

**MPOCR 2021 - 3 KM**

 Organizator: OCR Polska  
 Data: 2021-09-11  
 Miejsce: Kutno  
 Dystans: 3 km  
 Klasyfikacja wg czasów netto.

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZCZECHLA GRZEGORZ	160	CARBON SILESIA SPORT	USTROŃ	POL	M ELITE	1	M 1	CARBON SILESIA SPORT	00:15:30.45	5:08	11.7
2	OŚLIZŁO TOMASZ	131	SOCIOS SILESIA	ŚWIERKLANY	POL	M ELITE	2	M 2	SOCIOS SILESIA	00:15:30.50	5:08	11.7
3	WOJTYSZYN WOJCIECH	189	EX TEAM	NAMYŚLÓW	POL	M ELITE	3	M 3	EX TEAM	00:16:04.75	5:20	11.2
4	KRÓL PIOTR	84	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	M ELITE	4	M 4	SOCIOS SILESIA	00:16:35.75	5:30	10.9
5	JACIÓW PAWEŁ	53	WATAHA	PRZEMYŚL	POL	M ELITE	5	M 5	WATAHA	00:16:50.70	5:35	10.7
6	SERAFIŃSKI MACIEJ	150	RAJSPOK ACTIVE	KONIN	POL	M ELITE	6	M 6	RAJSPOK ACTIVE	00:16:52.80	5:36	10.7
7	RYNKIEWICZ MATEUSZ	144	RUNMAGEDDON	BOGDANIEC	POL	M ELITE	7	M 7	RUNMAGEDDON	00:16:58.95	5:38	10.6
8	BUDZISZ KRZYSZTOF	13	SOCIOS SILESIA	BYTOM	POL	M 40-44	1	M 8	SOCIOS SILESIA	00:17:20.90	5:45	10.4
9	TRAPKOWSKI PRZEMYSŁAW	177	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	1	M 9	XRUNNERS	00:17:22.65	5:46	10.4
10	SZYMAŃSKI PAWEŁ	168	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	1	M 10	SOCIOS SILESIA	00:17:32.80	5:49	10.3
11	KALWAS MATEUSZ	72	RAJSPOK ACTIVE	MANKOWO	POL	M 13-17	1	M 11	RAJSPOK ACTIVE	00:17:40.15	5:52	10.2
12	STAMATEL SEBASTIAN	156		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	2	M 12		00:17:46.05	5:54	10.2
13	KĄKOL KACPER	75	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	8	M 13	BIEGUN OCR TEAM	00:17:46.55	5:54	10.2
14	WÓJCİK ADAM	193	EX TEAM	CHOCZNIA	POL	M 18-24	1	M 14	EX TEAM	00:17:50.30	5:55	10.1
15	LISOWSKI GRZEGORZ	94	SOCIOS SILESIA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	POL	M 35-39	2	M 15	SOCIOS SILESIA	00:17:54.10	5:56	10.1
16	MARKOWSKI FABIAN	105	RAJSPOK ACTIVE	GARZYN	POL	M ELITE	9	M 16	RAJSPOK ACTIVE	00:17:54.75	5:56	10.1
17	KALININ JAROSŁAW	68	RAJSPOK ACTIVE	WROCŁAW	POL	M ELITE	10	M 17	RAJSPOK ACTIVE	00:17:59.50	5:58	10
18	SAŁATA MARCIN	147	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M ELITE	11	M 18	RUNMAGEDDON	00:18:00.35	5:58	10
19	SZULWACH CEZARY	167	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	12	M 19	BIEGUN OCR TEAM	00:18:00.45	5:58	10
20	LORYCH KRYSZTIAN	96	BIEGUN OCR TEAM	BORKOWO	POL	M 40-44	2	M 20	BIEGUN OCR TEAM	00:18:02.35	5:59	10
21	WŁODARCZYK DAWID	187		STRZELCE	POL	M 30-34	1	M 21		00:18:03.55	5:59	10
22	SIKORA ADAM	301	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M ELITE	13	M 22		00:18:20.35	6:05	9.9
23	DĄBROWSKI RADOŚLAW	22	OCR TEAM DĘBICA	DĘBICA	POL	M 18-24	2	M 23		00:18:24.05	6:06	9.8
24	BARANAUSKAS DARIUS	5	OCR BALTIC WARRIORS	KAUNAS	LTU	M INTERNATIONAL	1	M 24	OCR BALTIC WARRIORS	00:18:27.15	6:07	9.8
25	KIĘPISTY PATRYK	76	RAJSPOK ACTIVE	ŁÓDŹ	POL	M 30-34	2	M 25	RAJSPOK ACTIVE	00:18:37.75	6:11	9.7
26	PODGORSKI MAREK	138	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M 40-44	3	M 26	RUNMAGEDDON	00:18:38.50	6:11	9.7
27	KMIĘC ADAM	78	CARBON SILESIA SPORT	LUBLINIEC	POL	M 35-39	3	M 27	CARBON SILESIA SPORT	00:18:42.35	6:12	9.7
28	WIERZBICKI DANIEL	184		KRAKÓW	POL	M 40-44	4	M 28	BEFIT24TEAM	00:18:45.40	6:13	9.6
29	MIKULEWICZ PRZEMYSŁAW	109	MOVE. TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	M 30-34	3	M 29		00:18:46.85	6:14	9.6
30	OLICHOWSKI MATEUSZ	129	WOLFTEAM	NAKIELNO	POL	M ELITE	14	M 30		00:18:48.60	6:14	9.6
31	KOZUBEK SEBASTIAN	82	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 30-34	4	M 31	RAJSPOK ACTIVE	00:18:49.45	6:15	9.6
32	SIKORA ADAM	152	MAD RUNNERS	MIERSZÓW	POL	M 25-29	3	M 32	MAD RUNNERS	00:18:51.40	6:15	9.6
33	DASZKIEWICZ MAŁGORZATA	21	POWER TRAINING	PŁOCK	POL	K ELITE	1	K 1	POWER TRAINING	00:18:53.80	6:16	9.6
34	PISKAŁA DANIEL	135	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 40-44	5	M 33	POWER TRAINING	00:18:54.15	6:16	9.6
35	MĘDYGRAŁ KRYSZTIAN	107	WATAHA	WROCŁAW	POL	M 25-29	4	M 34	WATAHA	00:19:09.00	6:21	9.4
36	ŁOSIN MARTA	97	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K ELITE	2	K 2	BIEGUN OCR TEAM	00:19:09.75	6:21	9.4
37	JAGODZIŃSKI KAROL	54	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	15	M 35	POWER TRAINING	00:19:11.60	6:22	9.4
38	GŁYK ŁUKASZ	42	CARBON SILESIA SPORT	MYSŁOWICE	POL	M 25-29	5	M 36	CARBON SILESIA SPORT	00:19:13.00	6:23	9.4
39	FORMELA PIOTR	31	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 35-39	4	M 37	BIEGUN OCR TEAM	00:19:14.90	6:23	9.4
40	ORANKIEWICZ KRZYSZTOF	130	JUNGLE NEXTREME	PŁOCK	POL	M 25-29	6	M 38		00:19:21.75	6:25	9.3
41	SITKO MARCIN	154	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	M 25-29	7	M 39	CARBON SILESIA SPORT	00:19:22.55	6:26	9.3

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
42	GAWLAK DAMIAN	39	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	8	M 40	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:23.10	6:26	9.3
43	MIŁOŚ TOMASZ	111	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 35-39	5	M 41		00:19:30.00	6:28	9.3
44	PUSTOŁA MAKSYMILIAN	141	OBSTACLE CENTER TEAM	CHROŚLA	POL	M 13-17	2	M 42	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:31.75	6:29	9.3
45	KOŁAKOWSKI KRZYSZTOF	80	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	5	M 43	RUNMAGEDDON	00:19:42.65	6:32	9.2
46	SZKURŁAT TOMASZ	162		NADARZYN	POL	M 35-39	6	M 44	POWER TRAINING	00:19:42.95	6:32	9.2
47	ZALEJASZ SYLWESTER	198	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	7	M 45	XRUNNERS	00:19:44.00	6:33	9.2
48	SZULWACH MACIEK	165	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 45-49	1	M 46	BIEGUN OCR TEAM	00:19:44.10	6:33	9.2
49	PASOŃ TOMASZ	132	EX TEAM	RASZOWA	POL	M 35-39	8	M 47	EX TEAM	00:19:49.35	6:35	9.1
50	GOLEC RAFAŁ	44	IWONEX DRUKARNIA	KRZESK KRÓLOWA NIWA	POL	M 30-34	6	M 48		00:19:54.20	6:36	9.1
51	CHŁĄD ALEKSANDER	15	EX TEAM	PRZYSIECZ	POL	M 35-39	9	M 49	EX TEAM	00:20:05.25	6:40	9
52	BRZEZIŃSKI BARTOSZ	12	RUNMAGEDDON	BUKOWIEC	GBR	M INTERNATIONAL	2	M 50		00:20:09.05	6:41	9
53	MÓRAWSKI MIESZKO	122	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	16	M 51	POWER TRAINING	00:20:11.25	6:42	8.9
54	MAŁYSIAK JAROSŁAW	103	DRAGON RUNNERS	GIŁOWICE	POL	M 35-39	10	M 52	DRAGON RUNNERS	00:20:18.35	6:44	8.9
55	STOKOWSKI DARIUSZ	158	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	7	M 53	RUNMAGEDDON	00:20:23.30	6:46	8.9
56	WIENDLOCHA PAWEŁ	183	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 40-44	6	M 54	SOCIOS SILESIA	00:20:23.60	6:46	8.9
57	JÓZEFIAK ŁUKASZ	64	BIEGUNOCR TEAM	PSZCZOLKI	POL	M 40-44	7	M 55	BIEGUN OCR TEAM	00:20:24.90	6:46	8.9
58	WYSŁUCH IZA	194		RUDA ŚLĄSKA	POL	K ELITE	3	K 3		00:20:25.85	6:46	8.8
59	MILCZAREK DAWID	238	POZYTYWNI ZABIEGANI KLESZCZÓW	ŁUSZCZANOWICE	POL	M OPEN	1	M 56		00:20:28.75	6:49	8.8
60	MALCZEWSKI DANIEL	100	RAJSPOORT ACTIVE	RAPIEŃ	POL	M 13-17	3	M 57		00:20:31.15	6:48	8.8
61	KOLCZYN MAGDALENA	303	BEFIT24TEAM		POL	K ELITE	4	K 4		00:20:34.00	6:49	8.8
62	WAŁDOWSKI DOMINIK	180	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 40-44	8	M 58	XRUNNERS	00:20:37.05	6:50	8.8
63	WOŁCZEK PAULINA	190	EX TEAM	WĘGORZEWO	POL	K ELITE	5	K 5	EX TEAM	00:20:37.45	6:50	8.8
64	KALINOWSKI KRYSZTIAN	70		ŁAWA	POL	M ELITE	17	M 59		00:20:37.85	6:50	8.8
65	BAŁDYGA MIŁOSZ	298			POL	M OPEN	2	M 60		00:20:38.50	6:51	8.8
66	CHMIELORZ JÓZEF	16	CARBON SILESIA SPORT	ŁĘDZINY	POL	M 35-39	11	M 61	CARBON SILESIA SPORT	00:20:38.90	6:51	8.8
67	KURTA RAFAŁ	90	XRUNNERS	SIERPC	POL	M 18-24	3	M 62	XRUNNERS	00:20:57.70	6:57	8.6
68	HANYK ŁUKAŚ	50	CHALLENGER	KOSTELEC NAD ORLICÍ	CZE	M INTERNATIONAL	3	M 63		00:21:02.00	6:59	8.6
69	JASTRZĘBSKI SŁAWOMIR	61	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 40-44	9	M 64	BESTIE OCR LEGIONOWO	00:21:07.85	7:00	8.6
70	ŚWIERSZCZ PAWEŁ	172		LEGNICA	POL	M 30-34	8	M 65		00:21:12.60	7:02	8.5
71	CZACHURSKI MATEUSZ	19	EX TEAM	BOCHNIA	POL	M 30-34	9	M 66	EX TEAM	00:21:12.80	7:02	8.5
72	MULCZYŃSKI PIOTR	240		BOŻEWO	POL	M OPEN	3	M 67		00:21:13.25	7:02	8.5
73	JUSZKIEWICZ DOMINIK	65	RAJSPOORT ACTIVE	GARZYN	POL	M 35-39	12	M 67	RAJSPOORT ACTIVE	00:21:13.25	7:02	8.5
74	WIECZOREK MATEUSZ	182	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 25-29	9	M 69	XRUNNERS	00:21:20.70	7:05	8.5
75	KURACH STANISŁAW	89	DZIADY OCR	WARKA	POL	M 50+	1	M 70	DZIADY OCR	00:21:21.25	7:05	8.5
76	STUDNIARZ MICHAŁ	159		ŁAZISKA GÓRNE	POL	M 30-34	10	M 71	SOCIOS SILESIA	00:21:25.20	7:06	8.4
77	SZCZEPANIK MICHAŁ	161	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	10	M 72	OBSTACLE CENTER TEAM	00:21:27.85	7:07	8.4
78	POVOLNÝ LUKAŚ	140	GLADIATOR RACE TEAM	PRĚLOUČ	CZE	M INTERNATIONAL	4	M 73		00:21:27.95	7:07	8.4
79	PERKOWSKI PAWEŁ	133	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	13	M 74	POWER TRAINING	00:21:30.85	7:08	8.4
80	MIZGAŁSKI JACEK	116	DZIADY OCR	JAROCIN	POL	M 45-49	2	M 75	DZIADY OCR	00:21:32.65	7:09	8.4
81	GABRYŚ PIOTR	33	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	4	M 76		00:21:34.25	7:09	8.4
82	KRYSTOFIAK DAMIAN	86	UNITED RUNNERS	NOWY DWÓR MAZOWIECKI	POL	M ELITE	18	M 77	UNITED RUNNERS	00:21:38.90	7:11	8.3
83	KOZUBEK SEWERYN	83	RAJSPOORT ACTIVE	SIERADZ	POL	M 25-29	11	M 78	RAJSPOORT ACTIVE	00:21:45.10	7:13	8.3
84	GAWIN KRZYSIEK	38		WIĘCKOWICE	POL	M 35-39	14	M 79	BEFIT24TEAM	00:21:46.50	7:13	8.3
85	TOMAKA TOMASZ	175	RAJSPOORT ACTIVE	RZESZÓW	POL	M 25-29	12	M 80	RAJSPOORT ACTIVE	00:21:51.25	7:15	8.3
86	MISSALA MATEUSZ	112	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	M 40-44	10	M 81	POWER TRAINING	00:21:51.45	7:15	8.3
87	CZACH TOBIASZ	18	CARPATHIAN RUNNERS	RZESZÓW	POL	M 30-34	11	M 82		00:21:53.10	7:16	8.3
88	FARKOWSKI KONRAD	30	EX TEAM	MYSIADŁO	POL	M 35-39	15	M 83	EX TEAM	00:21:54.30	7:16	8.2
89	DOBRYŃSKI TOMASZ	25	XRUNNERS	GDYNIA	POL	M 40-44	11	M 84	XRUNNERS	00:22:03.80	7:19	8.2
90	SZTYLKA KAROL	164	BEST BEASTS	POTĘGOWO	POL	M 18-24	4	M 85	BEST BEASTS	00:22:08.70	7:21	8.2
91	GAWRYŁUK MARCIN	40	BIFROST OCR	BIAŁYSTOK	POL	M 35-39	16	M 86		00:22:11.25	7:22	8.1
92	ZABOROWSKI ŁUKASZ	196	RAJSPOORT ACTIVE	PŁOCK	POL	M 35-39	17	M 87	RAJSPOORT ACTIVE	00:22:12.05	7:22	8.1
93	KMICIAK JAKUB	77	DIRTY SPARROWS	SULĘCINEK	POL	M 18-24	5	M 88	DIRTY SPARROWS	00:22:19.00	7:24	8.1

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
94	JUSZKIRWICZ OLIWKA	66	RAJSPOACTIVE	GARZYN	POL	K 13-17	1	K 6	RAJSPO ACTIVE	00:22:29.20	7:28	8
95	WITKA PATRYK	186	MAD RUNNERS	NOWA RUDA	POL	M ELITE	19	M 89		00:22:31.80	7:28	8
96	DŁUGOSZ ŁUKASZ	213	OSPRO OCR	ZIELONA GÓRA	POL	M OPEN	4	M 90	OSPRO OCR	00:22:32.30	7:30	8
97	MISSALA MAGDALENA	113	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	K ELITE	6	K 7	POWER TRAINING	00:22:42.65	7:32	8
98	CZAPRAN MAREK	20	XRUNNERS	GDANSK	POL	M 35-39	18	M 91	XRUNNERS	00:22:45.80	7:33	7.9
99	SERAFIŃSKI ROBERT	151	RAJSPOACTIVE	KONIN	POL	M 50+	2	M 92	RAJSPO ACTIVE	00:22:49.35	7:34	7.9
100	TESKA PATRYCJA	173	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 13-17	2	K 8	BIEGUN OCR TEAM	00:22:49.35	7:34	7.9
101	GOLDA MICHAŁ	43	MAD RUNNERS	MIŁOSZYCE	POL	M 35-39	19	M 93	MAD RUNNERS	00:22:50.80	7:35	7.9
102	ILNICKI DAREK	52	DRAGON RUNNERS	ŚWIĄTNIKI GÓRNE	POL	M 35-39	20	M 94	DRAGON RUNNERS	00:22:52.20	7:35	7.9
103	GAWORSKI BARTŁOMIEJ	219	ALBO_GRUBO_ALBO_WCAKE	CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	5	M 95		00:22:56.65	7:37	7.9
104	KALINOWSKI SZYMON	225	VIKINGS RUN TEAM	OPOCZNO	POL	M OPEN	6	M 96	VIKINGS RUN TEAM	00:22:59.85	7:38	7.9
105	WITKA PATRYK	315		NOWA RUDA	POL	M OPEN	7	M 97		00:23:01.35	7:38	7.8
106	SADOWSKI MICHAŁ	146	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	21	M 98	POWER TRAINING	00:23:10.55	7:41	7.8
107	KULAGA PETER	87	DRAGON RUNNERS	KRAKOW	POL	M 35-39	22	M 99	DRAGON RUNNERS	00:23:10.65	7:41	7.8
108	MORAWSKI GRZEGORZ	121		WARSZAWA	POL	M 35-39	23	M 100		00:23:13.00	7:42	7.8
109	ZALEJASZ PAULINA	199	XRUNNERS	GDANSK	POL	K ELITE	7	K 9	XRUNNERS	00:23:17.10	7:44	7.8
110	WOŁOŻYŃ TOMEK	258	SOCIOS SILESIA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	8	M 101	SOCIOS SILESIA	00:23:18.00	7:44	7.8
111	KULON GRZEGORZ	88	BEFIT24TEAM	KRAKOW	POL	M 40-44	12	M 102	BEFIT24TEAM	00:23:21.45	7:45	7.7
112	ZIEMNICKI TOMASZ	202	FIT & MORE RYBNIK	CZERWIONKA - LESZCZYNY	POL	M 40-44	13	M 103	FIT & MORE RYBNIK	00:23:22.80	7:45	7.7
113	KALISZYK GRZEGORZ	71	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 45-49	3	M 104		00:23:23.00	7:46	7.7
114	BŁĘDZKI ADAM	10	DIRTY SPARROWS	LUBASZ	POL	M 30-34	12	M 105	DIRTY SPARROWS	00:23:32.30	7:49	7.7
115	CZARNECKI PIOTR	211	TARCHOŚFIRY	WARSZAWA	POL	M OPEN	9	M 106		00:23:39.80	7:51	7.6
116	TOMAN KAROLINA	176		RYBNIK	POL	K 25-29	1	K 10		00:23:41.60	7:52	7.6
117	MISSALA MICHAŁ	114	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 45-49	4	M 107	POWER TRAINING	00:23:43.95	7:52	7.6
118	PUZDROWSKI JAREK	142	BIEGUN_OCR_TEAM	GDYNIA	POL	M 30-34	13	M 108	BIEGUN OCR TEAM	00:23:48.00	7:54	7.6
119	SIROCKI DAWID	153	BIEGUN_OCR_TEAM	SZEMUD	POL	M 30-34	14	M 109		00:23:54.05	7:56	7.6
120	SZTAJER BARTEK	163	SOCIOS SILESIA	BĘDZIN	POL	M 35-39	24	M 110	SOCIOS SILESIA	00:23:57.15	7:57	7.5
121	DUDA GRZEGORZ	27	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	M 40-44	14	M 111	BEST BEASTS	00:23:59.50	7:58	7.5
122	FARKOWSKI KONRAD	268	EX TEAM	KUTNO	POL	M OPEN	10	M 112		00:24:04.35	7:59	7.5
123	DUKIEWICZ DARIUSZ	28		PIŁA	POL	M ELITE	20	M 113	WOLF TEAM	00:24:06.10	8:00	7.5
124	PLUĆIŃSKI JAKUB	136	DRAGON RUNNERS	KRAKÓW	POL	M 30-34	15	M 114	DRAGON RUNNERS	00:24:18.00	8:04	7.4
125	KUCZ WOJCIECH	230	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	11	M 115	UNITED RUNNERS	00:24:18.75	8:04	7.4
126	GAŁUSZYŃSKI PAWEŁ	35	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M 30-34	16	M 116		00:24:25.95	8:06	7.4
127	MOCZKO SEBASTIAN	117		ZAWADA	POL	M 40-44	15	M 117		00:24:26.50	8:07	7.4
128	CHARUSTA MARTYNA	14	BEFIT24TEAM	TARGANICE	POL	K 25-29	2	K 11	BEFIT24TEAM	00:24:28.15	8:07	7.4
129	JASIŃSKA ALICJA	59	GORĄCY POTOK TEAM	ŻYRAKÓW	POL	K 18-24	1	K 12		00:24:28.55	8:07	7.4
130	GRZEGORZYCA DAMIAN	48	OCR BANINO	BANINO	POL	M 45-49	5	M 118	OCR BANINO	00:24:30.30	8:08	7.4
131	MOKSIK JAN	119	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	6	M 119	FIT & MORE RYBNIK	00:24:34.75	8:09	7.4
132	ZIARKOWSKI MIROSŁAW	201	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	7	M 120	FIT & MORE RYBNIK	00:24:50.55	8:15	7.3
133	SOBAŃSKI MACIEJ	308		WARSZAWA	POL	M 25-29	13	M 121		00:24:51.55	8:15	7.3
134	ŚWIĄDER ANDRZEJ	170		WIELICZKA	POL	M 40-44	16	M 122	BEFIT24TEAM	00:25:02.95	8:19	7.2
135	HAJEWSKI MICHAŁ	49	DZIADY OCR	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M 40-44	17	M 123		00:25:06.65	8:20	7.2
136	KALINOWSKI ARKADIUSZ	69		GDANSK	POL	M 50+	3	M 124		00:25:12.25	8:22	7.2
137	SZYMAŃSKI ARTUR	250	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	12	M 125	CALISTHENICS PŁOCK	00:25:16.75	8:23	7.1
138	KWIATKOWSKI MICHAŁ	91	BIFROST	NOWINKA	POL	M 35-39	25	M 126		00:25:22.25	8:25	7.1
139	DRZEWIECKI MARCIN	26	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 35-39	26	M 127	MAD RUNNERS	00:25:25.45	8:26	7.1
140	DĄBROWSKI TOMASZ	23	MOVEMENT ARENA	SUWAŁKI	POL	M 30-34	17	M 128	MOVEMENT ARENA	00:25:26.90	8:26	7.1
141	BIGOS DANIEL	9		LUBLIN	POL	M 18-24	6	M 129		00:25:28.85	8:27	7.1
142	BOGOWICZ DOMINIK	207		CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	13	M 130		00:25:29.90	8:27	7.1
143	BEDNARZ PAWEŁ	205		ZAWIERCIE	POL	M OPEN	14	M 131		00:25:46.95	8:33	7
144	MALCZEWSKI TOMASZ	101	RAJSPOACTIVE	RĄBIEŃ	POL	M 35-39	27	M 132	RAJSPO ACTIVE	00:25:53.45	8:35	7
145	MACHTYL ZYGMUNT	98	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	M 45-49	8	M 133		00:25:55.90	8:36	7
146	PIOTROWSKI KAMIL	134	DIRTY SPARROWS	ZALASEWO	POL	M 25-29	14	M 134		00:25:57.20	8:37	7
147	JESKA TOMASZ	62	DIRTY SPARROWS	ŁUKOWO	POL	M 40-44	18	M 135		00:26:00.75	8:38	6.9
148	TUWAŁSKI BERNARD	178	OSPRO OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	4	M 136	OSPRO OCR	00:26:09.55	8:41	6.9
149	JARZYŃA BARTŁOMIEJ	58	OSPRO OCR	BRWINÓW	POL	M 45-49	9	M 137	OSPRO OCR	00:26:24.20	8:46	6.8
150	RYKOWSKI ARKADIUSZ	286	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	15	M 138		00:26:31.15	8:48	6.8

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
151	RYNKIEWICZ AGNIESZKA	145	GORĄCY POTOK TEAM	BOGDANIEC	POL	K ELITE	8	K 13	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:32.35	8:48	6.8
152	MENKO MICHAŁ	304	BIEGUN OCR TEAM	RUMIA	POL	M 18-24	7	M 139	BIEGUN OCR TEAM	00:26:37.80	8:50	6.8
153	OLAS PIOTR	128	HUSARIA RACE TEAM	ROZPRZA	POL	M 25-29	15	M 140		00:26:38.70	8:50	6.8
154	GAŃKO KAROLINA	36	OBSTACLE CENTER TEAM	DĘBE WIELKIE	POL	K 25-29	3	K 14	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:41.35	8:51	6.8
155	TKACZYK MICHAŁ	174	OBSTACLE CENTER TEAM	MIŃSK MAZOWIECKI	POL	M 25-29	16	M 141	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:42.70	8:52	6.8
156	NIKIEL DARIUSZ	125	DIRTY SPARROWS	WĄGROWIEC	POL	M 40-44	19	M 142	DIRTY SPARROWS	00:26:43.60	8:52	6.8
157	BARANOWSKA KATARZYNA	6	GORĄCY POTOK TEAM	WŁOCLAWEK	POL	K ELITE	9	K 15	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:56.10	8:56	6.7
158	KOZŁOWSKI JAKUB	81		PULAWY	POL	M 25-29	17	M 143		00:27:00.85	8:58	6.7
159	MATYSIAK PRZEMYSŁAW	106		KOBYLIN	POL	M 13-17	5	M 144		00:27:10.55	9:01	6.6
160	HEŁMECKI MATEUSZ	51	DRAGON RUNNERS	CHEŁMIEC	POL	M 30-34	18	M 145		00:27:12.00	9:02	6.6
161	WIŚNIEWSKI NORBERT	185		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M 40-44	20	M 146		00:27:13.95	9:02	6.6
162	LELAS EWA	92	OSPRO NINJA ACADEMY	WOLA MROKOWSKA	POL	K 13-17	3	K 16		00:27:19.10	9:04	6.6
163	BADALÍKOVÁ LUCIE	3	CZECHNINJACOMMUNITY	DLOUHÉ 16	CZE	K ELITE	10	K 17		00:27:19.55	9:04	6.6
164	ZYGMUNCIAK JAKUB	203		WARSZAWA	POL	M 13-17	6	M 147		00:27:28.35	9:07	6.6
165	JANISZEWSKI GRZEGORZ	56	DZIADY OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	5	M 148		00:27:50.30	9:14	6.5
166	WIŚNIEWSKI MICHAŁ	255	BEST BEAST	BIERKOWO	POL	M OPEN	16	M 149	BEST BEASTS	00:28:14.80	9:22	6.4
167	PORCZYK ZBIGNIEW	139	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	28	M 150	POWER TRAINING	00:28:53.60	9:35	6.3
168	DURKA MICHAŁ	215	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	17	M 151	CALISTHENICS PŁOCK	00:28:55.25	9:36	6.2
169	GÓRZYŃSKI KONRAD	46	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 13-17	7	M 152		00:28:59.10	9:37	6.2
170	LOMNICKÁ TEREZA	95	CHALLENGER	PARDUBICE	CZE	K ELITE	11	K 18		00:29:01.90	9:38	6.2
171	PIĘTA ŁUKASZ	247	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	18	M 153	UNITED RUNNERS	00:29:11.20	9:41	6.2
172	SCHMIDT PAWEŁ	149	BEFIT24TEAM	JERZMANOWICE	POL	M 45-49	10	M 154	BEFIT24TEAM	00:29:12.25	9:42	6.2
173	JABŁONKA BARTOSZ	223		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	19	M 155		00:29:26.25	9:46	6.1
174	KOWALSKI MATEUSZ	229	DIRTY SPARROWS	MOSINA	POL	M OPEN	20	M 156		00:29:36.00	9:50	6.1
175	KRYSTA SYLWIA	85	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K 30-34	1	K 19	SOCIOS SILESIA	00:29:41.45	9:51	6.1
176	GAŁUSZYŃSKA KATARZYNA	34	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	K 35-39	1	K 20		00:29:44.75	9:52	6.1
177	OŚCİK KRZYSZTOF	243	VIKINGS RUN TEAM	WOLBÓRZ	POL	M OPEN	21	M 157	VIKINGS RUN TEAM	00:29:59.90	9:57	6
178	CIMBUREK LUDVIK	17	CZEXXX	VELEŃ	CZE	M INTERNATIONAL	5	M 158		00:30:16.05	10:03	6
179	BRACHACZEK BARTOSZ	11	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 30-34	19	M 159	POWER TRAINING	00:30:30.85	10:07	5.9
180	GARNUSZEK ANITA	37	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 30-34	2	K 21	POWER TRAINING	00:30:40.65	10:11	5.9
181	KOLEGOWICZ KLAUDIA	79	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	3	K 22		00:30:47.55	10:13	5.9
182	BORYCZKA ROMAN	208		USZYCE	POL	M OPEN	22	M 160		00:30:56.00	10:16	5.8
183	CZERWIŃSKI GRZEGORZ	316		KUTNO	POL	M OPEN	23	M 161		00:31:01.50	10:18	5.8
184		320						1		00:31:06.20	10:19	5.8
185	ZIEMBA KRZYSZTOF	262		GORZKOWICE	POL	M OPEN	24	M 162		00:31:08.75	10:20	5.8
186	JERMAKOWICZ BARTŁOMIEJ	224	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M OPEN	25	M 163	POWER TRAINING	00:31:24.25	10:25	5.8
187	WEJKNIS KRZYSZTOF	181		ŁUKTA	POL	M 40-44	21	M 164		00:31:27.95	10:26	5.7
188	DAMPS KATARZYNA	313		SKRZESZEWO	POL	K 45-49	1	K 23		00:31:40.30	10:31	5.7
189	ŚWIĄDER JULIA	171		WIELICZKA	POL	K 13-17	4	K 24	BEFIT24TEAM	00:31:57.25	10:36	5.7
190	MIKOŁAJEK ROBERT	108		OLAWA	POL	M 40-44	22	M 165		00:31:59.70	10:37	5.6
191	MIROWSKI JACEK	239	FABRYKA DZIKA	KSAWERÓW	POL	M OPEN	26	M 166		00:32:01.55	10:38	5.6
192	MILBRANT MICHAŁ	110	CS BŁONIE	BŁONIE	POL	M 35-39	29	M 167		00:32:11.95	10:41	5.6
193	LISIECKI RAJMUND	93	BIEGOWE NYGUSY	OTRĘBUSY	POL	M 40-44	23	M 168		00:32:24.85	10:45	5.6
194	ZASADOWSKI BARTEK	200	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	M 45-49	11	M 169	BIEGOWE NYGUSY	00:32:50.35	10:54	5.5
195	KOWALCZYK GOSIA	228	RAJSPORT ACTIVE	DOBRÓŃ	POL	K OPEN	1	K 25		00:32:54.05	10:55	5.5
196	KRĘGIELSKI BARTOSZ	302		GDAŃSK	POL	M OPEN	27	M 170		00:32:55.70	10:56	5.5
197	CHROBOK MICHAŁ	210		GOŁKOWICE	POL	M OPEN	28	M 171		00:33:11.90	11:01	5.4
198	GÓRECKI PIOTR	221	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M OPEN	29	M 172		00:33:44.60	11:12	5.4
199	ZAWADKA SEBASTIAN	261		CELESTYNÓW	POL	M OPEN	30	M 173		00:33:45.00	11:12	5.4
200	PIERZGALSKI PIOTR	246	CASTORAMA TEAM	BYDGOSZCZ	POL	M OPEN	31	M 174		00:33:49.65	11:14	5.3
201	MARKOWSKA NIKOLA	104		GARZYN	POL	K 13-17	5	K 26		00:34:48.00	11:33	5.2
202	WOŁCZYK MARIUSZ	257		CZELADŹ	POL	M OPEN	32	M 175		00:34:49.35	11:34	5.2
203	ALAMENCIAK ANGELIKA	1	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 25-29	4	K 27		00:34:55.00	11:36	5.2
204	KACZMAREK MONIKA	67	WF TEAM	DĘBNO	POL	K ELITE	12	K 28	WF TEAM	00:35:04.85	11:39	5.2
205	BUDNY MAKSYMILIAN	209	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	M OPEN	33	M 176		00:35:23.05	11:47	5.1

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
206	MARZEC MARTYNA	237	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	2	K 29		00:35:27.35	11:49	5.1
207	SZCZEPAŃSKA ANNA	289	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	3	K 30	DEBIUTANCI KUTNO	00:35:31.25	11:47	5.1
208	PIELESZ IZABELA	245		CIESZYN	POL	K OPEN	4	K 31		00:35:32.60	11:48	5.1
209	NIZIOŁ PATRYK	126	BEST BEASTS	KOBYLNICZA	POL	M 18-24	8	M 177	BEST BEASTS	00:35:42.40	11:51	5.1
210	ŚWIĄTEK ALEKSANDRA	251	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	K OPEN	5	K 32		00:35:52.40	11:57	5
211	LEŚNICZAK BARBARA	233		ZIELONKA	POL	K OPEN	6	K 33		00:36:06.70	11:59	5
212	GŁOWACKI FRANEK	41		WARSZAWA	POL	M 13-17	8	M 178		00:36:24.25	12:05	5
213	LASKOWSKI PRZEMYSŁAW	232	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	34	M 179		00:36:49.75	12:13	4.9
214	NOWAKOWSKI DOMINIK	242	STOWARZYSZENIE EXSTREMALNI	PARLINEK	POL	M OPEN	35	M 180		00:36:55.65	12:15	4.9
215	KAMIŃSKA JUSTYNA	73	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 30-34	4	K 34		00:37:06.95	12:19	4.9
216	DYSZKIEWICZ GRZEGORZ	267	DRAPICHRUSTY	KUTNO	POL	M OPEN	36	M 181		00:37:07.05	12:19	4.9
217	ŁUKOWCZYK TYMOTEU SZ	278		KUTNO	POL	M OPEN	37	M 182		00:37:08.75	12:20	4.9
218	RAJNICH TOMASZ	143	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	9	M 183	SPARTAN TEAM KALETY	00:37:13.30	12:21	4.9
219	WYSOCKA KLAUDIA	195	CARBON SILESIA SPORT	ŁUBNIANY	POL	K 30-34	5	K 35	CARBON SILESIA SPORT	00:37:18.15	12:23	4.8
220	SMORAWSKI ŁUKASZ	319		KUTNO	POL	M OPEN	38	M 184		00:37:27.25	12:26	4.8
221	PODOLSKI BARTŁOMIEJ	317		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	39	M 185		00:37:29.55	12:27	4.8
222	WINKLER MATEUSZ	253	VIKINGS RUN TEAM	TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M OPEN	40	M 186	VIKINGS RUN TEAM	00:37:41.05	12:31	4.8
223	URBAŃSKA-KULON KATARZYNA	179	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	1	K 36	BEFIT24TEAM	00:37:48.45	12:33	4.8
224	KŁOS CEZARY	227		CIECHOCINEK	POL	M OPEN	41	M 187		00:38:12.20	12:41	4.7
225	MOJAK JOANNA	118	EX TEAM	POGORZELA	POL	K 30-34	6	K 37	EX TEAM	00:38:14.35	12:42	4.7
226	OGIŃSKI SZYMON	127		ŁÓDŹ	POL	M 35-39	30	M 188		00:38:30.50	12:47	4.7
227	SKOCZYŁAS ŁUKASZ	249		ŚWIDNIK	POL	M OPEN	42	M 189		00:38:34.15	12:48	4.7
228	WIŚNIEWSKI SZYMON	307		SIECIEŃ	POL	M OPEN	43	M 190		00:39:33.50	13:08	4.6
229	MUSIK PATRYCJA	241	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	7	K 38		00:39:36.25	13:09	4.6
230	BIELAK ADRIANNA	206		SMARDZEWICE	POL	K OPEN	8	K 39	VIKINGS RUN TEAM	00:39:38.00	13:10	4.6
231	ŚWIERC DAMIAN	252	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M OPEN	44	M 191		00:39:55.65	13:15	4.5
232	GRUSZFELD PRZEMEK	222		WARSZAWA	POL	M OPEN	45	M 192		00:40:35.90	13:28	4.5
233	FRANCZYŻYŃSKA-MAGDALENA	32		POZNAŃ	POL	K 40-44	2	K 40	DIRTY SPARROWS	00:40:37.50	13:29	4.4
234	BARTOSIEWICZ PRZEMYSŁAW	204		KOLUSZKI	POL	M OPEN	46	M 193		00:41:13.15	13:41	4.4
235	MAJEWSKI JAKUB	235	BODY ARMOR SKILLS	KUTNO	POL	M OPEN	47	M 194		00:41:23.35	13:44	4.4
236	MAĆKOWSKA EDYTA	314		PŁOCK	POL	K OPEN	9	K 41		00:41:37.85	13:49	4.3
237	KŁAWCZYŃSKI KAROL	226		KOSTRZYN NAD ODRĄ	POL	M OPEN	48	M 195		00:41:53.45	13:54	4.3
238	MARCIŃCZAK AMELIA	236		UJAZD	POL	K OPEN	10	K 42	VIKINGS RUN TEAM	00:43:34.00	14:28	4.1
239	GRABOWSKA IZABELA	47	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	K 35-39	2	K 43	BEST BEASTS	00:43:42.30	14:31	4.1
240	CZERWONIEC ANDRZEJ	212		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	49	M 196		00:43:46.20	14:32	4.1
241	ROJEK MATEUSZ	248		WARSZAWA	POL	M OPEN	50	M 197		00:44:03.15	14:38	4.1
242	AMBROZIAK ERWIN	264		KUTNO	POL	M OPEN	51	M 198		00:44:10.80	14:40	4.1
243	GAWLIŃSKI MATEUSZ	218	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	52	M 199	CALISTHENICS PŁOCK	00:44:33.20	14:48	4.1
244	DOBROWOLSKA DOROTA	214	ACTIVE FLOW	SOPOT	POL	K OPEN	11	K 44		00:45:01.00	14:57	4
245	KACPRZAK BEATA	274	KUTNO BIEGA	OPORÓW	POL	K OPEN	12	K 45		00:47:45.40	15:51	3.8
246	ZAMBRZYCKA KAROLINA	297		KUTNO	POL	K OPEN	13	K 46		00:47:51.75	15:53	3.8
247	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	291	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	14	K 47		00:48:11.70	16:00	3.7
248	OLCZAK JAREK	282		KUTNO	POL	M OPEN	53	M 200		00:48:14.45	16:01	3.7
249	WNOROWSKA MAGDALENA	256	OBSTACLE CENTER TEAM	ŁOMIANKI	POL	K OPEN	15	K 48		00:48:45.60	16:11	3.7
250	DYLUS ARTUR	216		CHORZÓW	POL	M OPEN	54	M 201		00:48:47.70	16:12	3.7
251	KURLAPSKA ANNA	231	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	K OPEN	16	K 49	BEST BEASTS	00:49:05.40	16:18	3.7
252	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	296		KUTNO	POL	K OPEN	17	K 50		00:49:48.70	16:32	3.6
253	GAWROŃSKA RENATA	271		KUTNO	POL	K OPEN	18	K 51		00:49:49.75	16:33	3.6
254	CZARNECKA AGNIESZKA	266		KUTNO	POL	K OPEN	19	K 52		00:49:50.00	16:36	3.6
255	ZAJĄC PAWEŁ	259		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	55	M 202		00:49:59.40	16:36	3.6
256	ZASADOWSKA JUSTYNA	260	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	K OPEN	20	K 53	BIEGOWE NYGUSY	00:50:03.10	16:37	3.6
257	GILARSKA MARTA	220	BIEGOWE NYGUSY	BRWINÓW	POL	K OPEN	21	K 54		00:50:03.60	16:37	3.6
258	SZYMAŃSKI ARKADIUSZ	292	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	56	M 203		00:50:23.70	16:44	3.6
259	PARADOWSKI ŁUKASZ	244		WARSZAWA	POL	M OPEN	57	M 204		00:51:06.65	16:58	3.5
260	MACHTYL MARTA	234	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	K OPEN	22	K 55		00:51:19.10	17:02	3.5

**MPOCR 2021 - 3 KM, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
261	WIŚNIEWSKI KACPER	254		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M OPEN	58	M 205		00:51:49.75	17:12	3.5
262	SKONIECZNY DAWID	287	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	59	M 206		00:52:00.25	17:16	3.5
263	GAŁAN TOMASZ	217		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	60	M 207		00:54:31.25	18:06	3.3
264	WOŹNIAK-KARCZEWSKA PATRYCJA	192	BEST BEASTS	KOBYLNICA	POL	K 35-39	3	K 56	BEST BEASTS	00:58:06.25	19:18	3.1
265	SWORAWSKA WERONIKA	318		KUTNO	POL	K OPEN	23	K 57		00:58:35.40	19:27	3.1
266	FRAĆ KINGA	270		KUTNO	POL	K OPEN	24	K 58		00:59:19.80	19:46	3
267	PODDEBNIAK MAŁGORZATA	137		ŁÓDŹ	POL	K 25-29	5	K 59		01:00:57.00	20:14	3
268	TRĄC NATALIA	299				K OPEN	25	K 60		01:02:19.85	20:46	2.9
269	FRAĆ BARTŁOMIEJ	269		KUTNO	POL	M OPEN	61	M 208		01:02:20.30	20:46	2.9
270	MIZIOŁEK MICHAŁ	281		KUTNO	POL	M OPEN	62	M 209		01:03:05.05	20:57	2.9
271	MIZIOŁEK ANNA	280		KUTNO	POL	K OPEN	26	K 61		01:08:36.10	22:47	2.6
	BAŃBOR ALEKSANDRA	4	EX TEAM	KNURÓW	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	DYKO BARTOSZ	29	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	M 35-39			MAD RUNNERS	DNF	-	-
	WOŹNIAK MICHAŁ	191		BIAŁOBRZEGI	POL	M 40-44				DNF	-	-
	JEZIORSKI PAWEŁ	63		ANDRESPOL	POL	M 18-24				DNF	-	-
	MACIUSZEK JULIA	99		WROCŁAW	POL	K ELITE				DNF	-	-
	ŚLADEK PATRYK	155	EX TEAM	BEŁK	POL	M 25-29			EX TEAM	DNF	-	-
	MALENCZYK SYLWESTER	102		PRUSZKOW	POL	M 40-44				DNF	-	-
	BIELAK TOMASZ	8		ZŁOCENIEC	POL	M 35-39				DNF	-	-
	STANISZEWSKI MARCIN	157	MOVE FACTORY	ŁÓDŹ	POL	M 45-49				DNF	-	-
	NIEŚŁONY DOMINIKA	124	EX TEAM	OPOLE	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	ZAJKO RAFAŁ	197	STG LUBLIN	LUBLIN	POL	M 35-39				DNF	-	-
	JARLACZYK JUSTYNA	57	STOWARZYSZENIE EXTREMALNI	MOGILNO	POL	K 40-44				DNF	-	-
	SARLEJ ROBERT	148	EX TEAM	NOWAKI	POL	M 30-34			EX TEAM	DNF	-	-
	SZULWACH WERONIKA	166	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 18-24			BIEGUN OCR TEAM	DNF	-	-
	WOJTASIK MARTA	188		BERLIN	GER	K INTERNATIONAL				DNF	-	-
	JANAS DANIEL	55	ŻAGAŃSKIE DZIKI	ŻAGAŃ	POL	M 50+				DNF	-	-
	GOMOŁA-PARADOWSKA ANNA	45	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 35-39			POWER TRAINING	DNF	-	-
	ANTOLIK ANETA	2	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 25-29			POWER TRAINING	DNF	-	-
	ŚLEBOCKA KAROLINA	169	JUNIOR NEXTREME	SIECIEŃ	POL	K 13-17				DNF	-	-
	BARTŁOMIEJCZYK SYLWIA	7	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 40-44			SOCIOS SILESIA	DNF	-	-
	MISZEWSKI GRZEGORZ	115	XRUNNERS	GDĄŃSK	POL	M 30-34			XRUNNERS	DNF	-	-
	MOKSIK AGNIESZKA	120	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	K 40-44				DNF	-	-
	KARCZMAR KORNELIA	74	WF TEAM	KRZEŚNICA	POL	K ELITE			WF TEAM	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K All**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	DASZKIEWICZ MAŁGORZATA	21	POWER TRAINING	PŁOCK	POL	K ELITE	1	K 1	POWER TRAINING	00:18:53.80	6:16	9.6
2	ŁOSIN MARTA	97	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K ELITE	2	K 2	BIEGUN OCR TEAM	00:19:09.75	6:21	9.4
3	WYSŁUCH IZA	194		RUDA ŚLĄSKA	POL	K ELITE	3	K 3		00:20:25.85	6:46	8.8
4	KOLCZYŃ MAGDALENA	303	BEFIT24TEAM		POL	K ELITE	4	K 4		00:20:34.00	6:49	8.8
5	WOŁCZEK PAULINA	190	EX TEAM	WĘGORZEWO	POL	K ELITE	5	K 5	EX TEAM	00:20:37.45	6:50	8.8
6	JUSZKIRWICZ OLIWKA	66	RAJSPOACTIVE	GARZYN	POL	K 13-17	1	K 6	RAJSPOACTIVE	00:22:29.20	7:28	8
7	MISSALA MAGDALENA	113	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	K ELITE	6	K 7	POWER TRAINING	00:22:42.65	7:32	8
8	TESKA PATRYCJA	173	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 13-17	2	K 8	BIEGUN OCR TEAM	00:22:49.35	7:34	7.9
9	ZALEJASZ PAULINA	199	XRUNNERS	GDĄŃSK	POL	K ELITE	7	K 9	XRUNNERS	00:23:17.10	7:44	7.8
10	TOMAN KAROLINA	176		RYBNIK	POL	K 25-29	1	K 10		00:23:41.60	7:52	7.6
11	CHARUSTA MARTYNA	14	BEFIT24TEAM	TARGANICE	POL	K 25-29	2	K 11	BEFIT24TEAM	00:24:28.15	8:07	7.4
12	JASIŃSKA ALICJA	59	GORĄCY POTOK TEAM	ŻYRAKÓW	POL	K 18-24	1	K 12		00:24:28.55	8:07	7.4
13	RYNKIEWICZ AGNIESZKA	145	GORĄCY POTOK TEAM	BOGDANIEC	POL	K ELITE	8	K 13	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:32.35	8:48	6.8
14	GAŃKO KAROLINA	36	OBSTACLE CENTER TEAM	DĘBE WIELKIE	POL	K 25-29	3	K 14	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:41.35	8:51	6.8
15	BARANOWSKA KATARZYNA	6	GORĄCY POTOK TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	K ELITE	9	K 15	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:56.10	8:56	6.7
16	LELAS EWA	92	OSPRO NINJA ACADEMY	WOLA MRKOWSKA	POL	K 13-17	3	K 16		00:27:19.10	9:04	6.6
17	BADALÍKOVÁ LUCIE	3	CZECHNINJACOMMUNITY	DLOUHÉ 16	CZE	K ELITE	10	K 17		00:27:19.55	9:04	6.6

**MPOCR 2021 - 3 KM, K All c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
18	LOMNICKA TEREZA	95	CHALLENGER	PARDOBICE	CZE	K ELITE	11	K 18		00:29:01.90	9:38	6.2
19	KRYSTA SYLWIA	85	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K 30-34	1	K 19	SOCIOS SILESIA	00:29:41.45	9:51	6.1
20	GAŁUSZYŃSKA KATARZYNA	34	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	K 35-39	1	K 20		00:29:44.75	9:52	6.1
21	GARNUSZEK ANITA	37	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 30-34	2	K 21	POWER TRAINING	00:30:40.65	10:11	5.9
22	KOLEGOWICZ KLAUDIA	79	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	3	K 22		00:30:47.55	10:13	5.9
23	DAMPS KATARZYNA	313		SKRZESZEWO	POL	K 45-49	1	K 23		00:31:40.30	10:31	5.7
24	ŚWIĄDER JULIA	171		WIELICZKA	POL	K 13-17	4	K 24	BEFIT24TEAM	00:31:57.25	10:36	5.7
25	KOWALCZYK GOSIA	228	RAJSPORT ACTIVE	DOBROŃ	POL	K OPEN	1	K 25		00:32:54.05	10:55	5.5
26	MARKOWSKA NIKOLA	104		GARZYN	POL	K 13-17	5	K 26		00:34:48.00	11:33	5.2
27	ALAMENCIAK ANGELIKA	1	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 25-29	4	K 27		00:34:55.00	11:36	5.2
28	KACZMAREK MONIKA	67	WF TEAM	DĘBNO	POL	K ELITE	12	K 28	WF TEAM	00:35:04.85	11:39	5.2
29	MARZEC MARTYNA	237	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	2	K 29		00:35:27.35	11:49	5.1
30	SZCZEPAŃSKA ANNA	289	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	3	K 30	DEBIUTANCI KUTNO	00:35:31.25	11:47	5.1
31	PIELESZ IZABELA	245		CIESZYN	POL	K OPEN	4	K 31		00:35:32.60	11:48	5.1
32	ŚWIĄTEK ALEKSANDRA	251	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	K OPEN	5	K 32		00:35:52.40	11:57	5
33	LEŚNICZAK BARBARA	233		ZIELONKA	POL	K OPEN	6	K 33		00:36:06.70	11:59	5
34	KAMIŃSKA JUSTYNA	73	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 30-34	4	K 34		00:37:06.95	12:19	4.9
35	WYSOCKA KLAUDIA	195	CARBON SILESIA SPORT	ŁUBNIANY	POL	K 30-34	5	K 35	CARBON SILESIA SPORT	00:37:18.15	12:23	4.8
36	URBAŃSKA-KULON KATARZYNA	179	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	1	K 36	BEFIT24TEAM	00:37:48.45	12:33	4.8
37	MOJAK JOANNA	118	EX TEAM	POGORZELA	POL	K 30-34	6	K 37	EX TEAM	00:38:14.35	12:42	4.7
38	MUSIK PATRYCJA	241	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	7	K 38		00:39:36.25	13:09	4.6
39	BIELAK ADRIANNA	206		SMARDZEWICE	POL	K OPEN	8	K 39	VIKINGS RUN TEAM	00:39:38.00	13:10	4.6
40	FRANCZYSZYN-PORTKA MAGDALENA	32		POZNAŃ	POL	K 40-44	2	K 40	DIRTY SPARROWS	00:40:37.50	13:29	4.4
41	MACKOWSKA EDYTA	314		PŁOCK	POL	K OPEN	9	K 41		00:41:37.85	13:49	4.3
42	MARCIŃCZAK AMELIA	236		UJAZD	POL	K OPEN	10	K 42	VIKINGS RUN TEAM	00:43:34.00	14:28	4.1
43	GRABOWSKA IZABELA	47	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	K 35-39	2	K 43	BEST BEASTS	00:43:42.30	14:31	4.1
44	DOBROWOLSKA DOROTA	214	ACTIVE FLOW	SOPOT	POL	K OPEN	11	K 44		00:45:01.00	14:57	4
45	KACPRZAK BEATA	274	KUTNO BIEGA	OPORÓW	POL	K OPEN	12	K 45		00:47:45.40	15:51	3.8
46	ZAMBRZYCKA KAROLINA	297		KUTNO	POL	K OPEN	13	K 46		00:47:51.75	15:53	3.8
47	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	291	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	14	K 47		00:48:11.70	16:00	3.7
48	WNOROWSKA MAGDALENA	256	OBSTACLE CENTER TEAM	ŁOMIANKI	POL	K OPEN	15	K 48		00:48:45.60	16:11	3.7
49	KURLAPSKA ANNA	231	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	K OPEN	16	K 49	BEST BEASTS	00:49:05.40	16:18	3.7
50	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	296		KUTNO	POL	K OPEN	17	K 50		00:49:48.70	16:32	3.6
51	GAWROŃSKA RENATA	271		KUTNO	POL	K OPEN	18	K 51		00:49:49.75	16:33	3.6
52	CZARNECKA AGNIESZKA	266		KUTNO	POL	K OPEN	19	K 52		00:49:50.00	16:36	3.6
53	ZASADOWSKA JUSTYNA	260	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	K OPEN	20	K 53	BIEGOWE NYGUSY	00:50:03.10	16:37	3.6
54	GILARSKA MARTA	220	BIEGOWE NYGUSY	BRWINÓW	POL	K OPEN	21	K 54		00:50:03.60	16:37	3.6
55	MACHTYL MARTA	234	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	K OPEN	22	K 55		00:51:19.10	17:02	3.5
56	WOŹNIAK-KARCZEWSKA PATRYCJA	192	BEST BEASTS	KOBYLNICZKA	POL	K 35-39	3	K 56	BEST BEASTS	00:58:06.25	19:18	3.1
57	SWORAWSKA WERONIKA	318		KUTNO	POL	K OPEN	23	K 57		00:58:35.40	19:27	3.1
58	FRĄC KINGA	270		KUTNO	POL	K OPEN	24	K 58		00:59:19.80	19:46	3
59	PODDEBŃNIK MAŁGORZATA	137		ŁÓDŹ	POL	K 25-29	5	K 59		01:00:57.00	20:14	3
60	TRĄC NATALIA	299				K OPEN	25	K 60		01:02:19.85	20:46	2.9
61	MIZIOŁEK ANNA	280		KUTNO	POL	K OPEN	26	K 61		01:08:36.10	22:47	2.6
	BAŃBOR ALEKSANDRA	4	EX TEAM	KNURÓW	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	MACIUSZEK JULIA	99		WROCŁAW	POL	K ELITE				DNF	-	-
	NIEŚLONY DOMINIKA	124	EX TEAM	OPOLE	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	JARLACZYK JUSTYNA	57	STOWARZYSZENIE EXTREMALNI	MOGILNO	POL	K 40-44				DNF	-	-
	SZULWACH WERONIKA	166	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 18-24			BIEGUN OCR TEAM	DNF	-	-
	WOJITASIK MARTA	188		BERLIN	GER	K INTERNATIONAL				DNF	-	-
	GOMOŁA-PARADOWSKA ANNA	45	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 35-39			POWER TRAINING	DNF	-	-
	ANTOLIK ANETA	2	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 25-29			POWER TRAINING	DNF	-	-
	ŚLEBOCKA KAROLINA	169	JUNIOR NEXTREME	SIECIEŃ	POL	K 13-17				DNF	-	-
	BARTŁOJEWICZ SYLWIA	7	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 40-44			SOCIOS SILESIA	DNF	-	-
	MOKSIK AGNIESZKA	120	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	K 40-44				DNF	-	-
	KARCZMAR KORNELIA	74	WF TEAM	KRZEŚNICA	POL	K ELITE			WF TEAM	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K Elite**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	DASZKIEWICZ MAŁGORZATA	21	POWER TRAINING	PŁOCK	POL	K ELITE	1	K 1	POWER TRAINING	00:18:53.80	6:16	9.6
2	ŁOSIN MARTA	97	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K ELITE	2	K 2	BIEGUN OCR TEAM	00:19:09.75	6:21	9.4
3	WYSŁUCH IZA	194		RUDA ŚLĄSKA	POL	K ELITE	3	K 3		00:20:25.85	6:46	8.8
4	KOLCZYN MAGDALENA	303	BEFIT24TEAM		POL	K ELITE	4	K 4		00:20:34.00	6:49	8.8
5	WOŁCZEK PAULINA	190	EX TEAM	WĘGORZEWO	POL	K ELITE	5	K 5	EX TEAM	00:20:37.45	6:50	8.8
6	MISSALA MAGDALENA	113	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	K ELITE	6	K 7	POWER TRAINING	00:22:42.65	7:32	8
7	ZALEJASZ PAULINA	199	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	K ELITE	7	K 9	XRUNNERS	00:23:17.10	7:44	7.8
8	RYNKIEWICZ AGNIESZKA	145	GORĄCY POTOK TEAM	BOGDANIEC	POL	K ELITE	8	K 13	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:32.35	8:48	6.8
9	BARANOWSKA KATARZYNA	6	GORĄCY POTOK TEAM	WŁOCLAWEK	POL	K ELITE	9	K 15	GORĄCY POTOK TEAM	00:26:56.10	8:56	6.7
10	BADALÍKOVÁ LUCIE	3	CZECHNINJACOMMUNITY	DLOUHÉ 16	CZE	K ELITE	10	K 17		00:27:19.55	9:04	6.6
11	LOMNICKÁ TEREZA	95	CHALLENGER	PARDOBICE	CZE	K ELITE	11	K 18		00:29:01.90	9:38	6.2
12	KACZMAREK MONIKA	67	WF TEAM	DĘBNO	POL	K ELITE	12	K 28	WF TEAM	00:35:04.85	11:39	5.2
	MACIUSZEK JULIA	99		WROCLAW	POL	K ELITE				DNF	-	-
	KARCZMAR KORNELIA	74	WF TEAM	KRZEŚNICA	POL	K ELITE			WF TEAM	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K International**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	BADALÍKOVÁ LUCIE	3	CZECHNINJACOMMUNITY	DLOUHÉ 16	CZE	K ELITE	10	K 17		00:27:19.55	9:04	6.6
2	LOMNICKÁ TEREZA	95	CHALLENGER	PARDOBICE	CZE	K ELITE	11	K 18		00:29:01.90	9:38	6.2
	WOJTASIK MARTA	188		BERLIN	GER	K INTERNATIONAL				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K Kutno Challenge**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZCZEPAŃSKA ANNA	289	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	3	K 30	DEBIUTANCI KUTNO	00:35:31.25	11:47	5.1
2	KACPRZAK BEATA	274	KUTNO BIEGA	OPORÓW	POL	K OPEN	12	K 45		00:47:45.40	15:51	3.8
3	ZAMBRZYCKA KAROLINA	297		KUTNO	POL	K OPEN	13	K 46		00:47:51.75	15:53	3.8
4	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	291	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	14	K 47		00:48:11.70	16:00	3.7
5	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	296		KUTNO	POL	K OPEN	17	K 50		00:49:48.70	16:32	3.6
6	GAWROŃSKA RENATA	271		KUTNO	POL	K OPEN	18	K 51		00:49:49.75	16:33	3.6
7	CZARNECKA AGNIESZKA	266		KUTNO	POL	K OPEN	19	K 52		00:49:50.00	16:36	3.6
8	FRĄC KINGA	270		KUTNO	POL	K OPEN	24	K 58		00:59:19.80	19:46	3
9	MIZIOŁEK ANNA	280		KUTNO	POL	K OPEN	26	K 61		01:08:36.10	22:47	2.6

**MPOCR 2021 - 3 KM, K Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	KOWALCZYK GOSIA	228	RAJSPOK ACTIVE	DOBROŃ	POL	K OPEN	1	K 25		00:32:54.05	10:55	5.5
2	MARZEC MARTYNA	237	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	2	K 29		00:35:27.35	11:49	5.1
3	SZCZEPAŃSKA ANNA	289	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	3	K 30	DEBIUTANCI KUTNO	00:35:31.25	11:47	5.1
4	PIELESZ IZABELA	245		CIESZYN	POL	K OPEN	4	K 31		00:35:32.60	11:48	5.1
5	ŚWIĄTEK ALEKSANDRA	251	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	K OPEN	5	K 32		00:35:52.40	11:57	5
6	LEŚNICZAK BARBARA	233		ZIELONKA	POL	K OPEN	6	K 33		00:36:06.70	11:59	5
7	MUSIK PATRYCJA	241	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	K OPEN	7	K 38		00:39:36.25	13:09	4.6
8	BIELAK ADRIANNA	206		SMARDZEWICE	POL	K OPEN	8	K 39	VIKINGS RUN TEAM	00:39:38.00	13:10	4.6
9	MAĆKOWSKA EDYTA	314		PŁOCK	POL	K OPEN	9	K 41		00:41:37.85	13:49	4.3
10	MARCIŃCZAK AMELIA	236		UJAZD	POL	K OPEN	10	K 42	VIKINGS RUN TEAM	00:43:34.00	14:28	4.1
11	DOBROWOLSKA DOROTA	214	ACTIVE FLOW	SOPOT	POL	K OPEN	11	K 44		00:45:01.00	14:57	4
12	KACPRZAK BEATA	274	KUTNO BIEGA	OPORÓW	POL	K OPEN	12	K 45		00:47:45.40	15:51	3.8
13	ZAMBRZYCKA KAROLINA	297		KUTNO	POL	K OPEN	13	K 46		00:47:51.75	15:53	3.8
14	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	291	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	K OPEN	14	K 47		00:48:11.70	16:00	3.7



**MPOCR 2021 - 3 KM, K Open c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
15	WNOROWSKA MAGDALENA	256	OBSTACLE CENTER TEAM	ŁOMIANKI	POL	K OPEN	15	K 48		00:48:45.60	16:11	3.7
16	KURLAPSKA ANNA	231	BEST BEASTS	ŚLUPSK	POL	K OPEN	16	K 49	BEST BEASTS	00:49:05.40	16:18	3.7
17	ZAKRZEWSKA ELŻBIETA	296		KUTNO	POL	K OPEN	17	K 50		00:49:48.70	16:32	3.6
18	GAWROŃSKA RENATA	271		KUTNO	POL	K OPEN	18	K 51		00:49:49.75	16:33	3.6
19	CZARNECKA AGNIESZKA	266		KUTNO	POL	K OPEN	19	K 52		00:49:50.00	16:36	3.6
20	ZASADOWSKA JUSTYNA	260	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	K OPEN	20	K 53	BIEGOWE NYGUSY	00:50:03.10	16:37	3.6
21	GILARSKA MARTA	220	BIEGOWE NYGUSY	BRWINÓW	POL	K OPEN	21	K 54		00:50:03.60	16:37	3.6
22	MACHTYL MARTA	234	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	K OPEN	22	K 55		00:51:19.10	17:02	3.5
23	SWORAWSKA WERONIKA	318		KUTNO	POL	K OPEN	23	K 57		00:58:35.40	19:27	3.1
24	FRAĆ KINGA	270		KUTNO	POL	K OPEN	24	K 58		00:59:19.80	19:46	3
25	TRĄC NATALIA	299				K OPEN	25	K 60		01:02:19.85	20:46	2.9
26	MIZIOŁEK ANNA	280		KUTNO	POL	K OPEN	26	K 61		01:08:36.10	22:47	2.6

**MPOCR 2021 - 3 KM, M All**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZCZECHELA GRZEGORZ	160	CARBON SILESIA SPORT	USTROŃ	POL	M ELITE	1	M 1	CARBON SILESIA SPORT	00:15:30.45	5:08	11.7
2	OŚLIZŁO TOMASZ	131	SOCIOS SILESIA	ŚWIERKLANY	POL	M ELITE	2	M 2	SOCIOS SILESIA	00:15:30.50	5:08	11.7
3	WOJTYSZYN WOJCIECH	189	EX TEAM	NAMYSŁÓW	POL	M ELITE	3	M 3	EX TEAM	00:16:04.75	5:20	11.2
4	KRÓL PIOTR	84	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	M ELITE	4	M 4	SOCIOS SILESIA	00:16:35.75	5:30	10.9
5	JACIÓW PAWEŁ	53	WATAHA	PRZEMYŚL	POL	M ELITE	5	M 5	WATAHA	00:16:50.70	5:35	10.7
6	SERAFIŃSKI MACIEJ	150	RAJSPOK ACTIVE	KONIN	POL	M ELITE	6	M 6	RAJSPOK ACTIVE	00:16:52.80	5:36	10.7
7	RYNKIEWICZ MATEUSZ	144	RUNMAGEDDON	BOGDANIEC	POL	M ELITE	7	M 7	RUNMAGEDDON	00:16:58.95	5:38	10.6
8	BUDZISZ KRZYSZTOF	13	SOCIOS SILESIA	BYTOM	POL	M 40-44	1	M 8	SOCIOS SILESIA	00:17:20.90	5:45	10.4
9	TRAPKOWSKI PRZEMYSŁAW	177	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	1	M 9	XRUNNERS	00:17:22.65	5:46	10.4
10	SZYMAŃSKI PAWEŁ	168	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	1	M 10	SOCIOS SILESIA	00:17:32.80	5:49	10.3
11	KALWAS MATEUSZ	72	RAJSPOK ACTIVE	MAŃKOWO	POL	M 13-17	1	M 11	RAJSPOK ACTIVE	00:17:40.15	5:52	10.2
12	STAMATEL SEBASTIAN	156		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	2	M 12		00:17:46.05	5:54	10.2
13	KAŁOL KACPER	75	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	8	M 13	BIEGUN OCR TEAM	00:17:46.55	5:54	10.2
14	WÓJCIK ADAM	193	EX TEAM	CHOCZANIA	POL	M 18-24	1	M 14	EX TEAM	00:17:50.30	5:55	10.1
15	LISOWSKI GRZEGORZ	94	SOCIOS SILESIA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	POL	M 35-39	2	M 15	SOCIOS SILESIA	00:17:54.10	5:56	10.1
16	MARKOWSKI FABIAN	105	RAJSPOK ACTIVE	GARZYN	POL	M ELITE	9	M 16	RAJSPOK ACTIVE	00:17:54.75	5:56	10.1
17	KALININ JAROSŁAW	68	RAJSPOK ACTIVE	WROCLAW	POL	M ELITE	10	M 17	RAJSPOK ACTIVE	00:17:59.50	5:58	10
18	SALAŁA MARCIN	147	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M ELITE	11	M 18	RUNMAGEDDON	00:18:00.35	5:58	10
19	SZULWACH CEZARY	167	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	12	M 19	BIEGUN OCR TEAM	00:18:00.45	5:58	10
20	LORYCH KRYSZTIAN	96	BIEGUN OCR TEAM	BORKOWO	POL	M 40-44	2	M 20	BIEGUN OCR TEAM	00:18:02.35	5:59	10
21	WŁODARCZYK DAWID	187		STRZELCE	POL	M 30-34	1	M 21		00:18:03.55	5:59	10
22	SIKORA ADAM	301	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M ELITE	13	M 22		00:18:20.35	6:05	9.9
23	DĄBROWSKI RADOŚLAW	22	OCR TEAM DĘBICA	DĘBICA	POL	M 18-24	2	M 23		00:18:24.05	6:06	9.8
24	BARANAUSKAS DARIUS	5	OCR BALTIC WARRIORS	KAUNAS	LTU	M INTERNATIONAL	1	M 24	OCR BALTIC WARRIORS	00:18:27.15	6:07	9.8
25	KIĘPISTY PATRYK	76	RAJSPOK ACTIVE	ŁÓDŹ	POL	M 30-34	2	M 25	RAJSPOK ACTIVE	00:18:37.75	6:11	9.7
26	PODGORSKI MAREK	138	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M 40-44	3	M 26	RUNMAGEDDON	00:18:38.50	6:11	9.7
27	KMIĘC ADAM	78	CARBON SILESIA SPORT	LUBLINIEC	POL	M 35-39	3	M 27	CARBON SILESIA SPORT	00:18:42.35	6:12	9.7
28	WIERZBICKI DANIEL	184		KRAKÓW	POL	M 40-44	4	M 28	BEFIT24TEAM	00:18:45.40	6:13	9.6
29	MIKULEWICZ PRZEMYSŁAW	109	MOVE. TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	M 30-34	3	M 29		00:18:46.85	6:14	9.6
30	OLICHOWSKI MATEUSZ	129	WOLFTEAM	NAKIELNO	POL	M ELITE	14	M 30		00:18:48.60	6:14	9.6
31	KOZUBEK SEBASTIAN	82	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 30-34	4	M 31	RAJSPOK ACTIVE	00:18:49.45	6:15	9.6
32	SIKORA ADAM	152	MAD RUNNERS	MIEROSZÓW	POL	M 25-29	3	M 32	MAD RUNNERS	00:18:51.40	6:15	9.6
33	PISKAŁA DANIEL	135	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 40-44	5	M 33	POWER TRAINING	00:18:54.15	6:16	9.6
34	MĘDYGRAŁ KRYSZTIAN	107	WATAHA	WROCLAW	POL	M 25-29	4	M 34	WATAHA	00:19:09.00	6:21	9.4
35	JAGODZIŃSKI KAROL	54	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	15	M 35	POWER TRAINING	00:19:11.60	6:22	9.4
36	GŁYK ŁUKASZ	42	CARBON SILESIA SPORT	MYŚLOWICE	POL	M 25-29	5	M 36	CARBON SILESIA SPORT	00:19:13.00	6:23	9.4

**MPOCR 2021 - 3 KM, M All c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
37	FORMELA PIOTR	31	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 35-39	4	M 37	BIEGUN OCR TEAM	00:19:14.90	6:23	9.4
38	ORANKIEWICZ KRZYSZTOF	130	JUNGLE NEXXTREME	PŁOCK	POL	M 25-29	6	M 38		00:19:21.75	6:25	9.3
39	SITKO MARCIN	154	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	M 25-29	7	M 39	CARBON SILESIA SPORT	00:19:22.55	6:26	9.3
40	GAWLAK DAMIAN	39	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	8	M 40	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:23.10	6:26	9.3
41	MIŁOŚ TOMASZ	111	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 35-39	5	M 41		00:19:30.00	6:28	9.3
42	PUSTOŁA MAKSYMILIAN	141	OBSTACLE CENTER TEAM	CHROŚLA	POL	M 13-17	2	M 42	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:31.75	6:29	9.3
43	KOŁAKOWSKI KRZYSZTOF	80	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	5	M 43	RUNMAGEDDON	00:19:42.65	6:32	9.2
44	SZKURŁAT TOMASZ	162		NADARZYN	POL	M 35-39	6	M 44	POWER TRAINING	00:19:42.95	6:32	9.2
45	ZALEJASZ SYLWESTER	198	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	7	M 45	XRUNNERS	00:19:44.00	6:33	9.2
46	SZULWACH MACIEK	165	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 45-49	1	M 46	BIEGUN OCR TEAM	00:19:44.10	6:33	9.2
47	PASON TOMASZ	132	EX TEAM	RASZOWA	POL	M 35-39	8	M 47	EX TEAM	00:19:49.35	6:35	9.1
48	GOLEC RAFAŁ	44	IWONEX DRUKARNIA	KRZESK KRÓLOWA NIWA	POL	M 30-34	6	M 48		00:19:54.20	6:36	9.1
49	CHŁĄD ALEKSANDER	15	EX TEAM	PRZYSIECZ	POL	M 35-39	9	M 49	EX TEAM	00:20:05.25	6:40	9
50	BRZEZIŃSKI BARTOSZ	12	RUNMAGEDDON	BUKOWIEC	GBR	M INTERNATIONAL	2	M 50		00:20:09.05	6:41	9
51	MÓRAWSKI MIESZKO	122	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	16	M 51	POWER TRAINING	00:20:11.25	6:42	8.9
52	MAŁYSIAK JAROSŁAW	103	DRAGON RUNNERS	GILOWICE	POL	M 35-39	10	M 52	DRAGON RUNNERS	00:20:18.35	6:44	8.9
53	STOKOWSKI DARIUSZ	158	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	7	M 53	RUNMAGEDDON	00:20:23.30	6:46	8.9
54	WIENDŁOCHA PAWEŁ	183	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 40-44	6	M 54	SOCIOS SILESIA	00:20:23.60	6:46	8.9
55	JÓZEFIAK ŁUKASZ	64	BIEGUNOCR TEAM	PSZCZOLKI	POL	M 40-44	7	M 55	BIEGUN OCR TEAM	00:20:24.90	6:46	8.9
56	MILCZAREK DAWID	238	POZYTYWNE ZABIEGANI KLESZCZÓW	ŁUSZCZANOWICE	POL	M OPEN	1	M 56		00:20:28.75	6:49	8.8
57	MALCZEWSKI DANIEL	100	RAJSPOK ACTIVE	RAPIEŃ	POL	M 13-17	3	M 57		00:20:31.15	6:48	8.8
58	WAŁDOWSKI DOMINIK	180	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 40-44	8	M 58	XRUNNERS	00:20:37.05	6:50	8.8
59	KALINOWSKI KRYSZTOF	70		IŁAWA	POL	M ELITE	17	M 59		00:20:37.85	6:50	8.8
60	BAŁDYGA MIŁOŚ	298			POL	M OPEN	2	M 60		00:20:38.50	6:51	8.8
61	CHMIELORZ JÓZEF	16	CARBON SILESIA SPORT	ŁĘDZINY	POL	M 35-39	11	M 61	CARBON SILESIA SPORT	00:20:38.90	6:51	8.8
62	KURTA RAFAŁ	90	XRUNNERS	SIERPC	POL	M 18-24	3	M 62	XRUNNERS	00:20:57.70	6:57	8.6
63	HANYK LUKÁŠ	50	CHALLENGER	KOSTELEK NAD ORLICÍ	CZE	M INTERNATIONAL	3	M 63		00:21:02.00	6:59	8.6
64	JASTRZĘBSKI SŁAWOMIR	61	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 40-44	9	M 64	BESTIE OCR LEGIONOWO	00:21:07.85	7:00	8.6
65	ŚWIERSZCZ PAWEŁ	172		LEGNICA	POL	M 30-34	8	M 65		00:21:12.60	7:02	8.5
66	CZACHURSKI MATEUSZ	19	EX TEAM	BOCHNIA	POL	M 30-34	9	M 66	EX TEAM	00:21:12.80	7:02	8.5
67	JUSZKIEWICZ DOMINIK	65	RAJSPOK ACTIVE	GARZYN	POL	M 35-39	12	M 67	RAJSPOK ACTIVE	00:21:13.25	7:02	8.5
68	MULCZYŃSKI PIOTR	240		BOŻEWO	POL	M OPEN	3	M 67		00:21:13.25	7:02	8.5
69	WIECZOREK MATEUSZ	182	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 25-29	9	M 69	XRUNNERS	00:21:20.70	7:05	8.5
70	KURACH STANISŁAW	89	DZIADY OCR	WARKA	POL	M 50+	1	M 70	DZIADY OCR	00:21:21.25	7:05	8.5
71	STUDNIARZ MICHAŁ	159		ŁAZISKA GÓRNE	POL	M 30-34	10	M 71	SOCIOS SILESIA	00:21:25.20	7:06	8.4
72	SZCZEPANIK MICHAŁ	161	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	10	M 72	OBSTACLE CENTER TEAM	00:21:27.85	7:07	8.4
73	POVOLNÝ LUKÁŠ	140	GLADIATOR RACE TEAM	PŘELOUČ	CZE	M INTERNATIONAL	4	M 73		00:21:27.95	7:07	8.4
74	PERKOWSKI PAWEŁ	133	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	13	M 74	POWER TRAINING	00:21:30.85	7:08	8.4
75	MIZGALSKI JACEK	116	DZIADY OCR	JAROCIN	POL	M 45-49	2	M 75	DZIADY OCR	00:21:32.65	7:09	8.4
76	GABRYŚ PIOTR	33	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	4	M 76		00:21:34.25	7:09	8.4
77	KRYSZTOFIAK DAMIAN	86	UNITED RUNNERS	NOWY DWÓR MAZOWIECKI	POL	M ELITE	18	M 77	UNITED RUNNERS	00:21:38.90	7:11	8.3
78	KOZUBEK SEWERYN	83	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 25-29	11	M 78	RAJSPOK ACTIVE	00:21:45.10	7:13	8.3
79	GAWIN KRZYSIEK	38		WIĘCKOWICE	POL	M 35-39	14	M 79	BEFIT24TEAM	00:21:46.50	7:13	8.3
80	TOMAKA TOMASZ	175	RAJSPOK ACTIVE	RZESZÓW	POL	M 25-29	12	M 80	RAJSPOK ACTIVE	00:21:51.25	7:15	8.3
81	MISSALA MATEUSZ	112	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	M 40-44	10	M 81	POWER TRAINING	00:21:51.45	7:15	8.3
82	CZACH TOBIASZ	18	CARPATHIAN RUNNERS	RZESZÓW	POL	M 30-34	11	M 82		00:21:53.10	7:16	8.3
83	FARKOWSKI KONRAD	30	EX TEAM	MYSIADŁO	POL	M 35-39	15	M 83	EX TEAM	00:21:54.30	7:16	8.2
84	DOBRZYŃSKI TOMASZ	25	XRUNNERS	GDYNIA	POL	M 40-44	11	M 84	XRUNNERS	00:22:03.80	7:19	8.2
85	SZTYLKA KAROL	164	BEST BEASTS	POTĘGOWO	POL	M 18-24	4	M 85	BEST BEASTS	00:22:08.70	7:21	8.2
86	GAWRYLUK MARCIN	40	BIFROST OCR	BIAŁYSTOK	POL	M 35-39	16	M 86		00:22:11.25	7:22	8.1
87	ZABOROWSKI ŁUKASZ	196	RAJSPOK ACTIVE	PŁOCK	POL	M 35-39	17	M 87	RAJSPOK ACTIVE	00:22:12.05	7:22	8.1

**MPOCR 2021 - 3 KM, M All c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
88	KMIECIAK JAKUB	77	DIRTY SPARROWS	SULĘCINEK	POL	M 18-24	5	M 88	DIRTY SPARROWS	00:22:19.00	7:24	8.1
89	WITKA PATRYK	186	MAD RUNNERS	NOWA RUDA	POL	M ELITE	19	M 89		00:22:31.80	7:28	8
90	DŁUGOSZ ŁUKASZ	213	OSPRO OCR	ZIELONA GÓRA	POL	M OPEN	4	M 90	OSPRO OCR	00:22:32.30	7:30	8
91	CZAPRAN MAREK	20	XRUNNERS	GDANSK	POL	M 35-39	18	M 91	XRUNNERS	00:22:45.80	7:33	7.9
92	SERAFIŃSKI ROBERT	151	RAJSPOORT ACTIVE	KONIN	POL	M 50+	2	M 92	RAJSPOORT ACTIVE	00:22:49.35	7:34	7.9
93	GOLDA MICHAŁ	43	MAD RUNNERS	MIŁOSZYCE	POL	M 35-39	19	M 93	MAD RUNNERS	00:22:50.80	7:35	7.9
94	ILNICKI DAREK	52	DRAGON RUNNERS	ŚWIĄTNIKI GÓRNE	POL	M 35-39	20	M 94	DRAGON RUNNERS	00:22:52.20	7:35	7.9
95	GAWORSKI BARTŁOMIEJ	219	ALBO_GRUBO_ALBO_WCAKE	CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	5	M 95		00:22:56.65	7:37	7.9
96	KALINOWSKI SZYMON	225	VIKINGS RUN TEAM	OPOCZNO	POL	M OPEN	6	M 96	VIKINGS RUN TEAM	00:22:59.85	7:38	7.9
97	WITKA PATRYK	315		NOWA RUDA	POL	M OPEN	7	M 97		00:23:01.35	7:38	7.8
98	SADOWSKI MICHAŁ	146	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	21	M 98	POWER TRAINING	00:23:10.55	7:41	7.8
99	KULAGA PETER	87	DRAGON RUNNERS	KRAKOW	POL	M 35-39	22	M 99	DRAGON RUNNERS	00:23:10.65	7:41	7.8
100	MORAWSKI GRZEGORZ	121		WARSZAWA	POL	M 35-39	23	M 100		00:23:13.00	7:42	7.8
101	WOŁOSZYN TOMEK	258	SOCIOS SILESIA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	8	M 101	SOCIOS SILESIA	00:23:18.00	7:44	7.8
102	KULON GRZEGORZ	88	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	12	M 102	BEFIT24TEAM	00:23:21.45	7:45	7.7
103	ZIEMNICKI TOMASZ	202	FIT & MORE RYBNIK	CZERWIONKA - LESZCZYNY	POL	M 40-44	13	M 103	FIT & MORE RYBNIK	00:23:22.80	7:45	7.7
104	KALISZYK GRZEGORZ	71	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 45-49	3	M 104		00:23:23.00	7:46	7.7
105	BŁĘDZKI ADAM	10	DIRTY SPARROWS	LUBASZ	POL	M 30-34	12	M 105	DIRTY SPARROWS	00:23:32.30	7:49	7.7
106	CZARNECKI PIOTR	211	TARCHOŚFIRY	WARSZAWA	POL	M OPEN	9	M 106		00:23:39.80	7:51	7.6
107	MISSALA MICHAŁ	114	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 45-49	4	M 107	POWER TRAINING	00:23:43.95	7:52	7.6
108	PUZDROWSKI JAREK	142	BIEGUN_OCR_TEAM	GDYNIA	POL	M 30-34	13	M 108	BIEGUN OCR TEAM	00:23:48.00	7:54	7.6
109	SIROCKI DAWID	153	BIEGUN OCR TEAM	SZEMUD	POL	M 30-34	14	M 109		00:23:54.05	7:56	7.6
110	SZTAJER BARTEK	163	SOCIOS SILESIA	BĘDZIN	POL	M 35-39	24	M 110	SOCIOS SILESIA	00:23:57.15	7:57	7.5
111	DUDA GRZEGORZ	27	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	M 40-44	14	M 111	BEST BEASTS	00:23:59.50	7:58	7.5
112	FARKOWSKI KONRAD	268	EX TEAM	KUTNO	POL	M OPEN	10	M 112		00:24:04.35	7:59	7.5
113	DUKIEWICZ DARIUSZ	28		PIŁA	POL	M ELITE	20	M 113	WOLF TEAM	00:24:06.10	8:00	7.5
114	PLUĆIŃSKI JAKUB	136	DRAGON RUNNERS	KRAKÓW	POL	M 30-34	15	M 114	DRAGON RUNNERS	00:24:18.00	8:04	7.4
115	KUCZ WOJCIECH	230	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	11	M 115	UNITED RUNNERS	00:24:18.75	8:04	7.4
116	GAŁUSZYŃSKI PAWEŁ	35	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M 30-34	16	M 116		00:24:25.95	8:06	7.4
117	MOCZKO SEBASTIAN	117		ZAWADA	POL	M 40-44	15	M 117		00:24:26.50	8:07	7.4
118	GRZEGORZYCA DAMIAN	48	OCR BANINO	BANINO	POL	M 45-49	5	M 118	OCR BANINO	00:24:30.30	8:08	7.4
119	MOKSIK JAN	119	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	6	M 119	FIT & MORE RYBNIK	00:24:34.75	8:09	7.4
120	ZIARKOWSKI MIROŚLAW	201	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	7	M 120	FIT & MORE RYBNIK	00:24:50.55	8:15	7.3
121	SOBAŃSKI MACIEJ	308		WARSZAWA	POL	M 25-29	13	M 121		00:24:51.55	8:15	7.3
122	ŚWIĄDER ANDRZEJ	170		WIELICZKA	POL	M 40-44	16	M 122	BEFIT24TEAM	00:25:02.95	8:19	7.2
123	HAJEWSKI MICHAŁ	49	DZIADY OCR	DĄBROWA GÓRNICZA	POL	M 40-44	17	M 123		00:25:06.65	8:20	7.2
124	KALINOWSKI ARKADIUSZ	69		GDANSK	POL	M 50+	3	M 124		00:25:12.25	8:22	7.2
125	SZYMAŃSKI ARTUR	250	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	12	M 125	CALISTHENICS PŁOCK	00:25:16.75	8:23	7.1
126	KWIATKOWSKI MICHAŁ	91	BIFROST	NOWINKA	POL	M 35-39	25	M 126		00:25:22.25	8:25	7.1
127	DRZEWIECKI MARCIN	26	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 35-39	26	M 127	MAD RUNNERS	00:25:25.45	8:26	7.1
128	DĄBROWSKI TOMASZ	23	MOVEMENT ARENA	SUWAŁKI	POL	M 30-34	17	M 128	MOVEMENT ARENA	00:25:26.90	8:26	7.1
129	BIGOS DANIEL	9		LUBLIN	POL	M 18-24	6	M 129		00:25:28.85	8:27	7.1
130	BOGOWICZ DOMINIK	207		CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	13	M 130		00:25:29.90	8:27	7.1
131	BEDNARZ PAWEŁ	205		ZAWIERCIE	POL	M OPEN	14	M 131		00:25:46.95	8:33	7
132	MALCZEWSKI TOMASZ	101	RAJSPOORT ACTIVE	RĄBIEŃ	POL	M 35-39	27	M 132	RAJSPOORT ACTIVE	00:25:53.45	8:35	7
133	MACHTYL ZYGMUNT	98	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	M 45-49	8	M 133		00:25:55.90	8:36	7
134	PIOTROWSKI KAMIL	134	DIRTY SPARROWS	ZALASEWO	POL	M 25-29	14	M 134		00:25:57.20	8:37	7
135	JESKA TOMASZ	62	DIRTY SPARROWS	ŁUKOWO	POL	M 40-44	18	M 135		00:26:00.75	8:38	6.9
136	TUWAŁSKI BERNARD	178	OSPRO OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	4	M 136	OSPRO OCR	00:26:09.55	8:41	6.9
137	JARZYŃA BARTŁOMIEJ	58	OSPRO OCR	BRWIŃÓW	POL	M 45-49	9	M 137	OSPRO OCR	00:26:24.20	8:46	6.8
138	RYKOWSKI ARKADIUSZ	286	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	15	M 138		00:26:31.15	8:48	6.8
139	MEŃKO MICHAŁ	304	BIEGUN OCR TEAM	RUMIA	POL	M 18-24	7	M 139	BIEGUN OCR TEAM	00:26:37.80	8:50	6.8
140	OLAS PIOTR	128	HUSARIA RACE TEAM	ROZPRZA	POL	M 25-29	15	M 140		00:26:38.70	8:50	6.8
141	TKACZYK MICHAŁ	174	OBSTACLE CENTER TEAM	MIŃSK MAZOWIECKI	POL	M 25-29	16	M 141	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:42.70	8:52	6.8
142	NIKIEL DARIUSZ	125	DIRTY SPARROWS	WĄGROWIEC	POL	M 40-44	19	M 142	DIRTY SPARROWS	00:26:43.60	8:52	6.8
143	KOZŁOWSKI JAKUB	81		PULAWY	POL	M 25-29	17	M 143		00:27:00.85	8:58	6.7

**MPOCR 2021 - 3 KM, M All c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
144	MATYSIAK PRZEMYSŁAW	106		KOBYLIN	POL	M 13-17	5	M 144		00:27:10.55	9:01	6.6
145	HEŁMECKI MATEUSZ	51	DRAGON RUNNERS	CHEŁMIEC	POL	M 30-34	18	M 145		00:27:12.00	9:02	6.6
146	WIŚNIEWSKI NORBERT	185		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M 40-44	20	M 146		00:27:13.95	9:02	6.6
147	ZYGMUNCIAK JAKUB	203		WARSZAWA	POL	M 13-17	6	M 147		00:27:28.35	9:07	6.6
148	JANISZEWSKI GRZEGORZ	56	DZIADY OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	5	M 148		00:27:50.30	9:14	6.5
149	WIŚNIEWSKI MICHAŁ	255	BEST BEAST	BIERKOWO	POL	M OPEN	16	M 149	BEST BEASTS	00:28:14.80	9:22	6.4
150	PORCZYK ZBIGNIEW	139	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	28	M 150	POWER TRAINING	00:28:53.60	9:35	6.3
151	DURKA MICHAŁ	215	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	17	M 151	CALISTHENICS PŁOCK	00:28:55.25	9:36	6.2
152	GÓRZYŃSKI KONRAD	46	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 13-17	7	M 152		00:28:59.10	9:37	6.2
153	PIĘTA ŁUKASZ	247	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	18	M 153	UNITED RUNNERS	00:29:11.20	9:41	6.2
154	SCHMIDT PAWEŁ	149	BEFIT24TEAM	JERZMANOWICE	POL	M 45-49	10	M 154	BEFIT24TEAM	00:29:12.25	9:42	6.2
155	JABŁONKA BARTOSZ	223		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	19	M 155		00:29:26.25	9:46	6.1
156	KOWALSKI MATEUSZ	229	DIRTY SPARROWS	MOSINA	POL	M OPEN	20	M 156		00:29:36.00	9:50	6.1
157	OŚCIK KRZYSZTOF	243	VIKINGS RUN TEAM	WOLBÓRZ	POL	M OPEN	21	M 157	VIKINGS RUN TEAM	00:29:59.90	9:57	6
158	CIMBUREK LUDVIK	17	CZEXXX	VELEŃ	CZE	M INTERNATIONAL	5	M 158		00:30:16.05	10:03	6
159	BRACHACZEK BARTOSZ	11	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 30-34	19	M 159	POWER TRAINING	00:30:30.85	10:07	5.9
160	BORYCZKA ROMAN	208		USZYCE	POL	M OPEN	22	M 160		00:30:56.00	10:16	5.8
161	CZERWIŃSKI GRZEGORZ	316		KUTNO	POL	M OPEN	23	M 161		00:31:01.50	10:18	5.8
162	ZIEMBA KRZYSZTOF	262		GORZKOWICE	POL	M OPEN	24	M 162		00:31:08.75	10:20	5.8
163	JERMAKOWICZ BARTŁOMIEJ	224	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M OPEN	25	M 163	POWER TRAINING	00:31:24.25	10:25	5.8
164	WEJKNIS KRZYSZTOF	181		ŁUKTA	POL	M 40-44	21	M 164		00:31:27.95	10:26	5.7
165	MIKOŁAJEK ROBERT	108		OŁAWA	POL	M 40-44	22	M 165		00:31:59.70	10:37	5.6
166	MIROWSKI JACEK	239	FABRYKA DZIKA	KSAWERÓW	POL	M OPEN	26	M 166		00:32:01.55	10:38	5.6
167	MILBRANT MICHAŁ	110	CS BŁONIE	BŁONIE	POL	M 35-39	29	M 167		00:32:11.95	10:41	5.6
168	LISIECKI RAJMUND	93	BIEGOWE NYGUSY	OTRĘBUSY	POL	M 40-44	23	M 168		00:32:24.85	10:45	5.6
169	ZASADOWSKI BARTEK	200	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	M 45-49	11	M 169	BIEGOWE NYGUSY	00:32:50.35	10:54	5.5
170	KRĘGIELSKI BARTOSZ	302		GDAŃSK	POL	M OPEN	27	M 170		00:32:55.70	10:56	5.5
171	CHROBOK MICHAŁ	210		GOŁKOWICE	POL	M OPEN	28	M 171		00:33:11.90	11:01	5.4
172	GÓRECKI PIOTR	221	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M OPEN	29	M 172		00:33:44.60	11:12	5.4
173	ZAWADKA SEBASTIAN	261		CELESTYNÓW	POL	M OPEN	30	M 173		00:33:45.00	11:12	5.4
174	PIERZGALSKI PIOTR	246	CASTORAMA TEAM	BYDGOSZCZ	POL	M OPEN	31	M 174		00:33:49.65	11:14	5.3
175	WOŁCZYK MARIUSZ	257		CZELADŹ	POL	M OPEN	32	M 175		00:34:49.35	11:34	5.2
176	BUDNY MAKSYMILIAN	209	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	M OPEN	33	M 176		00:35:23.05	11:47	5.1
177	NIZIOŁ PATRYK	126	BEST BEASTS	KOBYLNICA	POL	M 18-24	8	M 177	BEST BEASTS	00:35:42.40	11:51	5.1
178	GŁOWACKI FRANEK	41		WARSZAWA	POL	M 13-17	8	M 178		00:36:24.25	12:05	5
179	LASKOWSKI PRZEMYSŁAW	232	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	34	M 179		00:36:49.75	12:13	4.9
180	NOWAKOWSKI DOMINIK	242	STOWARZYSZENIE EXTREMALNI	PARLINEK	POL	M OPEN	35	M 180		00:36:55.65	12:15	4.9
181	DYSZKIEWICZ GRZEGORZ	267	DRAPICHRUSTY	KUTNO	POL	M OPEN	36	M 181		00:37:07.05	12:19	4.9
182	ŁUKOWCZYK TYMOTEUSZ	278		KUTNO	POL	M OPEN	37	M 182		00:37:08.75	12:20	4.9
183	RAJNICH TOMASZ	143	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	9	M 183	SPARTAN TEAM KALETY	00:37:13.30	12:21	4.9
184	SMORAWSKI ŁUKASZ	319		KUTNO	POL	M OPEN	38	M 184		00:37:27.25	12:26	4.8
185	PODOLSKI BARTŁOMIEJ	317		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	39	M 185		00:37:29.55	12:27	4.8
186	WINKLER MATEUSZ	253	VIKINGS RUN TEAM	TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M OPEN	40	M 186	VIKINGS RUN TEAM	00:37:41.05	12:31	4.8
187	KŁOS CEZARY	227		CIECHOCINEK	POL	M OPEN	41	M 187		00:38:12.20	12:41	4.7
188	OGIŃSKI SZYMON	127		ŁÓDŹ	POL	M 35-39	30	M 188		00:38:30.50	12:47	4.7
189	SKOCZYŁAS ŁUKASZ	249		ŚWIDNIK	POL	M OPEN	42	M 189		00:38:34.15	12:48	4.7
190	WIŚNIEWSKI SZYMON	307		SIECIEŃ	POL	M OPEN	43	M 190		00:39:33.50	13:08	4.6
191	ŚWIERC DAMIAN	252	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M OPEN	44	M 191		00:39:55.65	13:15	4.5
192	GRUSZFELD PRZEMEK	222		WARSZAWA	POL	M OPEN	45	M 192		00:40:35.90	13:28	4.5
193	BARTOSIEWICZ PRZEMYSŁAW	204		KOLUSZKI	POL	M OPEN	46	M 193		00:41:13.15	13:41	4.4
194	MAJEWSKI JAKUB	235	BODY ARMOR SKILLS	KUTNO	POL	M OPEN	47	M 194		00:41:23.35	13:44	4.4
195	KŁAWCZYŃSKI KAROL	226		KOSTRZYN NAD ODRĄ	POL	M OPEN	48	M 195		00:41:53.45	13:54	4.3
196	CZERWONIEC ANDRZEJ	212		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	49	M 196		00:43:46.20	14:32	4.1
197	ROJEK MATEUSZ	248		WARSZAWA	POL	M OPEN	50	M 197		00:44:03.15	14:38	4.1
198	AMBROZIAK ERWIN	264		KUTNO	POL	M OPEN	51	M 198		00:44:10.80	14:40	4.1
199	GAWLIŃSKI MATEUSZ	218	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	52	M 199	CALISTHENICS PŁOCK	00:44:33.20	14:48	4.1

**MPOCR 2021 - 3 KM, M All c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
200	OLCZAK JAREK	282		KUTNO	POL	M OPEN	53	M 200		00:48:14.45	16:01	3.7
201	DYLUS ARTUR	216		CHORZÓW	POL	M OPEN	54	M 201		00:48:47.70	16:12	3.7
202	ZAJĄC PAWEŁ	259		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	55	M 202		00:49:59.40	16:36	3.6
203	SZYMAŃSKI ARKADIUSZ	292	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	56	M 203		00:50:23.70	16:44	3.6
204	PARADOWSKI ŁUKASZ	244		WARSZAWA	POL	M OPEN	57	M 204		00:51:06.65	16:58	3.5
205	WIŚNIEWSKI KACPER	254		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M OPEN	58	M 205		00:51:49.75	17:12	3.5
206	SKONIECZNY DAWID	287	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	59	M 206		00:52:00.25	17:16	3.5
207	GAŁAN TOMASZ	217		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	60	M 207		00:54:31.25	18:06	3.3
208	FRAĆ BARTŁOMIEJ	269		KUTNO	POL	M OPEN	61	M 208		01:02:20.30	20:46	2.9
209	MIZIOŁEK MICHAŁ	281		KUTNO	POL	M OPEN	62	M 209		01:03:05.05	20:57	2.9
	DYKO BARTOSZ	29	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	M 35-39			MAD RUNNERS	DNF	-	-
	WOŹNIAK MICHAŁ	191		BIĄŁOBRZEGI	POL	M 40-44				DNF	-	-
	JEZIORSKI PAWEŁ	63		ANDRESPOL	POL	M 18-24				DNF	-	-
	SŁADEK PATRYK	155	EX TEAM	BEŁK	POL	M 25-29			EX TEAM	DNF	-	-
	MALEŃCZYK SYLWESTER	102		PRUSZKOW	POL	M 40-44				DNF	-	-
	BIELAK TOMASZ	8		ZŁOCIENIEC	POL	M 35-39				DNF	-	-
	STANISZEWSKI MARCIN	157	MOVE FACTORY	LODZ	POL	M 45-49				DNF	-	-
	ZAJKO RAFAŁ	197	STG LUBLIN	LUBLIN	POL	M 35-39				DNF	-	-
	SARLEJ ROBERT	148	EX TEAM	NOWAKI	POL	M 30-34			EX TEAM	DNF	-	-
	JANAS DANIEL	55	ŻAGAŃSKIE DZIKI	ŻAGAŃ	POL	M 50+				DNF	-	-
	MISZEWSKI GRZEGORZ	115	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 30-34			XRUNNERS	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M Elite**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZCZECHLA GRZEGORZ	160	CARBON SILESIA SPORT	USTROŃ	POL	M ELITE	1	M 1	CARBON SILESIA SPORT	00:15:30.45	5:08	11.7
2	OŚLIZŁO TOMASZ	131	SOCIOS SILESIA	ŚWIERKLANY	POL	M ELITE	2	M 2	SOCIOS SILESIA	00:15:30.50	5:08	11.7
3	WOJTYSZYN WOJCIECH	189	EX TEAM	NAMYŚLÓW	POL	M ELITE	3	M 3	EX TEAM	00:16:04.75	5:20	11.2
4	KRÓL PIOTR	84	SOCIOS SILESIA	RYBNIK	POL	M ELITE	4	M 4	SOCIOS SILESIA	00:16:35.75	5:30	10.9
5	JACIÓW PAWEŁ	53	WATAHA	PRZEMYŚL	POL	M ELITE	5	M 5	WATAHA	00:16:50.70	5:35	10.7
6	SERAFIŃSKI MACIEJ	150	RAJSPOK ACTIVE	KONIN	POL	M ELITE	6	M 6	RAJSPOK ACTIVE	00:16:52.80	5:36	10.7
7	RYNKIEWICZ MATEUSZ	144	RUNMAGEDDON	BOGDANIEC	POL	M ELITE	7	M 7	RUNMAGEDDON	00:16:58.95	5:38	10.6
8	KĄKOL KACPER	75	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	8	M 13	BIEGUN OCR TEAM	00:17:46.55	5:54	10.2
9	MARKOWSKI FABIAN	105	RAJSPOK ACTIVE	GARZYN	POL	M ELITE	9	M 16	RAJSPOK ACTIVE	00:17:54.75	5:56	10.1
10	KALININ JAROSŁAW	68	RAJSPOK ACTIVE	WROCŁAW	POL	M ELITE	10	M 17	RAJSPOK ACTIVE	00:17:59.50	5:58	10
11	SALAŁA MARCIN	147	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M ELITE	11	M 18	RUNMAGEDDON	00:18:00.35	5:58	10
12	SZULWACH CEZARY	167	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M ELITE	12	M 19	BIEGUN OCR TEAM	00:18:00.45	5:58	10
13	SIKORA ADAM	301	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M ELITE	13	M 22		00:18:20.35	6:05	9.9
14	OLICHOWSKI MATEUSZ	129	WOLFTEAM	NAKIELNO	POL	M ELITE	14	M 30		00:18:48.60	6:14	9.6
15	JĄGODZIŃSKI KAROL	54	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	15	M 35	POWER TRAINING	00:19:11.60	6:22	9.4
16	MÓRAWSKI MIESZKO	122	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M ELITE	16	M 51	POWER TRAINING	00:20:11.25	6:42	8.9
17	KALINOWSKI KRYSZTIAN	70		IŁAWA	POL	M ELITE	17	M 59		00:20:37.85	6:50	8.8
18	KRYSZTOFIAK DAMIAN	86	UNITED RUNNERS	NOWY DWÓR MAZOWIECKI	POL	M ELITE	18	M 77	UNITED RUNNERS	00:21:38.90	7:11	8.3
19	WITKA PATRYK	186	MAD RUNNERS	NOWA RUDA	POL	M ELITE	19	M 89		00:22:31.80	7:28	8
20	DUKIEWICZ DARIUSZ	28		PIŁA	POL	M ELITE	20	M 113	WOLF TEAM	00:24:06.10	8:00	7.5

**MPOCR 2021 - 3 KM, M International**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	BARANAUSKAS DARIUS	5	OCR BALTIC WARRIORS	KAUNAS	LTU	M INTERNATIONAL	1	M 24	OCR BALTIC WARRIORS	00:18:27.15	6:07	9.8
2	BRZEZIŃSKI BARTOSZ	12	RUNMAGEDDON	BUKOWIEC	GBR	M INTERNATIONAL	2	M 50		00:20:09.05	6:41	9
3	HANYK LUKAŚ	50	CHALLENGER	KOSTELEK NAD ORLICÍ	CZE	M INTERNATIONAL	3	M 63		00:21:02.00	6:59	8.6

**MPOCR 2021 - 3 KM, M International c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
4	POVOLNÝ LUKÁŠ	140	GLADIATOR RACE TEAM	PŘELOUČ	CZE	M INTERNATIONAL	4	M 73		00:21:27.95	7:07	8.4
5	CIMBUREK LUDVIK	17	CZEXXX	VELEŇ	CZE	M INTERNATIONAL	5	M 158		00:30:16.05	10:03	6

**MPOCR 2021 - 3 KM, M Kutno Challenge**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	FARKOWSKI KONRAD	268	EX TEAM	KUTNO	POL	M OPEN	10	M 112		00:24:04.35	7:59	7.5
2	RYKOWSKI ARKADIUSZ	286	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	15	M 138		00:26:31.15	8:48	6.8
3	DYSZKIEWICZ GRZEGORZ	267	DRAPICHRUSTY	KUTNO	POL	M OPEN	36	M 181		00:37:07.05	12:19	4.9
4	ŁUKOWCZYK TYMOTEUSZ	278		KUTNO	POL	M OPEN	37	M 182		00:37:08.75	12:20	4.9
5	AMBROZIAK ERWIN	264		KUTNO	POL	M OPEN	51	M 198		00:44:10.80	14:40	4.1
6	OLCZAK JAREK	282		KUTNO	POL	M OPEN	53	M 200		00:48:14.45	16:01	3.7
7	SZYMAŃSKI ARKADIUSZ	292	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	56	M 203		00:50:23.70	16:44	3.6
8	SKONIECZNY DAWID	287	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	59	M 206		00:52:00.25	17:16	3.5
9	FRĄC BARTŁOMIEJ	269		KUTNO	POL	M OPEN	61	M 208		01:02:20.30	20:46	2.9
10	MIZIOŁEK MICHAŁ	281		KUTNO	POL	M OPEN	62	M 209		01:03:05.05	20:57	2.9

**MPOCR 2021 - 3 KM, M Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	MILCZAREK DAWID	238	POZYTYWNE ZABIEGANI KLESZCZÓW	ŁUSZCZANOWICE	POL	M OPEN	1	M 56		00:20:28.75	6:49	8.8
2	BAŁDYGA MIŁOSZ	298			POL	M OPEN	2	M 60		00:20:38.50	6:51	8.8
3	MULCZYŃSKI PIOTR	240		BOŻEWO	POL	M OPEN	3	M 67		00:21:13.25	7:02	8.5
4	DŁUGOSZ ŁUKASZ	213	OSPRO OCR	ZIELONA GÓRA	POL	M OPEN	4	M 90	OSPRO OCR	00:22:32.30	7:30	8
5	GAWORSKI BARTŁOMIEJ	219	ALBO_GRUBO_ALBO_WCAKE	CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	5	M 95		00:22:56.65	7:37	7.9
6	KALINOWSKI SZYMON	225	VIKINGS RUN TEAM	OPOCZNO	POL	M OPEN	6	M 96	VIKINGS RUN TEAM	00:22:59.85	7:38	7.9
7	WITKA PATRYK	315		NOWA RUDA	POL	M OPEN	7	M 97		00:23:01.35	7:38	7.8
8	WOŁOSZYN TOMEK	258	SOCIOS SILESIA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	8	M 101	SOCIOS SILESIA	00:23:18.00	7:44	7.8
9	CZARNECKI PIOTR	211	TARCHOŚFIRY	WARSZAWA	POL	M OPEN	9	M 106		00:23:39.80	7:51	7.6
10	FARKOWSKI KONRAD	268	EX TEAM	KUTNO	POL	M OPEN	10	M 112		00:24:04.35	7:59	7.5
11	KUCZ WOJCIECH	230	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	11	M 115	UNITED RUNNERS	00:24:18.75	8:04	7.4
12	SZYMAŃSKI ARTUR	250	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	12	M 125	CALISTHENICS PŁOCK	00:25:16.75	8:23	7.1
13	BOGOBOWICZ DOMINIK	207		CZĘSTOCHOWA	POL	M OPEN	13	M 130		00:25:29.90	8:27	7.1
14	BEDNARZ PAWEŁ	205		ZAWIERCIE	POL	M OPEN	14	M 131		00:25:46.95	8:33	7
15	RYKOWSKI ARKADIUSZ	286	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	15	M 138		00:26:31.15	8:48	6.8
16	WIŚNIEWSKI MICHAŁ	255	BEST BEAST	BIERKOWO	POL	M OPEN	16	M 149	BEST BEASTS	00:28:14.80	9:22	6.4
17	DURKA MICHAŁ	215	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	17	M 151	CALISTHENICS PŁOCK	00:28:55.25	9:36	6.2
18	PIĘTA ŁUKASZ	247	UNITED RUNNERS	WARSZAWA	POL	M OPEN	18	M 153	UNITED RUNNERS	00:29:11.20	9:41	6.2
19	JABŁONKA BARTOSZ	223		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	19	M 155		00:29:26.25	9:46	6.1
20	KOWALSKI MATEUSZ	229	DIRTY SPARROWS	MOSINA	POL	M OPEN	20	M 156		00:29:36.00	9:50	6.1
21	OŚCIC KRZYSZTOF	243	VIKINGS RUN TEAM	WOLBÓRZ	POL	M OPEN	21	M 157	VIKINGS RUN TEAM	00:29:59.90	9:57	6
22	BORYCZKA ROMAN	208		USZYCE	POL	M OPEN	22	M 160		00:30:56.00	10:16	5.8
23	CZERWIŃSKI GRZEGORZ	316		KUTNO	POL	M OPEN	23	M 161		00:31:01.50	10:18	5.8
24	ZIEMBA KRZYSZTOF	262		GORKOWICE	POL	M OPEN	24	M 162		00:31:08.75	10:20	5.8
25	JERMAKOWICZ BARTŁOMIEJ	224	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M OPEN	25	M 163	POWER TRAINING	00:31:24.25	10:25	5.8
26	MIROWSKI JACEK	239	FABRYKA DZIKA	KSAWERÓW	POL	M OPEN	26	M 166		00:32:01.55	10:38	5.6
27	KRĘGIELSKI BARTOSZ	302		GDAŃSK	POL	M OPEN	27	M 170		00:32:55.70	10:56	5.5
28	CHROBOK MICHAŁ	210		GOŁKOWICE	POL	M OPEN	28	M 171		00:33:11.90	11:01	5.4
29	GÓRECKI PIOTR	221	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M OPEN	29	M 172		00:33:44.60	11:12	5.4
30	ZAWADKA SEBASTIAN	261		CELESTYNÓW	POL	M OPEN	30	M 173		00:33:45.00	11:12	5.4
31	PIERZGALSKI PIOTR	246	CASTORAMA TEAM	BYDGOSZCZ	POL	M OPEN	31	M 174		00:33:49.65	11:14	5.3
32	WOŁCZYK MARIUSZ	257		CZELADŹ	POL	M OPEN	32	M 175		00:34:49.35	11:34	5.2
33	BUDNY MAKSYMILIAN	209	SPARTAN TEAM KALETY	KALETY	POL	M OPEN	33	M 176		00:35:23.05	11:47	5.1
34	LASKOWSKI PRZEMYSŁAW	232	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	34	M 179		00:36:49.75	12:13	4.9

**MPOCR 2021 - 3 KM, M Open c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
35	NOWAKOWSKI DOMINIK	242	STOWARZYSZENIE EXTREMALNI	PARLINEK	POL	M OPEN	35	M 180		00:36:55.65	12:15	4.9
36	DYSZKIEWICZ GRZEGORZ	267	DRAPICHRUSTY	KUTNO	POL	M OPEN	36	M 181		00:37:07.05	12:19	4.9
37	ŁUKOWCZYK TYMOTEUSZ	278		KUTNO	POL	M OPEN	37	M 182		00:37:08.75	12:20	4.9
38	SMORAWSKI ŁUKASZ	319		KUTNO	POL	M OPEN	38	M 184		00:37:27.25	12:26	4.8
39	PODOLSKI BARTŁOMIEJ	317		TARNOWSKIE GÓRY	POL	M OPEN	39	M 185		00:37:29.55	12:27	4.8
40	WINKLER MATEUSZ	253	VIKINGS RUN TEAM	TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M OPEN	40	M 186	VIKINGS RUN TEAM	00:37:41.05	12:31	4.8
41	KŁOS CEZARY	227		CIECHOCINEK	POL	M OPEN	41	M 187		00:38:12.20	12:41	4.7
42	SKOCZYŁAS ŁUKASZ	249		ŚWIDNIK	POL	M OPEN	42	M 189		00:38:34.15	12:48	4.7
43	WIŚNIEWSKI SZYMON	307		SIECIEŃ	POL	M OPEN	43	M 190		00:39:33.50	13:08	4.6
44	ŚWIERC DAMIAN	252	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M OPEN	44	M 191		00:39:55.65	13:15	4.5
45	GRUSZFIELD PRZEMEK	222		WARSZAWA	POL	M OPEN	45	M 192		00:40:35.90	13:28	4.5
46	BARTOSIEWICZ PRZEMYSŁAW	204		KOLUSZKI	POL	M OPEN	46	M 193		00:41:13.15	13:41	4.4
47	MAJEWSKI JAKUB	235	BODY ARMOR SKILLS	KUTNO	POL	M OPEN	47	M 194		00:41:23.35	13:44	4.4
48	KŁAWCZYŃSKI KAROL	226		KOSTRZYŃ NAD ODRĄ	POL	M OPEN	48	M 195		00:41:53.45	13:54	4.3
49	CZERWONIEC ANDRZEJ	212		ŁÓDŹ	POL	M OPEN	49	M 196		00:43:46.20	14:32	4.1
50	ROJEK MATEUSZ	248		WARSZAWA	POL	M OPEN	50	M 197		00:44:03.15	14:38	4.1
51	AMBROZIAK ERWIN	264		KUTNO	POL	M OPEN	51	M 198		00:44:10.80	14:40	4.1
52	GAWLIŃSKI MATEUSZ	218	CALISTHENICS PŁOCK	PŁOCK	POL	M OPEN	52	M 199	CALISTHENICS PŁOCK	00:44:33.20	14:48	4.1
53	OLCZAK JAREK	282		KUTNO	POL	M OPEN	53	M 200		00:48:14.45	16:01	3.7
54	DYLUS ARTUR	216		CHORZÓW	POL	M OPEN	54	M 201		00:48:47.70	16:12	3.7
55	ZAJĄC PAWEŁ	259		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	55	M 202		00:49:59.40	16:36	3.6
56	SZYMAŃSKI ARKADIUSZ	292	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	56	M 203		00:50:23.70	16:44	3.6
57	PARADOWSKI ŁUKASZ	244		WARSZAWA	POL	M OPEN	57	M 204		00:51:06.65	16:58	3.5
58	WIŚNIEWSKI KACPER	254		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M OPEN	58	M 205		00:51:49.75	17:12	3.5
59	SKONIECZNY DAWID	287	KUTNO BIEGA	KUTNO	POL	M OPEN	59	M 206		00:52:00.25	17:16	3.5
60	GAŁAN TOMASZ	217		MIEROSZÓW	POL	M OPEN	60	M 207		00:54:31.25	18:06	3.3
61	FRĄC BARTŁOMIEJ	269		KUTNO	POL	M OPEN	61	M 208		01:02:20.30	20:46	2.9
62	MIZIOŁEK MICHAŁ	281		KUTNO	POL	M OPEN	62	M 209		01:03:05.05	20:57	2.9

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 13-17**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	JUSZKIRWICZ OLIWKA	66	RAJSPOACTIVE	GARZYN	POL	K 13-17	1	K 6	RAJSPO ACTIVE	00:22:29.20	7:28	8
2	TESKA PATRYCJA	173	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 13-17	2	K 8	BIEGUN OCR TEAM	00:22:49.35	7:34	7.9
3	LELAS EWA	92	OSPRO NINJA ACADEMY	WOLA MROKOWSKA	POL	K 13-17	3	K 16		00:27:19.10	9:04	6.6
4	ŚWIĄDER JULIA	171		WIELICZKA	POL	K 13-17	4	K 24	BEFIT24TEAM	00:31:57.25	10:36	5.7
5	MARKOWSKA NIKOLA	104		GARZYN	POL	K 13-17	5	K 26		00:34:48.00	11:33	5.2
	ŚLEBOCKA KAROLINA	169	JUNIOR NEXTREME	SIECIEŃ	POL	K 13-17				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 13-17**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	KALWAS MATEUSZ	72	RAJSPOACTIVE	MAŃKOWO	POL	M 13-17	1	M 11	RAJSPO ACTIVE	00:17:40.15	5:52	10.2
2	PUSTOŁA MAKSYMILIAN	141	OBSTACLE CENTER TEAM	CHROŚLA	POL	M 13-17	2	M 42	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:31.75	6:29	9.3
3	MALCZEWSKI DANIEL	100	RAJSPOACTIVE	RĄBIEŃ	POL	M 13-17	3	M 57		00:20:31.15	6:48	8.8
4	GABRYŚ PIOTR	33	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	4	M 76		00:21:34.25	7:09	8.4
5	MATYSIAK PRZEMYSŁAW	106		KOBYLIN	POL	M 13-17	5	M 144		00:27:10.55	9:01	6.6
6	ZYGMUNCIĄK JAKUB	203		WARSZAWA	POL	M 13-17	6	M 147		00:27:28.35	9:07	6.6
7	GÓRZYŃSKI KONRAD	46	BESTIE OCR LEGIONOWO	WARSZAWA	POL	M 13-17	7	M 152		00:28:59.10	9:37	6.2
8	GŁOWACKI FRANEK	41		WARSZAWA	POL	M 13-17	8	M 178		00:36:24.25	12:05	5
9	RAJNICH TOMASZ	143	SPARTAN TEAM	KALETY	POL	M 13-17	9	M 183	SPARTAN TEAM KALETY	00:37:13.30	12:21	4.9

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 18-24**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	JASIŃSKA ALICJA	59	GORĄCY POTOK TEAM	ŻYRAKÓW	POL	K 18-24	1	K 12		00:24:28.55	8:07	7.4
	BAŃBOR ALEKSANDRA	4	EX TEAM	KNURÓW	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	NIEŚLONY DOMINIKA	124	EX TEAM	OPOLE	POL	K 18-24			EX TEAM	DNF	-	-
	SZULWACH WERONIKA	166	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	K 18-24			BIEGUN OCR TEAM	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 18-24**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	WÓJCİK ADAM	193	EX TEAM	CHOCZNIA	POL	M 18-24	1	M 14	EX TEAM	00:17:50.30	5:55	10.1
2	DĄBROWSKI RADOŚLAW	22	OCR TEAM DĘBICA	DĘBICA	POL	M 18-24	2	M 23		00:18:24.05	6:06	9.8
3	KURTA RAFAŁ	90	XRUNNERS	SIERPC	POL	M 18-24	3	M 62	XRUNNERS	00:20:57.70	6:57	8.6
4	SZTYLKA KAROL	164	BEST BEASTS	POTĘGOWO	POL	M 18-24	4	M 85	BEST BEASTS	00:22:08.70	7:21	8.2
5	KMIĘCIAK JAKUB	77	DIRTY SPARROWS	SULĘCINEK	POL	M 18-24	5	M 88	DIRTY SPARROWS	00:22:19.00	7:24	8.1
6	BIGOS DANIEL	9		LUBLIN	POL	M 18-24	6	M 129		00:25:28.85	8:27	7.1
7	MENKO MICHAŁ	304	BIEGUN OCR TEAM	RUMIA	POL	M 18-24	7	M 139	BIEGUN OCR TEAM	00:26:37.80	8:50	6.8
8	NIZIOŁ PATRYK	126	BEST BEASTS	KOBYLNICZA	POL	M 18-24	8	M 177	BEST BEASTS	00:35:42.40	11:51	5.1
	JEZIORSKI PAWEŁ	63		ANDRESPOL	POL	M 18-24				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 25-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	TOMAN KAROLINA	176		RYBNIK	POL	K 25-29	1	K 10		00:23:41.60	7:52	7.6
2	CHARUSTA MARTYNA	14	BEFIT24TEAM	TARGANICE	POL	K 25-29	2	K 11	BEFIT24TEAM	00:24:28.15	8:07	7.4
3	GAŃKO KAROLINA	36	OBSTACLE CENTER TEAM	DĘBE WIELKIE	POL	K 25-29	3	K 14	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:41.35	8:51	6.8
4	ALAMENCIAK ANGELIKA	1	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 25-29	4	K 27		00:34:55.00	11:36	5.2
5	PODDĘBNIK MAŁGORZATA	137		ŁÓDŹ	POL	K 25-29	5	K 59		01:00:57.00	20:14	3
	ANTOLIK ANETA	2	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 25-29			POWER TRAINING	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 25-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZYMAŃSKI PAWEŁ	168	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 25-29	1	M 10	SOCIOS SILESIA	00:17:32.80	5:49	10.3
2	STAMATEL SEBASTIAN	156		RUDA ŚLĄSKA	POL	M 25-29	2	M 12		00:17:46.05	5:54	10.2
3	SIKORA ADAM	152	MAD RUNNERS	MIEROSZÓW	POL	M 25-29	3	M 32	MAD RUNNERS	00:18:51.40	6:15	9.6
4	MĘDYGRAŁ KRYSZTIAN	107	WATAHA	WROCLAW	POL	M 25-29	4	M 34	WATAHA	00:19:09.00	6:21	9.4
5	GŁYK ŁUKASZ	42	CARBON SILESIA SPORT	MYŚLOWICE	POL	M 25-29	5	M 36	CARBON SILESIA SPORT	00:19:13.00	6:23	9.4
6	ORANKIEWICZ KRZYSZTOF	130	JUNGLE NEXTREME	PŁOCK	POL	M 25-29	6	M 38		00:19:21.75	6:25	9.3
7	SITKO MARCIN	154	CARBON SILESIA SPORT	KATOWICE	POL	M 25-29	7	M 39	CARBON SILESIA SPORT	00:19:22.55	6:26	9.3
8	GAWLAK DAMIAN	39	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	8	M 40	OBSTACLE CENTER TEAM	00:19:23.10	6:26	9.3
9	WIECZOREK MATEUSZ	182	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 25-29	9	M 69	XRUNNERS	00:21:20.70	7:05	8.5
10	SZCZEPANIK MICHAŁ	161	OBSTACLE CENTER TEAM	WARSZAWA	POL	M 25-29	10	M 72	OBSTACLE CENTER TEAM	00:21:27.85	7:07	8.4
11	KOZUBEK SEWERYN	83	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 25-29	11	M 78	RAJSPOK ACTIVE	00:21:45.10	7:13	8.3
12	TOMAKA TOMASZ	175	RAJSPOK ACTIVE	RZESZÓW	POL	M 25-29	12	M 80	RAJSPOK ACTIVE	00:21:51.25	7:15	8.3
13	SOBAŃSKI MACIEJ	308		WARSZAWA	POL	M 25-29	13	M 121		00:24:51.55	8:15	7.3
14	PIOTROWSKI KAMIL	134	DIRTY SPARROWS	ZALASEWO	POL	M 25-29	14	M 134		00:25:57.20	8:37	7
15	OLAS PIOTR	128	HUSARIA RACE TEAM	ROZPRZA	POL	M 25-29	15	M 140		00:26:38.70	8:50	6.8
16	TKACZYK MICHAŁ	174	OBSTACLE CENTER TEAM	MIŃSK MAZOWIECKI	POL	M 25-29	16	M 141	OBSTACLE CENTER TEAM	00:26:42.70	8:52	6.8



**MPOCR 2021 - 3 KM, M 25-29 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
17	KOZŁOWSKI JAKUB	81		PULAWY	POL	M 25-29	17	M 143		00:27:00.85	8:58	6.7
	SŁADEK PATRYK	155	EX TEAM	BEŁK	POL	M 25-29			EX TEAM	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 30-34**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	KRYSTA SYLWIA	85	SOCIOS SILESIA	RUDA ŚLĄSKA	POL	K 30-34	1	K 19	SOCIOS SILESIA	00:29:41.45	9:51	6.1
2	GARNUSZEK ANITA	37	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 30-34	2	K 21	POWER TRAINING	00:30:40.65	10:11	5.9
3	KOLEGOWICZ KLAUDIA	79	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 30-34	3	K 22		00:30:47.55	10:13	5.9
4	KAMIŃSKA JUSTYNA	73	DYNAMIC STRONG GNIEZNO	GNIEZNO	POL	K 30-34	4	K 34		00:37:06.95	12:19	4.9
5	WYSOCKA KLAUDIA	195	CARBON SILESIA SPORT	ŁUBNIANY	POL	K 30-34	5	K 35	CARBON SILESIA SPORT	00:37:18.15	12:23	4.8
6	MOJAK JOANNA	118	EX TEAM	POGORZELA	POL	K 30-34	6	K 37	EX TEAM	00:38:14.35	12:42	4.7

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 30-34**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	WŁODARCZYK DAWID	187		STRZELCE	POL	M 30-34	1	M 21		00:18:03.55	5:59	10
2	KIĘPISTY PATRYK	76	RAJSPOK ACTIVE	ŁÓDŹ	POL	M 30-34	2	M 25	RAJSPOK ACTIVE	00:18:37.75	6:11	9.7
3	MIKULEWICZ PRZEMYSŁAW	109	MOVE. TEAM	WŁOCŁAWEK	POL	M 30-34	3	M 29		00:18:46.85	6:14	9.6
4	KOZUBEK SEBASTIAN	82	RAJSPOK ACTIVE	SIERADZ	POL	M 30-34	4	M 31	RAJSPOK ACTIVE	00:18:49.45	6:15	9.6
5	KOŁAKOWSKI KRZYSZTOF	80	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	5	M 43	RUNMAGEDDON	00:19:42.65	6:32	9.2
6	GOLEC RAFAŁ	44	IWONEX DRUKARNIA	KRZESK KRÓLOWA NIWA	POL	M 30-34	6	M 48		00:19:54.20	6:36	9.1
7	STOKOWSKI DARIUSZ	158	RUNMAGEDDON	CIECHANÓW	POL	M 30-34	7	M 53	RUNMAGEDDON	00:20:23.30	6:46	8.9
8	ŚWIERSZCZ PAWEŁ	172		LEGNICA	POL	M 30-34	8	M 65		00:21:12.60	7:02	8.5
9	CZACHURSKI MATEUSZ	19	EX TEAM	BOCHNIA	POL	M 30-34	9	M 66	EX TEAM	00:21:12.80	7:02	8.5
10	STUDNIARZ MICHAŁ	159		ŁAZISKA GÓRNE	POL	M 30-34	10	M 71	SOCIOS SILESIA	00:21:25.20	7:06	8.4
11	CZACH TOBIASZ	18	CARPATHIAN RUNNERS	RZESZÓW	POL	M 30-34	11	M 82		00:21:53.10	7:16	8.3
12	BŁĘDZKI ADAM	10	DIRTY SPARROWS	LUBASZ	POL	M 30-34	12	M 105	DIRTY SPARROWS	00:23:32.30	7:49	7.7
13	PUZDROWSKI JAREK	142	BIEGUN_OCR_TEAM	GDYNIA	POL	M 30-34	13	M 108	BIEGUN OCR TEAM	00:23:48.00	7:54	7.6
14	SIROCKI DAWID	153	BIEGUN OCR TEAM	SZEMUD	POL	M 30-34	14	M 109		00:23:54.05	7:56	7.6
15	PLUCIŃSKI JAKUB	136	DRAGON RUNNERS	KRAKÓW	POL	M 30-34	15	M 114	DRAGON RUNNERS	00:24:18.00	8:04	7.4
16	GAŁUSZYŃSKI PAWEŁ	35	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	M 30-34	16	M 116		00:24:25.95	8:06	7.4
17	DĄBROWSKI TOMASZ	23	MOVEMENT ARENA	SUWAŁKI	POL	M 30-34	17	M 128	MOVEMENT ARENA	00:25:26.90	8:26	7.1
18	HEŁMECKI MATEUSZ	51	DRAGON RUNNERS	CHEŁMIEC	POL	M 30-34	18	M 145		00:27:12.00	9:02	6.6
19	BRACHACZEK BARTOSZ	11	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 30-34	19	M 159	POWER TRAINING	00:30:30.85	10:07	5.9
	SARLEJ ROBERT	148	EX TEAM	NOWAKI	POL	M 30-34			EX TEAM	DNF	-	-
	MISZEWSKI GRZEGORZ	115	XRUNNERS	GDĄŃSK	POL	M 30-34			XRUNNERS	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 35-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	GAŁUSZYŃSKA KATARZYNA	34	ACTIVE FLOW	GDYNIA	POL	K 35-39	1	K 20		00:29:44.75	9:52	6.1
2	GRABOWSKA IZABELA	47	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	K 35-39	2	K 43	BEST BEASTS	00:43:42.30	14:31	4.1
3	WOŹNIAK-KARCZEWSKA PATRYCJA	192	BEST BEASTS	KOBYLNICZA	POL	K 35-39	3	K 56	BEST BEASTS	00:58:06.25	19:18	3.1
	GOMOŁA-PARADOWSKA ANNA	45	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	K 35-39			POWER TRAINING	DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 35-39**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	TRAPKOWSKI PRZEMYSŁAW	177	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	1	M 9	XRUNNERS	00:17:22.65	5:46	10.4
2	LISOWSKI GRZEGORZ	94	SOCIOS SILESIA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	POL	M 35-39	2	M 15	SOCIOS SILESIA	00:17:54.10	5:56	10.1
3	KMIEĆ ADAM	78	CARBON SILESIA SPORT	LUBLINIEC	POL	M 35-39	3	M 27	CARBON SILESIA SPORT	00:18:42.35	6:12	9.7
4	FORMELA PIOTR	31	BIEGUN OCR TEAM	GDAŃSK	POL	M 35-39	4	M 37	BIEGUN OCR TEAM	00:19:14.90	6:23	9.4
5	MŁOŚ TOMASZ	111	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 35-39	5	M 41		00:19:30.00	6:28	9.3
6	SZKURŁAT TOMASZ	162		NADARZYN	POL	M 35-39	6	M 44	POWER TRAINING	00:19:42.95	6:32	9.2
7	ZALEJASZ SYLWESTER	198	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 35-39	7	M 45	XRUNNERS	00:19:44.00	6:33	9.2
8	PASOŃ TOMASZ	132	EX TEAM	RASZOWA	POL	M 35-39	8	M 47	EX TEAM	00:19:49.35	6:35	9.1
9	CHŁĄD ALEKSANDER	15	EX TEAM	PRZYSIECZ	POL	M 35-39	9	M 49	EX TEAM	00:20:05.25	6:40	9
10	MAŁYSIAK JAROSŁAW	103	DRAGON RUNNERS	GIŁOWICE	POL	M 35-39	10	M 52	DRAGON RUNNERS	00:20:18.35	6:44	8.9
11	CHMIELORZ JÓZEF	16	CARBON SILESIA SPORT	LĘDZINY	POL	M 35-39	11	M 61	CARBON SILESIA SPORT	00:20:38.90	6:51	8.8
12	JUSZKIEWICZ DOMINIK	65	RAJSPOORT ACTIVE	GARZYN	POL	M 35-39	12	M 67	RAJSPOORT ACTIVE	00:21:13.25	7:02	8.5
13	PERKOWSKI PAWEŁ	133	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	13	M 74	POWER TRAINING	00:21:30.85	7:08	8.4
14	GAWIN KRZYSIEK	38		WIĘCKOWICE	POL	M 35-39	14	M 79	BEFIT24TEAM	00:21:46.50	7:13	8.3
15	FARKOWSKI KONRAD	30	EX TEAM	MYSIADŁO	POL	M 35-39	15	M 83	EX TEAM	00:21:54.30	7:16	8.2
16	GAWRYLUK MARCIN	40	BIFROST OCR	BIĄŁYSTOK	POL	M 35-39	16	M 86		00:22:11.25	7:22	8.1
17	ZABOROWSKI ŁUKASZ	196	RAJSPOORT ACTIVE	PŁOCK	POL	M 35-39	17	M 87	RAJSPOORT ACTIVE	00:22:12.05	7:22	8.1
18	CZAPRAN MAREK	20	XRUNNERS	GDANSK	POL	M 35-39	18	M 91	XRUNNERS	00:22:45.80	7:33	7.9
19	GOLDA MICHAŁ	43	MAD RUNNERS	MŁOSZYCE	POL	M 35-39	19	M 93	MAD RUNNERS	00:22:50.80	7:35	7.9
20	ILNICKI DAREK	52	DRAGON RUNNERS	ŚWIĄTNIKI GÓRNE	POL	M 35-39	20	M 94	DRAGON RUNNERS	00:22:52.20	7:35	7.9
21	SADOWSKI MICHAŁ	146	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	21	M 98	POWER TRAINING	00:23:10.55	7:41	7.8
22	KULAGA PETER	87	DRAGON RUNNERS	KRAKOW	POL	M 35-39	22	M 99	DRAGON RUNNERS	00:23:10.65	7:41	7.8
23	MORAWSKI GRZEGORZ	121		WARSZAWA	POL	M 35-39	23	M 100		00:23:13.00	7:42	7.8
24	SZTAJER BARTEK	163	SOCIOS SILESIA	BĘDZIN	POL	M 35-39	24	M 110	SOCIOS SILESIA	00:23:57.15	7:57	7.5
25	KWIATKOWSKI MICHAŁ	91	BIFROST	NOWINKA	POL	M 35-39	25	M 126		00:25:22.25	8:25	7.1
26	DRZEWIECKI MARCIN	26	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 35-39	26	M 127	MAD RUNNERS	00:25:25.45	8:26	7.1
27	MALCZEWSKI TOMASZ	101	RAJSPOORT ACTIVE	RĄBIEŃ	POL	M 35-39	27	M 132	RAJSPOORT ACTIVE	00:25:53.45	8:35	7
28	PORCZYK ZBIGNIEW	139	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 35-39	28	M 150	POWER TRAINING	00:28:53.60	9:35	6.3
29	MILBRANT MICHAŁ	110	CS BŁONIE	BŁONIE	POL	M 35-39	29	M 167		00:32:11.95	10:41	5.6
30	OGIŃSKI SZYMON	127		ŁÓDŹ	POL	M 35-39	30	M 188		00:38:30.50	12:47	4.7
	DYKO BARTOSZ	29	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	M 35-39			MAD RUNNERS	DNF	-	-
	BIELAK TOMASZ	8		ZŁOCIEŃC	POL	M 35-39				DNF	-	-
	ZAJKO RAFAŁ	197	STG LUBLIN	LUBLIN	POL	M 35-39				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 40-44**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	URBAŃSKA-KULON KATARZYNA	179	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	K 40-44	1	K 36	BEFIT24TEAM	00:37:48.45	12:33	4.8
2	FRANCZYSZYN-PORTKA MAGDALENA	32		POZNAŃ	POL	K 40-44	2	K 40	DIRTY SPARROWS	00:40:37.50	13:29	4.4
	JARLACZYK JUSTYNA	57	STOWARZYSZENIE EXTREMALNI	MOGILNO	POL	K 40-44				DNF	-	-
	BARTŁOJEWICZ SYLWIA	7	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	K 40-44			SOCIOS SILESIA	DNF	-	-
	MOKSIK AGNIESZKA	120	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	K 40-44				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 40-44**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	BUDZISZ KRZYSZTOF	13	SOCIOS SILESIA	BYTOM	POL	M 40-44	1	M 8	SOCIOS SILESIA	00:17:20.90	5:45	10.4
2	LORYCH KRYSZTIAN	96	BIEGUN OCR TEAM	BORKOWO	POL	M 40-44	2	M 20	BIEGUN OCR TEAM	00:18:02.35	5:59	10
3	PODGORSKI MAREK	138	RUNMAGEDDON	WARSZAWA	POL	M 40-44	3	M 26	RUNMAGEDDON	00:18:38.50	6:11	9.7
4	WIERZBICKI DANIEL	184		KRAKÓW	POL	M 40-44	4	M 28	BEFIT24TEAM	00:18:45.40	6:13	9.6
5	PISKAŁA DANIEL	135	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 40-44	5	M 33	POWER TRAINING	00:18:54.15	6:16	9.6
6	WIENDLOCHA PAWEŁ	183	SOCIOS SILESIA	GLIWICE	POL	M 40-44	6	M 54	SOCIOS SILESIA	00:20:23.60	6:46	8.9

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 40-44 c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
7	JÓZEFIAK ŁUKASZ	64	BIEGUNOCR TEAM	PSZCZOLKI	POL	M 40-44	7	M 55	BIEGUN OCR TEAM	00:20:24.90	6:46	8.9
8	WAŁDOWSKI DOMINIK	180	XRUNNERS	GDAŃSK	POL	M 40-44	8	M 58	XRUNNERS	00:20:37.05	6:50	8.8
9	JASTRZĘBSKI SŁAWOMIR	61	BESTIE OCR LEGIONOWO	LEGIONOWO	POL	M 40-44	9	M 64	BESTIE OCR LEGIONOWO	00:21:07.85	7:00	8.6
10	MISSALA MATEUSZ	112	POWER TRAINING	STARE BABICE	POL	M 40-44	10	M 81	POWER TRAINING	00:21:51.45	7:15	8.3
11	DOBRYŃSKI TOMASZ	25	XRUNNERS	GDYNIA	POL	M 40-44	11	M 84	XRUNNERS	00:22:03.80	7:19	8.2
12	KULON GRZEGORZ	88	BEFIT24TEAM	KRAKÓW	POL	M 40-44	12	M 102	BEFIT24TEAM	00:23:21.45	7:45	7.7
13	ZIEMNICKI TOMASZ	202	FIT & MORE RYBNIK	CZERWIONKA - LESZCZYNY	POL	M 40-44	13	M 103	FIT & MORE RYBNIK	00:23:22.80	7:45	7.7
14	DUDA GRZEGORZ	27	BEST BEASTS	SŁUPSK	POL	M 40-44	14	M 111	BEST BEASTS	00:23:59.50	7:58	7.5
15	MOCZKO SEBASTIAN	117		ZAWADA	POL	M 40-44	15	M 117		00:24:26.50	8:07	7.4
16	ŚWIĄDER ANDRZEJ	170		WIELICZKA	POL	M 40-44	16	M 122	BEFIT24TEAM	00:25:02.95	8:19	7.2
17	HAJEWSKI MICHAŁ	49	DZIADY OCR	DAJBROWA GÓRNICZA	POL	M 40-44	17	M 123		00:25:06.65	8:20	7.2
18	JESKA TOMASZ	62	DIRTY SPARROWS	ŁUKOWO	POL	M 40-44	18	M 135		00:26:00.75	8:38	6.9
19	NIKIEL DARIUSZ	125	DIRTY SPARROWS	WĄGROWIEC	POL	M 40-44	19	M 142	DIRTY SPARROWS	00:26:43.60	8:52	6.8
20	WIŚNIEWSKI NORBERT	185		NOWE MIASTO LUBAWSKIE	POL	M 40-44	20	M 146		00:27:13.95	9:02	6.6
21	WEJKNIS KRZYSZTOF	181		ŁUKTA	POL	M 40-44	21	M 164		00:31:27.95	10:26	5.7
22	MIKOŁAJEK ROBERT	108		OŁAWA	POL	M 40-44	22	M 165		00:31:59.70	10:37	5.6
23	LISIECKI RAJMUND	93	BIEGOWE NYGUSY	OTRĘBUSY	POL	M 40-44	23	M 168		00:32:24.85	10:45	5.6
	WOŹNIAK MICHAŁ	191		BIĄŁOBRZEGI	POL	M 40-44				DNF	-	-
	MALENCZYK SYLWESTER	102		PRUSZKOW	POL	M 40-44				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, K 45-49**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	DAMPS KATARZYNA	313		SKRZESZEWO	POL	K 45-49	1	K 23		00:31:40.30	10:31	5.7

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 45-49**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	SZULWACH MACIEK	165	BIEGUN OCR TEAM	GDYNIA	POL	M 45-49	1	M 46	BIEGUN OCR TEAM	00:19:44.10	6:33	9.2
2	MIZGAŁSKI JACEK	116	DZIADY OCR	JAROCIN	POL	M 45-49	2	M 75	DZIADY OCR	00:21:32.65	7:09	8.4
3	KALISZYK GRZEGORZ	71	MAD RUNNERS	WAŁBRZYCH	POL	M 45-49	3	M 104		00:23:23.00	7:46	7.7
4	MISSALA MICHAŁ	114	POWER TRAINING	WARSZAWA	POL	M 45-49	4	M 107	POWER TRAINING	00:23:43.95	7:52	7.6
5	GRZEGORZYCA DAMIAN	48	OCR BANINO	BANINO	POL	M 45-49	5	M 118	OCR BANINO	00:24:30.30	8:08	7.4
6	MOKSIK JAN	119	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	6	M 119	FIT & MORE RYBNIK	00:24:34.75	8:09	7.4
7	ZIARKOWSKI MIROSŁAW	201	FIT & MORE RYBNIK	RYBNIK	POL	M 45-49	7	M 120	FIT & MORE RYBNIK	00:24:50.55	8:15	7.3
8	MACHTYL ZYGMUNT	98	BEST BEASTS	BIERKOWO	POL	M 45-49	8	M 133		00:25:55.90	8:36	7
9	JARZYNA BARTŁOMIEJ	58	OSPRO OCR	BRWINÓW	POL	M 45-49	9	M 137	OSPRO OCR	00:26:24.20	8:46	6.8
10	SCHMIDT PAWEŁ	149	BEFIT24TEAM	JERZMANOWICE	POL	M 45-49	10	M 154	BEFIT24TEAM	00:29:12.25	9:42	6.2
11	ZASADOWSKI BARTEK	200	BIEGOWE NYGUSY	CHRZANÓW MAŁY	POL	M 45-49	11	M 169	BIEGOWE NYGUSY	00:32:50.35	10:54	5.5
	STANISZEWSKI MARCIN	157	MOVE FACTORY	LODZ	POL	M 45-49				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM, M 50+**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1	KURACH STANISŁAW	89	DZIADY OCR	WARKA	POL	M 50+	1	M 70	DZIADY OCR	00:21:21.25	7:05	8.5
2	SERAFIŃSKI ROBERT	151	RAJSPOORT ACTIVE	KONIN	POL	M 50+	2	M 92	RAJSPOORT ACTIVE	00:22:49.35	7:34	7.9
3	KALINOWSKI ARKADIUSZ	69		GDAŃSK	POL	M 50+	3	M 124		00:25:12.25	8:22	7.2
4	TUWAŁSKI BERNARD	178	OSPRO OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	4	M 136	OSPRO OCR	00:26:09.55	8:41	6.9
5	JANISZEWSKI GRZEGORZ	56	DZIADY OCR	WARSZAWA	POL	M 50+	5	M 148		00:27:50.30	9:14	6.5
	JANAS DANIEL	55	ŻAGAŃSKIE DZIKI	ŻAGAŃ	POL	M 50+				DNF	-	-

**MPOCR 2021 - 3 KM,**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Drużyna 1	Netto	min/km	km/h
1		320						1		00:31:06.20	10:19	5.8