

XXVII Międzynarodowy bieg uliczny po ziemi Makowskiej



Wyniki OPEN K/M

2019-05-18, Maków Podhalański

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	2,78km	5km	7,78	10km	Netto	Wynik
------	----	-----------------	--------	------	-----------	--------	--------	-----	------	------	-------	-------

Bieg główny 10 km

Kobiety

1.	881	Smowjenco Olesra	UKR	Tiraspol		K30 / Kl.gen	3:48	08:51,7	09:37,8	09:38,8	09:56,8	38:02,9	38:05,2
2.	844	Okseniuk Oksana	UKR	Luck	MK Luchesk	K30 / Kl.gen	3:53	09:03,7	09:47,0	09:47,6	10:16,4	38:54,8	38:54,8
3.	878	Wywłoka Paulina	POL	Wierzbna	Salco Garmin Team	K20 / Kl.gen	3:56	09:26,7	09:55,1	09:55,8	10:13,2	39:28,7	39:31,1
4.	889	Smyrak Justyna	UKR	Zawoja		K20 / Kl.gen	4:17	09:32,6	10:57,1	11:04,3	11:18,8	42:50,4	42:53,0
5.	897	Szczęch Patrycja	POL	Jachówka	ISL	K20 / 1	4:20	09:55,0	11:22,9	11:02,4	11:08,3	43:26,2	43:28,8
6.	876	Wrońska Beata	POL	Jasło		K30 / 1	4:23	10:32,6	11:13,3	11:02,4	11:06,5	43:52,6	43:55,0
7.	896	Jakimowich Natalia	POL	Luchesk		K50 / 1	4:27	10:25,5	11:13,6	10:55,3	12:02,0	44:33,5	44:36,6
8.	887	Pachura Kinga	POL	Mszana Dolna	Ultramaraton Babia Góra	K40 / 1	4:50	11:04,2	12:27,1	12:20,4	12:39,0	48:27,9	48:31,0
9.	858	Sikora Alicja	POL	Bielsko Biała	Team Sikora	K50 / 2	4:55	11:46,5	12:30,1	12:24,9	12:37,1	49:14,4	49:18,7
10.	850	Ratkowska Małgorzata	POL	Świecie	The Runners Świecie	K40 / 2	4:58	12:13,4	12:40,0	12:11,5	12:43,1	49:43,1	49:48,2
11.	842	Nowak Justyna	POL	Jordanów	UKS Delta Jordanów	K20 / 2	5:04	11:25,4	13:09,0	13:00,2	13:11,7	50:42,6	50:46,3
12.	806	Czarnecka Karolina	POL	Kościelisko	KB Śnieżka 1602	K30 / 2	5:12	11:49,2	13:14,4	13:29,7	13:38,7	52:06,7	52:12,2
13.	884	Sitarz Iwona	POL	Sucha Beskidzka		K30 / 3	5:14	12:06,8	13:25,1	13:01,8	13:55,8	52:25,2	52:29,5
14.	900	Kolaniak Jolanta	POL	Sidzina		K20 / 3	5:20	12:06,2	13:42,3	13:35,4	14:04,5	53:24,2	53:28,6
15.	818	Janusz Barbara	POL	Kaniów		K40 / 3	5:26	12:29,3	13:54,0	13:50,7	14:13,3	54:21,1	54:27,5
16.	863	Tomaszek-Kosoń Bernadeta	POL	Kraków	AZS AWF Kraków Masters	K40 / 4	5:47	13:36,7	15:09,4	14:26,1	14:44,8	57:51,3	57:57,2
17.	868	Wilga Ewa	POL	Kraków	Józefińska Team	K20 / 4	5:56	14:38,4	15:07,3	15:23,5	14:26,9	59:25,4	59:36,2
18.	879	Zachara Maria	POL	Rabka-Zdrój		K50 / 3	5:58	13:19,4	15:14,3	15:28,2	15:50,2	59:45,8	59:52,2
19.	828	Kozaczkiewicz Aneta	POL	Kraków	Józefińska Team	K40 / 5	6:19	15:00,1	15:50,1	15:50,2	16:43,6	1:03:14,3	1:03:24,1
20.	838	Mizia Marta	POL	Kraków	Kizie Mizie	K40 / 6	6:27	14:52,9	16:18,2	16:16,3	17:14,4	1:04:31,1	1:04:41,9
21.	870	Woźniak Barbara	POL	Kraków		K50 / 4	7:49	17:13,0	18:15,5	21:03,8	21:48,0	1:18:15,0	1:18:20,4



Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	2,78km	5km	7,78	10km	Netto	Wynik
Mężczyźni												
1.	885	Olijnyk Paweł	UKR Czernigiw	ORE Team Mizuro	M30 / Kl.gen	3:06	07:24,8	07:50,2	07:50,8	08:01,8	31:07,7	31:07,7
2.	813	Elasri Abderrahim	MAR Chorzów	Individual	M30 / Kl.gen	3:06	07:24,9	07:50,2	07:50,6	08:02,8	31:08,6	31:08,6
3.	843	Okseniuk Sergii	UKR Luck	MK Luchesk	M30 / Kl.gen	3:07	07:24,2	07:50,8	07:50,6	08:06,6	31:12,3	31:12,3
4.	883	Gorbusko Nicolaj	UKR Bendery		M20 / Kl.gen	3:12	07:24,4	08:06,0	08:13,7	08:23,3	32:07,6	32:07,6
5.	836	Marchuk Sergii	UKR Luck	MK Luchesk	M30 / 1	3:18	07:38,1	08:21,0	08:18,4	08:45,7	33:03,3	33:03,3
6.	877	Wydra Jan	POL Mszana Dolna	MOK Mszana Dolna	M40 / 1	3:21	07:51,0	08:29,8	08:29,6	08:45,7	33:36,2	33:36,2
7.	882	Chiriac Piotr	POL Tiraspol		M20 / 1	3:22	07:39,2	08:48,1	08:39,1	08:38,7	33:45,3	33:45,3
8.	820	Jarzębowicz Paweł	POL Oświęcim	Zadyszka	M40 / 2	3:40	08:43,7	09:23,1	09:10,5	09:28,7	36:46,1	36:46,1
9.	864	Tracz Łukasz	POL Jarosław	www.treningfizjoterapia.pl	M30 / 2	3:48	09:08,4	09:33,8	09:29,5	09:50,5	38:00,0	38:02,4
10.	875	Wójcik Janusz	POL Raba Wyżna	MOK Mszana Dolna	M50 / 1	3:49	09:08,0	09:42,7	09:45,1	09:43,2	38:19,2	38:19,2
11.	893	Wójcik Wiesław	POL Rudze		M50 / 2	3:51	09:08,7	09:49,0	09:38,4	09:58,8	38:35,0	38:35,0
12.	869	Witkowski Marek	POL Sucha Beskidzka	Suskibiegacz	M30 / 3	3:53	09:12,6	09:58,6	09:46,8	10:00,8	38:58,9	38:58,9
13.	891	Wolczko Grzegorz	POL Maków Podhalański	Tervel Team	M30 / 4	3:56	09:29,2	09:53,3	09:53,9	10:09,8	39:23,7	39:26,3
14.	880	Zemła Michał	POL Wadowice		M30 / 5	3:57	09:13,9	10:03,9	09:56,2	10:22,1	39:33,0	39:36,3
15.	823	Kilian Mateusz	POL Kraków	Józefińska Team	M30 / 6	3:58	09:37,9	10:10,8	09:50,1	10:10,1	39:46,7	39:49,0
16.	888	Sentysz Robert	POL Myślenice		M40 / 3	3:59	08:52,4	10:24,1	10:16,5	10:17,3	39:50,4	39:50,4
17.	849	Pudzisz Ryszard	POL Ludźmierz	MOK Mszana Dolna	M50 / 3	4:00	09:38,9	10:13,3	09:54,3	10:16,4	40:00,2	40:03,1
18.	817	Hasik Zbigniew	POL Sosnowiec		M50 / 4	4:02	09:20,5	10:08,5	10:17,4	10:41,6	40:25,8	40:28,2
19.	812	Dyrek Michał	POL Mszana Górna	MOK Mszana Dolna	M30 / 7	4:03	09:39,8	10:17,0	10:09,7	10:28,8	40:32,1	40:35,5
20.	826	Kosoń Marcin	POL Kraków	Lacho Team	M50 / 5	4:20	10:13,5	11:04,1	10:58,7	11:13,8	43:27,1	43:30,2
21.	840	Nadkański Marek	POL Mszana Górna	MOK Mszana Dolna	M50 / 6	4:23	10:32,3	11:06,3	11:01,4	11:20,5	43:57,3	44:00,5
22.	892	Folwarski Grzegorz	POL Raba Wyżna		M40 / 4	4:24	10:19,7	11:18,1	11:16,2	11:20,9	44:09,9	44:15,1
23.	830	Kudzia Szymon	POL Grzechynia		M20 / 2	4:29	09:56,8	11:23,2	11:23,6	12:17,2	44:56,2	45:01,0
24.	899	Pajak Wojciech	POL Wieprzec		M20 / 3	4:30	10:33,6	12:01,8	11:33,6	10:59,4	45:05,1	45:08,5
25.	857	Sikora Stefan	POL Bielsko Biała	Team Sikora	M60 / 1	4:31	10:51,0	11:26,6	11:23,3	11:34,4	45:10,7	45:15,4
26.	815	Gaweł Bogdan	POL Oświęcim	Festiwal Biegowy w Krynicy-Zdrój	M60 / 2	4:35	10:50,3	11:26,8	11:23,6	12:22,1	45:58,6	46:02,9
27.	835	Łyżnicki Zygmunt	POL Mszana Dolna	MOK Mszana Dolna	M60 / 3	4:41	10:50,3	11:57,1	11:54,3	12:12,1	46:50,2	46:53,9
28.	873	Wójcik Mariusz	POL Osielec		M40 / 5	4:41	10:54,5	11:55,7	11:58,9	12:08,7	46:53,1	46:57,9
29.	803	Bednarz Waclaw	POL Jordanów		M30 / 8	4:42	10:41,4	11:59,2	11:58,1	12:32,4	47:04,4	47:11,2
30.	855	Siess Jarosław	POL Pabianice		M50 / 7	4:50	11:27,9	12:11,4	12:21,6	12:32,9	48:27,5	48:33,9
31.	831	Kwak Łukasz	POL Stryszawa		M30 / 9	4:53	11:00,3	12:38,3	12:42,9	12:44,6	48:59,3	49:06,3
32.	814	Gacek Grzegorz	POL Jordanów	Pszczółka Team	M40 / 6	4:56	10:45,4	12:28,6	12:46,0	13:27,5	49:23,1	49:27,6
33.	847	Pajak Marcin	CAN Milton		M40 / 7	4:56	11:26,4	12:44,8	12:35,9	12:45,9	49:29,1	49:33,2
34.	901	Saalachak Andrzej	POL		M60 / 4	4:57	11:07,9	12:33,7	12:52,3	13:06,3	49:35,3	49:40,3

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	2,78km	5km	7,78	10km	Netto	Wynik
35.	898	Folwarski Zbigniew	POL Naprava		M30 / 10	5:02	11:45,9	13:00,8	12:54,2	12:49,7	50:24,9	50:30,8
36.	886	Szczurek Piotr	POL Grzechnów		M40 / 8	5:03	11:54,5	12:52,5	12:54,1	12:54,7	50:30,8	50:35,9
37.	890	Jeleń Janusz	POL Maków Podhalański		M50 / 8	5:04	12:02,4	12:50,1	12:50,2	13:09,8	50:44,8	50:52,6
38.	821	Jarzyna Michał	POL Wrocław	Silesian Invaders	M20 / 4	5:24	11:38,3	13:42,1	14:02,2	14:45,0	54:03,9	54:07,8
39.	801	Antolak Edward	POL Katowice	TKKF Saturn Czeladź	M60 / 5	5:33	12:52,6	13:47,1	14:14,7	14:50,3	55:38,9	55:44,9
40.	839	Mizia Ryszard	POL Kraków	Kizie Mizie	M50 / 9	5:34	12:44,1	14:25,5	14:13,5	14:33,2	55:46,9	55:56,5
41.	834	Łysiak Krzysztof	POL Maków Podhalański		M40 / 9	5:45	13:39,7	14:20,6	14:37,7	15:12,1	57:36,3	57:50,2
42.	894	Lankosz Wojciech	POL Biesko-Biała		M30 / 11	5:45	13:39,5	14:20,3	14:36,8	15:14,2	57:37,6	57:51,0
43.	871	Woźniczka Radosław	POL Kraków	Józefińska Team	M40 / 10	5:47	12:51,1	14:26,4	14:57,8	15:48,9	57:55,0	58:04,4
44.	853	Rzepa Andrzej	POL Grodzisko	Józefińska Team	M30 / 12	5:50	14:38,0	15:07,4	15:23,8	13:28,7	58:27,8	58:38,1
45.	811	Dymarski Maciej	POL Wrocław	Silesian Invaders	M20 / 5	6:01	13:47,2	15:36,9	15:26,3	15:27,6	1:00:14,7	1:00:18,3
46.	895	Macięga Marcin	POL		M30 / 13	6:00	14:22,0	15:17,3	14:56,4	15:44,6	1:00:09,0	1:00:20,4

Bieg 5 km

Kobiety

1.	904	Bahranowska Maria	POL Kraków	AZS AWF Kraków Masters	A / 1	4:10	09:35,1	11:19,2			20:52,0	20:54,4
2.	928	Płoska Monika	POL Katowice		A / 2	4:26	10:36,5	11:38,9			22:12,6	22:15,5
3.	942	Wróbel Karolina	POL Sucha Beskidzka	#AdamCzerwińskiTeam	A / 3	5:01	11:30,1	13:37,4			25:05,0	25:07,6
4.	980	Porębska Wioletta	POL		B / 1	5:30	13:21,3	14:16,0			27:31,1	27:37,4
5.	916	Jałocha Zofia	POL Jordanów		B / 2	5:31	13:42,2	13:56,8			27:35,3	27:39,0
6.	964	Surzyn Aleksandra	POL Stryszowa		A / 4	5:46	13:45,2	15:13,3			28:51,9	28:58,6
7.	968	Pieczara Magdalena	POL Maków Podhalański		A / 5	6:09	15:02,8	15:50,7			30:47,5	30:53,6
8.	936	Szwed Karolina	POL Kurów	OSP Kurów	A / 6	6:13	14:30,9	16:45,7			31:09,1	31:16,7
9.	912	Duda Lucyna	POL Mogilany	WATAHA Łączy nas bieganie	B / 3	6:19	15:05,5	16:38,1			31:38,0	31:43,6
10.	944	Żurek Elżbieta	POL Stryszawa		B / 4	6:22	15:20,7	16:40,4			31:50,8	32:01,1
11.	932	Sarna Karolina	POL Białka	OSP Białka	A / 7	6:25	15:15,2	17:04,2			32:06,6	32:19,4
12.	937	Wcisło Paulina	POL Białka	ZOZ	A / 8	6:25	15:15,3	17:04,4			32:06,6	32:19,7
13.	940	Winkler Adam	POL Myślenice		B / 5	6:33	15:12,5	17:41,2			32:48,2	32:53,8
14.	941	Winkler Agata	POL Myślenice	Active Academy	B / 6	6:33	15:12,2	17:41,5			32:48,3	32:53,8
15.	975	Wilusz Agnieszka	POL Zembrzyce		A / 9	6:53	16:00,7	18:36,7			34:25,5	34:37,5
16.	974	Tokarz Justyna	POL Zembrzyce		B / 7	6:53	16:01,2	18:36,4			34:25,5	34:37,7
17.	982	Sala-Tłałka Magdalena	POL Marcówka		A / 10	7:05	17:01,9	18:31,4			35:25,4	35:33,3
18.	856	Sikora Marta	POL Kraków	Józefińska Team	B / 8	7:08	17:10,0	18:39,9			35:40,9	35:49,9
19.	965	Górka Jolanta	POL Sucha Beskidzka		B / 9	7:11	16:44,6	19:20,8			35:59,3	36:05,5
20.	925	Molenda Agnieszka	POL Kraków	Józefińska Team	B / 10	7:37	18:28,9	19:48,7			38:05,7	38:17,6

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	2,78km	5km	7,78	10km	Netto	Wynik
21.	919	Kulak Agata	POL Podwilk		B / 11	7:41	16:58,1	21:32,5			38:26,1	38:30,6
22.	922	Łysiak Paulina	POL Kraków		A / 11	7:41	18:23,9	20:14,3			38:25,1	38:38,2
23.	938	Wilga Katarzyna	POL Kraków	Józefińska Team	B / 12	8:30	20:10,7	22:34,6			42:33,8	42:45,4

Mężczyźni

1.	810	Drabik Emil	POL Mszana Dolna	MOK Mszana Dolna	D / 1	3:18	07:39,3	08:51,7			16:31,0	16:31,0
2.	917	Kastelik Szymon	POL Gilowice	Grzmot Gilowice	D / 2	3:47	09:05,4	09:51,5			18:56,9	18:56,9
3.	976	Franczak Paweł	POL Skawica	Huragan Skawica	D / 3	3:52	09:21,2	10:04,3			19:22,7	19:25,6
4.	911	Bruzda Sebastian	POL Maków Podhalański		D / 4	3:54	09:18,3	10:18,0			19:33,5	19:36,4
5.	926	Ostafin Szymon	POL Trzebnia	Husaria Race Team	D / 5	4:03	09:32,5	10:45,0			20:15,0	20:17,6
6.	861	Stachowski Damian	POL Stryszawa	Mocni Pomocni	D / 6	4:13	10:33,7	10:40,9			21:07,6	21:14,7
7.	935	Szwed Tomasz	POL Kurów	OSP Kurów	D / 7	4:20	10:00,8	11:48,1			21:44,0	21:48,9
8.	973	Kapa Andrzej	POL Czeladź		F / 1	4:23	10:25,4	11:33,3			21:56,1	21:58,8
9.	913	Działek Jarosław	POL Kraków		D / 8	4:24	10:37,4	11:28,5			22:02,1	22:05,9
10.	908	Bilnik Łukasz	POL Zembrzyce	Beskid Run Team	E / 1	4:25	10:33,1	11:37,8			22:07,5	22:11,0
11.	905	Baran Jacek	POL Świnna Poręba		E / 2	4:26	10:24,6	11:54,8			22:14,6	22:19,4
12.	963	Grajny Piotr	POL Lachowice	Mocni Pomocni	E / 3	4:28	10:48,0	11:41,5			22:22,9	22:29,6
13.	943	Zaręba-Głód Emanuel	POL Baczyn		D / 9	4:36	10:44,5	12:20,6			23:01,4	23:05,2
14.	910	Bomba Damian	POL Świętochłowice		E / 4	4:41	10:54,1	12:36,6			23:25,3	23:30,7
15.	933	Steczek Jerzy	POL Maków Podhalański		E / 5	4:43	11:10,7	12:31,1			23:39,3	23:41,9
16.	981	Kosowski Adam	POL Podolsze		E / 6	4:47	11:23,3	12:37,0			23:56,5	24:00,3
17.	945	Żurek Przemysław	POL Stryszawa		D / 10	4:47	11:06,7	12:58,0			23:58,5	24:04,7
18.	930	Ryś Wacław	POL Myślenice	Zarabie-biega	F / 2	4:48	11:27,3	12:42,8			24:04,1	24:10,2
19.	971	Lencyk Krystian	POL Maków Podhalański		D / 11	5:02	12:16,2	13:04,7			25:14,3	25:21,0
20.	966	Górka Bogusław	POL Sucha Beskidzka		E / 7	5:04	12:42,1	12:46,5			25:22,3	25:28,6
21.	914	Guzik Michał	POL Justynów		D / 12	5:05	11:42,1	13:50,0			25:27,4	25:32,2
22.	984	Konarski Maciej	POL Wrocław		D / 13	4:49	11:39,5	13:58,4			24:09,0	25:38,0
23.	969	Zachura Szymon	POL Stryszawa		D / 14	5:13	12:24,9	13:49,2			26:05,9	26:14,2
24.	918	Kąkol Jarosław	POL Stryszawa	Ludzie Jara	D / 15	5:20	12:59,2	13:52,7			26:44,1	26:52,0
25.	946	Żurek Jan	POL Stryszawa		E / 8	5:23	12:54,9	14:14,2			26:59,2	27:09,2
26.	924	Misinieć Bogdan	POL Zubrzyca Górna	Pszczółka Team	E / 9	6:46	14:23,1	19:35,8			33:53,5	33:59,0
27.	909	Błazejewski Dominik	POL Wrocław	Silesian Invaders	D / 16	6:50	15:39,0	18:37,5			34:12,4	34:16,5

Marsz Nordic Walking 5 km

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	2,78km	5km	7,78	10km	Netto	Wynik
Kobiety												
1.	957	Nieciąg Sabina	POL Śleszowice	Mocni Pomocni	G / 1	6:42	16:14,6	17:25,6			33:32,7	33:40,3
2.	952	Kowalczyk Joanna	POL Kraków	Lux Torpeda Małopolska	H / 1	7:22	17:49,5	19:12,8			36:52,9	37:02,4
3.	983	Fluder Katarzyna	POL Jaszczurowa		G / 2	7:52	19:50,0	19:45,3			39:24,4	39:35,4
4.	960	Piechowska Anna	POL Kraków		H / 2	8:13	20:49,9	20:28,7			41:06,3	41:18,7
5.	949	Jankowska Wioletta	POL Katowice	Poszli w las	H / 3	8:17	20:19,1	21:19,1			41:29,2	41:38,3
6.	951	Jarzyna Anna	POL Jasienica		H / 4	8:24	20:36,7	21:36,3			42:04,8	42:13,1
7.	979	Paździora Anna	POL Wadowice		G / 3	8:34	20:58,5	22:03,0			42:52,7	43:01,5
8.	967	Szczurk Halina	POL Grzechynia		G / 4	8:39	21:43,0	21:44,0			43:19,3	43:27,1
9.	954	Król-Rusin Anna	POL Maków Podhalański		H / 5	8:42	21:23,8	22:21,6			43:33,2	43:45,5
10.	978	Paździora Barbara	POL Wadowice		H / 6	10:01	24:37,0	25:39,8			50:05,7	50:16,9

Mężczyźni

1.	958	Ordzowiak Piotr	POL Osielec	Lux Torpeda Małopolska	K / 1	5:54	14:35,0	15:06,1			29:34,0	29:41,1
2.	948	Gratka Mirosław	POL Kojszówka	Lux Torpeda Małopolska	K / 2	6:07	14:50,9	15:56,5			30:39,9	30:47,4
3.	959	Paździora Mariusz	POL Wadowice	Lux Torpeda Małopolska	K / 3	6:49	16:15,5	18:00,9			34:08,3	34:16,5
4.	953	Kowalczyk Tadeusz	POL Kraków	Lux Torpeda Małopolska	L / 1	6:50	16:21,8	17:59,2			34:12,9	34:21,0
5.	947	Florek Michał	POL Kraków	Wojsko Polskie	J / 1	6:59	17:10,9	17:56,4			34:57,8	35:07,3
6.	970	Majkrzak Mariusz	POL Maków Podhalański	Mocni Pomocni	K / 4	7:12	17:29,6	18:42,2			36:03,6	36:11,9
7.	962	Wajdzik Adam	POL Krzeszów		J / 2	7:45	19:03,2	19:54,6			38:47,4	38:57,9
8.	961	Sala Andrzej	POL Kojszówka	Podbabiogórskie Nordic Walking	K / 5	7:46	18:58,8	20:04,3			38:51,1	39:03,1
9.	950	Jankowski Andrzej	POL Katowice	Poszli w las	L / 2	8:17	20:32,9	21:05,4			41:27,8	41:38,3

Bieg Juniora

Mężczyźni

1.	972	Pochopień Szymon	POL Stryszawa			3:24	09:30,9				09:30,9	09:30,9
----	-----	------------------	---------------	--	--	------	---------	--	--	--	---------	----------------

Liczba uczestników: 137