

# IV Bieg Zielonego Jabłuszka

## Wyniki OPEN K/M



2021-05-16, Skierniewice

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./m-ce	min/km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)
------	----	-----------------	--------	------	-----------	--------	------	------	----------------

### Bieg główny 10 km

#### Kobiety

1.	100	<b>Szymkowicz Julia</b>	POL	Bobrowniki	UKS Pijarski Klub Sportowy W Łowiczu	K20 / Kl.gen	4:07	22:37	18:32	<b>41:09</b>
2.	5	<b>Ambroziak Sylwia</b>	POL	Łowicz	SebaTeam Łowicz	K45 / Kl.gen	4:22	23:22	20:16	<b>43:37</b>
3.	145	<b>Zielińska Diana</b>	POL	Warka	KS Start Pulaski Warka	K30 / Kl.gen	4:33	24:11	21:18	<b>45:28</b>
4.	30	<b>Hołownicka Katarzyna</b>	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	K30 / 1	4:41	24:22	22:26	<b>46:48</b>
5.	138	<b>Przybyła Agnieszka</b>	POL	Ława	Run Goku Team	K20 / 1	4:45	24:48	22:42	<b>47:30</b>
6.	3	<b>Adamkiewicz Natalia</b>	POL	Łódź	Łódźruncrew/jakoTeam	K30 / 2	4:53	26:34	22:14	<b>48:48</b>
7.	1	<b>Adamczyk Agata</b>	POL	Skierniewice		K30 / 3	4:58	27:34	22:05	<b>49:38</b>
8.	82	<b>Rosa Agnieszka</b>	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	K45 / 1	4:59	27:14	22:29	<b>49:42</b>
9.	110	<b>Wróbel Małgorzata</b>	POL	Rawa Mazowiecka		K20 / 2	4:59	27:06	22:38	<b>49:43</b>
10.	111	<b>Wysocka Anna</b>	POL	Skierniewice		K45 / 2	5:09	28:00	23:30	<b>51:30</b>
11.	85	<b>Samson Andżelika</b>	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	K30 / 4	5:10	27:33	24:06	<b>51:39</b>
12.	75	<b>Piorun Ewelina</b>	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	K30 / 5	5:17	28:38	24:12	<b>52:49</b>
13.	15	<b>Cabańska Dorota</b>	POL	Łomianki		K30 / 6	5:20	27:00	26:19	<b>53:18</b>
14.	112	<b>Zabost Anna</b>	POL	Goleńsko		K30 / 7	5:34	29:42	25:57	<b>55:38</b>
15.	113	<b>Zabost Justyna</b>	POL	Goleńsko		K30 / 8	5:34	29:42	25:57	<b>55:39</b>
16.	77	<b>Pochwała Justyna</b>	POL	Łowicz	Natalia Tomasiak Górski Styl Team	K30 / 9	5:46	30:37	26:55	<b>57:31</b>
17.	40	<b>Kaniewska Monika</b>	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	K45 / 3	5:48	30:52	27:00	<b>57:51</b>
18.	87	<b>Sikora Katarzyna</b>	POL	Łowicz		K30 / 10	5:49	30:14	27:51	<b>58:04</b>
19.	16	<b>Cichal Agata</b>	POL	Łowicz	#happyrunners	K30 / 11	5:54	30:58	27:57	<b>58:54</b>
20.	63	<b>Misiak Agnieszka</b>	POL	Łowicz	Starzyńskiego Biega Łowicz Polska	K45 / 4	5:57	31:22	28:07	<b>59:28</b>
21.	80	<b>Pokrop Agnieszka</b>	POL	Skierniewice	Natalia Tomasiak Górski Styl Team	K30 / 12	6:06	32:56	28:02	<b>1:00:57</b>
22.	33	<b>Janeczek Kinga</b>	POL	Rawa Mazowiecka		K30 / 13	6:23	33:09	30:33	<b>1:03:42</b>
23.	47	<b>Kochman Iwona</b>	POL	Warszawa	Vege Runners	K45 / 5	6:23	33:26	30:23	<b>1:03:49</b>
24.	117	<b>Ziółkowska Kinga</b>	POL	Łowicz	#happyrunners	K45 / 6	6:26	33:10	31:11	<b>1:04:20</b>
25.	101	<b>Terpiłowska Agnieszka</b>	POL	Pruszków		K30 / 14	6:29	33:10	31:36	<b>1:04:45</b>
26.	7	<b>Anyszka Małgorzata</b>	POL	Łowicz	#happyrunners	K30 / 15	6:47	35:04	32:42	<b>1:07:46</b>

#### Mężczyźni

1.	137	<b>Przybyła Adrian</b>	POL	Ława	Run Goku Team	M30 / Kl.gen	3:22	18:57	14:37	<b>33:33</b>
2.	28	<b>Gromek Radosław</b>	POL	Warszawa	AZS AWF Warszawa	M30 / Kl.gen	3:23	18:57	14:52	<b>33:49</b>

# Wyniki OPEN K/M

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)
3.	74	Pietrzyk Krzysztof	POL	Koluszki	Pietrzyk Running Team	M30 / Kl.gen	3:33	19:00	16:21	35:21
4.	57	Kwasiborski Patryk	POL	Nowe Rościszewo	TKKF Kubuś Sierpc	M20 / 1	3:37	19:06	17:02	36:07
5.	70	Pająk Bartłomiej	POL	Skierniewice	SMSklima	M30 / 1	3:42	19:56	17:03	36:58
6.	94	Stacherskie Łukasz	POL	Przedbórz	Przedbórz Runners Team	M30 / 2	3:45	19:55	17:33	37:28
7.	20	Dołba Arkadiusz	POL	Lublin	Dołba Team	M30 / 3	3:51	20:17	18:08	38:25
8.	9	Basiak Piotr	POL	Warka	KS Start Pulaski Warka	M20 / 2	3:52	20:53	17:40	38:33
9.	81	Przybył Mateusz	POL	Skierniewice		M30 / 4	3:53	20:13	18:31	38:43
10.	148	Frączek Wojciech	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	M30 / 5	3:55	20:29	18:34	39:03
11.	48	Kolos Tomasz	POL	Łowicz	SebaTeam Łowicz	M30 / 6	3:57	21:10	18:11	39:21
12.	96	Szewczyk Jarosław	POL	Nowy Bedoń		M45 / 1	3:57	21:19	18:06	39:24
13.	4	Ambroziak Zbigniew	POL	Łowicz	SebaTeam Łowicz	M45 / 2	3:58	21:32	18:03	39:35
14.	73	Pietrzak Adam	POL	Mysłaków	SebaTeam Łowicz	M30 / 7	4:00	21:19	18:35	39:53
15.	39	Kancała Łukasz	POL	Warszawa		M30 / 8	4:03	21:23	19:07	40:29
16.	93	Sobczak Robert	POL	Łódź		M30 / 9	4:06	21:29	19:30	40:58
17.	54	Kroc Mirosław	POL	Skierniewice		M30 / 10	4:07	21:58	19:05	41:02
18.	61	Michalik Mateusz	POL	Rawa Mazowiecka	Fundacja Biegamy Polesie	M30 / 11	4:07	22:09	19:01	41:09
19.	13	Buchta Maciej	POL	Piorków Trybunalski		M30 / 12	4:09	22:13	19:10	41:23
20.	11	Bednarek Piotr	POL	Rawa Mazowiecka		M30 / 13	4:10	22:10	19:22	41:31
21.	55	Kumanowski Piotr	POL	Rawa Mazowiecka	Rawa Tim Zawsze Slim	M30 / 14	4:11	22:41	19:04	41:44
22.	144	Grzyb Dorian	POL	Rawa Mazowiecka		M30 / 15	4:12	22:39	19:14	41:52
23.	8	Asiński Piotr	POL	Żyrardów	Run De Girard	M45 / 3	4:12	22:37	19:21	41:58
24.	34	Jażdżyk Konrad	POL	Sierpc	TKKF Kubuś Sierpc	M20 / 3	4:13	22:06	20:01	42:06
25.	95	Stępniaś Rafał	POL	Rawa Mazowiecka	Rawa Tim Zawsze Slim	M30 / 16	4:14	22:42	19:30	42:11
26.	107	Witczak Piotr	POL	Skierniewice		M30 / 17	4:16	22:37	19:54	42:31
27.	102	Tulo Piotr	POL	Warka	KS Start Pulaski Warka	M45 / 4	4:17	22:45	19:56	42:41
28.	36	Kacprzyk Alex	POL	Warszawa	RP Runners	M45 / 5	4:17	22:57	19:48	42:45
29.	108	Woliński Benedykt	POL	Skierniewice		M45 / 6	4:17	22:58	19:49	42:47
30.	24	Gachowski Łukasz	POL	Wrocław		M45 / 7	4:19	22:50	20:19	43:08
31.	35	Jędrzejczak Arkadiusz	POL	Skierniewice		M20 / 4	4:23	22:54	20:53	43:47
32.	109	Wójt Sylwester	POL	Skierniewice	Trucht Maraton Skierniewice	M45 / 8	4:27	24:17	20:07	44:24
33.	32	Jagiełło Michał	POL	Zapady	ParkRun Skierniewice	M45 / 9	4:28	24:08	20:25	44:33
34.	103	Uljasz Krzysztof	POL	Boska Wola	KS Start Pulaski Warka	M45 / 10	4:28	23:48	20:48	44:36
35.	99	Szymczak Dawid	POL	Skierniewice		M30 / 18	4:28	24:28	20:12	44:40
36.	114	Zawadzki Damian	POL	Łowicz	#happyrunners	M30 / 19	4:29	23:55	20:49	44:43
37.	21	Duch Marcin	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	M30 / 20	4:29	24:19	20:32	44:50
38.	41	Karkuciński Michał	POL	Skierniewice		M20 / 5	4:30	23:40	21:17	44:56
39.	84	Sadowy Robert	POL	Skierniewice	RS Project	M30 / 21	4:30	24:25	20:35	44:59
40.	89	Skierski Adrian	POL	Łowicz	Ulani Team	M30 / 22	4:32	23:45	21:29	45:14
41.	146	Wiśniewski Robert	POL	Warka		M30 / 23	4:34	24:10	21:24	45:34
42.	14	Bugajski Adam	POL	Warszawa		M45 / 11	4:35	24:39	21:03	45:42

# Wyniki OPEN K/M

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)
43.	29	Grzeszkiewicz Przemyslaw	POL	Skierniewice		M45 / 12	4:35	24:20	21:28	45:48
44.	65	Nowak Tomasz	POL	Łowicz	SebaTeam Łowicz	M30 / 24	4:36	23:21	22:36	45:57
45.	98	Szymański Marek	POL	Skierniewice		M30 / 25	4:38	24:12	22:06	46:17
46.	91	Skreća Krzysztof	POL	Mokra Lewa	ParkRun Skierniewice	M30 / 26	4:42	24:35	22:17	46:51
47.	37	Kalisiak Tomasz	POL	Skierniewice		M45 / 13	4:43	24:38	22:28	47:06
48.	18	Dalgiewicz Dariusz	POL	Łomianki		M45 / 14	4:44	25:03	22:17	47:20
49.	143	Dziekoński Krzysztof	POL	Łódź	JakoTeam	M45 / 15	4:48	26:34	21:21	47:54
50.	51	Kosiorek Daniel	POL	Łowicz		M30 / 27	4:51	26:57	21:27	48:24
51.	25	Gierach Mariusz	POL	Rawa Mazowiecka		M30 / 28	4:52	25:51	22:41	48:31
52.	59	Melon Tomasz	POL	Skierniewice		M30 / 29	4:52	26:20	22:15	48:34
53.	2	Adamkiewicz Michał	POL	Łódź	Łódźruncrew/jakoTeam	M30 / 30	4:53	26:33	22:16	48:48
54.	105	Warabieda Michał	POL	Skierniewice		M20 / 6	4:55	25:34	23:32	49:06
55.	56	Kuśmierz Jerzy	POL	Skierniewice		M45 / 16	4:55	26:12	22:55	49:06
56.	62	Mikołajewski Michał	POL	Rawa Mazowiecka		M20 / 7	4:56	25:41	23:31	49:12
57.	78	Pokora Arkadiusz	POL	Skierniewice		M20 / 8	4:56	26:59	22:19	49:18
58.	79	Pokora Mariusz	POL	Skierniewice		M20 / 9	4:57	27:08	22:14	49:22
59.	17	Czuba Łukasz	POL	Skierniewice		M20 / 10	5:00	26:16	23:40	49:55
60.	43	Kazubski Radosław	POL	Rawa Mazowiecka		M30 / 31	5:02	27:05	23:15	50:20
61.	44	Klepacz Tomasz	POL	Grabina Radziwiłłowska		M30 / 32	5:03	26:55	23:33	50:27
62.	46	Kocęba Piotr	POL	Skierniewice		M20 / 11	5:04	27:04	23:29	50:33
63.	42	Kasprzak Dariusz	POL	Warka	KS Start Pulaski Warka	M45 / 17	5:06	26:38	24:17	50:55
64.	142	Mikulski Mateusz	POL	Skierniewice		M20 / 12	5:08	27:32	23:42	51:14
65.	83	Rutkowski Mateusz	POL	Skierniewice	Wakacyjna Demolka	M30 / 33	5:10	27:28	24:09	51:37
66.	86	Samson Marcin	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	M30 / 34	5:10	27:33	24:04	51:37
67.	149	Połeć Wojciech	POL	Skierniewice		M30 / 35	5:13	28:53	23:14	52:06
68.	58	Łukawski Seweryn	POL	Skierniewice		M30 / 36	5:14	27:38	24:42	52:19
69.	140	Rochmiński Bogdan	POL	Lesiew	BROKEN CAREERS	M45 / 18	5:14	27:54	24:27	52:20
70.	19	Doliński Adam	POL	Warszawa	KB Legionowo	M30 / 37	5:17	28:53	23:55	52:47
71.	69	Pająk Sebastian	POL	Dąbrowice		M30 / 38	5:19	27:28	25:34	53:01
72.	72	Pawlak Marek	POL	Łowicz	R-Team Łowicz	M45 / 19	5:19	29:38	23:26	53:03
73.	147	Siuciński Robert	POL	Łask		M30 / 39	5:20	28:05	25:10	53:14
74.	53	Krawczyk Marcin	POL	Skierniewice		M30 / 40	5:23	29:39	24:08	53:46
75.	67	Nowakowski Stefan	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	M30 / 41	5:24	29:30	24:22	53:52
76.	26	Gołka Arkadiusz	POL	Rawa Mazowiecka		M20 / 13	5:24	27:28	26:24	53:52
77.	52	Kowalski Mariusz	POL	Skierniewice		M30 / 42	5:24	29:28	24:29	53:56
78.	88	Skierski Henryk	POL	Łowicz		M45 / 20	5:25	28:07	25:57	54:03
79.	92	Smółka Przemek	POL	Łowicz		M30 / 43	5:27	29:29	24:58	54:26
80.	50	Końkowski Jakub	POL	Skierniewice		M30 / 44	5:31	28:24	26:42	55:06
81.	49	Końkowski Lech	POL	Skierniewice		M45 / 21	5:31	28:24	26:42	55:06
82.	45	Kłęb Adam	POL	Skierniewice		M45 / 22	5:34	29:44	25:49	55:32

# Wyniki OPEN K/M

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)
83.	66	Nowak Adam	POL	Skierniewice	Hanow	M45 / 23	5:34	29:36	25:57	55:33
84.	97	Szewczyk Robert	POL	Mszczonów		M45 / 24	5:34	29:48	25:46	55:33
85.	31	Jagieluk Jacek	POL	Łowicz	#happyrunners	M30 / 45	5:35	28:51	26:57	55:48
86.	141	Gładki Arkadiusz	POL	Skierniewice		M30 / 46	5:38	30:46	25:26	56:11
87.	68	Oczakowski Włodzimierz	POL	Rawa Mazowiecka	Kra-Kers Rawa Mazowiecka	M45 / 25	5:39	29:25	26:59	56:23
88.	116	Ziombki Sebastian	POL	Skierniewice		M30 / 47	5:39	30:47	25:42	56:28
89.	60	Michalak Dominik	POL	Smardzew		M30 / 48	5:41	29:26	27:18	56:44
90.	118	Zwoliński Jarosław	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	M30 / 49	5:46	30:52	26:42	57:34
91.	71	Pawlak Przemysław	POL	Łowicz	R-Team Łowicz	M20 / 14	6:04	30:14	30:24	1:00:38
92.	115	Zbącki Konrad	POL	Skierniewice	Noba-Sanit Gruntowe Pompy Ciepła	M30 / 50	6:17	30:59	31:42	1:02:41
93.	90	Skowronek Jacek	POL	Skierniewice	Skierniewickie Poranki Biegowe	M45 / 26	6:19	32:05	31:03	1:03:07
94.	64	Nagłowski Piotr	POL	Skierniewice		M30 / 51	6:21	32:57	30:30	1:03:26
95.	27	Grochulski Rafał	POL	Balcerów		M45 / 27	6:26	32:56	31:24	1:04:20
96.	139	Strzechmiński Mateusz	POL	Bełchów		M20 / 15	6:30	33:48	31:09	1:04:56
97.	10	Bednarek Tomasz	POL	Maków		M30 / 52	6:37	33:04	33:06	1:06:09
DNF	12	Bładowski Artur	POL	Łowicz	SebaTeam Łowicz			20:12		

## Marsz Nordic Walking 5 km

### Kobiety

1.	131	Radke-Witczak Ewelina	POL	Skierniewice			6:59	34:55		34:55
2.	126	Nietrzebka Aleksandra	POL	Żyrardów			7:26	37:10		37:10
3.	121	Dankiewicz Barbara	POL	Łowicz	Zawsze Młodzi NW Łódź		7:29	37:22		37:22
4.	128	Nowak Hanna	POL	Skierniewice	Hanow		7:29	37:22		37:22
5.	133	Stanecka Małgorzata	POL	Skierniewice			7:45	38:41		38:41
6.	129	Owczarek Magdalena	POL	Międzyborów			8:23	41:52		41:52
7.	123	Gdańska Aneta	POL	Kowal			8:29	42:21		42:21
8.	119	Błądek Jolanta	POL	Łódź	Zawsze Młodzi NW Łódź		8:42	43:29		43:29
9.	122	Gać Anna	POL	Bobrowniki			8:50	44:08		44:08
10.	125	Marasek Justyna	POL	Skierniewice			9:18	46:29		46:29

### Mężczyźni

1.	136	Świderek Marcin	POL	Skierniewice	NW Człapski Team		6:32	32:39		32:39
2.	124	Gołębiowski Krzysztof	POL	Łódź	Zawsze Młodzi NW Łódź		6:54	34:27		34:27
3.	135	Stanecki Maciek	POL	Skierniewice			7:00	35:00		35:00
4.	132	Rylił Paweł	POL	Skierniewice	Bolące Piszczele		7:12	35:59		35:59
5.	127	Nietrzebka Paweł	POL	Żyrardów			8:11	40:55		40:55
6.	134	Stanecki Marcin	POL	Skierniewice			8:14	41:06		41:06
7.	120	Błądek Witold	POL	Łódź	Zawsze Młodzi NW Łódź		8:33	42:43		42:43

# Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)
------	----	-----------------	--------	------	---------------	------------	------	------	-------------------

Liczba uczestników: 141