

VII Świąteczny Bieg z TERMAMI MSZCZONÓW



Wyniki OPEN K/M bieg główny

2018-12-16, Mszczonów

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
Bieg główny 5 km									
Kobiety									
1.	80	Kaczanowska Monika	POL	Grójec	K30 / Kl.gen	4:07	0:10:18,22	0:10:16,83	0:20:35,06
2.	234	Wroblewska Natalia	POL Dental Spa Józefostaw Team	Piaseczno	K20 / Kl.gen	4:14	0:11:01,20	0:10:13,23	0:21:14,43
3.	118	Madejak Sylwia	POL Żórawski Team	Józefów	K40 / Kl.gen	4:21	0:11:03,81	0:10:42,12	0:21:45,94
4.	179	Rosińska Barbara	POL STO-nogi Milanówek	Milanówek	K50 / 1	4:21	0:11:00,74	0:10:48,06	0:21:48,81
5.	89	Klimek Beata	POL LUKS "Boguszyce"	Boguszyce	K20 / 1	4:22	0:11:07,62	0:10:45,00	0:21:52,62
6.	120	Majcher Elżbieta	POL LUKS "Boguszyce"	Rawa Mazowiecka	K30 / 1	4:29	0:11:28,10	0:10:57,31	0:22:25,41
7.	22	Brogowicz-Stępniewska Agnieszka	POL	Grójec	K40 / 1	4:29	0:11:14,56	0:11:11,93	0:22:26,49
8.	60	Górecka Katarzyna	POL Żórawski Team	Warszawa	K40 / 2	4:30	0:11:26,68	0:11:07,70	0:22:34,38
9.	272	Torebko Izabela	POL	Warszawa	K30 / 2	4:38	0:11:49,67	0:11:20,96	0:23:10,64
10.	20	Borządek Aleksandra	POL Legia Run Club	Grodzisk Mazowiecki	K20 / 2	4:47	0:12:18,08	0:11:38,86	0:23:56,94
11.	83	Kaska-Łobodowska Ewelina	POL Race Fighter	Siennica	K30 / 3	4:48	0:12:07,80	0:11:56,02	0:24:03,83
12.	156	Piekarowicz Magdalena	POL Tarczyński Klub Biegowy	Prace Duże	K50 / 2	4:53	0:12:26,21	0:12:02,99	0:24:29,21
13.	53	Gędek Marzena	POL Goszczycki Team Łowicz	Łowicz	K40 / 3	4:57	0:12:39,91	0:12:07,18	0:24:47,09
14.	25	Chróst Ewa	POL Race Fighter	Mińsk Mazowiecki	K20 / 3	4:58	0:12:51,93	0:12:01,28	0:24:53,22
15.	186	Seliga-Dryguła Monika	POL	Wola Pękoszewska	K30 / 4	5:00	0:12:41,90	0:12:22,47	0:25:04,38
16.	101	Kosiarek Edyta	POL Dawid Team	Żyrardów	K40 / 4	5:04	0:12:48,79	0:12:31,27	0:25:20,06
17.	55	Gmaj Karolina	POL	Grójec	K30 / 5	5:04	0:12:55,53	0:12:26,34	0:25:21,87
18.	138	Niedziolka Małgorzata	POL To naturalne	Warszawa	K50 / 3	5:07	0:12:48,75	0:12:46,38	0:25:35,13
19.	221	Turek Marzena	POL Rozbiegany Piastów	Pruszków	K40 / 5	5:07	0:13:08,25	0:12:29,04	0:25:37,30
20.	126	Mastalerz Katarzyna	POL Słoniówka	Karnice	K40 / 6	5:07	0:12:31,05	0:13:06,70	0:25:37,76
21.	116	Machaj Paulina	POL	Mszczonów	K20 / 4	5:08	0:12:37,33	0:13:06,19	0:25:43,52
22.	30	Częstochowska Iga	POL	Skierniewice	K20 / 5	5:09	0:13:22,33	0:12:25,36	0:25:47,69
23.	220	Turczyńska Monika	POL Leczo Team	Warszawa	K40 / 7	5:10	0:13:13,14	0:12:38,03	0:25:51,17



Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
24.	48	Dworzyńska-Górska Agnieszka	POL Matka biegnie z tyłu	Duchnice	K30 / 6	5:12	0:13:18,07	0:12:45,12	0:26:03,20
25.	153	Pawelec Krystyna	POL Dogoń Grodzisk Mazowiecki	Piastów	K60 / 1	5:13	0:13:20,58	0:12:44,96	0:26:05,55
26.	166	Poterska Alina	POL	Warszawa	K40 / 8	5:18	0:13:29,13	0:13:00,98	0:26:30,12
27.	5	Artiukhova Tetiana	POL	Lublin	K20 / 6	5:19	0:13:49,86	0:12:47,28	0:26:37,14
28.	253	Korpus Barbara	POL	Mszczonów	K40 / 9	5:20	0:13:28,67	0:13:13,82	0:26:42,50
29.	165	Pośnik Sylwia	POL	Żyrardów	K20 / 7	5:21	0:13:37,13	0:13:12,26	0:26:49,40
30.	26	Cichal Agata	POL Grubasy z Odzysku	Łowicz	K30 / 7	5:25	0:13:39,50	0:13:26,17	0:27:05,67
31.	51	Ficoń Monika	POL	Warszawa	K40 / 10	5:27	0:13:57,71	0:13:18,26	0:27:15,98
32.	235	Wysocka Sylwia	POL	Skierniewice	K20 / 8	5:27	0:13:27,33	0:13:52,36	0:27:19,70
33.	70	Jabłońska Ania	POL Race Fighter	Wojcieszków	K20 / 9	5:29	0:14:11,89	0:13:13,53	0:27:25,42
34.	111	Krawczyńska Tina	POL Rozbiegany Piastów	Radziejowice	K40 / 11	5:30	0:13:26,67	0:14:05,00	0:27:31,67
35.	188	Sienkiewicz Joanna	POL Race Fighter	Mińsk Mazowiecki	K30 / 8	5:31	0:13:50,27	0:13:45,04	0:27:35,31
36.	192	Sitarek Iwona	POL BBB	Marianów	K40 / 12	5:32	0:13:57,01	0:13:44,34	0:27:41,36
37.	157	Pietras Jolanta	POL	Piastów	K40 / 13	5:33	0:14:00,35	0:13:49,13	0:27:49,49
38.	68	Hulanicka Irina	POL GOGGLE PAE Team	Warszawa	K60 / 2	5:35	0:14:15,05	0:13:42,30	0:27:57,35
39.	260	Sykacz Weronika	POL FIEGE	Starowiskitki	K20 / 10	5:35	0:15:09,57	0:12:50,00	0:27:59,57
40.	33	Kudlak Monika	POL	Ruda	K40 / 14	5:36	0:14:09,33	0:13:50,92	0:28:00,26
41.	223	Voytovych Halyna	POL	Warszawa	K30 / 9	5:36	0:14:27,55	0:13:37,21	0:28:04,76
42.	1	Adamkiewicz Małgorzata	POL	Sochaczew	K50 / 4	5:45	0:14:23,01	0:14:23,80	0:28:46,82
43.	71	Jabłońska Ewelina	POL Race Fighter	Wojcieszków	K20 / 11	5:46	0:14:30,77	0:14:24,01	0:28:54,79
44.	183	Ruszkowska Anna	POL	Pruszków	K40 / 15	5:47	0:14:55,22	0:14:02,08	0:28:57,31
45.	88	Klimczak Joanna	POL	Warszawa	K20 / 12	5:47	0:14:42,79	0:14:14,66	0:28:57,45
46.	14	Bieńczyk Magda	POL	Sochaczew	K40 / 16	5:51	0:14:26,77	0:14:49,25	0:29:16,03
47.	224	Warzecha Jolanta	POL Biegam Na Tarchominie	Warszawa	K30 / 10	5:52	0:15:12,60	0:14:08,42	0:29:21,03
48.	230	Właźnik Agnieszka	POL	Grójec	K40 / 17	5:55	0:14:43,83	0:14:56,11	0:29:39,95
49.	152	Pawelczak Iwona	POL	Skierniewice	K20 / 13	5:58	0:14:53,14	0:15:00,17	0:29:53,32
50.	218	Torzewska Agnieszka	POL	Warszawa	K40 / 18	6:05	0:15:15,38	0:15:12,97	0:30:28,36
51.	242	Żywek Teresa	POL Tripower.pl	Warszawa	K70 / 1	6:08	0:15:27,41	0:15:13,57	0:30:40,98
52.	117	Machaj Katarzyna	POL	Mszczonów	K40 / 19	6:10	0:15:24,77	0:15:26,88	0:30:51,65
53.	160	Płusa Iwona	POL Parkrun-Bródno	Warszawa	K50 / 5	6:12	0:15:48,01	0:15:13,37	0:31:01,38
54.	136	Mucha Kamila	POL Biegam Na Tarchominie	Konin	K40 / 20	6:15	0:15:57,50	0:15:18,18	0:31:15,68
55.	170	Przybylska Mgdalena	POL	Grójec	K30 / 11	6:15	0:15:42,02	0:15:34,65	0:31:16,67
56.	261	Szafran Beata	POL FIEGE	Świnice	K40 / 21	6:17	0:16:01,26	0:15:24,56	0:31:25,82
57.	254	Lenartowicz Magdalena	POL FIEGE	Mokra Prawa	K30 / 12	6:17	0:16:01,14	0:15:24,99	0:31:26,14
58.	249	Frączak Magdalena	POL FIEGE	Powązki	K20 / 14	6:17	0:16:01,15	0:15:25,39	0:31:26,54
59.	39	Dobrowolska Joanna	POL	Sochaczew	K40 / 22	6:29	0:15:59,64	0:16:28,23	0:32:27,88
60.	228	Wieckowska Marta	POL	Sochaczew	K30 / 13	6:33	0:16:57,89	0:15:48,87	0:32:46,76

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
61.	127	Mazur Zuzanna	POL	Garbatka-Letnisko	K20 / 15	6:42	0:16:27,35	0:17:05,78	0:33:33,14
62.	187	Siejkowska Katarzyna	POL	Święte Laski	K20 / 16	6:50	0:17:07,39	0:17:07,11	0:34:14,50
63.	137	Naklicka Natalia	POL	Warszawa	K20 / 17	6:53	0:16:44,87	0:17:43,48	0:34:28,36
64.	194	Sochaczewska-Gralak Magdalena	POL	Gralaki 5	K40 / 23	7:55	0:19:22,25	0:20:13,58	0:39:35,84

Mężczyźni

1.	259	Starzyński Andrzej	POL	UMCS Lublin	Klementowice	M20 / Kl.gen	3:08	0:07:50,26	0:07:52,39	0:15:42,66
2.	240	Żochowski Daniel	POL	Żórawski Team	Warszawa	M20 / Kl.gen	3:12	0:08:01,88	0:08:01,34	0:16:03,22
3.	264	Zaręba Mateusz	POL		Sochaczew	M20 / Kl.gen	3:26	0:08:42,54	0:08:30,78	0:17:13,33
4.	262	Włoczewski Krzysztof	POL		Włocławek	M40 / 1	3:29	0:08:53,69	0:08:31,77	0:17:25,47
5.	66	Grzegorzka Szymon	POL	UKS Młodzik	Błonie	M20 / 1	3:30	0:08:45,45	0:08:44,75	0:17:30,20
6.	266	Roszkowski Tomasz	POL	Ja0306 Biega Ku Realizacji Celów	Warszawa	M30 / 1	3:32	0:08:58,34	0:08:45,63	0:17:43,98
7.	12	Bartolowicz Dawid	POL	Dawid Team	Brochów	M20 / 2	3:34	0:09:02,71	0:08:51,23	0:17:53,94
8.	155	Pawłowicz Aleksandr	POL		Warszawa	M30 / 2	3:36	0:08:54,28	0:09:10,25	0:18:04,54
9.	24	Centkowski Łukasz	POL	LKS Osuchów	Lutkówka	M20 / 3	3:38	0:09:05,68	0:09:06,11	0:18:11,80
10.	274	Pochylski Łukasz	POL	42 BLSz	Radom	M30 / 3	3:38	0:09:20,89	0:08:53,16	0:18:14,06
11.	86	Kąkol Michał	POL	Race Fighter	Mińsk Mazowiecki	M30 / 4	3:46	0:09:45,60	0:09:06,21	0:18:51,82
12.	73	Jagiełło Michał	POL	Parkrun Skierniewice	Godzianów	M40 / 2	3:51	0:09:38,24	0:09:38,45	0:19:16,69
13.	31	Czyżowski Marek	POL	Race Fighter	Huta Mińska	M40 / 3	3:52	0:09:45,60	0:09:35,29	0:19:20,90
14.	102	Kościk Jakub	POL	Królewski Klub Biegacza	Warszawa	M30 / 5	3:52	0:09:58,96	0:09:24,94	0:19:23,91
15.	162	Pociech Marek	POL		Korytów	M50 / 1	3:54	0:09:57,38	0:09:37,31	0:19:34,70
16.	105	Kowalski Tomasz	POL	Race Fighter	Mińsk Mazowiecki	M30 / 6	3:55	0:09:55,91	0:09:42,22	0:19:38,14
17.	236	Zalewski Karol	POL	Race Fighter	Wiśniew	M30 / 7	3:55	0:09:52,61	0:09:46,48	0:19:39,10
18.	92	Kłosiński Artur	POL	Race Fighter	Ruda	M20 / 4	3:56	0:09:47,01	0:09:57,70	0:19:44,72
19.	93	Kłosiński Rafał	POL	Race Fighter	Dębe Wielkie	M40 / 4	3:57	0:09:55,19	0:09:52,76	0:19:47,95
20.	168	Prokopiuk Robert	POL	BIEGI Grodzisk Mazowiecki	Jesionka	M40 / 5	4:00	0:10:19,93	0:09:44,66	0:20:04,59
21.	176	Rdzonek Dariusz	POL		Legionowo	M30 / 8	4:01	0:09:50,26	0:10:16,17	0:20:06,44
22.	130	Michalak Artut	POL		Błonie	M30 / 9	4:01	0:10:18,99	0:09:49,96	0:20:08,95
23.	275	Nowocień Jacek	POL	UKS Rysiec	Rusiec	M50 / 2	4:02	0:10:20,34	0:09:53,17	0:20:13,51
24.	43	Duch Marcin	POL	Parkrun Skierniewice	Skierniewice	M40 / 6	4:04	0:10:21,69	0:10:00,13	0:20:21,82
25.	38	Denuszek Marcin	POL	Żórawski Team	Marki	M30 / 10	4:05	0:10:21,25	0:10:04,11	0:20:25,36
26.	114	Kuran Piotr	POL		Mszczonów	M40 / 7	4:05	0:10:13,41	0:10:13,69	0:20:27,10
27.	113	Kubiak Grzegorz	POL	Dawid Team	Sochaczew	M30 / 11	4:07	0:10:43,97	0:09:53,79	0:20:37,77
28.	212	Ślepowronski Bogdan	POL	To naturalne	Warszawa	M30 / 12	4:08	0:10:49,27	0:09:55,50	0:20:44,78
29.	265	Żebrowski Dariusz	POL	JacekBiega Running Team	Warszawa	M40 / 8	4:09	0:10:36,78	0:10:12,64	0:20:49,43
30.	198	Stanski Sławomir	POL	To naturalne	Warszawa	M50 / 3	4:10	0:10:35,61	0:10:15,33	0:20:50,94

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
31.	76	Juszczak Marcin	POL Race Fighter	Cegłów	M30 / 13	4:11	0:10:42,22	0:10:17,17	0:20:59,39
32.	18	Boniecki Marcin	POL	Zboiska	M30 / 14	4:12	0:10:48,49	0:10:14,70	0:21:03,20
33.	239	Zydlowski Michał	POL KP PSP Sochaczew	Brochów	M30 / 15	4:14	0:10:42,89	0:10:27,73	0:21:10,62
34.	241	Żółtowski Krzysztof	POL	Mszczonów	M40 / 9	4:15	0:10:41,57	0:10:37,98	0:21:19,56
35.	219	Torzewski Janusz	POL	Warszawa	M40 / 10	4:18	0:10:46,72	0:10:47,18	0:21:33,90
36.	35	Deka Tomasz	POL KP PSP Sochaczew	Sochaczew	M30 / 16	4:18	0:10:58,26	0:10:36,29	0:21:34,56
37.	63	Grubka Marcin	POL To naturalne	Warszawa	M40 / 11	4:19	0:11:05,19	0:10:31,04	0:21:36,24
38.	203	Szczekutowicz Adrian	POL	Warszawa	M20 / 5	4:19	0:10:54,19	0:10:43,60	0:21:37,79
39.	227	Wiczuk Michał	POL Race Fighter	Mińsk Mazowiecki	M30 / 17	4:20	0:10:54,19	0:10:45,81	0:21:40,00
40.	247	Czarnecki Adam	POL	Bronisławka	M30 / 18	4:21	0:10:52,11	0:10:55,53	0:21:47,64
41.	77	Kacpura Piotr	POL 4.SLSz	Radom	M40 / 12	4:26	0:11:23,64	0:10:46,89	0:22:10,53
42.	158	Pluta Stanisław	POL Parkrun Skierniewice	Skierniewice	M60 / 1	4:26	0:11:17,07	0:10:56,44	0:22:13,51
43.	123	Markowicz Robert	POL LUKS "Boguszyce"	Boguszyce Małe	M40 / 13	4:28	0:11:21,31	0:11:00,12	0:22:21,44
44.	56	Gmaj Daniel	POL	Grójec	M30 / 19	4:28	0:11:06,97	0:11:14,61	0:22:21,59
45.	112	Ksyna Bogusław	POL OSP Kamion	Kamion Mały	M60 / 2	4:29	0:11:11,29	0:11:17,71	0:22:29,01
46.	167	Poteralski Dariusz	POL	Warszawa	M40 / 14	4:30	0:11:23,21	0:11:08,49	0:22:31,70
47.	42	Drygala Piotr	POL	Skierniewice	M30 / 20	4:30	0:11:25,72	0:11:09,06	0:22:34,78
48.	191	Siódemak Marcin	POL	Warszawa	M40 / 15	4:31	0:11:20,61	0:11:17,72	0:22:38,33
49.	251	Kołomijski Tomasz	POL	Mszczonów	M20 / 6	4:31	0:11:27,80	0:11:11,17	0:22:38,97
50.	209	Szydlik Wiesław	POL	mszczonów	M50 / 4	4:31	0:11:32,24	0:11:07,31	0:22:39,56
51.	205	Szewczyk Robert	POL	Mszczonów	M40 / 16	4:34	0:11:30,06	0:11:24,16	0:22:54,22
52.	252	Komorniczak Łukasz	POL FIEGE	Radziejowice	M30 / 21	4:35	0:11:05,41	0:11:53,57	0:22:58,98
53.	204	Szewczyk Leszek	POL	Belsk Duży	M40 / 17	4:36	0:11:28,97	0:11:34,56	0:23:03,53
54.	9	Baranowski Krzysztof	POL To naturalne	Zielonka	M50 / 5	4:36	0:11:38,40	0:11:25,86	0:23:04,26
55.	173	Puszkarski Radosław	POL Markowi biegacze	Marki	M40 / 18	4:37	0:11:27,66	0:11:41,73	0:23:09,40
56.	107	Krajewski Przemysław	POL Leczo Team	Warszawa	M40 / 19	4:38	0:12:19,97	0:10:55,00	0:23:14,98
57.	246	Chmura Tomasz	POL	Budy zaklasztorne	M30 / 22	4:38	0:11:46,78	0:11:28,20	0:23:14,98
58.	122	Marczuk Kazimierz	POL	Magdalenka	M60 / 3	4:39	0:11:48,92	0:11:30,17	0:23:19,10
59.	231	Wodzyński Robert	POL	Warszawa	M40 / 20	4:40	0:11:37,05	0:11:45,44	0:23:22,49
60.	10	Baranowski Paweł	POL To naturalne	Warszawa	M20 / 7	4:42	0:12:21,55	0:11:12,57	0:23:34,13
61.	189	Sikorski Andrzej	POL	Sochaczew	M40 / 21	4:44	0:11:59,02	0:11:43,95	0:23:42,98
62.	74	Jagiello Bartłomiej	POL OSP Zbizoża	Grzegorzewice	M20 / 8	4:44	0:12:32,75	0:11:11,08	0:23:43,84
63.	82	Karczewski Wiktor	POL Markowi biegacze	Marki	M40 / 22	4:46	0:12:00,91	0:11:50,45	0:23:51,36
64.	263	Włodarczyk Łukasz	POL	Sochaczew	M40 / 23	4:46	0:12:08,43	0:11:45,97	0:23:54,40
65.	41	Domaradzki Wiesław	POL Przyjaciele	Dwórzno	M50 / 6	4:47	0:11:51,11	0:12:04,09	0:23:55,20
66.	40	Dobrowolski Marek	POL	Sochaczew	M40 / 24	4:47	0:12:24,25	0:11:34,81	0:23:59,07
67.	58	Goszczycki Witold	POL GoszczyckiTeam Łowicz	Łowicz	M50 / 7	4:48	0:12:11,49	0:11:52,72	0:24:04,22

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
68.	243	Żywień Marek	POL	Warszawa	M50 / 8	4:49	0:12:05,55	0:12:04,10	0:24:09,65
69.	180	Rosiński Eugeniusz	POL	STO-nogi Milanówek	M50 / 9	4:50	0:12:05,19	0:12:05,94	0:24:11,13
70.	128	Melon Tomasz	POL	Klub Sportowy Tęcza	M30 / 23	4:51	0:12:29,03	0:11:47,44	0:24:16,47
71.	52	Furmanek Sebastian	POL	Grójec	M30 / 24	4:52	0:12:35,51	0:11:44,50	0:24:20,02
72.	108	Krawczak Hubert	POL	Sadownik błędów	M30 / 25	4:53	0:12:21,24	0:12:05,94	0:24:27,18
73.	245	Bieliński Mateusz	POL	Warszawa	M30 / 26	4:54	0:12:48,72	0:11:44,72	0:24:33,44
74.	57	Gołembiewski Marcin	POL	Radziejowice	M20 / 9	4:54	0:12:49,18	0:11:44,71	0:24:33,89
75.	199	Stańczak Przemysław	POL	Mszczonów	M20 / 10	4:54	0:12:48,89	0:11:45,59	0:24:34,49
76.	133	Miszczałak Maciej	POL	e-point S.A.	M30 / 27	4:56	0:12:47,55	0:11:54,58	0:24:42,13
77.	144	Obląkowski Hubert	POL	Zazdrość	M40 / 25	4:57	0:12:28,45	0:12:21,48	0:24:49,94
78.	129	Miasko Piotr	POL	Race Fighter	M20 / 11	4:58	0:12:51,90	0:12:00,98	0:24:52,88
79.	208	Szydlik Łukasz	POL	Mszczonów	M20 / 12	5:02	0:12:57,67	0:12:15,54	0:25:13,21
80.	125	Mastalerz Marcin	POL	Słoniówka	M40 / 26	5:03	0:12:56,21	0:12:21,84	0:25:18,05
81.	99	Konopacki Krzysztof	POL	W drodze do celu!	M30 / 28	5:05	0:12:41,29	0:12:47,86	0:25:29,15
82.	4	Arak Radosław	POL	Przyjaciele	M40 / 27	5:07	0:12:47,77	0:12:51,02	0:25:38,80
83.	233	Wójciak Tomasz	POL	Skierniewice	M40 / 28	5:09	0:12:51,57	0:12:57,94	0:25:49,52
84.	210	Ściechowski Marcin	POL	Race Fighter	M30 / 29	5:10	0:13:07,56	0:12:46,59	0:25:54,15
85.	81	Kamiński Stanisław	POL	GOS Nadarzyn	M60 / 4	5:11	0:13:25,81	0:12:29,39	0:25:55,20
86.	62	Górski Tomasz	POL	Matka biegnie z tyłu	M40 / 29	5:11	0:13:17,76	0:12:40,56	0:25:58,32
87.	169	Przepióra Jacek	POL	Atomowe krasnale	M40 / 30	5:11	0:12:54,31	0:13:05,15	0:25:59,46
88.	69	Hulanicki Andrzej	POL	GOGGLE PAE Team	M60 / 5	5:12	0:13:26,13	0:12:35,83	0:26:01,96
89.	161	Płusa Jerzy	POL	Parkrun-Bródno	M50 / 10	5:15	0:13:27,79	0:12:47,34	0:26:15,14
90.	139	Norwa Michał	POL	Warszawa	M20 / 13	5:15	0:13:17,93	0:13:01,84	0:26:19,77
91.	6	Augustyniak Mariusz	POL	Marki	M40 / 31	5:20	0:13:58,21	0:12:44,31	0:26:42,52
92.	13	Bendinger Krzysztof	POL	Razem Trenujemy Sport	M40 / 32	5:21	0:13:38,99	0:13:09,90	0:26:48,90
93.	72	Jagieluk Jacek	POL	Grubasy z Odzysku	M30 / 30	5:23	0:13:39,46	0:13:16,23	0:26:55,70
94.	34	Dąbrowski Maciej	POL	Sochaczew	M40 / 33	5:25	0:14:29,92	0:12:40,04	0:27:09,97
95.	19	Borowski Robert	POL	OSP Zbizoża	M20 / 14	5:30	0:14:30,86	0:12:59,48	0:27:30,34
96.	248	Domański Dariusz	POL	Float Room	M50 / 11	5:31	0:14:06,05	0:13:29,82	0:27:35,87
97.	213	Tomaszewski Maciej	POL	Warszawa	M20 / 15	5:32	0:14:12,11	0:13:29,14	0:27:41,26
98.	21	Borządek Krzysztof	POL	Grodzisk Mazowiecki	M40 / 34	5:32	0:14:28,59	0:13:12,76	0:27:41,35
99.	115	Liszewski Leszek	POL	BBB	M40 / 35	5:32	0:14:10,81	0:13:31,94	0:27:42,76
100.	207	Szramowski Przemek	POL	Warszawa	M30 / 31	5:32	0:14:16,86	0:13:26,15	0:27:43,02
101.	190	Siódemak Mateusz	POL	Warszawa	M20 / 16	5:34	0:13:48,93	0:14:04,83	0:27:53,76
102.	140	Nowacki Julian	POL	To naturalne	M60 / 6	5:36	0:14:07,41	0:13:54,15	0:28:01,57
103.	90	Kłodawski Dariusz	POL	Skierniewice	M40 / 36	5:36	0:14:44,59	0:13:20,23	0:28:04,82
104.	142	Nowakowski Czesław	POL	Klub Biegacza GOCH	M70 / 1	5:38	0:14:14,87	0:13:55,40	0:28:10,27

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
105.	172	Przybylski Marcin	POL	Grójec	M40 / 37	5:38	0:14:38,09	0:13:36,52	0:28:14,62
106.	28	Cuz Marcin	POL	Sochaczew	M40 / 38	5:39	0:13:43,65	0:14:34,01	0:28:17,66
107.	87	Kędzia Ernest	POL	Łowicz	M20 / 17	5:45	0:13:50,75	0:14:57,68	0:28:48,43
108.	2	Adamkiewicz Mirosław	POL	KM Aktywni Sochaczew	M50 / 12	5:46	0:14:21,93	0:14:29,16	0:28:51,09
109.	184	Ruszkowski Jacek	POL	Pruszków	M40 / 39	5:47	0:14:29,49	0:14:28,07	0:28:57,57
110.	135	Mról Sebastian	POL	Komorów	M40 / 40	5:50	0:14:34,28	0:14:39,10	0:29:13,39
111.	119	Wojda Jarosław	POL	Łaguszew	M20 / 18	5:51	0:14:26,79	0:14:48,97	0:29:15,76
112.	149	Partyka Piotr	POL	Korytów	M40 / 41	5:52	0:15:21,34	0:13:59,60	0:29:20,94
113.	132	Mirecki Zbigniew	POL	Parkrun Bródno	M60 / 7	5:52	0:15:34,05	0:13:50,64	0:29:24,69
114.	185	Sadowski Paweł	POL	Dogoń Nowe Budy	M30 / 32	5:52	0:14:32,62	0:14:52,31	0:29:24,94
115.	145	Olczak Tomasz	POL	Mszczonów	M40 / 42	5:56	0:14:43,71	0:14:56,31	0:29:40,03
116.	257	Petrycki Marcin	POL	Marków Świnice	M40 / 43	5:56	0:14:56,80	0:14:44,13	0:29:40,94
117.	237	Zawistowski Paweł	POL	Mszczonów	M40 / 44	5:56	0:15:12,10	0:14:31,57	0:29:43,68
118.	177	Rembowski Jacek	POL	GoszczyckiTeam Łowicz	M70 / 2	5:58	0:15:43,09	0:14:11,68	0:29:54,78
119.	67	Hołowacz Tomasz	POL	Kondycja	M70 / 3	6:04	0:15:33,14	0:14:47,47	0:30:20,62
120.	159	Płatkowski Paweł	POL	Żyrardów	M40 / 45	6:05	0:15:51,48	0:14:36,20	0:30:27,68
121.	269	Łukawski Marek	POL		M40 / 46	6:06	0:15:31,51	0:14:59,24	0:30:30,75
122.	202	Stępniewski Piotr	POL	Przyjaciele	M40 / 47	6:07	0:15:46,42	0:14:52,46	0:30:38,88
123.	59	Goszczycki Mateusz	POL	GoszczyckiTeam Łowicz	M20 / 19	6:10	0:14:56,86	0:15:56,58	0:30:53,44
124.	147	Olszewski Stanisław	POL	To naturalne	M20 / 20	6:12	0:14:13,47	0:16:47,71	0:31:01,18
125.	250	Glinka Łukasz	POL	FIEGE	M30 / 33	6:31	0:15:49,96	0:16:46,13	0:32:36,09
126.	134	Moszkowicz Eugeniusz	POL	Kondycja	M70 / 4	6:34	0:16:19,60	0:16:33,36	0:32:52,96
127.	222	Ufa Jarosław	POL	Sochaczew	M40 / 48	6:53	0:16:41,71	0:17:43,28	0:34:25,00
128.	79	Kacpura Mateusz	POL	Radom	M20 / 21	6:58	0:16:32,83	0:18:21,74	0:34:54,57
129.	154	Pawlik Mariusz	POL	Pionki	M40 / 49	8:03	0:19:28,86	0:20:49,34	0:40:18,21

Nordic Walking 5 km

Kobiety

1.	97	Kołodziejczak Beata	POL	Socho Team	Sochaczew	-	6:48	0:17:15,94	0:16:48,96	0:34:04,91
2.	151	Paszek Krystyna	POL	Rysie Razem	Grodzisk Maz	-	6:53	0:17:21,01	0:17:08,97	0:34:29,98
3.	196	Stanecka Małgorzata	POL	reebok run crew	Skierniewice	-	7:34	0:18:53,66	0:18:59,35	0:37:53,01

Mężczyźni

1.	174	Radomski Marcin	POL	Biegam W Sfetsze	Płock	-	5:59	0:15:23,99	0:14:35,83	0:29:59,82
2.	8	Baranowski Romuald	POL	Dynamic	Płock	-	6:38	0:16:21,23	0:16:51,25	0:33:12,48

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
3.	255	Leszczawski Andrzej	POL	Sosnowiec	-	6:45	0:17:04,84	0:16:40,87	0:33:45,71
4.	94	Kocimski Jan	POL	KM Aktywni Sochaczew	-	7:04	0:17:34,84	0:17:48,83	0:35:23,68
5.	197	Stanecki Marcin	POL	reebok run crew	-	7:29	0:18:27,53	0:19:00,64	0:37:28,18

Bieg Młodzieżowy 2,5 km

Kobiety

1.	313	Zatorska Natalia	POL	UKS Lisy Zgierz	Smardzew	Liceum K / 1	4:03	0:10:08,43	-	0:10:08,43
2.	290	Karolczuk Martyna	POL	LUKS "Boguszyce"	Rawa Mazowiecka	Gimnazjum K / 1	4:12	0:10:31,93	-	0:10:31,93
3.	270	Frank Wiktoria	POL			Gimnazjum K / 2	4:15	0:10:38,87	-	0:10:38,87
4.	288	Karolczuk Aleksandra	POL	LUKS "Boguszyce"	Rawa Mazowiecka	Gimnazjum K / 3	4:21	0:10:53,03	-	0:10:53,03
5.	321	Nowak Kamila	POL		Sochaczew	Gimnazjum K / 4	4:22	0:10:56,13	-	0:10:56,13
6.	331	Zimochocka Alicja	POL		Sochaczew	Gimnazjum K / 5	4:22	0:10:56,77	-	0:10:56,77
7.	317	Łukawska Weronika	POL		Sochaczew	Gimnazjum K / 6	4:27	0:11:09,67	-	0:11:09,67
8.	326	Symczuk Julia	POL		Sochaczew	Gimnazjum K / 7	4:41	0:11:44,24	-	0:11:44,24
9.	299	Niezgoda Zuzanna	POL	LUKS "Boguszyce"	Zarzecze	Gimnazjum K / 8	4:42	0:11:46,58	-	0:11:46,58
10.	277	Częstochowska Kinga	POL		Skierniewice	Liceum K / 2	4:42	0:11:46,89	-	0:11:46,89
11.	320	Nowak Aleksandra	POL		Rybno	Liceum K / 3	4:42	0:11:47,04	-	0:11:47,04
12.	301	Poteralska Julia	POL		Warszawa	Gimnazjum K / 9	4:45	0:11:52,75	-	0:11:52,75
13.	312	Zagrajek Amelia	POL	LUKS "Boguszyce"	Rawa Mazowiecka	Gimnazjum K / 10	4:48	0:12:01,04	-	0:12:01,04
14.	302	Romanowska Agata	POL	UKS Lisy Zgierz	Zgierz	Gimnazjum K / 11	4:49	0:12:02,78	-	0:12:02,78
15.	314	Zielińska Agnieszka	POL	LUKS "Boguszyce"	Rawa Mazowiecka	Gimnazjum K / 12	5:01	0:12:33,93	-	0:12:33,93
16.	315	Ziętek Lidia	POL	LUKS "Boguszyce"	Zawady	Gimnazjum K / 13	5:05	0:12:43,11	-	0:12:43,11
17.	311	Wiczuk Aleksandra	POL	RaceFighter	Mińsk Mazowiecki	Gimnazjum K / 14	5:08	0:12:51,38	-	0:12:51,38
18.	295	Krajewska Alicja	POL	Lecz Team	Warszawa	Gimnazjum K / 15	5:09	0:12:54,55	-	0:12:54,55
19.	304	Stanecka Zuzia	POL	Reebok Run Crew	Skierniewice	Gimnazjum K / 16	5:54	0:14:45,11	-	0:14:45,11

Mężczyźni

1.	308	Świerczyński Norbert	POL	RaceFighter	Dębe Wielkie	Liceum M / 1	3:28	0:08:41,57	-	0:08:41,57
2.	310	Tworski Kacper	POL	UKS Lisy Zgierz	Dąbrówka Strumainy	Liceum M / 2	3:35	0:08:57,77	-	0:08:57,77
3.	322	Nowakowski Igor	POL		Lutkówka	Gimnazjum M / 1	3:43	0:09:18,19	-	0:09:18,19
4.	293	Klimek Robert	POL	LUKS "Boguszyce"	Boguszyce	Liceum M / 3	3:48	0:09:31,99	-	0:09:31,99
5.	306	Szczepaniuk Marcin	POL	RaceFighter	Mińsk Mazowiecki	Gimnazjum M / 2	3:50	0:09:36,71	-	0:09:36,71
6.	273	Zygmunciak Kacper	POL	SKRA W-wa	Sochaczew	Gimnazjum M / 3	3:54	0:09:45,07	-	0:09:45,07
7.	291	Kleczewski Piotr	POL	UKS Kusy	Warszawa	Gimnazjum M / 4	3:54	0:09:47,21	-	0:09:47,21
8.	284	Hućko Michał	POL	UKS Lisy Zgierz	Smardzew k.Zgierza	Gimnazjum M / 5	3:58	0:09:56,10	-	0:09:56,10

Wyniki OPEN K/M bieg główny



M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Klub	Miasto	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik
9.	286	Jóźwiak Krzysztof	POL UKS Lisy Zgierz	Szczawin Duży	Gimnazjum M / 6	3:58	0:09:56,24	-	0:09:56,24
10.	285	Jasiński Szymon	POL LKS Osuchów	Dwórzno	Gimnazjum M / 7	3:59	0:09:59,91	-	0:09:59,91
11.	267	Makowski Tomasz	POL		Liceum M / 4	4:03	0:10:09,28	-	0:10:09,28
12.	276	Abramczyk Kamil	POL UKS Lisy Zgierz	Łagiewniki Nowe	Liceum M / 5	4:06	0:10:15,87	-	0:10:15,87
13.	294	Kołecki Karol	POL SP Kamion	Nowy Kamion	Gimnazjum M / 8	4:17	0:10:44,89	-	0:10:44,89
14.	309	Świerczyński Kuba	POL RaceFighter	Dębe Wielkie	Gimnazjum M / 9	4:33	0:11:24,23	-	0:11:24,23
15.	268	Orliński Kacper	POL	Sochaczew	Gimnazjum M / 10	4:35	0:11:28,33	-	0:11:28,33
16.	297	Lewandowski Hubert	POL LUKS "Boguszyce"	Stare Byliny	Gimnazjum M / 11	4:54	0:12:15,82	-	0:12:15,82
17.	316	Kostrzewa Stanisław	POL	Lutkówka	Gimnazjum M / 12	4:58	0:12:26,29	-	0:12:26,29
18.	305	Stanecki Maciej	POL Reebok Run Crew	Skierniewice	Gimnazjum M / 13	5:57	0:14:53,53	-	0:14:53,53

Liczba uczestników: 238