



WALECZNE SERCE - WYGRAJ ZDROWIE

























B4SPORT

























Organiser: Igrzyska Bohaterów
Date: 2021-04-27
Place: Polska
Distance: 500 km























B4SPORT
INTELIGENTNE ZAWODY SPORTOWE

























Classification: All

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
1	PĄCZEK Weronika	16	WATAHA - ŁĄCZY NAS BIEGANIE	Senior - K	1	WATAHA - Łączy nas Bieganie	500,0 KM	0	8:35	7 (100%)
2	GRUSZCZYŃSKI Krzysztof	30	KRESOWIANIE	Masters - M	1		500,0 KM	0	6:16	9.6 (137.1%)
3	GŁĄB Magdalena	136		Senior Starszy - K	1		500,0 KM	0	10:07	5.9 (84.3%)
4	KITA Ewelina	67		Senior Starszy - K	2		500,0 KM	0	12:28	4.8 (68.6%)
5	NIESLONY Ryszard	133	MALINOWE GWIAZDY	Weteran Starszy - M	1	MALINOWE GWIAZDY	500,0 KM	0	13:14	4.5 (64.3%)
6	KUREK Joanna	5		Masters - K	1	Liga AHP	500,0 KM	0	9:34	6.3 (90.0%)
7	SANDACH Stefan	83	MOTYWATORNIA TEAM/ZIELONA LAGUNA TEAM	Weteran Starszy - M	2		500,0 KM	0	7:46	7.7 (110.0%)
8	KUCZERA Sabina	135	MALINOWE GWIAZDY	Weteran Starszy - K	1	MALINOWE GWIAZDY	500,0 KM	0	11:13	5.3 (75.7%)
9	HELIOSZ Agnieszka	66	INTERAKTYWNI KROSTOSZOWICE	Masters - K	2		500,0 KM	0	7:54	7.6 (108.6%)
10	SZWED Krzysztof	50	WILCZE STADO	Weteran Młodszy - M	1	Wilcze Stado	500,0 KM	0	5:08	11.7 (167.1%)
11	PASŁAWSKA Katarzyna	44	KOBIETY NA 5 +	Masters - K	3	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	12:15	4.9 (70.0%)
12	BUGAJEWSKA Anna	58	KB IM. PIOTRA SĘKOWSKIEGO	Weteran Starszy - K	2		500,0 KM	0	10:09	5.9 (84.3%)
13	ZĄBCZYŃSKI Dominik	3	WILCZE STADO	Weteran Młodszy - M	2	Wilcze Stado	500,0 KM	0	9:40	6.2 (88.6%)
14	MURAWSKI Przemysław	116		Weteran Młodszy - M	3		500,0 KM	0	9:11	6.5 (92.9%)
15	PAWLETA Barbara	130	MALINOWE GWIAZDY	Weteran Młodszy - K	1	MALINOWE GWIAZDY	500,0 KM	0	11:01	5.4 (77.1%)
16	WILK Dariusz	122		Weteran Młodszy - M	4		500,0 KM	0	8:41	6.9 (98.6%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
17	SKRZYPCZYŃSKI Sebastian 	60		Masters - M	2		500,0 KM	0	69:21	0.9 (12.9%)
18	CHOLEWA Jerzy 	29		Weteran Starszy - M	3		500,0 KM	0	11:13	5.3 (75.7%)
19	SZKATUŁA Henryk 	68	FORMA WODZISŁAW ŚL.	Weteran Starszy - M	4	WATAHA - łączy nas Bieganie	500,0 KM	0	8:32	7 (100%)
20	MAZUR Katarzyna 	105	BRAK	Senior Starszy - K	3		500,0 KM	0	5:40	10.6 (151.4%)
21	PACHUT Krzysztof 	87	NOCETTA RUNNERS	Masters - M	3		500,0 KM	0	6:34	9.1 (130.0%)
22	MYŚLIWIEC Monika 	12	KOBIETY NA 5+	Masters - K	4	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	9:23	6.4 (91.4%)
23	ZALEWSKA Barbara 	13	KOBIETY NA 5 +	Masters - K	5	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	11:41	5.1 (72.9%)
24	POLITOWICZ Teresa 	19		Weteran Starszy - K	3		500,0 KM	0	12:01	5 (71.4%)
25	CZEMPIK Kornelia 	131	MALINOWE GWIAZDY	Weteran Młodszy - K	2	MALINOWE GWIAZDY	500,0 KM	0	12:36	4.8 (68.6%)
26	STOPYRA Agnieszka 	20		Masters - K	6		500,0 KM	0	13:51	4.3 (61.4%)
27	MIKETA Marek 	10		Masters - M	4		500,0 KM	0	7:51	7.6 (108.6%)
28	MOMOT Ewa 	109		Senior Starszy - K	4		500,0 KM	0	12:12	4.9 (70.0%)
29	PRZYBYLAK Paweł 	32		Weteran Młodszy - M	5		500,0 KM	0	10:41	5.6 (80.0%)
30	ZARZECKA Joanna 	73		Weteran Młodszy - K	3	Dystansówki	500,0 KM	0	11:48	5.1 (72.9%)
31	ZIĘTARA Agata 	56		Masters - K	7		500,0 KM	0	11:00	5.5 (78.6%)
32	SKALIK Jaroslaw 	51	3RUNPL	Masters - M	5	Wilcze Stado	500,0 KM	0	5:34	10.8 (154.3%)
33	PRZYBYŁA Magdalena 	14		Senior - K	2		500,0 KM	0	7:16	8.3 (118.6%)
34	KUŚNIERZ Ewelina Dąbrowska 	82	MIRAZ RACE TEAM	Masters - K	8		500,0 KM	0	8:16	7.3 (104.3%)
35	PARZYCH Renata 	28	DRUŻYNA KOBIETY NA 5+	Weteran Starszy - K	4		500,0 KM	0	12:44	4.7 (67.1%)
36	SOLECKI Marek 	108		Weteran Młodszy - M	6		500,0 KM	0	6:47	8.8 (125.7%)
37	SIEPRAWKA Małgorzata 	69		Masters - K	9	Dystansówki	500,0 KM	0	8:20	7.2 (102.9%)
38	DZIEDZIC Józef 	34	ZABIEGANY WOŁOMIN	Weteran Młodszy - M	7		500,0 KM	0	7:14	8.3 (118.6%)
39	KUSZ Monika 	110		Masters - K	10	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	10:23	5.8 (82.9%)
40	KONOPKA Jarosław 	89		Weteran Młodszy - M	8		500,0 KM	0	9:19	6.4 (91.4%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
41	SIEPRAWSKI Ryszard 	72		Masters - M	6	Lwy z Legnicy	500,0 KM	0	9:54	6.1 (87.1%)
42	PAJĄK Małgorzata 	27	KOBIETY 5 +	Weteran Młodszy - K	4	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	15:29	3.9 (55.7%)
43	RAPUCHA Katarzyna 	117		Senior Starszy - K	5		500,0 KM	0	11:38	5.2 (74.3%)
44	RAPUCHA Adam 	118		Senior Satszy - M	1		500,0 KM	0	11:48	5.1 (72.9%)
45	BAJCAR Beata 	43	KOBIETY NA 5+	Masters - K	11	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	9:33	6.3 (90.0%)
46	TYMAN Anna 	121		Weteran Starszy - K	5		500,0 KM	0	18:49	3.2 (45.7%)
47	SZUL Teresa 	64	ZAKOPIAŃSKA LIGA BIEGOWA	Weteran Starszy - K	6		500,0 KM	0	14:55	4 (57.1%)
48	SZUL Andrzej 	63	ZAKOPIAŃSKA LIGA BIEGOWA	Weteran Starszy - M	5		500,0 KM	0	14:48	4.1 (58.6%)
49	MANKIEWICZ Michalina 	62	I-KAR	Masters - K	12	Liga AHP	500,0 KM	0	11:36	5.2 (74.3%)
50	TOPÓR Anna 	98		Senior Starszy - K	6		500,0 KM	0	10:30	5.7 (81.4%)
51	KRAS Gabriela 	85		Masters - K	13		500,0 KM	0	12:11	4.9 (70.0%)
52	ZAJĄCZKOWSKA Emilia 	95		Senior Starszy - K	7		500,0 KM	0	12:38	4.7 (67.1%)
53	GORZELAK Joanna 	119		Masters - K	14	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	11:28	5.2 (74.3%)
54	PATERAK Robert 	53	WKB META LUBLINIEC	Senior Satszy - M	2	WKB Meta Lubliniec	500,0 KM	0	7:04	8.5 (121.4%)
55	KUCHARSKA Katarzyna 	37	REMBERTÓW TEAM	Masters - K	15		500,0 KM	0	13:18	4.5 (64.3%)
56	PRYSAK Danuta 	48	3RUNPL	Weteran Młodszy - K	5	Wilcze Stado	500,0 KM	0	8:14	7.3 (104.3%)
57	STRZELCZYK Grzegorz 	75	LWY Z LEGNICY	Weteran Młodszy - M	9	Lwy z Legnicy	500,0 KM	0	12:02	5 (71.4%)
58	KOLAT Jadwiga 	45		Masters - K	16		500,0 KM	0	11:00	5.5 (78.6%)
59	OLCZYK-ZIELIŃSKA Wioletta 	8		Weteran Młodszy - K	6	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	11:50	5.1 (72.9%)
60	WOLNY Ania 	126		Senior Starszy - K	8		500,0 KM	0	10:01	6 (85.7%)
61	HUBA Agnieszka 	11		Senior Starszy - K	9	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	14:12	4.2 (60.0%)
62	WYSOCKA Katarzyna 	114		Masters - K	17		500,0 KM	0	11:50	5.1 (72.9%)
63	MATOGA Marek 	102		Senior Satszy - M	3		500,0 KM	0	8:25	7.1 (101.4%)
64	OLECH Bogusław 	76	NIEZRZESZONY	Weteran Starszy - M	6		500,0 KM	0	52:56	1.1 (15.7%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
65	MATOGA Urszula 	97		Senior Starszy - K	10		500,0 KM	0	12:44	4.7 (67.1%)
66	GŁÓWCZYK Izabella 	46	KOBIETY NA 5+	Masters - K	18	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	11:26	5.2 (74.3%)
67	KARWAT Hanna 	111	SIECHODZI	Weteran Młodszy - K	7	SieChodzi	500,0 KM	0	14:57	4 (57.1%)
68	DZIERGAS Mirosław 	7	STAROSTWO ŻYWIECKIE	Weteran Starszy - M	7		500,0 KM	0	6:32	9.2 (131.4%)
69	PIWOŃSKA Ada 	120	INTERAKTYWNI KROSTOSZOWICE	Masters - K	19		500,0 KM	0	8:05	7.4 (105.7%)
70	WOLAK Krystyna 	38	KOBIETY NA 5+	Weteran Starszy - K	7	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	21:49	2.7 (38.6%)
71	CIEMNA Aga 	54		Masters - K	20		500,0 KM	0	10:29	5.7 (81.4%)
72	NIEDZIOŁKO Bożena 	78	KOBIETY NA 5+	Weteran Młodszy - K	8	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	6:47	8.8 (125.7%)
73	PYTEL Renata 	21		Weteran Młodszy - K	9		500,0 KM	0	16:33	3.6 (51.4%)
74	NALEWAJKA Wioleta 	17	KOBIETY NA 5+	Weteran Młodszy - K	10	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	7:34	7.9 (112.9%)
75	PNIEWSKA Anna 	57		Senior Starszy - K	11		500,0 KM	0	16:57	3.5 (50.0%)
76	BASISTA Kasia 	81	FORMA WODZISŁAW ŚLĄSKI	Masters - K	21	Forma Wodzisław Śląski	500,0 KM	0	9:20	6.4 (91.4%)
77	STAŚKIEWICZ Beata 	91		Masters - K	22		500,0 KM	0	11:15	5.3 (75.7%)
78	PRZYBYLAK Wanda 	96	ROZBIEGANY PIASTÓW	Weteran Starszy - K	8		500,0 KM	0	8:01	7.5 (107.1%)
79	WASIELEWSKA Anetta 	18		Masters - K	23		500,0 KM	0	8:12	7.3 (104.3%)
80	ŁANUCHA Mariola 	15	KOBIETY NA 5+	Weteran Starszy - K	9	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	10:30	5.7 (81.4%)
81	MYŚLIWIEC Barbara 	6	KOBIETY NA 5+	Senior - K	3	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	13:17	4.5 (64.3%)
82	GOLISZ Joanna 	86		Masters - K	24		500,0 KM	0	12:38	4.7 (67.1%)
83	SKIBA Kamila 	39		Senior Starszy - K	12		500,0 KM	0	6:23	9.4 (134.3%)
84	KREKORA Paulina 	61		Senior - K	4	Liga AHP	500,0 KM	0	6:42	8.9 (127.1%)
85	PIECHOCKI Bartłomiej 	41		Senior Satsrzy - M	4		500,0 KM	0	5:52	10.2 (145.7%)
86	GÓRECKA Iwona 	65		Masters - K	25		500,0 KM	0	6:54	8.7 (124.3%)
87	JERSZ Angelika 	70		Senior - K	5		500,0 KM	0	13:56	4.3 (61.4%)
88	BADACH Agnieszka 	9		Weteran Młodszy - K	11	Kobiety na 5+	500,0 KM	0	11:06	5.4 (77.1%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
89	MAZUR Ireneusz 	100		Senior Satsrzy - M	5		459,6 KM	-40.43	5:01	11.9 (170.0%)
90	BUJOK Ania 	79		Masters - K	26	Liga AHP	448,3 KM	-51.698	8:38	6.9 (98.6%)
91	BUK Kasia 	123		Senior Starszy - K	13		394,5 KM	-105.53	17:36	3.4 (48.6%)
92	HALSZKA Joanna 	55		Masters - K	27		376,8 KM	-123.164	6:29	9.2 (131.4%)
93	CZYŻ Katarzyna 	92		Senior Starszy - K	14		373,0 KM	-127.01	11:03	5.4 (77.1%)
94	FLOREK Zofia 	26		Weteran Młodszy - K	12		357,8 KM	-142.22	14:21	4.2 (60.0%)
95	MUSIAŁ Paweł 	52		Masters - M	7		347,3 KM	-152.713	12:58	4.6 (65.7%)
96	RAGAN Małgorzata 	93		Senior Starszy - K	15		341,4 KM	-158.612	14:44	4.1 (58.6%)
97	DZIEPAK Piotr 	42	1. BLTR	Masters - M	8		334,3 KM	-165.666	6:35	9.1 (130.0%)
98	STANCZYK Daniel 	128		Masters - M	9		311,7 KM	-188.29	11:32	5.2 (74.3%)
99	GRZEGOSZCZYK Leszek 	132		Weteran Młodszy - M	10		301,3 KM	-198.69	10:57	5.5 (78.6%)
100	SKOCZEK Agnieszka 	125		Masters - K	28		271,1 KM	-228.943	16:07	3.7 (52.9%)
101	GŁODZIK Tomasz 	94		Senior Satsrzy - M	6		267,1 KM	-232.888	6:13	9.6 (137.1%)
102	GAJ Monika 	99	DAR-BUD TEAM	Senior Starszy - K	16		260,6 KM	-239.38	10:07	5.9 (84.3%)
103	KLONOWSKA Ewelina 	134	MALINOWE GWIAZDY	Masters - K	29	MALINOWE GWIAZDY	235,9 KM	-264.08	15:32	3.9 (55.7%)
104	KURKOWIAK Agnieszka 	59		Masters - K	30		212,0 KM	-288.04	8:59	6.7 (95.7%)
105	GRZYMKIEWICZ Beata 	71		Masters - K	31		201,1 KM	-298.87	12:10	4.9 (70.0%)
106	ZĄBCZYŃSKA Aneta 	4	WILCZE STADO	Masters - K	32	Wilcze Stado	188,5 KM	-311.55	13:19	4.5 (64.3%)
107	LEWANDOWSKI Maciej 	115		Weteran Starszy - M	8		179,6 KM	-320.44	7:40	7.8 (111.4%)
108	SOBOL Ewa 	47		Masters - K	33		179,4 KM	-320.624	7:24	8.1 (115.7%)
109	NERKOWSKA Wiesława 	90		Weteran Starszy - K	10		174,5 KM	-325.54	12:49	4.7 (67.1%)
110	KORDAS Magda 	103		Senior Starszy - K	17		152,5 KM	-347.492	8:19	7.2 (102.9%)
111	SOJKA Zbyszek 	77		Weteran Starszy - M	9		149,5 KM	-350.542	11:44	5.1 (72.9%)
112	ZĄBCZYŃSKA Nikola 	1	WILCZE STADO	Junior - K	1	Wilcze Stado	141,6 KM	-358.44	12:42	4.7 (67.1%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Drużyna 1	Distance	Gap	Pace min/km	Pace km/h
113	KUBICZEK Marta	127	TEAM BIELSKO	Senior Starszy - K	18		139,0 KM	-361.05	14:28	4.1 (58.6%)
114	KUDEŃ Agnieszka	49		Masters - K	34		135,0 KM	-365.01	14:24	4.2 (60.0%)
115	MAZEREWICZ Magdalena	35		Senior Starszy - K	19		128,0 KM	-372.01	19:12	3.1 (44.3%)
116	GASTOŁ Dorota	36		Masters - K	35		115,4 KM	-384.561	15:38	3.8 (54.3%)
117	FLOREK Karolina	25		Senior Starszy - K	20		112,2 KM	-387.844	16:34	3.6 (51.4%)
118	STOMPEL Karolina	101		Senior - K	6		103,8 KM	-396.23	11:29	5.2 (74.3%)
119	ZĄBCZYŃSKA Gaja	2	WILCZE STADO	Junior - K	2	Wilcze Stado	102,9 KM	-397.07	13:09	4.6 (65.7%)
120	TRAWNICKI Maciej	129		Masters - M	10		100,0 KM	-399.99	4:42	12.8 (182.9%)
DNC	REKOWSKI Radosław	84		Senior Satrszy - M			KM		6:29	9.3 (132.9%)
DNC	MATUSZAK Reynald	80		Weteran Młodszy - M			KM		6:45	8.9 (127.1%)
DNC	STOPYRA Renata	40		Weteran Młodszy - K			KM		21:53	2.7 (38.6%)
DNC	BRYK Katarzyna	74		Weteran Młodszy - K			KM		12:24	4.8 (68.6%)
DNC	GRUZLEWSKI Radosław	88		Senior Satrszy - M			KM		12:21	4.9 (70.0%)
DNC	WŁOCHYŃSKA Dominika	23		Masters - K			KM		13:06	4.6 (65.7%)
DNC	TROCINSKA Agnieszka	22		Senior Starszy - K			KM		9:48	6.1 (87.1%)

Total 127 results.