



**Mistrzostwa Polski U16, U18, U20 i Seniorów
w Biegach Górskich na Krótkim Dystansie
Krynki 4.10.2020**

Jury:

| | |
|-----------------------|---------------------------|
| Delegat PZLA | - Puchacz Andrzej |
| Dyrektor biegu | - Dudek Sylwester |
| Sędzia główny | - Puchacz Andrzej |
| Członek jury | - Mateusz Barański |

Organizatorzy:

- LKB Rudnik
- Polski Związek Lekkiej Atletyki
- Urząd Gminy Brody
- Powiat Starachowicki
- Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego
- Urząd Wojewódzki w Kielcach

| M-ce | Nr | Nazwisko | Imię | Rok ur. | Klub | Woj. | Wynik | Strata | Pkt |
|---|-----|--------------------|-------------|---------|---------------------------------------|------|----------------|--------|-----|
| CHŁOPCY MŁ. ur. w 2009-2010 - 0,6 km - przewyższenie: +20 m | | | | | | | | | |
| 1. | 216 | Ślominski | Jakub | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:08 | -- | 10 |
| 2. | 60 | Zieliński | Filip | 2009 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:03:12 | +0:04 | 9 |
| 3. | 96 | Tkacz | Bruno | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:14 | +0:06 | 8 |
| 4. | 66 | Janiec | Igor | 2009 | SP Krynki | SK | 0:03:16 | +0:08 | 7 |
| 5. | 151 | Adamczyk | Jan | 2009 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:20 | +0:12 | 6 |
| 6. | 137 | Ozdoba | Filip | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:27 | +0:19 | 5 |
| 7. | 68 | Maciejewski | Wiktor | 2009 | SP Krynki | SK | 0:03:28 | +0:20 | 4 |
| 8. | 219 | Wegrzyn | Piotr | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:29 | +0:21 | 3 |
| 9. | 164 | Lipski | Bartłomiej | 2010 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:33 | +0:25 | 2 |
| 10. | 215 | Potrzeszcz | Jakub | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:35 | +0:27 | 1 |
| 11. | 143 | Żale | Mateusz | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:36 | +0:28 | |
| 12. | 107 | Joński | Igor | 2009 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:03:36 | +0:28 | |
| 13. | 134 | Grabda | Jakub | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:38 | +0:30 | |
| 14. | 90 | Jakubik | Michał | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:40 | +0:32 | |
| 15. | 58 | Tokarczyk | Piotr | 2011 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:03:41 | +0:33 | |
| 16. | 93 | Mazurek | Sebastian | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:43 | +0:35 | |
| 17. | 133 | Gomuła | Kamil | 2010 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:44 | +0:36 | |
| 18. | 205 | Dziulka | Maksymilian | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:44 | +0:36 | |
| 19. | 25 | Chuchra | Mateusz | 2010 | MKL Toruń | KP | 0:03:46 | +0:38 | |
| 20. | 52 | Misztal | Oskar | 2012 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:03:48 | +0:40 | |
| 21. | 33 | Milczarczyk | Jakub | 2009 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:03:52 | +0:44 | |
| 22. | 214 | Pocheć | Jan | 2010 | LKB Rudnik | SK | 0:03:53 | +0:45 | |
| 23. | 131 | Broziński | Tobiasz | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:56 | +0:48 | |
| 24. | 141 | Wójcik | Filip | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:03:57 | +0:49 | |
| 25. | 176 | Kornaś | Jan | 2010 | Ząbkowicka Grupa Biegowa Frankenstein | DS | 0:03:58 | +0:50 | |
| 26. | 142 | Skowron | Mateusz | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:04:01 | +0:53 | |
| 27. | 67 | Kosmala | Adam | 2009 | SP Krynki | SK | 0:04:03 | +0:55 | |
| 28. | 19 | Łuc | Kamil | 2009 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:04:06 | +0:58 | |
| 29. | 56 | Prątnicki | Miłosz | 2011 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:13 | +1:05 | |
| 30. | 226 | Galka | Kacper | 2010 | LKB Rudnik | SK | 0:04:21 | +1:13 | |
| 31. | 48 | Góralski | Kuba | 2010 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:26 | +1:18 | |
| 32. | 71 | Stąporek | Oliwier | 2010 | SP Krynki | SK | 0:05:07 | +1:59 | |
| 33. | 34 | Szawuła | Bryan | 2009 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:05:08 | +2:00 | |
| 34. | 32 | Bednarczyk | Kamil | 2009 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:05:25 | +2:17 | |
| 35. | 138 | Śledź | Wiktor | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:05:25 | +2:17 | |
| DZIEWCZĘTA MŁ. ur. w 2009-2010 - 0,6 km - przewyższenie: +20 m | | | | | | | | | |
| 1. | 99 | Wronowska | Amelia | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:21 | -- | 10 |
| 2. | 22 | Wojtan | Amelia | 2009 | KLKS Juventa-Kobex Starachowice | SK | 0:03:22 | +0:01 | 9 |
| 3. | 5 | Duraj | Lena | 2010 | AZS AWF Warszawa | MZ | 0:03:25 | +0:04 | 8 |
| 4. | 168 | Stańczyk | Oliwia | 2010 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:25 | +0:04 | 7 |
| 5. | 161 | Kobacka | Julia | 2009 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:30 | +0:09 | 6 |
| 6. | 63 | Przybylska | Zofia | 2009 | Bike Salon Team | MZ | 0:03:30 | +0:09 | 5 |
| 7. | 98 | Wachta | Klara | 2012 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:31 | +0:10 | 4 |
| 8. | 162 | Krawczyk | Natasza | 2009 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:35 | +0:14 | 3 |
| 9. | 83 | Lorenc | Antonina | 2009 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:03:37 | +0:16 | 2 |
| 10. | 45 | Czarnecka | Oliwia | 2009 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:03:40 | +0:19 | 1 |
| 11. | 85 | Staszewska | Emilia | 2012 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:03:42 | +0:21 | |
| 12. | 15 | Dobrowolska | Laura | 2009 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:03:44 | +0:23 | |
| 13. | 155 | Brzezińska | Lena | 2010 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:46 | +0:25 | |
| 14. | 208 | Jedzejewska | Zuzanna | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:49 | +0:28 | |
| 15. | 59 | Ufnał | Natalia | 2010 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:03:52 | +0:31 | |
| 16. | 206 | Głowka | Lena | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:03:53 | +0:32 | |
| 17. | 166 | Pluciennik | Anna | 2009 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:53 | +0:32 | |
| 18. | 97 | Wachta | Iga | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:55 | +0:34 | |
| 19. | 218 | Wegrzyn | Natalia | 2010 | LKB Rudnik | SK | 0:03:56 | +0:35 | |
| 20. | 159 | Jura | Maja | 2012 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:57 | +0:36 | |
| 21. | 95 | Stój | Oliwia | 2009 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:58 | +0:37 | |
| 22. | 55 | Prątnicka | Zuzanna | 2009 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:01 | +0:40 | |
| 23. | 47 | Gacka | Zuzanna | 2011 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:02 | +0:41 | |
| 24. | 135 | Kosoń | Julia | 2009 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:04:04 | +0:43 | |
| 25. | 94 | Pereśluha | Lena | 2013 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:04:06 | +0:45 | |

| M-ce | Nr | Nazwisko | Imię | Rok ur. | Klub | Woj. | Wynik | Strata | Pkt |
|------|-----|--------------|------------|---------|-----------------------|------|---------|--------|-----|
| 26. | 14 | Andrusiewicz | Alicja | 2009 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:04:10 | +0:49 | |
| 27. | 37 | Jeż | Iga | 2010 | UMKS Pegaz Opoczno | LD | 0:04:12 | +0:51 | |
| 28. | 153 | Bolek | Nikola | 2010 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:14 | +0:53 | |
| 29. | 84 | Pelc | Paulina | 2011 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:04:31 | +1:10 | |
| 30. | 199 | Ślominska | Lena | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:04:33 | +1:12 | |
| 31. | 72 | Ubermanowicz | Sara | 2009 | SP Krynki | SK | 0:04:50 | +1:29 | |
| 32. | 231 | Sala | Aleksandra | 2009 | LKB Rudnik | SK | 0:04:55 | +1:34 | |

CHŁOPCY ST. ur. w 2007-2008 - 1,0 km - przewyższenie: +30 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|------------|------|---------------------------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 163 | Lipski | Kacper | 2007 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:43 | -- | 10 |
| 2. | 119 | Kowalczyk | Adam | 2007 | LKB Rudnik | SK | 0:03:53 | +0:10 | 9 |
| 3. | 17 | Jaskot | Nikodem | 2008 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:03:55 | +0:12 | 8 |
| 4. | 91 | Kaszany | Karol | 2008 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:03:56 | +0:13 | 7 |
| 5. | 184 | Babiarski | Radosław | 2007 | LKS Kolutzki | LD | 0:03:57 | +0:14 | 6 |
| 6. | 158 | Gąsiorek | Adam | 2007 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:03:57 | +0:14 | 5 |
| 7. | 18 | Kopeć | Kamil | 2007 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:04:02 | +0:19 | 4 |
| 8. | 139 | Tałaj | Kuba | 2007 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:04:05 | +0:22 | 3 |
| 9. | 51 | Liszewski | Szymon | 2007 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:06 | +0:23 | 2 |
| 10. | 92 | Majer | Kacper | 2007 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:04:10 | +0:27 | 1 |
| 11. | 156 | Cieluch | Dawid | 2007 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:12 | +0:29 | |
| 12. | 140 | Walenciak | Mateusz | 2008 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:04:13 | +0:30 | |
| 13. | 175 | Kornaś | Franciszek | 2008 | Ząbkowicka Grupa Biegowa Frankenstein | DS | 0:04:16 | +0:33 | |
| 14. | 108 | Trela | Kacper | 2008 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:04:22 | +0:39 | |
| 15. | 154 | Bosy | Błażej | 2008 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:28 | +0:45 | |
| 16. | 44 | Ciesielski | Szymon | 2008 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:30 | +0:47 | |
| 17. | 152 | Białas | Tobiasz | 2008 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:39 | +0:56 | |
| 18. | 160 | Jura | Kacper | 2007 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:40 | +0:57 | |
| 19. | 136 | Mastowski | Max | 2008 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:05:00 | +1:17 | |
| 20. | 35 | Woźniak | Mateusz | 2008 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:05:20 | +1:37 | |
| 21. | 210 | Lipa | Juliusz | 2007 | LKB Rudnik | SK | 0:05:34 | +1:51 | |
| 22. | 217 | Stepniewski | Alan | 2007 | LKB Rudnik | SK | 0:05:34 | +1:51 | |

DZIEWCZĘTA ST ur. w 2007-2008 - 1,0 km - przewyższenie: +30 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|------------|------|-----------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 114 | Pajęcka | Lena | 2007 | WLKS Wrocław | DS | 0:03:52 | -- | 10 |
| 2. | 82 | Albrycht | Emilia | 2007 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:04:01 | +0:09 | 9 |
| 3. | 169 | Śmiechowska | Zuzanna | 2008 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:05 | +0:13 | 8 |
| 4. | 27 | Markowicz | Weronika | 2007 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:04:06 | +0:14 | 7 |
| 5. | 86 | Zygarowicz | Olga | 2007 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:04:14 | +0:22 | 6 |
| 6. | 183 | Adrianna | Siemińska | 2007 | LKS Kolutzki | LD | 0:04:22 | +0:30 | 5 |
| 7. | 149 | Łuczko | Maja | 2008 | UKS Filipides Teresin | MZ | 0:04:23 | +0:31 | 4 |
| 8. | 213 | Pochec | Zuzanna | 2008 | LKB Rudnik | SK | 0:04:26 | +0:34 | 3 |
| 9. | 50 | Kolińska | Aleksandra | 2008 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:29 | +0:37 | 2 |
| 10. | 223 | Drózdź | Zofia | 2007 | Juventus Starachowice | SK | 0:04:30 | +0:38 | 1 |
| 11. | 211 | Pater | Weronika | 2007 | LKB Rudnik | SK | 0:04:30 | +0:38 | |
| 12. | 26 | Harasym | Michalina | 2008 | MUKN Pod Stróżą | DS | 0:04:34 | +0:42 | |
| 13. | 46 | Gacka | Aleksandra | 2007 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:04:36 | +0:44 | |
| 14. | 132 | Gomuła | Nikola | 2008 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:04:37 | +0:45 | |
| 15. | 170 | Zakaszewska | Julia | 2007 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:04:45 | +0:53 | |
| 16. | 204 | Baranska | Amelia | 2008 | LKB Rudnik | SK | 0:05:04 | +1:12 | |
| 17. | 16 | Grosiak | Patrycja | 2008 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:05:05 | +1:13 | |
| 18. | 38 | Stępniewska | Maja | 2007 | UMKS Pegaz Opoczno | LD | 0:05:09 | +1:17 | |

MŁODZICY U16 ur. w 2005-2006 - 1,2 km - przewyższenie: +60 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|------------|-----------|------|------------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 41 | Zieliński | Krzysztof | 2005 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:05:33 | -- | 10 |
| 2. | 31 | Petrosyan | Artur | 2005 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:05:34 | +0:01 | 9 |
| 3. | 10 | Mokrzycki | Jan | 2005 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:05:50 | +0:17 | 8 |
| 4. | 227 | Antonowicz | Jan | 2005 | SRS Kondycja Piaseczno | MZ | 0:06:02 | +0:29 | 7 |
| 5. | 61 | Stopa | Kacper | 2006 | STS Skarżysko-Kamienna | SK | 0:06:02 | +0:29 | 6 |
| 6. | 100 | Basaj | Bartosz | 2005 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:06:05 | +0:32 | 5 |
| 7. | 30 | Marańda | Kacper | 2005 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:06:07 | +0:34 | 4 |
| 8. | 29 | Gancarz | Mikołaj | 2005 | LKS Feniks Opoczno | LD | 0:06:08 | +0:35 | 3 |
| 9. | 200 | Sikora | Dariusz | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:06:09 | +0:36 | 2 |
| 10. | 174 | Sokołowski | Karol | 2005 | LKS Kolutzki | LD | 0:06:09 | +0:36 | 1 |
| 11. | 74 | Brodala | Maksym | 2005 | UKS Czapla Białe Błota | KP | 0:06:13 | +0:40 | |

| M-ce | Nr | Nazwisko | Imię | Rok ur. | Klub | Woj. | Wynik | Strata | Pkt |
|------|-----|----------|-----------|---------|------------------------|------|---------|--------|-----|
| 12. | 192 | Kępa | Jakub | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:06:26 | +0:53 | |
| 13. | 128 | Bąk | Karol | 2006 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:06:27 | +0:54 | |
| 14. | 157 | Galicki | Bartosz | 2006 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:06:38 | +1:05 | |
| 15. | 62 | Zawicki | Arkadiusz | 2006 | STS Skarżysko-Kamienna | SK | 0:06:41 | +1:08 | |
| 16. | 129 | Przybyło | Oskar | 2006 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:06:42 | +1:09 | |
| 17. | 8 | Łuc | Kacper | 2005 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:06:42 | +1:09 | |
| 18. | 178 | Jeżyna | Maciej | 2005 | LKS Kolutzki | LD | 0:06:42 | +1:09 | |
| 19. | 202 | Wiecha | Jan | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:06:47 | +1:14 | |
| 20. | 43 | Car | Paweł | 2006 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:06:52 | +1:19 | |
| 21. | 180 | Smyka | Michał | 2005 | LKS Kolutzki | LD | 0:06:53 | +1:20 | |
| 22. | 57 | Suwała | Wiktor | 2005 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:07:33 | +2:00 | |
| DNF | 21 | Armuda | Karol | 2005 | Kraków Athletics Team | MA | | | |
| DNF | 80 | Pelc | Łukasz | 2005 | KB Krościenko Wyżne | PK | | | |
| DNF | 101 | Seremak | Marcel | 2005 | UKS Olimp Kozienice | MZ | | | |

MŁODZICZKI U16 ur. w 2005-2006 - 1,2 km - przewyższenie: +60 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|------------|------|---------------------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 147 | Galińska | Eliza | 2006 | UKS Filipides Teresin | MZ | 0:06:11 | -- | 10 |
| 2. | 76 | Konera | Wiktoria | 2005 | UKS Czapla Białe Błota | KP | 0:06:23 | +0:12 | 9 |
| 3. | 105 | Strzelczyk | Aleksandra | 2006 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:06:29 | +0:18 | 8 |
| 4. | 167 | Sobolewska | Aleksandra | 2006 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:06:38 | +0:27 | 7 |
| 5. | 118 | Woźniak | Barbara | 2005 | MLUKS Rawa | LD | 0:06:44 | +0:33 | 6 |
| 6. | 145 | Karolczuk | Martyna | 2005 | LUKS Boguszyce | LD | 0:06:51 | +0:40 | 5 |
| 7. | 103 | Sot | Julia | 2005 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:06:56 | +0:45 | 4 |
| 8. | 54 | Olko | Zuzanna | 2006 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:07:08 | +0:57 | 3 |
| 9. | 73 | Anhalt | Anna | 2005 | UKS Czapla Białe Błota | KP | 0:07:08 | +0:57 | 2 |
| 10. | 77 | Orzechowska | Noemi | 2006 | UKS Czapla Białe Błota | KP | 0:07:08 | +0:57 | 1 |
| 11. | 165 | Pawlak | Maja | 2006 | LKS Zuza Running Team | LD | 0:07:09 | +0:58 | |
| 12. | 179 | Napierała | Amelia | 2006 | LKS Kolutzki | LD | 0:07:14 | +1:03 | |
| 13. | 112 | Niziołek | Aleksandra | 2005 | STS Skarżysko-Kamienna | SK | 0:07:14 | +1:03 | |
| 14. | 65 | Chomik | Anna | 2006 | MKS Piast Głogów | DS | 0:07:22 | +1:11 | |
| 15. | 6 | Jaskot | Emilia | 2006 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:07:23 | +1:12 | |
| 16. | 502 | Szwajda | Anna | 2006 | KLKS Juventa-Kobex Starachowice | SK | 0:07:28 | +1:17 | |
| 17. | 81 | Prajzner | Julia | 2006 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:07:31 | +1:20 | |
| 18. | 39 | Bukowska | Olga | 2006 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:07:44 | +1:33 | |
| 19. | 9 | Łuc | Ola | 2006 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:07:52 | +1:41 | |
| 20. | 75 | Byczkowska | Amelia | 2005 | UKS Czapla Białe Błota | KP | 0:08:01 | +1:50 | |
| 21. | 195 | Kwiatek | Karolina | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:08:03 | +1:52 | |
| 22. | 79 | Lorenc | Julia | 2005 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:08:04 | +1:53 | |
| 23. | 194 | Krzewska | Maja | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:08:43 | +2:32 | |
| 24. | 191 | Jmielinska | Pola | 2005 | LKB Rudnik | SK | 0:09:12 | +3:01 | |

JUNIORZY MŁ. U18 ur. w 2003-2004 - 3,0 km - przewyższenie: +-140 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|-----------|------|------------------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 173 | Piątek | Michał | 2003 | CKS Budowlani Częstochowa | SL | 0:15:11 | -- | 10 |
| 2. | 64 | Rojek | Piotr | 2003 | MUKLA Dębica Korzeniowski.pl | PK | 0:15:23 | +0:12 | 9 |
| 3. | 229 | Szymański | Dawid | 2003 | SRS Kondycja Piaseczno | MZ | 0:15:35 | +0:24 | 8 |
| 4. | 201 | Ślifierz | Krzysztof | 2004 | LKB Rudnik | SK | 0:15:51 | +0:40 | 7 |
| 5. | 40 | Bukowski | Paweł | 2004 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:16:11 | +1:00 | 6 |
| 6. | 198 | Pawłós | Mikołaj | 2004 | LKB Rudnik | SK | 0:16:29 | +1:18 | 5 |
| 7. | 88 | Szromba | Szymon | 2004 | UKS Gminy Brzeszcze | MA | 0:16:43 | +1:32 | 4 |
| 8. | 172 | Kiszka | Dawid | 2003 | CKS Budowlani Częstochowa | SL | 0:16:47 | +1:36 | 3 |
| 9. | 181 | Szczepaniak | Igor | 2004 | LKS Kolutzki | LD | 0:16:56 | +1:45 | 2 |
| 10. | 117 | Sobstel | Rafał | 2004 | MLUKS Rawa | LD | 0:16:56 | +1:45 | 1 |
| 11. | 193 | Kozieł | Karol | 2004 | LKB Rudnik | SK | 0:22:35 | +7:24 | |
| DNF | 20 | Dudczak | Kacper | 2003 | LLKS Osowa Sień | LB | | | |

JUNIORKI MŁ. U18 ur. w 2003-2004 - 3,0 km - przewyższenie: +-140 m

| | | | | | | | | | |
|----|-----|--------------|------------|------|---------------------------------|----|---------|-------|----|
| 1. | 130 | Szydłowska | Julia | 2004 | UKS Żaczek Połaniec | SK | 0:17:07 | -- | 10 |
| 2. | 221 | Wojnar | Weronika | 2003 | KLKS Juventa-Kobex Starachowice | SK | 0:17:47 | +0:40 | 9 |
| 3. | 102 | Sot | Aleksandra | 2004 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:18:04 | +0:57 | 8 |
| 4. | 144 | Karolczuk | Aleksandra | 2004 | LUKS Boguszyce | LD | 0:18:05 | +0:58 | 7 |
| 5. | 116 | Sęczek | Martyna | 2004 | MLUKS Rawa | LD | 0:18:53 | +1:46 | 6 |
| 6. | 11 | Puk | Victoria | 2004 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:18:57 | +1:50 | 5 |
| 7. | 148 | Szklarska | Karolina | 2004 | UKS Filipides Teresin | MZ | 0:19:14 | +2:07 | 4 |
| 8. | 109 | Krzyżanowska | Julita | 2003 | KKB MOSIR Krosno | PK | 0:19:32 | +2:25 | 3 |

| M-ce | Nr | Nazwisko | Imię | Rok ur. | Klub | Woj. | Wynik | Strata | Pkt |
|------|-----|-------------|----------|---------|---------------------|------|----------------|--------|-----|
| 9. | 13 | Urbańska | Gabriela | 2004 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:19:55 | +2:48 | 2 |
| 10. | 110 | Roś | Martyna | 2003 | KKB MOSiR Krosno | PK | 0:19:59 | +2:52 | 1 |
| 11. | 7 | Kupiszewska | Beata | 2004 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:21:24 | +4:17 | |
| 12. | 49 | Gulczyńska | Adrianna | 2004 | LKS Zorza Gdynia | PM | 0:23:18 | +6:11 | |
| 13. | 104 | Stój | Natalia | 2004 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:25:21 | +8:14 | |

JUNIORZY U20 ur. w 2001-2002 - 3,0 km - przewyższenie: +-140 m

| | | | | | | | | | |
|----|-----|-----------|---------|------|-------------------------|----|----------------|-------|----|
| 1. | 78 | Kijowski | Dominik | 2001 | KB Krościenko Wyżne | PK | 0:15:05 | -- | 10 |
| 2. | 4 | Antosz | Wiktor | 2002 | MKS Rabka-Zdrój | MA | 0:15:17 | +0:12 | 9 |
| 3. | 120 | Arendt | Kacper | 2002 | GKS Olimpia Grudziądz | KP | 0:15:21 | +0:16 | 8 |
| 4. | 224 | Jaros | Dariusz | 2002 | UKS Piast Bolków | DS | 0:15:51 | +0:46 | 7 |
| 5. | 28 | Zieliński | Piotr | 2002 | MKS Tomaszów Mazowiecki | LD | 0:16:08 | +1:03 | 6 |
| 6. | 3 | Uchacz | Kacper | 2001 | KS AZS AWF Kraków | MA | 0:16:16 | +1:11 | 5 |
| 7. | 113 | Rugała | Dominik | 2002 | ULKS Gryf Rytwiany | SK | 0:17:10 | +2:05 | 4 |

JUNIORKI U20 ur. w 2001-2002 - 3,0 km - przewyższenie: +-140 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|-----------|------|---------------------------|----|----------------|-------|----|
| 1. | 115 | Ciołak | Magdalena | 2001 | MLUKS Rawa | LD | 0:16:52 | -- | 10 |
| 2. | 123 | Fiutek | Karolina | 2001 | UMKS Nadir Jędrzejów | SK | 0:17:45 | +0:53 | 9 |
| 3. | 126 | Ostrowska | Dominika | 2001 | UMKS Nadir Jędrzejów | SK | 0:18:20 | +1:28 | 8 |
| 4. | 12 | Smolarczyk | Karolina | 2002 | MKS-Stal Nowa Dęba | PK | 0:18:35 | +1:43 | 7 |
| 5. | 121 | Walisiewicz | Magdalena | 2002 | GKS Olimpia Grudziądz | KP | 0:19:23 | +2:31 | 6 |
| 6. | 89 | Lizis | Sabina | 2001 | MKS Halicz Ustrzyki Dolne | PK | 0:20:05 | +3:13 | 5 |
| 7. | 111 | Wszółek | Paulina | 2002 | KKB MOSiR Krosno | PK | 0:20:36 | +3:44 | 4 |
| DNF | 125 | Olesinska | Daria | 2001 | UMKS Nadir Jędrzejów | SK | | | |

SENIORZY ur. w 2000 i starsi - 6,0 km - przewyższenie: +-280 m

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-------------|-----------|------|-----------------------------------|----|----------------|--------|--|
| 1. | 190 | Jaśtał | Piotr | 1994 | LKB Rudnik | SK | 0:29:41 | -- | |
| 2. | 196 | Lepiarz | Sylwester | 1993 | LKB Rudnik | SK | 0:29:56 | +0:15 | |
| 3. | 225 | Tschirch | Krzysztof | 1999 | Biegaj z Pasją Szklarska Poręba | DS | 0:30:04 | +0:23 | |
| 4. | 520 | Bednarek | Adrian | 1990 | LUKS Start Nakło | KP | 0:31:04 | +1:23 | |
| 5. | 228 | Szczepański | Piotr | 2000 | SRS Kondycja Piaseczno | MZ | 0:31:07 | +1:26 | |
| 6. | 185 | Lipiński | Mateusz | 1999 | AML Słupsk | PM | 0:31:16 | +1:35 | |
| 7. | 171 | Dajnowski | Mateusz | 1994 | MKS Chojniczanka 1930 Chojnice SA | PM | 0:32:02 | +2:21 | |
| 8. | 87 | Młynarz | Kamil | 1990 | SKB Kraśnik | LU | 0:32:16 | +2:35 | |
| 9. | 122 | Wiśniewski | Damian | 2000 | GKS Olimpia Grudziądz | KP | 0:32:20 | +2:39 | |
| 10. | 124 | Gontarczyk | Rafał | 1989 | UMKS Nadir Jędrzejów | SK | 0:32:35 | +2:54 | |
| 11. | 1 | Frelík | Karol | 1992 | LKS Osuchów | MZ | 0:34:26 | +4:45 | |
| 12. | 182 | Wieczorek | Michał | 1999 | LKS Kolutzki | LD | 0:34:55 | +5:14 | |
| 13. | 207 | Jagiello | Michał | 1986 | LKB Rudnik | SK | 0:37:39 | +7:58 | |
| 14. | 300 | Pofmeacz | Tomasz | 1978 | LKB Rudnik | SK | 0:38:41 | +9:00 | |
| 15. | 186 | Baranski | Mateusz | 1983 | LKB Rudnik | SK | 0:47:31 | +17:50 | |
| 16. | 24 | Ciemiega | Artur | 1967 | LKB Rudnik | SK | 0:48:23 | +18:42 | |
| 17. | 177 | Kornaś | Marcin | 1978 | KL Ziemia Kłodzka | DS | 0:52:51 | +23:10 | |
| DNF | 230 | Wasiewicz | Krzysztof | 1992 | SRS Kondycja Piaseczno | MZ | | | |

SENIORKI ur. w 2000 i starsze - 6,0 km - przewyższenie: +-280 m

| | | | | | | | | | |
|----|-----|----------|-----------|------|-----------------------------|----|----------------|--------|--|
| 1. | 220 | Szyszka | Anna | 1990 | LŁKS Prefbet Śniadowo Łomża | PD | 0:34:42 | -- | |
| 2. | 299 | Kantor | Martyna | 1989 | LKB Rudnik | SK | 0:35:18 | +0:36 | |
| 3. | 106 | Woszczek | Danuta | 1978 | UKS Olimp Kozienice | MZ | 0:37:34 | +2:52 | |
| 4. | 23 | Wojtyła | Barbara | 1995 | AZS-AWF Katowice | SL | 0:39:32 | +4:50 | |
| 5. | 197 | Matysek | Agnieszka | 1978 | LKB Rudnik | SK | 0:46:09 | +11:27 | |

Liczba uczestników:219