

# VII Półmaraton Szelkowski

## Wyniki kategorii wiekowych Bieg Długodystansowy 10,5 km

2017-05-13, Stary Szelków

| M-ce                                | Nr  | Imię i nazwisko             | Miasto         | Klub                     | min/km | km/h | Netto      | Wynik             |
|-------------------------------------|-----|-----------------------------|----------------|--------------------------|--------|------|------------|-------------------|
| <b>Bieg Długodystansowy 10,5 km</b> |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| <b>K10</b>                          |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| 1.                                  | 133 | <b>Olkowska Wiktoria</b>    | Szelków        | KS Maków Biega           | 4:40   | 12,8 | 49:06,15   | <b>49:08,94</b>   |
| 2.                                  | 137 | <b>Tomaszewska Karolina</b> | Kaptury        |                          | 6:19   | 9,4  | 1:06:22,60 | <b>1:06:27,35</b> |
| <b>K20</b>                          |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| 1.                                  | 111 | <b>Sakowska Agnieszka</b>   | Warszawa       | Fundacja Przetarty Szlak | 5:21   | 11,2 | 56:12,87   | <b>56:19,16</b>   |
| <b>K30</b>                          |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| 1.                                  | 102 | <b>Grzymkowska Monika</b>   | Ciechanów      | Runners Team Ciechanów   | 4:30   | 13,3 | 47:21,13   | <b>47:24,95</b>   |
| 2.                                  | 103 | <b>Handzel Wioletta</b>     | Kraków         |                          | 5:06   | 11,7 | 53:34,35   | <b>53:37,65</b>   |
| 3.                                  | 122 | <b>Olkowska Agnieszka</b>   | Szelków        |                          | 5:20   | 11,2 | 56:06,42   | <b>56:12,45</b>   |
| 4.                                  | 114 | <b>Zacheja Dorota</b>       | Małkinia Górna | MKB TEAM Małkinia        | 6:37   | 9,0  | 1:09:31,48 | <b>1:09:39,21</b> |
| <b>K40</b>                          |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| 1.                                  | 139 | <b>Ficoń Monika</b>         | Warszawa       |                          | 5:32   | 10,8 | 58:10,75   | <b>58:16,86</b>   |
| <b>M10</b>                          |     |                             |                |                          |        |      |            |                   |
| 1.                                  | 131 | <b>Szkoda Kacper</b>        | Magnuszew Duży |                          | 5:58   | 10,0 | 1:02:42,95 | <b>1:02:47,81</b> |
| 2.                                  | 123 | <b>Olkowski Norbert</b>     | Szelków        |                          | 6:11   | 9,7  | 1:04:55,51 | <b>1:05:02,12</b> |
| 3.                                  | 130 | <b>Szkoda Jakub</b>         | Magnuszew Duży |                          | 6:45   | 8,8  | 1:10:54,17 | <b>1:11:01,05</b> |



## Wyniki kategorii wiekowych Bieg Długodystansowy 10,5 km

| M-ce       | Nr  | Imię i nazwisko             | Miasto           | Klub                            | min/km | km/h | Netto      | Wynik             |
|------------|-----|-----------------------------|------------------|---------------------------------|--------|------|------------|-------------------|
| <b>M20</b> |     |                             |                  |                                 |        |      |            |                   |
| 1.         | 136 | <b>Cichacki Sylwester</b>   | Warszawa         | MORT!                           | 3:41   | 16,2 | 38:42,07   | <b>38:43,98</b>   |
| 2.         | 112 | <b>Sarzała Bartłomiej</b>   | Warszawa         | Sarzała Run Team                | 4:57   | 12,0 | 52:07,08   | <b>52:11,31</b>   |
| 3.         | 141 | <b>Sawicki Szymon</b>       | Makowica         |                                 | 5:06   | 11,7 | 53:39,58   | <b>53:44,84</b>   |
| a.k.       | 22  | <b>Skiba Daniel</b>         | Długosiodło      | One Man Army                    | 5:44   | 10,4 | 1:00:18,41 | <b>1:00:24,44</b> |
| <b>M30</b> |     |                             |                  |                                 |        |      |            |                   |
| 1.         | 118 | <b>Makowski Michał</b>      | Ciechanów        | AZS-AWF Warszawa, 2.OREl        | 3:27   | 17,3 | 36:15,36   | <b>36:15,36</b>   |
| 2.         | 129 | <b>Tomczak Marcin</b>       | Ciechanów        |                                 | 3:52   | 15,4 | 40:44,62   | <b>40:46,71</b>   |
| 3.         | 140 | <b>Sobota Krzysztof</b>     | Pułtusk          | Lider Winnica                   | 4:19   | 13,8 | 45:22,72   | <b>45:26,68</b>   |
| 4.         | 138 | <b>Gromelski Marcin</b>     | Ulaski           | KS Maków Biega                  | 4:26   | 13,5 | 46:37,39   | <b>46:39,92</b>   |
| 5.         | 116 | <b>Kopka Artur</b>          | Pułtusk          | Lider Winnica                   | 4:32   | 13,2 | 47:43,59   | <b>47:47,11</b>   |
| 6.         | 101 | <b>Godlewski Cezary</b>     | Warszawa         |                                 | 4:44   | 12,6 | 49:42,36   | <b>49:46,01</b>   |
| 7.         | 132 | <b>Matuszewski Maciej</b>   | Stary Szelków    |                                 | 4:44   | 12,6 | 49:45,40   | <b>49:49,36</b>   |
| 8.         | 124 | <b>Packo Bartosz</b>        | Maków Mazowiecki | KS Maków Biega                  | 4:54   | 12,2 | 51:32,60   | <b>51:38,05</b>   |
| <b>M40</b> |     |                             |                  |                                 |        |      |            |                   |
| 1.         | 109 | <b>Maluchnik Radosław</b>   | Grądy            | KS Maków Biega                  | 3:43   | 16,1 | 39:07,43   | <b>39:10,14</b>   |
| 2.         | 110 | <b>Olszewski Krzysztof</b>  | Olszewo - Borki  |                                 | 3:55   | 15,2 | 41:10,83   | <b>41:10,83</b>   |
| 3.         | 106 | <b>Kuchciński Sławomir</b>  | Mława            | LOTOS Running Team              | 4:09   | 14,4 | 43:44,67   | <b>43:47,56</b>   |
| 4.         | 107 | <b>Kuchta Piotr</b>         | Warszawa         |                                 | 4:24   | 13,6 | 46:19,03   | <b>46:23,50</b>   |
| 5.         | 117 | <b>Leśniak Krzysztof</b>    | Warszawa         | Leśniak Team                    | 4:58   | 12,0 | 52:14,08   | <b>52:22,19</b>   |
| <b>M50</b> |     |                             |                  |                                 |        |      |            |                   |
| 1.         | 113 | <b>Sarzała Dariusz</b>      | Warszawa         | Sarzała Run Team                | 4:20   | 13,8 | 45:31,34   | <b>45:33,81</b>   |
| 2.         | 104 | <b>Jędrzejewski Andrzej</b> | Ostrołęka        |                                 | 4:56   | 12,1 | 51:56,93   | <b>52:03,92</b>   |
| 3.         | 134 | <b>Cierliński Zbigniew</b>  | Grądy            | Szkoła Językowa BEST. Maków-Maz | 10:53  | 5,5  | 1:54:18,71 | <b>1:54:24,16</b> |

## Wyniki kategorii wiekowych Bieg Długodystansowy 10,5 km

| M-ce       | Nr  | Imię i nazwisko         | Miasto    | Klub                | min/km | km/h | Netto      | Wynik             |
|------------|-----|-------------------------|-----------|---------------------|--------|------|------------|-------------------|
| <b>M60</b> |     |                         |           |                     |        |      |            |                   |
| 1.         | 135 | <b>Kowalczyk Roman</b>  | Ostrołęka | Biegamy dla zdrowia | 5:13   | 11,4 | 54:55,67   | <b>55:02,55</b>   |
| 2.         | 108 | <b>Leszczyński Lech</b> | Przasnysz |                     | 5:58   | 10,0 | 1:02:42,37 | <b>1:02:47,76</b> |

Liczba uczestników: 33