

OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM

Organizator: Fundacja Herkules All Sports
 Data: 2021-07-10
 Miejsce: Polanica Zdrój
 Dystans: 5 km
 Klasyfikacja wg czasów netto.



OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM, OPEN

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Netto	min/km	km/h
1	ROSAK MARCIN	261	TRENUJENORDICWALKING.PL	ZIELONA GÓRA	POL	M40-44	1	M 1			00:16:31	00:30:07.65	6:01	10
2	STĘPAK PIOTR	337			POL	M18-29	1	M 2			00:16:54	00:30:22.25	6:04	9.9
3	WITUCKI JACEK	303	KS IDMAR RACING TEAM	POZNAŃ	POL	M50-54	1	M 3			00:16:34	00:30:30.70	6:06	9.8
4	WOJTOWICZ TOMASZ	330			POL	M30-39	1	M 4	1		00:17:00	00:30:57.80	6:11	9.7
5	WILUSZ ERWINA	301	VINGBERG POLSKA - PTG 'SOKÓŁ' RYMANÓW	IWONICZ- ZDRÓJ	POL	K30-39	1	K 1			00:17:21	00:31:49.95	6:21	9.4
6	ROMANOWSKI DANIEL	260	KATOWICKI NORDIC WALKING	RYBNIK	POL	M18-29	2	M 5	1		00:17:33	00:32:30.45	6:30	9.2
7	KRAJEWSKA HANNA	188	NWPL	PIŁA	POL	K18-29	1	K 2	1		00:17:56	00:32:36.95	6:31	9.2
8	ROŻYNEK MIŁON	263	KGHM METRACO RUDNA	WROCŁAW	POL	M55-59	1	M 6			00:18:07	00:32:37.45	6:31	9.2
9	KABATA JAROSŁAW	175	NORDIC SPORT 2021	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M50-54	2	M 7			00:18:04	00:32:48.90	6:33	9.1
10	WOJTASIŃSKI DANIEL	306	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M40-44	2	M 8			00:18:01	00:32:49.30	6:33	9.1
11	BRZOZOWSKI PIOTR	331	AKTYWNI POSTOMINO		POL	M30-39	2	M 9			00:17:47	00:32:51.95	6:34	9.1
12	MICHAŁSKI ANDRZEJ	214		SANOK	POL	M60-64	1	M 10			00:18:16	00:32:54.05	6:34	9.1
13	KŁYŚ RYSZARD	180		GLIWICE	POL	M60-64	2	M 11			00:18:29	00:32:56.00	6:35	9.1
14	SOKOŁOWSKI MAREK	271	VINGBERG POLSKA - PTG 'SOKÓŁ' RYMANÓW	RYMANÓW-ZDRÓJ	POL	M55-59	2	M 12			00:17:52	00:33:03.05	6:36	9.1
15	FRĄCKOWIAK ROMAN	144	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	WIELEŃ	POL	M50-54	3	M 13			00:18:38	00:33:06.00	6:37	9.1
16	WOROCH ROMAN	307	KGHM METRACO RUDNA	DOPIEWO	POL	M60-64	3	M 14			00:18:24	00:33:07.20	6:37	9.1
17	OLSZAŃSKI KAROL	228	FEAR THE RETURN	KRAKÓW	POL	M45-49	1	M 15	1		00:18:14	00:33:10.40	6:38	9
18	MARCZAK TOMASZ	207	KS IDMAR RACING TEAM	ALEKSANDRIA I	POL	M18-29	3	M 16	1		00:17:52	00:33:24.15	6:40	9
19	PARZYBUT JAN	236	POSTĘP PNIEWY TEAM	PNIEWY	POL	M55-59	3	M 17	1		00:18:44	00:33:55.85	6:47	8.8
20	KRAKOWSKI JERZY PIOTR	189	PTG SOKÓŁ 1893 MIELEC	MIELEC	POL	M55-59	4	M 18			00:18:38	00:33:56.55	6:47	8.8
21	ZACZYŃSKA-SKIBA ANNA	314	MSPORT	LEGNICA	POL	K40-44	1	K 3	1		00:18:49	00:34:00.05	6:48	8.8
22	PRZYSTARZ GRZEGORZ	254	OBORYGENI	OBORNIA ŚLĄSKIE	POL	M50-54	4	M 19	1		00:18:34	00:34:10.70	6:50	8.8
23	BUL DARIUSZ	117	RUNNERSKI.PL	PRUDNIK	POL	M45-49	2	M 20	2		00:19:28	00:34:15.90	6:51	8.8
24	HELWICH STEFAN	164	KGHM METRACO RUDNA	WIELEŃ	POL	M65-69	1	M 21			00:19:02	00:34:26.40	6:53	8.7
25	PASIERB MAREK	326			POL	M65-69	2	M 22			00:18:52	00:34:33.05	6:54	8.7
26	ZAGAJA JANUSZ	315	WESOŁY BORSUK TEAM	PRUDNIK	POL	M65-69	3	M 23	1		00:19:18	00:34:35.90	6:55	8.7
27	MISZTAŁ GRZEGORZ	217	NORDIC ARMY	SUŁKOWICE	POL	M30-39	3	M 24	1		00:18:32	00:34:41.30	6:56	8.6
28	MAŁKA MARIAN	203		GLIWICE	POL	M60-64	4	M 25			00:19:23	00:34:44.00	6:56	8.6
29	RECZULSKI MARIUSZ	344	SMS EFEKT		POL	M55-59	5	M 26			00:19:09	00:34:58.55	6:59	8.6
30	UFEL MARCELINA	293	MOSIR TKKF SATURN CZELADŹ	CZELADŹ	POL	K-JUN.	1	K 4			00:19:08	00:35:10.00	7:02	8.5
31	PILARZ TOMASZ	244	NORDICUS STRZYBNICA	ZBROSŁAWICE	POL	M40-44	3	M 27			00:19:05	00:35:18.40	7:03	8.5
32	MROZIŃSKI TADEUSZ	218	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M55-59	6	M 28	1		00:19:52	00:35:23.05	7:04	8.5
33	CZEPCHAR MARIUSZ	127	HAGER SPORT TEAM	RADLIN	POL	M40-44	4	M 29			00:19:15	00:35:25.55	7:05	8.5
34	CZŁAPSKI KRZYSZTOF	130	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M55-59	7	M 30			00:19:36	00:35:28.20	7:05	8.5
35	JÓŹWIAK MARIANNA	174	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	K45-49	1	K 5			00:19:45	00:35:28.55	7:05	8.5
36	MAŚLANKA IWONA	208	MARSZ PO ZDROWIE	ŚMIGIEL	POL	K50-54	1	K 6			00:19:48	00:35:28.80	7:05	8.5
37	MATECKI RYSZARD	209	KGHM METRACO RUDNA	KUDOWA ZDRÓJ	POL	M70-74	1	M 31	1		00:19:39	00:35:29.35	7:05	8.5
38	BOCZAR BEATA	115		ZIELONA GÓRA	POL	K55-59	1	K 7			00:19:39	00:35:36.40	7:07	8.4
39	PASIŃSKA - SKOWRON SYLWIA	237	PRUSZYŃSKI SPORT TEAM	SZCZODRZKOWICE	POL	K40-44	2	K 8			00:19:29	00:35:37.30	7:07	8.4
40	PUSZKARSKA MAŁGORZATA	255	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POL	K45-49	2	K 9			00:19:49	00:35:56.65	7:11	8.3
41	OKRZESIK-FRĄCKOWIAK IZABELA	225	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	WIELEŃ	POL	K50-54	2	K 10			00:19:48	00:35:58.50	7:11	8.3
42	CZMOCH MARIAN	131	PUKS ŁOSICE	ŁOSICE	POL	M70-74	2	M 32			00:19:41	00:36:00.35	7:12	8.3
43	KRUGIOŁKA GRZEGORZ	190	AKTYWNI W PNIEWACH	PNIEWY	POL	M30-39	4	M 33	1		00:19:50	00:36:10.95	7:14	8.3

OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Netto	min/km	km/h
44	PALUDKIEWICZ PIOTR	233		CZARNY LAS	POL	M50-54	5	M 34			00:19:41	00:36:17.30	7:15	8.3
45	KROMSKI PAWEŁ	41	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	KIEKRZ	POL	M50-54	6	M 35			00:20:21	00:36:54.55	7:22	8.1
46	ZIĘBA JUSTYNA	321		WROCŁAW	POL	K30-39	2	K 11			00:20:04	00:36:57.00	7:23	8.1
47	POKŁADOWSKA JOANNA	249	WYCHODZĘ Z KIJAMI	KOSZALIN	POL	K45-49	3	K 12			00:20:05	00:37:02.35	7:24	8.1
48	KASPRZAK TADEUSZ	177	BRAK	OSIEK	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	1	M 36			00:20:15	00:37:06.45	7:25	8.1
49	ŚLUSARCZYK GRZEGORZ	287	WESOŁY BORSUK TEAM	PRUDNIK	POL	M45-49	3	M 37			00:20:40	00:37:24.75	7:28	8
50	GRUSZKA MICHAŁ	157	ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 1 IMIENIA ADAMA MICKIEWICZA	LUBLINIEC	POL	M-JUN.	1	M 38			00:20:55	00:37:25.90	7:29	8
51	WALCZAK GRZEGORZ	296	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	SUCHY LAS	POL	M45-49	4	M 39	1		00:20:39	00:37:28.15	7:29	8
52	KOWACZ AGATA	186		WAŁBRZYCH	POL	K30-39	3	K 13			00:20:42	00:37:36.30	7:31	8
53	CIEŚLUK MARCIN	123	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	2	M 40			00:20:52	00:37:42.50	7:32	8
54	POLAK ŁUKASZ	250	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M40-44	5	M 41			00:20:15	00:37:46.20	7:33	7.9
55	ZBYRYT MAREK	319	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	M55-59	8	M 42			00:20:10	00:37:51.55	7:34	7.9
56	GALICA-NIEPOKÓJ AGNIESZKA	145	BIESZCZADZKI KLUB NW/OSP WROCANKA	ŚREDNIE WIELKIE	POL	K30-39	4	K 14	1		00:20:38	00:37:52.70	7:34	7.9
57	DUSZEŃKO ZYGMUNT	139	KGHM METRACO RUDNA	LUBIN	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	3	M 43			00:21:01	00:37:53.75	7:34	7.9
58	HRYCIUK TERESA	166	TKKF KRZNA BIAŁA PODLASKA	BIAŁA PODLASKA	POL	K55-59	2	K 15			00:21:09	00:38:10.75	7:38	7.9
59	DAROSZEWSKA KRYSZYNA	133	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	K60-64	1	K 16			00:20:44	00:38:14.35	7:38	7.8
60	STYGA KRYSZYNA	278	KOLBUSZOWSKI KLUB NORDIC WALKING	KOLBUSZOWA	POL	K55-59	3	K 17			00:21:16	00:38:17.75	7:39	7.8
61	KOCOŃ MONIKA	181	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	K40-44	3	K 18			00:20:55	00:38:24.00	7:40	7.8
62	ROMANIUK GRZEGORZ	343	KKNW KOLBUSZOWA		POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	4	M 44			00:20:59	00:38:26.40	7:41	7.8
63	MACIEJEWSKI ROBERT	334			POL	M40-44	6	M 45	1		00:20:21	00:38:35.65	7:43	7.8
64	WITUCKA KAROLINA	302		POZNAŃ	POL	K-DZIECI	1	K 19	1		00:20:56	00:38:38.75	7:43	7.8
65	UFEL MILENA	292	MOSIR TKKF SATURN CZELADŹ	CZELADŹ	POL	K-DZIECI	2	K 20	1		00:20:56	00:38:38.85	7:43	7.8
66	SZYBUT WERONIKA	283	POTĘGA NORDICA	POTĘGOWO	POL	K-DZIECI	3	K 21	1		00:20:57	00:38:39.85	7:43	7.8
67	PINTAK ARTUR	246		KOLNOWICE	POL	M40-44	7	M 46			00:21:09	00:38:41.30	7:44	7.8
68	MARCHEWKA ANDRZEJ	206	13 ŚLĄSKA BRYGADA OT KATOWICE	PRECZÓW	POL	M60-64	5	M 47	1		00:21:21	00:38:43.35	7:44	7.7
69	GRYGOROWICZ BOGDAN	158	KGHM METRACO RUDNA	LUBIN	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(B)	1	M 48			00:21:56	00:38:53.85	7:46	7.7
70	LIBARDI-KŁYŚ SYLWIA	198		GLIWICE	POL	K60-64	2	K 22			00:21:25	00:38:58.70	7:47	7.7
71	SZENDZIELORZ ILONA	281	MALINOWE GWIAZDY	RUDA ŚLĄSKA	POL	K60-64	3	K 23			00:21:26	00:39:01.85	7:48	7.7
72	PUSZKARSKI ADAM	256	GOSADI NORDIC TEAM	WARSZAWA	POL	M-DZIECI	1	M 49			00:20:52	00:39:02.35	7:48	7.7
73	CIESIELSKI KRZYSZTOF	122	FAST WALKER	GNIEZNO	POL	M65-69	4	M 50			00:21:38	00:39:04.20	7:48	7.7
74	STANISŁAWSKI JAN	274	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAN	POL	M60-64	6	M 51			00:21:54	00:39:08.70	7:49	7.7
75	ZBYRYT HALINA	318	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	K45-49	4	K 24			00:21:49	00:39:10.45	7:50	7.7
76	ZIĘBA MARIUSZ	322		WROCŁAW	POL	M30-39	5	M 52	1		00:21:48	00:39:12.15	7:50	7.7
77	BURZA LIDIA	118	KGHM METRACO RUDNA	BRZEG GŁOGOWSKI	POL	K40-44	4	K 25			00:21:44	00:39:35.20	7:55	7.6
78	ZAWADZKI KRZYSZTOF	316	WETERAN	ZIELONA GÓRA	POL	M65-69	5	M 53			00:21:59	00:39:40.45	7:56	7.6
79	WÓJCIK JACEK	312	STĘSZEW TEAM	STĘSZEW	POL	M55-59	9	M 54	1		00:21:42	00:39:41.90	7:56	7.6
80	RYBAŁTOWSKI PAWEŁ	264	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M75-79	1	M 55	1		00:22:30	00:39:44.25	7:56	7.6
81	PASZKOWSKI LESZEK	239	KGHM METRACO RUDNA	KOŹLICE GM. RUDNA	POL	M40-44	8	M 56			00:21:43	00:39:45.85	7:57	7.5
82	SIENKIEWICZ EWELINA	268	AEROGIRLS	NOWOSZYCE	POL	K30-39	5	K 26			00:22:35	00:39:52.30	7:58	7.5
83	KRYŚ ARTUR	191		WAŁBRZYCH	POL	M50-54	7	M 57			00:21:24	00:39:58.50	7:59	7.5
84	ZAWIERUCHA IRENA	317	AEROGIRLS	OLEŚNICA	POL	K55-59	4	K 27			00:22:38	00:40:06.75	8:01	7.5
85	GÓRAL ANDRZEJ	153	KGHM METRACO RUDNA	BYDGOSZCZ	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	5	M 58			00:22:01	00:40:07.40	8:01	7.5
86	LEGOCKA KINGA	197	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	SUCHY LAS	POL	K45-49	5	K 28			00:22:08	00:40:10.80	8:02	7.5
87	WÓJCIK BARBARA	309	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	OGRODNICA-35	POL	K50-54	3	K 29			00:22:16	00:40:13.25	8:02	7.5
88	KUCZYŃSKA ANNA	193	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	OBORNIKI	POL	K60-64	4	K 30			00:22:38	00:40:17.05	8:03	7.4
89	NIEDŹWIECKA MAŁGORZATA	221	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	K60-64	5	K 31			00:22:29	00:40:21.50	8:04	7.4

OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Netto	min/km	km/h
90	ROCHNIA KASIA	258	NORDICUS STRZYBNICA	ZBROSŁAWICE	POL	K40-44	5	K 32			00:22:20	00:40:26.35	8:05	7.4
91	DYLEWICZ WERONIKA	141	EKSTREMUM	ZAGAŃ	POL	K18-29	2	K 33			00:22:16	00:40:28.90	8:05	7.4
92	KUREK ALEKSANDER	196	KGHM METRACO RUDNA	KOŹLICE GM. RUDNA	POL	M-DZIECI	2	M 59			00:21:15	00:40:29.15	8:05	7.4
93	KRUK- POPEK KATARZYNA	342			POL	K40-44	6	K 34			00:22:09	00:40:31.15	8:06	7.4
94	CZEREBA WIEŚLAW	128		PRUDNIK	POL	M40-44	9	M 60			00:22:33	00:40:55.95	8:11	7.3
95	SAPUŁA WIKTORIA	267		LUBLIN	POL	K18-29	3	K 35			00:23:02	00:40:59.35	8:11	7.3
96	DUDEK BARBARA	136		KUDOWA ZDRÓJ	POL	K55-59	5	K 36			00:22:32	00:41:05.25	8:13	7.3
97	PALUCH PAWEŁ	232	AVOCADO WELLNESS CLUB	WARSZAWA	POL	M55-59	10	M 61			00:22:26	00:41:11.75	8:14	7.3
98	KĘPA ANDRZEJ	36	FAMILY TEAM KĘPA SPORT	KOSZALIN	POL	M70-74	3	M 62			00:23:08	00:41:17.35	8:15	7.3
99	ROGOWSKA MARTA	259	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	K50-54	4	K 37			00:22:43	00:41:19.15	8:15	7.3
100	STONCEL MIECZYŚLAW	275	GRUPA BIEGOWA DZIKOWIEC I	BOGUSZÓW-GORCE	POL	M55-59	11	M 63			00:21:54	00:41:22.95	8:16	7.3
			NORDIC WALKING											
101	PIĄTKOWSKI JÓZEF	241	KGHM METRACO.RUDNA	POLKOWICE	POL	M75-79	2	M 64			00:23:31	00:41:27.35	8:17	7.2
102	FRANCZAK DARIUSZ	143	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	M55-59	12	M 65			00:23:02	00:41:35.70	8:19	7.2
103	GAŁKOWSKA ELŻBIETA	146	MARSZ PO ZDROWIE	TUCZNO	POL	K65-69	1	K 38			00:23:21	00:41:35.95	8:19	7.2
104	DUDEK LESZEK	19	KGHM METRACO RUDNA	GŁOGÓW	POL	M70-74	4	M 66			00:23:56	00:41:38.65	8:19	7.2
105	GRUSZKA MICHAŁ	156	ETHOENERGY POLANDS.A.	LUBLINIEC	POL	M45-49	5	M 67			00:23:03	00:41:44.50	8:20	7.2
106	CZUBASIEWICZ MONIKA	132	NORDICUS STRZYBNICA	ZBROSŁAWICE	POL	K50-54	5	K 39			00:23:23	00:41:57.10	8:23	7.2
107	DYBEŁ AGNIESZKA	140	NORDIC TEAM CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	1	K 40			00:23:22	00:41:58.60	8:23	7.1
108	SZYMAŃSKI STEFAN	286	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	KIEŻLINY	POL	M70-74	5	M 68			00:23:14	00:41:59.85	8:23	7.1
109	ROSAK WERONIKA	262	TRENUJENORDICWALKING.PL	ZIELONA GÓRA	POL	K30-39	6	K 41			00:23:34	00:42:01.55	8:24	7.1
110	SOMIAK MARTA	272	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE	POL	K40-44	7	K 42			00:23:37	00:42:03.45	8:24	7.1
111	PIETRZYK ANNA	242		KALISZ POMORSKI	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	2	K 43			00:23:24	00:42:06.05	8:25	7.1
112	BARCZYK JOLANTA	114	ZABIEGANI CZĘSTOCHOWA	CZĘSTOCHOWA	POL	K60-64	6	K 44			00:23:21	00:42:06.15	8:25	7.1
113	ŚLUSARCZYK KAROLINA	290	WESOŁY BORSUK TEAM	PRUDNIK	POL	K-JUN.	2	K 45			00:23:19	00:42:06.60	8:25	7.1
114	CZEMPIK KORNELIA	126	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	K55-59	6	K 46			00:24:09	00:42:08.55	8:25	7.1
115	OKULSKA BEATA	226		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K50-54	6	K 47			00:23:21	00:42:10.45	8:26	7.1
116	OLSZAŃSKA JOLKA	1	FEAR THE RETURN	KRAKÓW	POL	K45-49	6	K 48			00:23:17	00:42:20.80	8:28	7.1
117	PRZYSTARZ ANNA	253	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	K45-49	7	K 49			00:24:04	00:42:30.60	8:30	7.1
118	HADACZEK KAROLINA	162	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	SUCHY LAS	POL	K50-54	7	K 50			00:23:24	00:42:34.30	8:30	7
119	GRYGOROWICZ TERESA	159	KGHM METRACO RUDNA	LUBIN	POL	K65-69	2	K 51			00:23:38	00:42:36.50	8:31	7
120	GUTOWSKA MAGDALENA	160	PAUL TEAM	MALBORK	POL	K45-49	8	K 52			00:23:07	00:42:39.55	8:31	7
121	HANUS JOANNA	163	PASJONAUCI KROSNO	KROSNO	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(B)	1	K 53			00:23:26	00:42:41.70	8:32	7
122	MRULA EWA	219	EKM LUBUSKIE MORSY	ZIELONA GÓRA	POL	K45-49	9	K 54			00:22:53	00:42:43.90	8:32	7
123	WROTECKA AGATA	313	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	K40-44	8	K 55			00:23:38	00:42:54.70	8:34	7
124	ADAMOWICZ ANDRZEJ	112		ŁÓDŹ	POL	M75-79	3	M 69			00:24:13	00:43:10.10	8:38	6.9
125	KOCOŃ SYLWIA	182		SIEMIANICE	POL	K40-44	9	K 56			00:23:48	00:43:11.30	8:38	6.9
126	NIESŁONY RYSZARD	222	MALINOWE GWIAZDY	CHORZÓW	POL	M60-64	7	M 70			00:24:34	00:43:22.95	8:40	6.9
127	REMISZEWSKI ADAM	257	UTW OLEŚNICA	OLEŚNICA	POL	M75-79	4	M 71			00:24:08	00:43:24.05	8:40	6.9
128	CZEREBA JOANNA	129		PRUDNIK	POL	K40-44	10	K 57			00:24:20	00:43:29.95	8:41	6.9
129	ŁUDWICZAK LENA	201	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-DZIECI	4	K 58			00:23:27	00:43:34.25	8:42	6.9
130	JÓŹWIAK ŁUKASZ	172	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(B)	2	M 72	1		00:25:17	00:43:43.05	8:44	6.9
131	SZYMAŃSKA KOZIOŁ MONIKA	285	EKM LUBUSKIE MORSY	ZIELONA GÓRA	POL	K40-44	11	K 59			00:24:26	00:44:01.00	8:48	6.8
132	WŁODARCZYK ANETA	304		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K45-49	10	K 60			00:24:25	00:44:05.85	8:49	6.8
133	MIKOŁAJEWICZ WIOLETTA	216		ZIELONA GÓRA	POL	K45-49	11	K 61			00:24:04	00:44:25.35	8:53	6.8
134	PASZKOWSKA MARIA	238	KGHM METRACO RUDNA	KOŹLICE (GM. RUDNA)	POL	K40-44	12	K 62			00:24:57	00:44:26.35	8:53	6.8
135	HILGNER KATARZYNA	165	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K50-54	8	K 63			00:25:28	00:44:29.20	8:53	6.7
136	STACHERA EWA	273	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	K45-49	12	K 64			00:24:22	00:44:31.75	8:54	6.7
137	PRZYBYŁAK STANISŁAW	70	PRZYBYŁAK TEAM	POZNAŃ	POL	M75-79	5	M 73			00:25:09	00:44:43.75	8:56	6.7
138	KUREK ALEKSANDRA	195	KGHM METRACO RUDNA	KOŹLICE GM. RUDNA	POL	K30-39	7	K 65			00:24:46	00:44:50.10	8:58	6.7
139	GÓRSKI HENRYK	155	UTW OLEŚNICA	OLEŚNICA	POL	M70-74	6	M 74			00:24:47	00:44:51.80	8:58	6.7
140	STONCEL BARBARA	276	GRUPA BIEGOWA DZIKOWIEC I	BOGUSZÓW-GORCE	POL	K45-49	13	K 66			00:25:19	00:44:57.15	8:59	6.7
			NORDIC WALKING											

OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Netto	min/km	km/h
141	JAGODZIŃSKI ANDRZEJ	168		WROCŁAW	POL	M60-64	8	M 75			00:24:40	00:44:58.90	8:59	6.7
142	LUBAŃSKA LEOKADIA	199	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	3	K 67			00:24:48	00:45:04.60	9:00	6.7
143	LUBAŃSKI TOMASZ	200	SERCE NORDICA WŁOCLAWEK	WŁOCLAWEK	POL	M60-64	9	M 76			00:25:32	00:45:15.75	9:03	6.6
144	SZWED DOROTA	87		WALIM	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	4	K 68			00:25:17	00:45:27.55	9:05	6.6
145	WŁODARCZYK MAŁGORZATA	305		PRECZÓW	POL	K50-54	9	K 69			00:25:54	00:45:30.65	9:06	6.6
146	MAŁKA IRENA	204		GLIWICE	POL	K65-69	3	K 70			00:25:25	00:46:12.25	9:14	6.5
147	GUTOWSKI PAWEŁ	161	PAUL TEAM	MALBORK	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	6	M 77			00:26:43	00:46:15.00	9:15	6.5
148	MIKOŁAJCZYK ARKADIUSZ	215	PREDATORS WAŁBRZYCH	WAŁBRZYCH	POL	M50-54	8	M 78			00:25:52	00:46:16.75	9:15	6.5
149	MATUKIN-PAKUSZYŃSKA ANNA	210		OPOLE	POL	K45-49	14	K 71			00:26:30	00:46:28.60	9:17	6.5
150	SZAŁAJ ANNA	280	KGHM MERTACO RUDNA	LUBIN	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(B)	2	K 72	1		00:25:59	00:46:48.40	9:21	6.4
151	PILARZ ZUZANNA	243	NORDICUS STRZYBNICA	ZBROSŁAWICE	POL	K30-39	8	K 73			00:25:56	00:47:00.85	9:24	6.4
152	SZYMAŃSKA LUCYNA	284	XV KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW W DWYTACH	KIEŻLINY	POL	K70-74	1	K 74			00:26:16	00:47:16.50	9:27	6.3
153	NOGA BOLESŁAW	57	ZESPÓŁ NIESPOKOJNYCH NÓG	ŻÓRAWINA	POL	M65-69	6	M 79				00:47:33.00	9:30	6.3
154	KUCZYŃSKI WŁODZIMIERZ	194	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	OBORNIKI	POL	M60-64	10	M 80			00:25:58	00:47:37.50	9:31	6.3
155	ARTYMICZ MARIA	113		GLOGOW	POL	K65-69	4	K 75			00:27:12	00:47:44.55	9:32	6.3
156	PNIEWSKA GRAŻYNA	248	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	WROCŁAW	POL	K50-54	10	K 76			00:25:47	00:47:52.30	9:34	6.3
157	ADAMIAK ANNA	111	NW CZŁAPSKI TEAM	WARSZAWA	POL	K40-44	13	K 77			00:26:37	00:47:53.25	9:34	6.3
158	PAWLACZYK MARIAN	269			POL	M80+	1	M 81			00:27:09	00:48:02.55	9:36	6.2
159	WIŚNIEWKA IWONA	327			POL	K45-49	15	K 78			00:27:23	00:48:04.10	9:36	6.2
160	JASIK BEATA	171		ŁĄCZNIK	POL	K40-44	14	K 79			00:28:32	00:48:50.80	9:46	6.1
161	IGRAS LEOKADIA	167		NYSA	POL	K55-59	7	K 80			00:26:58	00:49:13.70	9:50	6.1
162	ZIELSKA JUSTYNA	320		PRUDNIK	POL	K30-39	9	K 81			00:28:07	00:49:19.60	9:51	6.1
163	BREGUŁA EWA	116	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K50-54	11	K 82			00:26:52	00:49:30.25	9:54	6.1
164	PILARZ DOMINIKA	245	NORDICUS STRZYBNICA	ZBROSŁAWICE	POL	K-DZIECI	5	K 83			00:26:39	00:49:36.00	9:55	6
165	WOŹNY ALEKSANDRA	308		STRZELIN	POL	K45-49	16	K 84			00:28:49	00:50:04.85	10:00	6
166	GOSPODARCZYK NATALIA	152	AZS S	ZABRZE	POL	K18-29	4	K 85			00:27:22	00:50:07.00	10:01	6
167	MANSFELD DOROTA	205	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GORY	POL	K45-49	17	K 86			00:27:31	00:50:07.80	10:01	6
168	WÓJCIK HENRYK	311	UTW OLEŚNICA	OLEŚNICA	POL	M80+	2	M 82			00:28:35	00:50:10.05	10:02	6
169	TORENC MAŁGORZATA	291	EKM LUBUSKIE MORSY	ZIELONA GÓRA	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	5	K 87			00:28:23	00:50:19.45	10:03	6
170	OLSZEWSKI WIKTOR	229		SIERADZ	POL	M18-29	4	M 83			00:28:13	00:50:22.40	10:04	6
171	ŚLUSARCZYK DANUTA	289	WESOŁY BORSUK TEAM	PRUDNIK	POL	K65-69	5	K 88			00:28:12	00:50:26.15	10:05	5.9
172	MĘDRAK JÓZEF	213		WROCŁAW	POL	M65-69	7	M 84			00:29:03	00:50:30.75	10:06	5.9
173	PISARSKA BARBARA	247	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K50-54	12	K 89			00:28:54	00:50:41.15	10:08	5.9
174	KOCZUR DOROTA	183	KOLBUSZOWSKI KLUB NORDIC WALKING	KOLBUSZOWA	POL	K65-69	6	K 90			00:29:07	00:51:34.90	10:18	5.8
175	MĘDRAK ALICJA	212		WROCŁAW	POL	K60-64	7	K 91			00:29:35	00:51:39.90	10:19	5.8
176	DRYŃDA FRANCISZEK	135	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	M70-74	7	M 85			00:28:30	00:51:40.40	10:20	5.8
177	WALCZAK HENRYK	295	NORDIC WALKING KIEKRZ POLAND	POZNAŃ	POL	M80+	3	M 86			00:28:59	00:51:41.35	10:20	5.8
178	KASIŃSKA-MACHAJEK KRYSZYNA	176	STOWARZYSZENIE TRANSPLANTACJI SERCA	POLKOWICE	POL	K60-64	8	K 92			00:28:13	00:51:42.50	10:20	5.8
179	PROSZOWSKA ALEKSANDRA	252	NORDICUS STRZYBNICA	TARNOWSKIE GÓRY	POL	K40-44	15	K 93			00:30:11	00:51:57.90	10:23	5.8
180	ZYGMUNT SYLWANA	323	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	WROCŁAW	POL	K50-54	13	K 94			00:28:10	00:52:00.00	10:24	5.8
181	CATUS SZYMON	338	KGHM CUPRUM RUDNA		POL	M-DZIECI	3	M 87			00:26:51	00:52:27.75	10:29	5.7
182	KOZAK TERESA	187	KOLBUSZOWSKI KLUB NORDIC WALKING	KOLBUSZOWA	POL	K60-64	9	K 95			00:28:34	00:52:28.15	10:29	5.7

OTWARTE GÓRSKIE MISTRZOSTWA POLSKI NORDIC WALKING - 5 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Żół. kartki	Czer. kartki	2.5km	Netto	min/km	km/h
183	PAJĘCKI ADAM	231	PARAKULOS KOWAL	KOWAL	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(B)	3	M 88	1		00:30:02	00:53:00.00	10:36	5.7
184	SZYBUT ROMA	282	POTĘGA NORDICA	POTĘGOWO	POL	K30-39	10	K 96			00:29:55	00:53:25.05	10:41	5.6
185	PANKIEWICZ-DMOWSKA CECYLIA	235		GOWINO	POL	K70-74	2	K 97			00:29:39	00:53:48.05	10:45	5.6
186	SMOCZYŃSKA OGŁUDEK KATARZYNA	270		NYSA	POL	K-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	6	K 98			00:28:57	00:53:51.20	10:46	5.6
187	OWCZAREK HENRYKA	230	MARSZ PO ZDROWIE	POZNAŃ	POL	K75-79	1	K 99			00:31:01	00:54:21.60	10:52	5.5
188	MAZURKIEWICZ KRYSZYNA	211	KOLBUSZOWSKI KLUB NORDIC WALKING	KOLBUSZOWA	POL	K65-69	7	K 100			00:31:48	00:54:48.35	10:57	5.5
189	DURDA JÓZEFA	138	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	ŚRODA ŚLĄSKA	POL	K55-59	8	K 101			00:30:51	00:54:51.45	10:58	5.5
190	KOŁODZIEJ HALINA	184	KOLBUSZOWSKI KLUB NORDIC WALKING	KOLBUSZOWA	POL	K70-74	3	K 102			00:31:31	00:55:03.35	11:00	5.4
191	NOWAK ZOFIA	224		STRZELIN	POL	K60-64	10	K 103			00:29:32	00:55:16.70	11:03	5.4
192	JAGODZIŃSKA BOŻENA	169		WROCŁAW	POL	K60-64	11	K 104			00:31:27	00:55:29.05	11:05	5.4
193	IGRAS MIECZYŚLAW	27	RUNNERS TEAM NYSA	NYSA	POL	M60-64	11	M 89			00:33:55	00:56:11.35	11:14	5.3
194	CZAPLIŃSKA-HOWIS EWA	125	REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA WROCŁAW	WROCŁAW	POL	K50-54	14	K 105			00:31:33	00:56:15.45	11:15	5.3
195	STUDNICKI RYSZARD	339			POL	M75-79	6	M 90			00:31:21	00:56:37.45	11:19	5.3
196	RYDZEWSKA BEATA	265		STRZELIN	POL	K45-49	18	K 106			00:31:30	00:57:13.55	11:26	5.2
197	ŚLUSARCZYK BŁAŻEJ	288	WESOŁY BORSUK TEAM	PRUDNIK	POL	M-DZIECI	4	M 91			00:30:08	00:57:37.20	11:31	5.2
198	MACHAJEK KRZYSZTOF	202	STOWARZYSZENIE TRANSPLANTACJI SERCA	POLKOWICE	POL	M-NIEPEŁNOSPRAWNI(A)	7	M 92			00:31:55	00:57:55.90	11:35	5.2
199	BARABACH DANUTA	2		PRZEWORNO	POL	K65-69	8	K 107			00:33:48	00:58:16.50	11:39	5.1
200	JÓŻWIAK DOMINIK	173	SERCE NORDICA WŁOCŁAWEK	WŁOCŁAWEK	POL	M18-29	5	M 93			00:32:07	00:58:21.95	11:40	5.1
201	WÓJCIK IRENA	310	UTW OLEŚNICA	OLEŚNICA	POL	K75-79	2	K 108			00:34:34	00:58:36.90	11:43	5.1
202	GÓRSKA MAŁGORZATA	154	UTW OLEŚNICA	OLEŚNICA	POL	K65-69	9	K 109			00:34:04	00:59:01.00	11:48	5.1
203	JAKIMIUK MARZENA	170		WROCŁAW	POL	K60-64	12	K 110			00:34:15	00:59:01.10	11:48	5.1
204	ŁUSZCZKI KAROLINA	348			POL	K30-39	11	K 111				01:24:05.10	16:49	3.6
205	WIWNICKA AGATA	349			POL	K30-39	12	K 112				01:24:05.35	16:49	3.6
206	PANTERAŁKA URSZULA	345			POL	K45-49	19	K 113				01:24:06.40	16:49	3.6
207	WITAS HALINA	347			POL	K70-74	4	K 114				01:24:07.30	16:49	3.6
208	KOMOROWSKI MACIEJ	328			POL	M50-54	9	M 94			00:21:55		8:46	6.8
DQ	WALCZAK RYSZARD	294		ZIELONA GÓRA	POL	M70-74	DQ	DQ		1	00:19:44	00:35:33.05	0:00	8.4
DQ	ŻBIKOWSKI WACŁAW	324		KOWALÓWKA 17	POL	M70-74	DQ	DQ		1	00:20:51	00:38:54.10	0:00	7.7
DNC	WILAMOWSKI MICHAŁ	298	OBORYGENI	OBORNIKI ŚLĄSKIE	POL	M30-39	DNC	DNC			DQ	DQ		