

IX Bieg Goworowski "Bieg dla zdrowia"

Wyniki OPEN K/M



2021-06-06, Goworowo

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

Bieg główny ok. 10 km

Kobiety

1.	43	Pawłowska-Zbikowska Paulina	POL	Oleszewo-Borki	OKLA Ostrołęka	K20 / Kl.gen	4:16	42:46	42:48
2.	62	Urbaniak Anna	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	K30 / Kl.gen	4:22	43:38	43:43
3.	192	Pazuła Ewa	POL	Wyszków		K30 / Kl.gen	4:27	44:28	44:32
4.	32	Malik Magdalena	POL	Ostrów Mazowiecka		K20 / 1	5:09	51:25	51:31
5.	45	Pędzich Marianna	POL	Szafarczyska	BBL Szafarczyska	K50 / 1	5:27	54:29	54:33
6.	38	Nowak Olga	POL	Podborze		K30 / 1	5:36	55:57	56:05
7.	40	Ochnik Justyna	POL	Ciechanów		K30 / 2	5:39	56:28	56:34
8.	54	Sowa Justyna	POL	Różan		K30 / 3	5:43	57:13	57:19
9.	42	Pawłowska Małgorzata	POL	Różan		K40 / 1	5:44	57:23	57:29
10.	35	Miasojedow Bożena	POL	Warszawa	AKS Polonia Warszawa	K60+ / 1	5:52	58:45	58:50
11.	63	Wiktorska Mariola	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	K50 / 2	6:03	1:00:30	1:00:33
12.	19	Kaźmierska Patrycja	POL	Sanniki		K20 / 2	6:12	1:01:57	1:02:01
13.	64	Wójcicka Mariola	POL	Różan		K40 / 2	6:13	1:02:06	1:02:12
14.	21	Kochman Iwona	POL	Warszawa	Vege Runners	K50 / 3	6:15	1:02:33	1:02:39
15.	23	Korzeniecka Beata	POL	Zbójna	Kurpie na Luzie	K50 / 4	6:27	1:04:29	1:04:34

Mężczyźni

1.	9	Dąbrowski Przemysław	POL	Rzekuń	Dąbrowski Team	M30 / Kl.gen	3:41	36:50	36:53
2.	36	Michajłow Robert	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	M40 / Kl.gen	3:41	36:56	36:59
3.	11	Dzięgielewski Rafał	POL	Wyszków	KB Wyszków	M40 / Kl.gen	3:43	37:10	37:14
4.	34	Mateusiak Radosław	POL	Różan	Dąbrowski Team	M20 / 1	3:44	37:21	37:23
5.	56	Suhecki Sylwek	POL	Chudek	Z Piątnicy no bo skąd	M20 / 2	3:45	37:35	37:37
6.	13	Gaczkowski Grzegorz	POL	Rydzewo	Arkadia Team	M30 / 1	3:52	38:43	38:45
7.	61	Świętochowski Patryk	POL	Mińsk Mazowiecki		M20 / 3	3:53	38:50	38:52
8.	49	Reluga Arkadiusz	POL	Ostrów Mazowiecka		M30 / 2	3:55	39:11	39:14
9.	48	Regulski Dariusz	POL	Ostrołęka	Rumet Ostrołęka	M50 / 1	3:55	39:15	39:18
10.	60	Kulawik Bartłomiej	POL	Różan		M30 / 3	4:02	40:26	40:29
11.	25	Kubit Tadeusz	POL	Mława		M40 / 1	4:05	40:52	40:56
12.	26	Kuciejczyk Henryk	POL	Szydłowo	Tempo Mława	M60+ / 1	4:06	41:06	41:09
13.	14	Gołaszewski Łukasz	POL	Zabrodzie	Biegam bo lubię Ostrołęka	M40 / 2	4:07	41:11	41:14

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)
14.	118	Wilkowski Mirosław	POL	Susk Nowy	SP Drwęcz	M50 / 2	4:10	41:39	41:42
15.	31	Makles Marek	POL	Warszawa	Straż Graniczna	M30 / 4	4:11	41:52	41:58
16.	39	Nowak Paweł	POL	Kalinowo	ROCH Jasienica	M30 / 5	4:12	41:59	42:04
17.	4	Barewski Bogdan	POL	Warszawa	Warszawiacy	M60+ / 2	4:15	42:28	42:31
18.	46	Puchała Włodzimierz	POL	Sierakowo	KS Przaśnik Przasnysz	M50 / 3	4:20	43:23	43:26
19.	24	Krupiński Marek	POL	Goworowo	Dąbrowski Team	M20 / 4	4:20	43:24	43:26
20.	20	Klimczak Robert	POL	Ostrołęka	Jednorożec robi co może	M50 / 4	4:21	43:35	43:37
21.	70	Urbaniak Sywlwester	POL			M30 / 6	4:22	43:38	43:43
22.	51	Rzewnicki Marek	POL	Czerwin	Melvit Team	M40 / 3	4:22	43:43	43:47
23.	6	Białczak Michał	POL	Ostrołęka		M40 / 4	4:23	43:53	43:56
24.	33	Marczak Bartłomiej	POL	Zgierz	TKKF Dzikusy Łódź	M30 / 7	4:27	44:32	44:35
25.	191	Dłużniewski Sławomir	POL	Ciechanów		M40 / 5	4:28	44:46	44:50
26.	15	Grzybowski Paweł	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	M40 / 6	4:30	45:03	45:08
27.	193	Brodacki Wiesław	POL	Tychy	40-Latek Tychy	M60+ / 3	4:39	46:36	46:40
28.	37	Morawski Piotr	POL	Ostrołęka	Rowerowe Kurpie	M40 / 7	4:40	46:35	46:43
29.	57	Szczubełek Waldemar	POL	Ostrołęka		M60+ / 4	4:41	46:54	46:59
30.	10	Dziczek Mirosław	POL	Różan		M60+ / 5	4:42	46:53	47:02
31.	55	Staskiewicz Jakub	POL	Łęg Starościński	Kurpie na Luzie	M20 / 5	4:47	47:52	47:55
32.	17	Gutowski Krystian	POL	Ostrołęka	Dąbrowski Team	M40 / 8	4:48	48:06	48:08
33.	27	Kurowski Robert	POL	Ostrołęka	Kucharze Atakują	M40 / 9	4:49	48:13	48:18
34.	47	Puławski Kazimierz	POL	Łyse	GPN	M50 / 5	4:54	48:59	49:04
35.	8	Dąbrowski Michał	POL	Borawe	Dąbrowski Team	M30 / 8	4:59	49:48	49:52
36.	2	Adamiak Robert	POL	Ciechanów	Curtis	M50 / 6	4:59	49:50	49:55
37.	1	Adamiak Arkadiusz	POL	Ciechanów	5 MBOT	M20 / 6	5:00	50:00	50:04
38.	3	Arcichowski Damian	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	M20 / 7	5:04	50:37	50:41
39.	53	Sierzputowski Artur	POL	Ostrołęka	AS-AB	M40 / 10	5:05	50:53	50:59
40.	16	Gumkowski Andrzej	POL	Ostrołęka	Biegam bo lubię/Morsy Ostrołęka	M60+ / 6	5:07	51:16	51:19
41.	59	Szymański Paweł	POL	Zbójna	Kurpie na Luzie	M50 / 7	5:14	52:16	52:22
42.	30	Białobrzeski Witold	POL	Ostrołęka	Biegam bo lubię Ostrołęka	M60+ / 7	5:14	52:22	52:28
43.	52	Frontczak Marek	POL	Jednorożec	Jednorożec robi co może	M20 / 8	5:24	54:03	54:06
44.	58	Szewczak Andrzej	POL	Pajewo	Masters Białystok	M20 / 9	5:27	54:32	54:39
45.	22	Korsak Grzegorz	POL	Ostrołęka	JKD Warszawa	M40 / 11	5:37	56:12	56:15
46.	12	Figoń Antoni	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna	M20 / 10	5:38	56:14	56:21
47.	41	Ochnik Przemysław	POL	Goworowo		M30 / 9	5:39	56:28	56:34
48.	44	Pawłowski Jacek	POL	Czarnowiec		M40 / 12	5:46	57:35	57:43
49.	28	Leszczyński Roman	POL	Ostrołęka	So-biebie-gam	M60+ / 8	5:57	59:24	59:32
50.	5	Bębenek Czesław	POL	Knurowiec		M60+ / 9	6:00	1:00:00	1:00:03
51.	29	Lewandowski Zenon	POL	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów	M60+ / 10	6:01	1:00:11	1:00:15
52.	50	Ropiak Ryszard	POL	Myszyniec	Kurpie Myszyniec	M60+ / 11	7:10	1:11:34	1:11:42

Wyniki OPEN K/M



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

Bieg dzieci (roczniki 2006-2009) ok. 3 km

Kobiety

1.	110	Mielnicka Lila	POL	Łazy	UKS Siódemka		4:57	14:52	14:52
2.	102	Bors Noemi	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		5:26	16:20	16:21
3.	106	Geżyńska Karolina	POL	Ostrołęka	UKS Siódemka		5:51	17:33	17:34
4.	111	Mielnicka Nela	POL	Łazy	UKS Siódemka		5:51	17:32	17:34
5.	101	Białobrzieszka Wiktoria	POL	Susk Nowy	SP Drwęcz		7:23	22:10	22:12

Mężczyźni

1.	113	Pliszka Jakub	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		3:42	11:09	11:09
2.	122	Wiśniewski Bartłomiej	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		3:43	11:09	11:10
3.	117	Sadłowski Marek	POL	Susk Nowy	SP Drwęcz		4:29	13:28	13:29
4.	121	Wiśniewski Dominik	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:30	13:32	13:32
5.	103	Brzyzy Jakub	POL	Goworowo	ORZ Goworowo		4:49	14:29	14:30
6.	114	Pliszka Szymon	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		5:15	15:46	15:47
7.	108	Mateusz Zawistowski	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:22	16:06	16:07
8.	125	Białobrzieszki Dariusz	POL	Drwęcz	SP Drwęcz		5:50	17:30	17:32
9.	112	Okraska Igor	POL	Szemplino Wielkie	Jednorożec robi co może		6:08	18:24	18:25
10.	119	Socik Jakub	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		6:44	20:13	20:15
11.	116	Polak Filip	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		7:30	22:32	22:33
12.	115	Podlasin Damian	POL	Czarnowo			9:36	28:50	28:51
13.	107	Grzegorzewski Cezary	POL	Goworowo			9:36	28:50	28:51

Bieg dzieci (roczniki 2010-2014) ok. 1 km

Mężczyźni

1.	150	Urbaniak Igor	POL	Jednorożec	Jednorożec robi co może		3:52	03:53	03:53
2.	154	Wiśniewski Filip	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		3:54	03:55	03:55
3.	143	Piątek Filip	POL	Goworowo			4:01	04:02	04:02
4.	129	Bors Wiktor	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:02	04:03	04:03
5.	136	Jurczak Paweł	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:09	04:10	04:10
6.	190	Subzda Bartłomiej	POL	Czernie			4:13	04:14	04:14
7.	130	Brzózka Antoni	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		4:14	04:14	04:15
8.	141	Majkowski Łukasz	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		4:15	04:16	04:16
9.	126	Arcichowski Szymon	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:19	04:20	04:20

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)
10.	137	Kaczanowski Patryk	POL	Ząbki			4:22	04:23	04:23
11.	185	Kośnik Eryk	POL				4:33	04:34	04:34
12.	149	Stefański Maciej	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:34	04:35	04:35
13.	145	Rolka Jan	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:34	04:35	04:35
14.	153	Wiśniewski Kamil	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		4:38	04:38	04:39
15.	135	Hołozubiec Karol	POL	Goworowo			4:49	04:49	04:50
16.	140	Majkowski Bartek	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:04	05:04	05:05
17.	156	Zawistowski Szymon	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:07	05:07	05:08
18.	188	Kukalow Karol	POL				5:20	05:21	05:21
19.	186	Sucheckie Bartosz	POL				5:21	05:22	05:22
20.	142	Michajłow Adam	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		5:24	05:24	05:25
21.	155	Wojtalewski Adam	POL	Goworowo			5:28	05:29	05:29
22.	127	Błaszczak Adam	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:29	05:30	05:30
23.	187	Galarek Mateusz	POL				5:30	05:31	05:31
24.	147	Rudnik Dawid	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:33	05:33	05:34
25.	189	Kot Mateusz	POL	Goworowo			5:40	05:41	05:41
26.	124	Andała Dawid	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:41	05:41	05:42
27.	128	Bojarski Bartłomiej	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		5:41	05:42	05:42
28.	152	Wilczyński Szymon	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:43	05:44	05:44
29.	134	Filipiak Michał	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:47	05:47	05:48
30.	146	Ropiak Ignacy	POL	Myszyniec	Kurpie Myszyniec		5:48	05:48	05:49
31.	144	Polak Gabriel	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		5:55	05:55	05:56
32.	133	Drózd Oliwier	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		6:48	06:49	06:49
33.	138	Kobus Miłosz	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec		6:51	06:52	06:52
34.	148	Socik Tomasz	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna		7:00	07:00	07:01
35.	200	Minota Miłosz	POL				13:01	13:02	13:02

Marsz Nordic Walking ok. 3 km

Kobiety

1.	87	Tomczak Ewa	POL	Ciechanów	Koci Pazur		7:12	21:37	21:37
2.	80	Okraska Wiktoria	POL	Szemplino Wielkie	Jednorożec robi co może		7:36	22:48	22:49
3.	196	Korzeb Anna	POL	Małkinia Górna			7:48	23:27	23:27
4.	195	Zawisza Małgorzata	POL	Małkinia Górna			8:24	25:10	25:13
5.	79	Okraska Justyna	POL	Szemplino Wielkie	Jednorożec robi co może		8:34	25:43	25:45
6.	197	Uścińska Monika	POL	Małkinia Górna			8:37	25:53	25:54
7.	71	Garwarska Celina	POL	Goworowo	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		8:40	25:58	26:01
8.	84	Szatane Alina	POL	Wólka Brzezińska	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		8:41	26:02	26:04
9.	194	Figoń Magdalena	POL	Małkinia Górna			8:51	26:32	26:35

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)
10.	199	Żach Teresa	POL	Małkinia Górna			8:52	26:37	26:39
11.	72	Godlewska Irena	POL	Goworowo	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		8:57	26:51	26:52
12.	89	Wojciechowicz Irena	POL	Kruszewo	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		8:57	26:52	26:53
13.	78	Nikodemka Teresa	POL	Wólka Brzezińska	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		8:57	26:52	26:54
14.	68	Cichocka Anna	POL	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów		9:38	28:51	28:55
15.	74	Kośnik Janina	POL	Wólka Brzezińska	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		9:48	29:25	29:27
16.	83	Słucka Janina	POL	Goworowo	Klub Seniora "jesienne Kwiaty"		9:49	29:26	29:28
17.	77	Leszczyńska Teresa	POL	Ostrołęka			10:45	32:15	32:18

Mężczyźni

1.	86	Tomczak Marcin	POL	Ciechanów	Koci Pazur		6:21	19:05	19:06
2.	69	Danielski Waldemar	POL	Sokołów Podlaski	Runnerski.pl		6:25	19:17	19:18
3.	198	Żach Andrzej	POL				8:12	24:34	24:37

Liczba uczestników: 140