	01:24:00.85	8:24	7.1	
113	ZACZYŃSKA JANINA	158	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	2	K 46			00:41:17	01:24:02.40	8:24	7.1	
114	WŁODARCZYK MAŁGORZATA	151		PRECZÓW	POL	K50-59	11	K 47			00:41:56	01:24:18.75	8:25	7.1	
115	DRYGALSKA ALEKSANDRA	31	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	13	K 48			00:41:57	01:24:21.60	8:26	7.1	
116	BIEDRA KRYSZYNA	22	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K70+	3	K 49			00:41:31	01:24:24.35	8:26	7.1	
117	FREJ ANNA	168	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	7	K 50			00:42:26	01:24:31.85	8:27	7.1	
118	WĄTROBA SEBASTIAN	145	BEL MARE NORDIC WALKING TEAM	WARSZAWA	POL	M40-49	20	M 68			00:42:01	01:24:44.35	8:28	7.1	
119	CZERWINSKA ANNA	28	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K60-69	14	K 51			00:41:37	01:24:55.35	8:29	7.1	
120	HOLECKA BEATA	52	Z KIJKAMI PO ZDROWIE	KATOWICE	POL	K50-59	12	K 52			00:41:57	01:25:19.45	8:31	7	
121	TURZYŃSKA-STOPA MARIA	141	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	K60-69	15	K 53			00:42:19	01:25:20.20	8:32	7	
122	CZEMPIK KORNELIA	27	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K50-59	13	K 54			00:39:05	01:25:31.70	8:33	7	
123	GREŁA BEATRYCZE	48		KRAKÓW	POL	K40-49	14	K 55			00:42:27	01:25:43.65	8:34	7	
124	LUBAŃSKI TOMASZ	78	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-69	15	M 69			00:42:55	01:26:11.40	8:37	7	
125	ZAREMBA KATARZYNA	161	KLUB NORDIC WALKING SPRING HORYNIEC-ZDRÓJ	HORYNIEC-ZDRÓJ	POL	K30-39	8	K 56			00:41:22	01:26:12.00	8:37	7	
126	MAŁKA IRENA	86		GLIWICE	POL	K60-69	16	K 57			00:42:43	01:26:24.25	8:38	6.9	
127	DUDEK SANDRA	33	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K18-29	4	K 58			00:42:10	01:27:04.30	8:42	6.9	
128	NOWAK JOANNA	75	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K40-49	15	K 59			00:43:50	01:28:41.80	8:52	6.8	
129	TRAUTMANN BOGUSIA	139	OFIARY KAMIENICA	ZBROSŁAWICE	POL	K50-59	14	K 60			00:44:20	01:29:05.35	8:54	6.7	
130	DRYNDA FRANCISZEK	32	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M70+	5	M 70			00:43:48	01:29:21.25	8:56	6.7	
131	WAWRZYŃCZOK KRZYSZTOF	520	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	21	M 71			00:44:15	01:29:32.95	8:57	6.7	
132	KRÓL KRYSZYNA	71		SOSNOWIEC	POL	K60-69	17	K 61			00:44:25	01:29:47.35	8:58	6.7	
133	SZKUDLAREK JAROSŁAW	198		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	17	M 72			00:45:32	01:30:08.60	9:00	6.7	
134	KULIŃSKA DOROTA	72	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	18	K 62			00:44:01	01:30:48.10	9:04	6.6	
135	KRÓLIKOWSKA-ŁOSKOT DANUTA	70	STADION ŚLĄSKI	KOZIEGŁOWY	POL	K60-69	19	K 63			00:46:03	01:32:20.15	9:14	6.5	
136	OWCZAREK HENRYKA	103	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAŃ	POL	K70+	4	K 64			00:46:25	01:33:19.30	9:19	6.4	
137	DUDEK BEATA	34	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K50-59	15	K 65			00:45:54	01:33:26.35	9:20	6.4	
138	DROZD KRYSZYNA	30	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	16	K 66			00:45:57	01:33:29.60	9:20	6.4	
139	SIWCZYK GRAŻYNA	123	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K60-69	20	K 67			00:46:59	01:35:12.55	9:31	6.3	
140	KUCZYŃSKI WŁODZIMIERZ	188	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	OBORNIKI	POL	M60-69	16	M 73			00:47:10	01:35:51.50	9:35	6.3	
141	WŁOCHOWICZ OLGA	150	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K30-39	9	K 68			00:46:45	01:36:23.95	9:38	6.2	
DQ	SANIUK EDWARD	119	FACE NORDIC WALKING TEAM	GDAŃSK	POL	M70+	DQ	DQ		1	00:33:17	01:06:53.40	0:00	9	
	ROMAŃSKA KATARZYNA	113		KATOWICE	POL	K50-59					00:49:56	DNF	-	-	
	PAWLIK MICHAŁ	165	TREKMONDO	ZABRZEG	POL	M40-49			2		DNF	DNF	-	-	

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN -K**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	KOŁODZIEJ JOANNA	12	MALINOWE GWIAZDY	RUDA ŚLĄSKI	POL	K50-59	1	K 1			00:32:54	01:06:40.75	6:40	9
2	JĘDRASIAK RENATA	13	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K50-59	2	K 2	2		00:33:19	01:07:32.70	6:45	8.9
3	KRÓLIKOWSKA KRYSZYNA	15	POLIPACK TEAM GWE	KRĘPA KASZUBSKA	POL	K40-49	1	K 3			00:33:31	01:07:51.50	6:47	8.8
4	RZEPKA MAŁGORZATA	116		GLIWICE	POL	K40-49	2	K 4			00:33:54	01:08:16.85	6:49	8.8
5	NACZK WIKTORIA	98	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	K18-29	1	K 5			00:34:25	01:08:53.15	6:53	8.7
6	OSTROCHALSKA ALEKSANDRA	11	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	K40-49	3	K 6			00:34:11	01:09:16.35	6:55	8.7
7	MUSIATOWICZ ALEKSANDRA	16	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K50-59	3	K 7			00:35:04	01:11:07.20	7:06	8.4
8	KOLMETZ KATARZYNA	66	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	K40-49	4	K 8			00:35:44	01:11:52.35	7:11	8.3
9	FRANCZAK MAŁGORZATA	14	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K18-29	2	K 9	1		00:35:31	01:11:58.80	7:11	8.3
10	TAISNER ALEKSANDRA	135	NORDIC TIM RUDA ŚLĄSKA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K40-49	5	K 10			00:36:36	01:13:21.95	7:20	8.2
11	LEJKOWSKA MIRELA	77	POLIPACK TEAM GWE	GOWINO	POL	K30-39	1	K 11			00:36:37	01:13:57.85	7:23	8.1
12	JUZOF IWONA	58		POGWIZDÓW	POL	K40-49	6	K 12			00:37:19	01:14:23.95	7:26	8.1
13	JÓZWIAK MARIANNA	17	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	K40-49	7	K 13			00:36:43	01:14:31.70	7:27	8.1
14	STĘPIEŃ LUCYNA	166	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K60-69	1	K 14	1		00:36:48	01:14:42.40	7:28	8
15	KAMIŃSKA BEATA	63	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOW	POL	K50-59	4	K 15			00:36:54	01:14:46.00	7:28	8
16	WIECZOREK KAROLINA	148		TARNOWSKIE GÓRY	POL	K30-39	2	K 15	2		00:36:59	01:14:46.00	7:28	8
17	TOMCZYK NATALIA	164	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	3	K 17			00:37:34	01:14:54.90	7:29	8
18	WOJTAL MARTA	154	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	4	K 18			00:38:16	01:15:02.75	7:30	8
19	KURZAWSKA JOLANTA	167	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	1	K 19			00:36:17	01:15:21.70	7:32	8
20	MISKOWICZ ANNA	94	CKZIU MECHANIK NYSA	GŁOGÓWEK	POL	K60-69	2	K 20			00:37:28	01:15:22.90	7:32	8
21	KACZMAREK MAJA	60	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	K40-49	8	K 21			00:37:30	01:15:38.60	7:33	7.9
22	BOŃCZYSZYN BOŻENA	23	POLIPACK TEAM GWE	WICKO	POL	K50-59	5	K 22			00:38:00	01:16:22.00	7:38	7.9
23	ZAJĄC JOANNA	159	KLUB NORDIC WALKING SPRING HORYNIEC-ZDRÓJ	LUBACZÓW	POL	K40-49	9	K 23	2		00:37:55	01:16:36.95	7:39	7.8
24	STOLARSKA DANUTA	128	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	K60-69	3	K 24			00:38:35	01:16:57.90	7:41	7.8
25	STEFANIAK EMILIA	127	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	4	K 25			00:38:30	01:16:59.65	7:41	7.8
26	MARĘDZIAK MAGDALENA	90	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K30-39	5	K 26			00:39:03	01:17:18.50	7:43	7.8
27	WALESZKO ANNA	143	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	10	K 27	1		00:38:17	01:17:28.45	7:44	7.7
28	FRANCZAK ANNA	39	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K50-59	6	K 28			00:39:00	01:18:12.50	7:49	7.7
29	GWAREK ANITA	50	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	11	K 29			00:38:45	01:18:12.95	7:49	7.7
30	TASAREK GABRIELA	136	TARNOGÓRSKIE ŁĄŻĘGI	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K60-69	5	K 30			00:39:09	01:18:21.00	7:50	7.7
31	KNITTER AGATA	307	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	K18-29	3	K 31			00:39:17	01:19:29.95	7:56	7.5
32	GANSINIEC KAZIMIERA	43	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	7	K 32			00:39:58	01:19:44.70	7:58	7.5
33	CZEMPIK ANIELA	26	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K60-69	6	K 33			00:39:26	01:20:10.80	8:01	7.5
34	SĘDZIK KATARZYNA	121		BYTOM	POL	K40-49	12	K 34			00:39:25	01:20:16.30	8:01	7.5
35	KUTA MARTA	74	KUR-TEAM	KURÓW	POL	K50-59	8	K 35			00:40:02	01:20:24.60	8:02	7.5
36	WNEK EWA	152		KŁODZKO	POL	K60-69	7	K 36			00:39:11	01:20:31.30	8:03	7.5
37	GRZEBIELUCH ELŻBIETA	49	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	8	K 37			00:40:15	01:20:44.45	8:04	7.4
38	ANYŻ MARIA	20	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	9	K 38			00:39:42	01:20:47.65	8:04	7.4
39	PACYNA DANUTA	104		KATOWICE	POL	K50-59	9	K 39			00:41:59	01:21:08.45	8:06	7.4
40	EWERTOWSKA EWA	37	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	K50-59	10	K 40			00:40:07	01:21:17.85	8:07	7.4
41	OMARSKA GRAŻYNA	102	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K60-69	10	K 41			00:40:50	01:22:22.40	8:14	7.3
42	MROCEK-KRUPA TERESA	96		BOLECHOWICE	POL	K40-49	13	K 42			00:41:05	01:23:03.35	8:18	7.2
43	SZCZYPIOR KINGA	132	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	K30-39	6	K 43			00:41:23	01:23:46.75	8:22	7.2
44	JEZUSEK BARBARA	56	EKIPA NA KIJACH	RUDA ŚLĄSKA	POL	K60-69	11	K 44			00:41:30	01:23:52.90	8:23	7.2
45	GAZDA DOROTA	44	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	K60-69	12	K 45			00:40:56	01:24:00.85	8:24	7.1
46	ZACZYŃSKA JANINA	158	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	2	K 46			00:41:17	01:24:02.40	8:24	7.1
47	WŁODARCZYK MAŁGORZATA	151		PRECZÓW	POL	K50-59	11	K 47			00:41:56	01:24:18.75	8:25	7.1
48	DRYGALSKA ALEKSANDRA	31	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	13	K 48			00:41:57	01:24:21.60	8:26	7.1
49	BIEDRA KRYSZYNA	22	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K70+	3	K 49			00:41:31	01:24:24.35	8:26	7.1
50	FREJ ANNA	168	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	7	K 50			00:42:26	01:24:31.85	8:27	7.1
51	CZERWINSKA ANNA	28	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K60-69	14	K 51			00:41:37	01:24:55.35	8:29	7.1
52	HOLECKA BEATA	52	Z KJKAMI PO ZDROWIE	KATOWICE	POL	K50-59	12	K 52			00:41:57	01:25:19.45	8:31	7
53	TURZYŃSKA-STOPA MARIA	141	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	K60-69	15	K 53			00:42:19	01:25:20.20	8:32	7
54	CZEMPIK KORNELIA	27	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K50-59	13	K 54			00:39:05	01:25:31.70	8:33	7
55	GRELA BEATRYCZE	48		KRAKÓW	POL	K40-49	14	K 55			00:42:27	01:25:43.65	8:34	7
56	ZAREMBA KATARZYNA	161	KLUB NORDIC WALKING SPRING HORYNIEC-ZDRÓJ	HORYNIEC-ZDRÓJ	POL	K30-39	8	K 56			00:41:22	01:26:12.00	8:37	7

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN -K c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
57	MAŁKA IRENA	86		GLIWICE	POL	K60-69	16	K 57			00:42:43	01:26:24.25	8:38	6.9
58	DUDEK SANDRA	33	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K18-29	4	K 58			00:42:10	01:27:04.30	8:42	6.9
59	NOWAK JOANNA	75	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K40-49	15	K 59			00:43:50	01:28:41.80	8:52	6.8
60	TRAUTMANN BOGUSIA	139	OFIARY KAMIENICA	ZBROSŁAWICE	POL	K50-59	14	K 60			00:44:20	01:29:05.35	8:54	6.7
61	KRÓL KRYSZYNA	71		SOSNOWIEC	POL	K60-69	17	K 61			00:44:25	01:29:47.35	8:58	6.7
62	KULIŃSKA DOROTA	72	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	18	K 62			00:44:01	01:30:48.10	9:04	6.6
63	KRÓLIKOWSKA-ŁOSKOT DANUTA	70	STADION ŚLĄSKI	KOZIEGŁOWY	POL	K60-69	19	K 63			00:46:03	01:32:20.15	9:14	6.5
64	OWCZAREK HENRYKA	103	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAŃ	POL	K70+	4	K 64			00:46:25	01:33:19.30	9:19	6.4
65	DUDEK BEATA	34	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K50-59	15	K 65			00:45:54	01:33:26.35	9:20	6.4
66	DROZD KRYSZYNA	30	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	16	K 66			00:45:57	01:33:29.60	9:20	6.4
67	SIWCZYK GRAŻYNA	123	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K60-69	20	K 67			00:46:59	01:35:12.55	9:31	6.3
68	WŁOCHOWICZ OLGA ROMAŃSKA KATARZYNA	150 113	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE KATOWICE	POL	K30-39 K50-59	9	K 68			00:46:45 00:49:56	01:36:23.95 DNF	9:38 -	6.2 -

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN -M**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	WOJTOWICZ TOMASZ	156	ATHLETIC ZRĘCIN	WIDACZ	POL	M30-39	1	M 1			00:29:22	00:59:53.50	5:59	10
2	ROSAK MARCIN	114	BACHUS NORDICUS ZIELONA GÓRA	ZIELONA GÓRA	POL	M40-49	1	M 2			00:30:12	01:00:21.70	6:02	9.9
3	MARCZAK TOMASZ	8		ALEKSANDRIA I	POL	M18-29	1	M 3			00:30:38	01:01:44.50	6:10	9.7
4	KNITTER TOMASZ	7	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	2	M 4			00:30:51	01:02:00.85	6:12	9.7
5	KUŚMIEREK PATRYK	3	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	3	M 5			00:31:18	01:03:12.60	6:19	9.5
6	KUŹMICH ADAM	5	POLIPACK TEAM GWE	MASZEWKO	POL	M30-39	2	M 6			00:31:21	01:03:37.65	6:21	9.4
7	HELWICH STEFAN	10	KS METRACO POLKOWICE	WIELEŃ	POL	M60-69	1	M 7	1		00:31:09	01:03:47.10	6:22	9.4
8	PIETRZYK JAROSŁAW	106	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M30-39	3	M 8			00:31:51	01:03:49.85	6:22	9.4
9	ROMANOWSKI DANIEL	112		RYBNIK	POL	M18-29	4	M 9	1		00:31:44	01:03:58.85	6:23	9.4
10	SŁUPIANEK PAWEŁ	124	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M40-49	2	M 10			00:32:11	01:04:53.35	6:29	9.2
11	BARCZYK BOGDAN	21	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	1	M 11			00:32:16	01:05:03.70	6:30	9.2
12	WILCZEK KRZYSZTOF	149	CIDRY LOTAJOM	ZĘBOWICE	POL	M40-49	3	M 12			00:32:25	01:05:06.30	6:30	9.2
13	JUREK ADAM	57	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	M60-69	2	M 13	2		00:32:15	01:05:30.55	6:33	9.2
14	MAŁKA MARIAN	85		GLIWICE	POL	M60-69	3	M 14			00:32:18	01:05:37.90	6:33	9.1
15	ŚWIDEREK MARCIN	134	NW CZŁAPSKI TEAM	SKIERNIEWICE	POL	M40-49	4	M 15			00:32:43	01:06:18.10	6:37	9
16	POLKOWSKI PIOTR	9	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M30-39	4	M 16	1		00:31:33	01:06:19.75	6:37	9
17	WOJTASIŃSKI DANIEL	162	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M40-49	5	M 17			00:33:02	01:06:24.40	6:38	9
18	KLIMCZAK ADAM	2	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	2	M 18			00:32:42	01:06:24.45	6:38	9
19	CZŁAPSKI KRZYSZTOF	4	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	3	M 19			00:32:47	01:07:02.05	6:42	9
20	NACZK LEONARD	97	POLIPACK TEAM GWE	LĘBORK	POL	M40-49	6	M 20			00:33:20	01:07:24.75	6:44	8.9
21	RADECKI ARTUR	1	CHODZĄCY BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POL	M50-59	4	M 21	1		00:33:10	01:07:47.15	6:46	8.9
22	KABATA JAROSŁAW	59	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	5	M 22			00:33:19	01:07:59.60	6:47	8.8
23	ADAMCZYK ADAM	18	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M70+	1	M 23			00:34:10	01:08:08.60	6:48	8.8
24	SADOWSKI TOMASZ	118	W POGONI ZA DUCHEM	SOSNOWIEC	POL	M40-49	7	M 24			00:33:48	01:08:12.10	6:49	8.8
25	KUŚMIEREK JAN	73	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M50-59	6	M 25			00:34:03	01:08:50.00	6:53	8.7
26	OLSZAŃSKI KAROL	101	FEAR THE RETURN	KRAKÓW	POL	M40-49	8	M 26			00:33:34	01:08:50.30	6:53	8.7
27	MAJAK MATEUSZ	83	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M18-29	5	M 27			00:34:29	01:09:27.25	6:56	8.6
28	MARCZYŃSKI ADAM	89	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M40-49	9	M 28			00:34:20	01:09:35.10	6:57	8.6
29	KROMSKI PAWEŁ	69	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	KIEKRZ	POL	M50-59	7	M 29			00:35:02	01:10:34.45	7:03	8.5
30	SZYMAŃSKI STEFAN	133	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW W DYWITACH	KIEŻLIŃNY	POL	M70+	2	M 30			00:34:56	01:10:38.40	7:03	8.5
31	DREWA MARIAN	29	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M60-69	4	M 31			00:34:33	01:10:56.85	7:05	8.5
32	TRZCIŃSKI MARIUSZ	140	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M40-49	10	M 32	1		00:35:35	01:10:59.05	7:05	8.5
33	KOWALSKI MAREK	68		STRZEBIŃ	POL	M50-59	8	M 33			00:35:33	01:11:07.55	7:06	8.4
34	WALESZKO ANDRZEJ	144	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M40-49	11	M 34	1		00:35:19	01:11:56.80	7:11	8.3
35	NETKOWSKI WOJCIECH	99	PASJA NORDIC WALKING	BRWINÓW	POL	M60-69	5	M 35	1		00:35:26	01:11:58.20	7:11	8.3
36	RUDAWSKI MACIEJ	115	MARSZ PO ZDROWIE	TRZCIEL	POL	M30-39	5	M 36			00:35:35	01:12:17.70	7:13	8.3

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, OPEN -M c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
37	CHYRA JANUSZ	25	UNIA MIAST	LUBLINIEC	POL	M40-49	12	M 37			00:36:25	01:12:32.65	7:15	8.3
38	PANCHYRZ PIOTR	105	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	13	M 38			00:36:24	01:12:41.05	7:16	8.3
39	TOMCZAK JAROSŁAW	137	STĘSZEW TEAM	STĘSZEW	POL	M50-59	9	M 39			00:35:41	01:12:45.90	7:16	8.2
40	OCYSEK ZYGMUNT	100	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M70+	3	M 40			00:35:39	01:13:14.10	7:19	8.2
41	SOMIAK PIOTR	126	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	14	M 41			00:36:33	01:13:40.40	7:22	8.1
42	SZCZĘŚNIAK ZBIGNIEW	131	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	10	M 42			00:36:56	01:13:47.25	7:22	8.1
43	HRYNDIO JERZY	54	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M60-69	6	M 43			00:36:44	01:14:00.00	7:24	8.1
44	KAMIANOWSKI JAN	62	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M60-69	7	M 44			00:36:36	01:14:19.85	7:25	8.1
45	MADAJ ROBERT	82	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M50-59	11	M 45			00:36:29	01:14:24.55	7:26	8.1
46	MOL MICHAŁ	170	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	M30-39	6	M 46			00:36:57	01:14:49.55	7:28	8
47	HOLECKI PAWEŁ	53		KATOWICE	POL	M30-39	7	M 47	1		00:37:16	01:14:50.15	7:29	8
48	WOŹNIAK BARTŁOMIEJ	157		TOSZEK	POL	M40-49	15	M 48			00:38:24	01:14:59.90	7:29	8
49	POLAK ŁUKASZ	108	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M30-39	8	M 49			00:38:09	01:15:22.70	7:32	8
50	NOWICZ MARIUSZ	169	CIDRY LOTAJOM	KSIĘŻY LAS	POL	M18-29	6	M 50			00:37:43	01:15:27.05	7:32	8
51	JANKOWSKI GRZEGORZ	55	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M60-69	8	M 51			00:37:19	01:15:52.65	7:35	7.9
52	WENDT JAROSŁAW	146	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	M50-59	12	M 52			00:37:46	01:15:56.90	7:35	7.9
53	RADZIEJOWSKI BOGUSŁAW	111	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	9	M 53			00:37:55	01:16:00.75	7:36	7.9
54	PONKA RADOSŁAW	109	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	M40-49	16	M 54			00:37:44	01:16:17.95	7:37	7.9
55	FRANCZAK DARIUSZ	40	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	13	M 55			00:38:03	01:16:30.35	7:39	7.8
56	MARCHEWKA ANDRZEJ	88	13 ŚLĄSKA BRYGADA OT KATOWICE	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	10	M 56			00:37:27	01:16:50.90	7:41	7.8
57	STOLARSKI JANUSZ	129	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-69	11	M 57			00:37:02	01:16:53.90	7:41	7.8
58	KLUSKA KAZIMIERZ	64	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M70+	4	M 58			00:38:04	01:17:25.50	7:44	7.8
59	GLISZCZYŃSKI MIROSŁAW	45	NWPL/ GOGGLE PAE TEAM	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M60-69	12	M 59			00:38:35	01:18:44.45	7:52	7.6
60	DUDKIEWICZ WOJCIECH	35	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	17	M 60			00:39:24	01:19:44.25	7:58	7.5
61	MACHOLC PIOTR	81	ŻÓŁWIK	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	13	M 61			00:39:55	01:19:51.40	7:59	7.5
62	RZEPKA TOMASZ	117		GLIWICE	POL	M50-59	14	M 62			00:40:03	01:20:25.45	8:02	7.5
63	TRAUTMANN PIOTR	138	OFIARY KAMIEŃCA	ZBROSŁAWICE	POL	M50-59	15	M 63			00:39:10	01:21:25.90	8:08	7.4
64	ŁAZORKO ANTONI	80	STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW SPORTU EFEKT CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	14	M 64			00:41:05	01:21:27.60	8:08	7.4
65	GAIDAS SEBASTIAN	42		BYTOM	POL	M40-49	18	M 65	1		00:40:25	01:21:45.15	8:10	7.3
66	LUDYGA KRYSZTOF	79		BYTOM	POL	M40-49	19	M 66			00:41:27	01:22:49.75	8:16	7.2
67	ERNT GRZEGORZ	36	KLUB BOBRY WALKING	BOBROWNIKI	POL	M50-59	16	M 67	1		00:41:13	01:23:38.70	8:21	7.2
68	WĄTROBA SEBASTIAN	145	BEL MARE NORDIC WALKING TEAM	WARSZAWA	POL	M40-49	20	M 68			00:42:01	01:24:44.35	8:28	7.1
69	LUBAŃSKI TOMASZ	78	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-69	15	M 69			00:42:55	01:26:11.40	8:37	7
70	DRYŃDA FRANCISZEK	32	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M70+	5	M 70			00:43:48	01:29:21.25	8:56	6.7
71	WAWRZYŃCZOK KRZYSZTOF	520	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	21	M 71			00:44:15	01:29:32.95	8:57	6.7
72	SZKUDLAREK JAROSŁAW	198		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	17	M 72			00:45:32	01:30:08.60	9:00	6.7
73	KUCZYŃSKI WŁODZIMIERZ	188	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	OBORNIKI	POL	M60-69	16	M 73			00:47:10	01:35:51.50	9:35	6.3
DQ	SANIUK EDWARD	119	FACE NORDIC WALKING TEAM	GDAŃSK	POL	M70+	DQ	DQ		1	00:33:17	DQ	0:00	9
	PAWLIK MICHAŁ	165	TREKMONDO	ZABRZEG	POL	M40-49			2		DNF	DNF	-	-

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K18-29**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	NACZK WIKTORIA	98	POLIPACK TEAM GWE	LĘBORK	POL	K18-29	1	K 5			00:34:25	01:08:53.15	6:53	8.7
2	FRANCZAK MAŁGORZATA	14	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K18-29	2	K 9	1		00:35:31	01:11:58.80	7:11	8.3
3	KNITTER AGATA	307	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	K18-29	3	K 31			00:39:17	01:19:29.95	7:56	7.5
4	DUDEK SANDRA	33	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K18-29	4	K 58			00:42:10	01:27:04.30	8:42	6.9

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M18-29**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	MARCZAK TOMASZ	8		ALEKSANDRIA I	POL	M18-29	1	M 3			00:30:38	01:01:44.50	6:10	9.7
2	KNITTER TOMASZ	7	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	2	M 4			00:30:51	01:02:00.85	6:12	9.7
3	KUŚMIEREK PATRYK	3	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M18-29	3	M 5			00:31:18	01:03:12.60	6:19	9.5
4	ROMANOWSKI DANIEL	112		RYBNIK	POL	M18-29	4	M 9	1		00:31:44	01:03:58.85	6:23	9.4
5	MAJAK MATEUSZ	83	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M18-29	5	M 27			00:34:29	01:09:27.25	6:56	8.6
6	NOWICZ MARIUSZ	169	CIDRY LOTAJOM	KSIĘŻY LAS	POL	M18-29	6	M 50			00:37:43	01:15:27.05	7:32	8

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K30-39**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	LEJKOWSKA MIRELA	77	POLIPACK TEAM GWE	GOWINO	POL	K30-39	1	K 11			00:36:37	01:13:57.85	7:23	8.1
2	WIECZOREK KAROLINA	148		TARNOWSKIE GÓRY	POL	K30-39	2	K 15	2		00:36:59	01:14:46.00	7:28	8
3	TOMCZYK NATALIA	164	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	3	K 17			00:37:34	01:14:54.90	7:29	8
4	WOJTAL MARTA	154	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	4	K 18			00:38:16	01:15:02.75	7:30	8
5	MARĘDZIAK MAGDALENA	90	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K30-39	5	K 26			00:39:03	01:17:18.50	7:43	7.8
6	SZCZYPIOR KINGA	132	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	K30-39	6	K 43			00:41:23	01:23:46.75	8:22	7.2
7	FREJ ANNA	168	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K30-39	7	K 50			00:42:26	01:24:31.85	8:27	7.1
8	ZAREMBA KATARZYNA	161	KLUB NORDIC WALKING SPRING	HORYNIEC-ZDRÓJ	POL	K30-39	8	K 56			00:41:22	01:26:12.00	8:37	7
9	WŁOCHOWICZ OLGA	150	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K30-39	9	K 68			00:46:45	01:36:23.95	9:38	6.2

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M30-39**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	WOJTOWICZ TOMASZ	156	ATHLETIC ZRĘCIN	WIDACZ	POL	M30-39	1	M 1			00:29:22	00:59:53.50	5:59	10
2	KUŹMICZ ADAM	5	POLIPACK TEAM GWE	MASZEWO	POL	M30-39	2	M 6			00:31:21	01:03:37.65	6:21	9.4
3	PIETRZYK JAROSŁAW	106	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M30-39	3	M 8			00:31:51	01:03:49.85	6:22	9.4
4	POLKOWSKI PIOTR	9	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M30-39	4	M 16	1		00:31:33	01:06:19.75	6:37	9
5	RUDAWSKI MACIEJ	115	MARSZ PO ZDROWIE	TRZCIEL	POL	M30-39	5	M 36			00:35:35	01:12:17.70	7:13	8.3
6	MOL MICHAŁ	170	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	M30-39	6	M 46			00:36:57	01:14:49.55	7:28	8
7	HOLECKI PAWEŁ	53		KATOWICE	POL	M30-39	7	M 47	1		00:37:16	01:14:50.15	7:29	8
8	POLAK ŁUKASZ	108	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M30-39	8	M 49			00:38:09	01:15:22.70	7:32	8

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K40-49**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	KRÓLIKOWSKA KRYSZYNA	15	POLIPACK TEAM GWE	KRĘPA KASZUBSKA	POL	K40-49	1	K 3			00:33:31	01:07:51.50	6:47	8.8
2	RZEPKA MAŁGORZATA	116		GLIWICE	POL	K40-49	2	K 4			00:33:54	01:08:16.85	6:49	8.8
3	OSTROCHAŁSKA ALEKSANDRA	11	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	K40-49	3	K 6			00:34:11	01:09:16.35	6:55	8.7
4	KOLMETZ KATARZYNA	66	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	K40-49	4	K 8			00:35:44	01:11:52.35	7:11	8.3
5	TAISNER ALEKSANDRA	135	NORDIC TIM RUDA ŚLĄSKA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K40-49	5	K 10			00:36:36	01:13:21.95	7:20	8.2
6	JUZOF IWONA	58		POGWIZDÓW	POL	K40-49	6	K 12			00:37:19	01:14:23.95	7:26	8.1
7	JÓŹWIĄK MARIANNA	17	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	K40-49	7	K 13			00:36:43	01:14:31.70	7:27	8.1
8	KACZMAREK MAJA	60	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	K40-49	8	K 21			00:37:30	01:15:38.60	7:33	7.9
9	ZAJĄC JOANNA	159	KLUB NORDIC WALKING SPRING	LUBACZÓW	POL	K40-49	9	K 23	2		00:37:55	01:16:36.95	7:39	7.8
10	WALESZKO ANNA	143	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	10	K 27	1		00:38:17	01:17:28.45	7:44	7.7
11	GWAREK ANITA	50	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K40-49	11	K 29			00:38:45	01:18:12.95	7:49	7.7
12	SĘDZIK KATARZYNA	121		BYTOM	POL	K40-49	12	K 34			00:39:25	01:20:16.30	8:01	7.5
13	MROCZEK-KRUPA TERESA	96		BOLECHOWICE	POL	K40-49	13	K 42			00:41:05	01:23:03.35	8:18	7.2
14	GRELA BEATRYCZE	48		KRAKÓW	POL	K40-49	14	K 55			00:42:27	01:25:43.65	8:34	7
15	NOWAK JOANNA	75	CIDRY LOTAJOM	RADZIONKÓW	POL	K40-49	15	K 59			00:43:50	01:28:41.80	8:52	6.8

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M40-49**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	ROSAK MARCIN	114	BACHUS NORDICUS ZIELONA GÓRA	ZIELONA GÓRA	POL	M40-49	1	M 2			00:30:12	01:00:21.70	6:02	9.9
2	SŁUPIANEK PAWEŁ	124	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M40-49	2	M 10			00:32:11	01:04:53.35	6:29	9.2
3	WILCZEK KRZYSZTOF	149	CIDRY LOTAJOM	ZĘBOWICE	POL	M40-49	3	M 12			00:32:25	01:05:06.30	6:30	9.2
4	ŚWIDEREK MARCIN	134	NW CZĘLAPSKI TEAM	SKIERNIEWICE	POL	M40-49	4	M 15			00:32:43	01:06:18.10	6:37	9
5	WOJTASIŃSKI DANIEL	162	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M40-49	5	M 17			00:33:02	01:06:24.40	6:38	9
6	NACZK LEONARD	97	POLIPACK TEAM GWE	ŁĘBORK	POL	M40-49	6	M 20			00:33:20	01:07:24.75	6:44	8.9
7	SADOWSKI TOMASZ	118	W POGONI ZA DUCHEM	SOSNOWIEC	POL	M40-49	7	M 24			00:33:48	01:08:12.10	6:49	8.8
8	OLSZAŃSKI KAROL	101	FEAR THE RETURN	KRAKÓW	POL	M40-49	8	M 26			00:33:34	01:08:50.30	6:53	8.7
9	MARCZYŃSKI ADAM	89	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M40-49	9	M 28			00:34:20	01:09:35.10	6:57	8.6
10	TRZCIŃSKI MARIUSZ	140	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	M40-49	10	M 32	1		00:35:35	01:10:59.05	7:05	8.5
11	WALESZKO ANDRZEJ	144	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M40-49	11	M 34	1		00:35:19	01:11:56.80	7:11	8.3
12	CHYRA JANUSZ	25	UNIA MIAST	LUBLINIEC	POL	M40-49	12	M 37			00:36:25	01:12:32.65	7:15	8.3
13	PANCHYRZ PIOTR	105	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	13	M 38			00:36:24	01:12:41.05	7:16	8.3
14	SOMIAK PIOTR	126	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	14	M 41			00:36:33	01:13:40.40	7:22	8.1
15	WOŹNIAK BARTŁOMIEJ	157		TOSZEK	POL	M40-49	15	M 48			00:38:24	01:14:59.90	7:29	8
16	PONKA RADOSŁAW	109	POLIPACK TEAM GWE	WEJHEROWO	POL	M40-49	16	M 54			00:37:44	01:16:17.95	7:37	7.9
17	DUDKIEWICZ WOJCIECH	35	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	17	M 60			00:39:24	01:19:44.25	7:58	7.5
18	GAIDAS SEBASTIAN	42		BYTOM	POL	M40-49	18	M 65	1		00:40:25	01:21:45.15	8:10	7.3
19	LUDYGA KRYSZTYAN	79		BYTOM	POL	M40-49	19	M 66			00:41:27	01:22:49.75	8:16	7.2
20	WĄTROBA SEBASTIAN	145	BEL MARE NORDIC WALKING TEAM	WARSZAWA	POL	M40-49	20	M 68			00:42:01	01:24:44.35	8:28	7.1
21	WAWRZYŃCZOK KRZYSZTOF	520	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M40-49	21	M 71			00:44:15	01:29:32.95	8:57	6.7
	PAWLIK MICHAŁ	165	TREKMONDO	ZABRZEG	POL	M40-49			2		DNF	DNF	-	-

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K50-59**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	KOŁODZIEJ JOANNA	12	MALINOWE GWIAZDY	RUDA ŚLĄSKI	POL	K50-59	1	K 1			00:32:54	01:06:40.75	6:40	9
2	JĘDRASIAK RENATA	13	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K50-59	2	K 2	2		00:33:19	01:07:32.70	6:45	8.9
3	MUSIATOWICZ ALEKSANDRA	16	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K50-59	3	K 7			00:35:04	01:11:07.20	7:06	8.4
4	KAMIŃSKA BEATA	63	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOW	POL	K50-59	4	K 15			00:36:54	01:14:46.00	7:28	8
5	BOŃCZYSZYN BOŻENA	23	POLIPACK TEAM GWE	WICKO	POL	K50-59	5	K 22			00:38:00	01:16:22.00	7:38	7.9
6	FRANCZAK ANNA	39	NW CZĘLAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K50-59	6	K 28			00:39:00	01:18:12.50	7:49	7.7
7	GANSINIEC KAZIMIERA	43	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	7	K 32			00:39:58	01:19:44.70	7:58	7.5
8	KUTA MARTA	74	KUR-TEAM	KURÓW	POL	K50-59	8	K 35			00:40:02	01:20:24.60	8:02	7.5
9	PACYNA DANUTA	104		KATOWICE	POL	K50-59	9	K 39			00:41:59	01:21:08.45	8:06	7.4
10	EWERTOWSKA EWA	37	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	K50-59	10	K 40			00:40:07	01:21:17.85	8:07	7.4
11	WŁODARCZYK MAŁGORZATA	151		PRECZÓW	POL	K50-59	11	K 47			00:41:56	01:24:18.75	8:25	7.1
12	HOLECKA BEATA	52	Z KIJKAMI PO ZDROWIE	KATOWICE	POL	K50-59	12	K 52			00:41:57	01:25:19.45	8:31	7
13	CZEMPIK KORNELIA	27	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K50-59	13	K 54			00:39:05	01:25:31.70	8:33	7
14	TRAUTMANN BOGUSIA	139	OFIARY KAMIEŃCA	ZBROSŁAWICE	POL	K50-59	14	K 60			00:44:20	01:29:05.35	8:54	6.7
15	DUDEK BEATA	34	LECZYMY DURS	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K50-59	15	K 65			00:45:54	01:33:26.35	9:20	6.4
16	DROZD KRYSZYNA	30	CIDRY LOTAJOM	BYTOM	POL	K50-59	16	K 66			00:45:57	01:33:29.60	9:20	6.4
	ROMAŃSKA KATARZYNA	113		KATOWICE	POL	K50-59					00:49:56	DNF	-	-
											DNF	DNF	-	-

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M50-59**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	BARCZYK BOGDAN	21	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	1	M 11			00:32:16	01:05:03.70	6:30	9.2
2	KLIMCZAK ADAM	2	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	2	M 18			00:32:42	01:06:24.45	6:38	9
3	CZĘLAPSKI KRZYSZTOF	4	NW CZĘLAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	3	M 19			00:32:47	01:07:02.05	6:42	9
4	RADECKI ARTUR	1	CHODZĄCY BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POL	M50-59	4	M 21	1		00:33:10	01:07:47.15	6:46	8.9
5	KABATA JAROSŁAW	59	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	5	M 22			00:33:19	01:07:59.60	6:47	8.8
6	KUŚMIEREK JAN	73	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	M50-59	6	M 25			00:34:03	01:08:50.00	6:53	8.7



**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M50-59 c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
7	KROMSKI PAWEŁ	69	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	KIEKRZ	POL	M50-59	7	M 29			00:35:02	01:10:34.45	7:03	8.5
8	KOWALSKI MAREK	68		STRZEBIŃ	POL	M50-59	8	M 33			00:35:33	01:11:07.55	7:06	8.4
9	TOMCZAK JAROSŁAW	137	STĘSZEW TEAM	STĘSZEW	POL	M50-59	9	M 39			00:35:41	01:12:45.90	7:16	8.2
10	SZCZĘŚNIAK ZBIGNIEW	131	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M50-59	10	M 42			00:36:56	01:13:47.25	7:22	8.1
11	MADAJ ROBERT	82	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M50-59	11	M 45			00:36:29	01:14:24.55	7:26	8.1
12	WENDT JAROSŁAW	146	POLIPACK TEAM GWE	SASINO	POL	M50-59	12	M 52			00:37:46	01:15:56.90	7:35	7.9
13	FRANCZAK DARIUSZ	40	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M50-59	13	M 55			00:38:03	01:16:30.35	7:39	7.8
14	RZEPKA TOMASZ	117		GLIWICE	POL	M50-59	14	M 62			00:40:03	01:20:25.45	8:02	7.5
15	TRAUTMANN PIOTR	138	OFIARY KAMIEŃCA	ZBROSŁAWICE	POL	M50-59	15	M 63			00:39:10	01:21:25.90	8:08	7.4
16	ERNT GRZEGORZ	36	KLUB BOBRY WALKING	BOBROWNIKI	POL	M50-59	16	M 67	1		00:41:13	01:23:38.70	8:21	7.2
17	SZKUDLAREK JAROSŁAW	198		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-59	17	M 72			00:45:32	01:30:08.60	9:00	6.7

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K60-69**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	STĘPIEŃ LUCYNA	166	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K60-69	1	K 14	1		00:36:48	01:14:42.40	7:28	8
2	MIŚKOWICZ ANNA	94	CKZIU MECHANIK NYSA	GŁOGÓWEK	POL	K60-69	2	K 20			00:37:28	01:15:22.90	7:32	8
3	STOLARSKA DANUTA	128	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	K60-69	3	K 24			00:38:35	01:16:57.90	7:41	7.8
4	STEFANIAK EMILIA	127	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	4	K 25			00:38:30	01:16:59.65	7:41	7.8
5	TASAREK GABRIELA	136	TARNOGÓRSKIE ŁAZĘGI	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K60-69	5	K 30			00:39:09	01:18:21.00	7:50	7.7
6	CZEMPIK ANIELA	26	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K60-69	6	K 33			00:39:26	01:20:10.80	8:01	7.5
7	WNEK EWA	152		KŁODZKO	POL	K60-69	7	K 36			00:39:11	01:20:31.30	8:03	7.5
8	GRZEBIELUCH ELŻBIETA	49	KATOWICKI NORDIC WALKING	SOSNOWIEC	POL	K60-69	8	K 37			00:40:15	01:20:44.45	8:04	7.4
9	ANYŻ MARIA	20	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	9	K 38			00:39:42	01:20:47.65	8:04	7.4
10	OMARSKA GRAŻYNA	102	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	K60-69	10	K 41			00:40:50	01:22:22.40	8:14	7.3
11	JEZUSEK BARBARA	56	EKIPA NA KIJACH	RUDA ŚLĄSKA	POL	K60-69	11	K 44			00:41:30	01:23:52.90	8:23	7.2
12	GAZDA DOROTA	44	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	K60-69	12	K 45			00:40:56	01:24:00.85	8:24	7.1
13	DRYGALSKA ALEKSANDRA	31	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	13	K 48			00:41:57	01:24:21.60	8:26	7.1
14	CZERWINSKA ANNA	28	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K60-69	14	K 51			00:41:37	01:24:55.35	8:29	7.1
15	TURZYŃSKA-STOPA MARIA	141	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	DZIEMIANY	POL	K60-69	15	K 53			00:42:19	01:25:20.20	8:32	7
16	MAŁKA IRENA	86		GLIWICE	POL	K60-69	16	K 57			00:42:43	01:26:24.25	8:38	6.9
17	KRÓL KRYSZYNA	71		SOSNOWIEC	POL	K60-69	17	K 61			00:44:25	01:29:47.35	8:58	6.7
18	KULIŃSKA DOROTA	72	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K60-69	18	K 62			00:44:01	01:30:48.10	9:04	6.6
19	KRÓLIKOWSKA-ŁOSKOT DANUTA	70	STADION ŚLĄSKI	KOZIEGŁOWY	POL	K60-69	19	K 63			00:46:03	01:32:20.15	9:14	6.5
20	SIWCZYK GRAŻYNA	123	LECZYMY DURŚ	PIEKARY ŚLĄSKIE	POL	K60-69	20	K 67			00:46:59	01:35:12.55	9:31	6.3

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M60-69**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	HELWICH STEFAN	10	KS METRACO POLKOWICE	WIELEŃ	POL	M60-69	1	M 7	1		00:31:09	01:03:47.10	6:22	9.4
2	JUREK ADAM	57	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	M60-69	2	M 13	2		00:32:15	01:05:30.55	6:33	9.2
3	MAŁKA MARIAN	85		GLIWICE	POL	M60-69	3	M 14			00:32:18	01:05:37.90	6:33	9.1
4	DREWA MARIAN	29	POLIPACK TEAM GWE	GOŚCICINO	POL	M60-69	4	M 31			00:34:33	01:10:56.85	7:05	8.5
5	NETKOWSKI WOJCIECH	99	PASJA NORDIC WALKING	BRWINOW	POL	M60-69	5	M 35	1		00:35:26	01:11:58.20	7:11	8.3
6	HRYNDIO JERZY	54	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M60-69	6	M 43			00:36:44	01:14:00.00	7:24	8.1
7	KAMIANOWSKI JAN	62	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M60-69	7	M 44			00:36:36	01:14:19.85	7:25	8.1
8	JANKOWSKI GRZEGORZ	55	STĘSZEW TEAM	WITOBEL	POL	M60-69	8	M 51			00:37:19	01:15:52.65	7:35	7.9
9	RADZIEJOWSKI BOGUSŁAW	111	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	9	M 53			00:37:55	01:16:00.75	7:36	7.9
10	MARCHEWKA ANDRZEJ	88	13 ŚLĄSKA BRYGADA OT KATOWICE	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	10	M 56			00:37:27	01:16:50.90	7:41	7.8
11	STOLARSKI JANUSZ	129	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-69	11	M 57			00:37:02	01:16:53.90	7:41	7.8
12	GLISZCZYŃSKI MIROŚLAW	45	NWPL/ GOGGLE PAE TEAM	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M60-69	12	M 59			00:38:35	01:18:44.45	7:52	7.6
13	MACHOLC PIOTR	81	ŻÓŁWIK	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M60-69	13	M 61			00:39:55	01:19:51.40	7:59	7.5
14	ŁAZORKO ANTONI	80	STOWARZYSZENIE MIŁOŚNIKÓW SPORTU EFEKT CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M60-69	14	M 64			00:41:05	01:21:27.60	8:08	7.4

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M60-69 c.d.**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
15	LUBAŃSKI TOMASZ	78	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	M60-69	15	M 69			00:42:55	01:26:11.40	8:37	7
16	KUCZYŃSKI WŁODZIMIERZ	188	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	OBORNIKI	POL	M60-69	16	M 73			00:47:10	01:35:51.50	9:35	6.3

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, K70+**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	KURZAWSKA JOLANTA	167	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	1	K 19			00:36:17	01:15:21.70	7:32	8
2	ZACZYŃSKA JANINA	158	KS METRACO POLKOWICE	LUBIN	POL	K70+	2	K 46			00:41:17	01:24:02.40	8:24	7.1
3	BIEDRA KRYSZYNA	22	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	BĘDZIN	POL	K70+	3	K 49			00:41:31	01:24:24.35	8:26	7.1
4	OWCZAREK HENRYKA	103	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAŃ	POL	K70+	4	K 64			00:46:25	01:33:19.30	9:19	6.4

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, M70+**

POS	Name and surname	No.	Club	City	NAT	Cat.	M. cat.	F/M	Żół. kartki	Czer. kartki	5km	Netto	min/km	km/h
1	ADAMCZYK ADAM	18	PASJA NORDIC WALKING	WARSZAWA	POL	M70+	1	M 23			00:34:10	01:08:08.60	6:48	8.8
2	SZYMAŃSKI STEFAN	133	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW W DYWITACH	KIEŻLINY	POL	M70+	2	M 30			00:34:56	01:10:38.40	7:03	8.5
3	OCYSEK ZYGMUNT	100	STADION ŚLĄSKI	KATOWICE	POL	M70+	3	M 40			00:35:39	01:13:14.10	7:19	8.2
4	KLUSKA KAZIMIERZ	64	KATOWICKI NORDIC WALKING	KATOWICE	POL	M70+	4	M 58			00:38:04	01:17:25.50	7:44	7.8
5	DRYNDA FRANCISZEK	32	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M70+	5	M 70			00:43:48	01:29:21.25	8:56	6.7
DQ	SANIUK EDWARD	119	FACE NORDIC WALKING TEAM	GDAŃSK	POL	M70+	DQ	DQ		1	00:33:17	DQ	0:00	9

**PUCHAR GÓRNEGO ŚLĄSKA NORDIC WALKING 2020 - 10 KM, Drużynowa**

Place	Team	Classified participants	Time	Team time
1	POLIPACK TEAM GWE	ADAM KUŹMICZLEONARD NACZKRYSTYNA KRÓLIKOWSKAWIKTORIA NACZK	01:03:37.6501:07:24.7501:07:51.5001:08:53.15	04:27:45
2	KS METRACO POLKOWICE	STEFAN HELWICHADAM JUREKRENATA JĘDRASIAKLUCYNA STĘPIEŃ	01:03:47.1001:05:30.5501:07:32.7001:14:42.40	04:31:33
3	NW CZŁAPSKI TEAM	MARCIN ŚWIDEREKPIOTR POLKOWSKIMAŁGORZATA FRANCAKANNAN FRANCZAK	01:06:18.1001:06:19.7501:11:58.8001:18:12.50	04:42:41
4	PASJA NORDIC WALKING	ADAM ADAMCZYKALEKSANDRA MUSIATOWICZANDRZEJ WALESZKOANNA WALESZKO	01:08:08.6001:11:07.2001:11:56.8001:17:28.45	04:48:39
5	CIDRY LOTAJOM	KRZYSZTOF WILCZEKMICHAŁ MOLNATALIA TOMCZYKMARTA WOJTAL	01:05:06.3001:14:49.5501:14:54.9001:15:02.75	04:49:51
6	BŁĘKITNI NW DZIEMIANY	TOMASZ KNITTERPATRYK KUŚMIEREKAGATA KNITTERMARIA TURZYŃSKA-STOPA	01:02:00.8501:03:12.6001:19:29.9501:25:20.20	04:50:01
7	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	MARIUSZ TRZCIŃSKIMARIANNA JÓZWIAKJANUSZ STOLARSKIDANUTA STOLARSKA	01:10:59.0501:14:31.7001:16:53.9001:16:57.90	04:59:20
8	KATOWICKI NORDIC WALKING	PAWEŁ SŁUPIANEKEMILIA STEFANIAKAZIMIERZ KLUSKAELŻBIETA GRZEBIELUCH	01:04:53.3501:16:59.6501:17:25.5001:20:44.45	05:00:01
9	STADION ŚLĄSKI	ZYGMUNT OCYSEKJERZY HRYNDIODOROTA GAZDADANUTA KRÓLIKOWSKAŁOSKOT	01:13:14.1001:14:00.0001:24:00.8501:32:20.15	05:23:34
10	KIJE W DOBRYCH RĘKACH	MARIA ANYŻALEKSANDRA DRYGAŁSKAKRYSTYNA BIEDRADOROTA KULIŃSKA	01:20:47.6501:24:21.6001:24:24.3501:30:48.10	05:40:20
11	LECYMY DURŚ	SANDRA DUDEKBEATA DUDEKGRAŻYNA SIWCZYKOLGA WŁOCHOWICZ	01:27:04.3001:33:26.3501:35:12.5501:36:23.95	06:12:05