



# V CROSS NA WRZOSACH - OKONEK - 10 KM

B4SPORT

**Wydarzenie:** V CROSS NA WRZOSACH  
**Organizator:** Nadleśnictwo Okonek  
**Data:** 2019-08-31  
**Miejsce:** Okonek  
**Dystans:** 10.6 km



Klasyfikacja: M30-39

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Laps 5.3km	Czas netto 10.6km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	<b>STIPPA Adam</b>	<b>165</b>		M30-39	1	00:20:46	<b>00:42:04.78</b>		3:58	15.1 (100%)
2	<b>HEYSER Tomasz</b>	<b>44</b>		M30-39	2	00:24:14	<b>00:49:12.55</b>	+00:07:07 (14.5%)	4:38	12.9 (85.4%)
3	<b>MINCEWICZ Piotr</b>	<b>219</b>	TEAM TERMINATORUN	M30-39	3	00:24:45	<b>00:49:42.62</b>	+00:07:37 (15.4%)	4:41	12.8 (84.8%)
4	<b>ZYCH Krzysztof</b>	<b>214</b>	TRIUMF SŁAWOBORZE	M30-39	4	00:24:10	<b>00:50:50.70</b>	+00:08:45 (17.2%)	4:47	12.5 (82.8%)
5	<b>KUSIAK Bartłomiej</b>	<b>88</b>		M30-39	5	00:25:34	<b>00:51:01.23</b>	+00:08:56 (17.5%)	4:48	12.5 (82.8%)
6	<b>KARCZEWSKI Andrzej</b>	<b>59</b>		M30-39	6	00:25:32	<b>00:52:22.83</b>	+00:10:18 (19.7%)	4:56	12.1 (80.1%)
7	<b>NIEWCZAS Sławomir</b>	<b>116</b>	JEDNEGO SERCA	M30-39	7	00:27:20	<b>00:55:50.33</b>	+00:13:45 (24.6%)	5:16	11.4 (75.5%)
8	<b>SZYSZŁOWSKI Waldemar</b>	<b>182</b>		M30-39	8	00:26:24	<b>00:56:08.46</b>	+00:14:03 (25.0%)	5:17	11.3 (74.8%)
9	<b>MRÓWKA Mateusz</b>	<b>113</b>		M30-39	9	00:28:14	<b>00:58:20.03</b>	+00:16:15 (27.9%)	5:30	10.9 (72.2%)
10	<b>CHMIELEWSKI Tomasz</b>	<b>10</b>		M30-39	10	00:25:00	<b>00:58:28.92</b>	+00:16:24 (28.0%)	5:31	10.9 (72.2%)
11	<b>KOWALCZYK Piotr</b>	<b>73</b>	FOR-REST-RUN	M30-39	11	00:28:18	<b>00:58:36.15</b>	+00:16:31 (28.2%)	5:31	10.9 (72.2%)
12	<b>URBANIAK Marcin</b>	<b>28</b>		M30-39	12	00:28:47	<b>00:59:08.71</b>	+00:17:03 (28.9%)	5:34	10.8 (71.5%)

Znaleziono 12 wynik(ów)