

# XVIII OGÓLNOPOLSKI BIEG IM. RYSZARDA TARGASZEWSKIEGO - 5KM

B4SPORT

**Organiser:** FUNDACJA JESTEŚMY RAZEM  
**Date:** 2015-05-01  
**Place:** Sianów  
**Distance:** 5 km



Classification: Mężczyźni

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Net time 5km	Czas brutto 5km	Gap	Pace min/km	Pace km/h
1	WITKOWSKI Mateusz	18	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	1	00:16:57	00:16:59		3:23	17.7 (100%)
2	MATUŁA Adam	47	1BRYGADA LOGISTYCZNA	Mężczyźni	2	00:17:16	00:17:18	+00:00:19 (1.8%)	3:27	17.4 (98.3%)
3	KAMIŃSKI Daniel	36	TRZEBIELE	Mężczyźni	3	00:17:31	00:17:33	+00:00:34 (3.2%)	3:30	17.1 (96.6%)
4	SZYMAJDA Grzegorz	40	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	4	00:18:43	00:18:46	+00:01:47 (9.5%)	3:44	16 (90.4%)
5	WILCZEWSKI Mariusz	12	MKS ŚWIĘC SŁAWNO	Mężczyźni	5	00:19:17	00:19:20	+00:02:21 (12.2%)	3:51	15.6 (88.1%)
6	WILCZEWSKI Krzysztof	14		Mężczyźni	6	00:19:41	00:19:43	+00:02:44 (13.9%)	3:56	15.2 (85.9%)
7	SKIERKA Grzegorz	23	MKS ŚWIĘC SŁAWNO	Mężczyźni	7	00:19:45	00:19:48	+00:02:49 (14.2%)	3:57	15.2 (85.9%)
8	OLCZAK Krzysztof	13	GO-GO	Mężczyźni	8	00:19:46	00:20:00	+00:03:01 (15.1%)	3:57	15.2 (85.9%)
9	BIERKUS Mirosław	17	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	9	00:20:05	00:20:07	+00:03:08 (15.6%)	4:01	14.9 (84.2%)
10	KOŚCIELNIAK Robert	64		Mężczyźni	10	00:20:32	00:20:34	+00:03:35 (17.4%)	4:06	14.6 (82.5%)
11	RAJNER Krzysztof	56		Mężczyźni	11	00:20:53	00:20:56	+00:03:57 (18.9%)	4:10	14.4 (81.4%)
12	OGRODNIK Grzegorz	78		Mężczyźni	12	00:21:42	00:21:44	+00:04:45 (21.9%)	4:20	13.8 (78.0%)
13	SKÓRA Michał	100		Mężczyźni	13	00:21:51	00:22:07	+00:05:08 (23.2%)	4:22	13.7 (77.4%)
14	NACHYŁA Paweł	95		Mężczyźni	14	00:22:04	00:22:09	+00:05:10 (23.3%)	4:24	13.6 (76.8%)
15	KAJKOWSKI Rafał	106		Mężczyźni	15	00:22:14	00:22:15	+00:05:16 (23.7%)	4:26	13.5 (76.3%)
16	KAPUSTA Adrian	38		Mężczyźni	16	00:22:14	00:22:17	+00:05:18 (23.8%)	4:26	13.5 (76.3%)
17	KRUK Marcin	63	BRAK	Mężczyźni	17	00:22:27	00:22:32	+00:05:33 (24.6%)	4:29	13.4 (75.7%)
18	LUBAWIŃSKI Jerzy	4	K.B.SPRINT ŚWIDWIN	Mężczyźni	18	00:22:43	00:22:48	+00:05:49 (25.5%)	4:32	13.2 (74.6%)
19	GRĄBCZEWSKI Dawid	74		Mężczyźni	19	00:22:55	00:23:01	+00:06:02 (26.2%)	4:35	13.1 (74.0%)
20	IWANIEC Dariusz	42	OSP SIERAKOWO	Mężczyźni	20	00:23:14	00:23:20	+00:06:21 (27.2%)	4:38	12.9 (72.9%)
21	SMÓŁKA Damian	112		Mężczyźni	21	00:23:28	00:23:40	+00:06:41 (28.2%)	4:41	12.8 (72.3%)
22	CHOŁUJ Karol	91		Mężczyźni	22	00:23:42	00:23:47	+00:06:48 (28.6%)	4:44	12.7 (71.8%)
23	MĘDEL Cezary	76		Mężczyźni	23	00:24:09	00:24:13	+00:07:14 (29.9%)	4:49	12.4 (70.1%)
24	MRUGALSKI Stanisław	53		Mężczyźni	24	00:24:13	00:24:16	+00:07:17 (30.0%)	4:50	12.4 (70.1%)
25	MARUSZEWSKI Marcin	9		Mężczyźni	25	00:24:28	00:24:33	+00:07:34 (30.8%)	4:53	12.3 (69.5%)
26	PSTRĄGOWSKI Marcin			Mężczyźni	26	00:24:35	00:24:41	+00:07:42 (31.2%)	4:55	12.2 (68.9%)

Place	Participant	Number	Club	Category	MCat	Net time 5km	Czas brutto 5km	Gap	Pace min/km	Pace km/h
27	<b>CINCIO Robert</b>	<b>84</b>	TKKF TRIATHLON KOSZALIN	Mężczyźni	27	<b>00:25:21</b>	<b>00:25:24</b>	+00:08:25 (33.1%)	5:04	11.8 (66.7%)
28	<b>PODAWCA Łukasz</b>	<b>68</b>	JW 1223 KOSZALIN	Mężczyźni	28	<b>00:25:25</b>	<b>00:25:33</b>	+00:08:34 (33.5%)	5:05	11.8 (66.7%)
29	<b>CHUDZIK Zbigniew</b>	<b>35</b>	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	29	<b>00:25:30</b>	<b>00:25:35</b>	+00:08:36 (33.6%)	5:06	11.8 (66.7%)
30	<b>KIRKO Mariusz</b>	<b>81</b>		Mężczyźni	30	<b>00:25:31</b>	<b>00:25:36</b>	+00:08:37 (33.7%)	5:06	11.8 (66.7%)
31	<b>GRĄBCZEWSKI Rafał</b>	<b>55</b>		Mężczyźni	31	<b>00:25:31</b>	<b>00:25:39</b>	+00:08:40 (33.8%)	5:06	11.8 (66.7%)
31	<b>GORGOL Piotr</b>	<b>50</b>		Mężczyźni	32	<b>00:25:31</b>	<b>00:25:39</b>	+00:08:40 (33.8%)	5:06	11.8 (66.7%)
33	<b>SOBOLEWSKI Marek</b>	<b>90</b>		Mężczyźni	33	<b>00:26:17</b>	<b>00:26:19</b>	+00:09:20 (35.5%)	5:15	11.4 (64.4%)
34	<b>BASIAK Krystian</b>	<b>45</b>		Mężczyźni	34	<b>00:26:32</b>	<b>00:26:40</b>	+00:09:41 (36.3%)	5:18	11.3 (63.8%)
35	<b>WILKOWSKI Piotr</b>	<b>34</b>		Mężczyźni	35	<b>00:26:40</b>	<b>00:26:47</b>	+00:09:48 (36.6%)	5:20	11.3 (63.8%)
36	<b>RADECKI Przemysław</b>	<b>41</b>		Mężczyźni	36	<b>00:27:38</b>	<b>00:27:46</b>	+00:10:47 (38.8%)	5:31	10.9 (61.6%)
37	<b>GŁOWACKI Włodzimierz</b>	<b>67</b>		Mężczyźni	37	<b>00:28:26</b>	<b>00:28:28</b>	+00:11:29 (40.3%)	5:41	10.6 (59.9%)
38	<b>WIERZBICKI Kacper</b>	<b>44</b>		Mężczyźni	38	<b>00:28:47</b>	<b>00:28:56</b>	+00:11:57 (41.3%)	5:45	10.4 (58.8%)
39	<b>KIPER Jarosław</b>	<b>62</b>	JW 1223	Mężczyźni	39	<b>00:29:04</b>	<b>00:29:10</b>	+00:12:11 (41.8%)	5:48	10.3 (58.2%)
40	<b>JAŁYŃSKI Adam</b>	<b>96</b>	OGIEŃ W SZOPIE	Mężczyźni	40	<b>00:29:29</b>	<b>00:29:36</b>	+00:12:37 (42.6%)	5:53	10.2 (57.6%)
41	<b>WALO Zbigniew</b>	<b>32</b>		Mężczyźni	41	<b>00:32:05</b>	<b>00:32:12</b>	+00:15:13 (47.3%)	6:25	9.4 (53.1%)
42	<b>KOZŁOWIECKI Waldemar</b>	<b>26</b>	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	42	<b>00:32:15</b>	<b>00:32:18</b>	+00:15:19 (47.4%)	6:27	9.3 (52.5%)
43	<b>BARTNIK Marian</b>	<b>16</b>	4 RUN TKKF KOSZALIN	Mężczyźni	43	<b>00:38:25</b>	<b>00:38:27</b>	+00:21:28 (55.8%)	7:41	7.8 (44.1%)

Total 43 results.