

IX Bieg z TERMAMI MSZCZONÓW



Wyniki OPEN K/M

2022-01-30, Mszczonów

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

Bieg główny 5 km

Kobiety

1.	37	Mazek Emilia	1993	POL	Garwolin		K20 / Kl.gen	3:33	08:59	08:44	17:43	17:43	--
2.	62	Sarnowska Karolina	1980	POL	Warszawa	Prorunning Promotion	K40 / Kl.gen	4:35	11:36	11:17	22:53	22:53	+05:10
3.	107	Gronkiewicz Aleksandra	2001	POL	Piekarowo	LKS Osuchów	K20 / Kl.gen	4:51	11:52	12:21	24:12	24:12	+06:29
4.	7	Cabańska Dorota	1979	POL	Łomianki	Kampinos Run	K40 / 1	4:52	12:13	12:08	24:20	24:20	+06:37
5.	82	Czyż Justyna	1986	POL	Warszawa		K30 / 1	5:13	13:12	12:54	26:05	26:05	+08:22
6.	75	Turczyńska Monika	1973	POL	Warszawa	12Tri	K40 / 2	5:26	13:35	13:33	27:08	27:08	+09:25
7.	58	Przybylska Małgorzata	1969	POL	Sochaczew		K50 / 1	5:48	14:39	14:19	28:57	28:57	+11:14
8.	20	Jezierska Karina	1979	POL	Warszawa	12Tri/Team ZabieganeDni	K40 / 3	5:58	14:55	14:51	29:46	29:46	+12:03
9.	64	Sierputowska Ewa	1966	POL	Warszawa	Sie_Biega	K50 / 2	6:03	15:18	14:54	30:11	30:11	+12:28
10.	74	Torzewska Agnieszka	1974	POL	Warszawa		K40 / 4	6:10	15:37	15:14	30:50	30:50	+13:07
11.	97	Wiśniewska Katarzyna	1971	POL	Warszawa	Indywidualista	K50 / 3	6:13	15:36	15:28	31:03	31:03	+13:20
12.	12	Frączak Magdalena	1990	POL	Powązki	FIEGE	K30 / 2	7:16	18:09	18:09	36:18	36:18	+18:35
13.	67	Szafran Beata	1977	POL	Marków Świnice	FIEGE	K40 / 5	7:16	18:09	18:10	36:18	36:18	+18:35
14.	60	Reda Alicja	1960	POL	Warszawa	Nw Człapski Team	K60 / 1	8:28	21:33	20:44	42:17	42:17	+24:34

Mężczyźni

1.	15	Gromek Radosław	1983	POL	Warszawa	AZS AWF Warszawa	M30 / Kl.gen	3:11	08:04	07:48	15:52	15:52	--
2.	3	Basiak Piotr	1994	POL	Warka	KS Start Pułaski Warka	M20 / Kl.gen	3:36	08:59	08:57	17:56	17:56	+02:04
3.	48	Nowakowski Igor	2005	POL	Marianka	LKS Osuchów	M20 / Kl.gen	3:40	09:16	09:05	18:20	18:20	+02:28
4.	71	Ścisłowski Norbert	1982	POL	Warka	KS Start Pułaski Warka	M40 / 1	3:42	09:26	09:00	18:26	18:26	+02:34
5.	35	Lasocki Marcin	1979	POL	Warszawa	12Tri/Team ZabieganeDni	M40 / 2	3:53	09:45	09:40	19:25	19:25	+03:33
6.	26	Kątniak Paweł	1984	POL	Łódź		M30 / 1	4:01	09:57	10:06	20:03	20:03	+04:11
7.	38	Michalski Robert	1982	POL	Warszawa	Zabiegany Wołomin	M40 / 3	4:02	10:24	09:44	20:07	20:07	+04:15
8.	21	Kacprzyk Alex	1972	POL	Warszawa	RP Runners	M50 / 1	4:04	10:22	09:57	20:19	20:19	+04:27
9.	43	Niemczyk Kazimierz	1962	POL	Milanówek	JW Team	M60 / 1	4:04	10:23	09:58	20:20	20:20	+04:28
10.	14	Górski Albin	1985	POL	Nowa Sucha	PSP sochaczew	M30 / 2	4:07	10:23	10:12	20:34	20:34	+04:42
11.	11	Frączak Marcin	1982	POL	Parole	Parole	M40 / 4	4:08	10:40	09:58	20:38	20:38	+04:46
12.	57	Pociech Marek	1962	POL	Korytów		M60 / 2	4:09	10:40	10:02	20:42	20:42	+04:50
13.	49	Nowocień Jacek	1959	POL	Podkowa Leśna	Uczniowski Klub Sportowy Rusiec	M60 / 3	4:11	10:39	10:16	20:55	20:55	+05:03
14.	16	Gryz Jacek	1979	POL	Nowy Dwór Maz.	Sunfit Studio	M40 / 5	4:15	10:43	10:30	21:13	21:13	+05:21
15.	51	Olczak Tomasz	1977	POL	Mszczonów		M40 / 6	4:16	10:49	10:27	21:16	21:16	+05:24
16.	8	Chyła Dawid	2001	POL	Wyganka	LKS Osuchów	M20 / 1	4:19	10:47	10:46	21:32	21:32	+05:40

Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Państwo	Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
17.	83	Doniec Marek	1974	POL	Piotrków Trybunalski	Piotrowski Klub Biegacza Endorfina	M40 / 7	4:21	11:05	10:38	21:42	21:42	+05:50
18.	9	Dalgiewicz Dariusz	1957	POL	Łomianki	Kampinos Run	M60 / 4	4:22	10:52	10:54	21:46	21:46	+05:54
19.	2	Bartczak Robert	1970	POL	Warszawa		M50 / 2	4:23	11:00	10:52	21:52	21:52	+06:00
20.	24	Kamiński Wiesław	1967	POL	Warszawa	Nasielsk Baszta Team	M50 / 3	4:35	11:11	11:42	22:53	22:53	+07:01
21.	70	Szydlík Wiesław	1966	POL	Mszczonów		M50 / 4	4:37	11:51	11:12	23:03	23:03	+07:11
22.	103	Kusio Marcin	1976	POL	Osowiec	Dogoń Grodzisk Mazowiecki	M40 / 8	4:37	12:02	11:04	23:05	23:05	+07:13
23.	61	Rochmiński Bogdan	1974	POL	Lesiew		M40 / 9	4:40	11:52	11:28	23:19	23:19	+07:27
24.	76	Walac Jacek	1983	POL	Grodzisk Mazowiecki	Dogoń Grodzisk Mazowiecki	M30 / 3	4:46	12:14	11:33	23:47	23:47	+07:55
25.	39	Mikina Artur	1959	POL	Warszawa	PWPW SA	M60 / 5	4:47	12:09	11:43	23:51	23:51	+07:59
26.	102	Czarnecki Rafał	1992	POL	Mszczonów		M30 / 4	4:49	12:13	11:48	24:01	24:01	+08:09
27.	80	Wolniewicz Rafał	1989	POL	Zagospiniec		M30 / 5	4:50	12:09	12:02	24:10	24:10	+08:18
28.	106	Zygmunt Marcin	1987	POL	Mszczonów		M30 / 6	4:53	12:26	11:57	24:23	24:23	+08:31
29.	25	Kawała Mateusz	1992	POL	Kędzierzyn-Koźle		M30 / 7	4:55	12:13	12:19	24:31	24:31	+08:39
30.	66	Strużyk Adam	1972	POL	Zawady		M50 / 5	5:00	12:39	12:18	24:57	24:57	+09:05
31.	32	Ksyna Bogusław	1956	POL	Kamion Mały	OSP Kamion	M60 / 6	5:01	12:31	12:35	25:05	25:05	+09:13
32.	105	Szewczyk Robert	1976	POL	Mszczonów		M40 / 10	5:04	12:43	12:37	25:19	25:19	+09:27
33.	63	Sielski Tomasz	1986	POL	Mszczonów		M30 / 8	5:19	12:42	13:52	26:34	26:34	+10:42
34.	104	Skrobek Piotr	1984	POL	Łomianki		M30 / 9	5:31	13:43	13:51	27:34	27:34	+11:42
35.	53	Osiński Stanisław	1951	POL	Warszawa		M70+ / 1	5:37	14:08	13:57	28:05	28:05	+12:13
36.	28	Kocimski Jan	1948	POL	Sochaczew	KM Aktywni Sochaczew	M70+ / 2	5:47	14:43	14:10	28:53	28:53	+13:01
37.	36	Malinowski Jarosław	1986	POL	Żyrardów	Nie ma, że Boli!	M30 / 10	5:50	14:56	14:11	29:06	29:06	+13:14
38.	52	Orzechowski Damian	1997	POL	Mszczonów	FIEGE	M20 / 2	5:51	12:55	16:16	29:11	29:11	+13:19
39.	44	Niemiec Wojciech	1991	POL	Pruszków		M30 / 11	5:51	14:41	14:33	29:14	29:14	+13:22
40.	47	Nowakowski Czesław	1947	POL	Warszawa	Ducla Academy Warszawa	M70+ / 3	5:54	14:53	14:36	29:29	29:29	+13:37
41.	13	Glinka Łukasz	1981	POL	Sułkowice	FIEGE	M40 / 11	6:17	16:07	15:14	31:21	31:21	+15:29
42.	40	Naskręt Mariusz	1975	POL	Racot		M40 / 12	7:32	18:46	18:53	37:38	37:38	+21:46

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

Marsz NW 5 km

Kobiety

1.	29	Kołodziejczak Beata	1973	POL	Sochaczew	Socho team	6:50	17:03	17:06	34:08	34:08	--
2.	19	Gwarek Anita	1971	POL	Warszawa		7:20	18:39	17:59	36:38	36:38	+02:30
3.	99	Banaszek-Popławska Halina	1973	POL	Mszczonów		7:39	19:14	19:02	38:15	38:15	+04:07
4.	100	Biedrzycka Anna	1967	POL	Tartak Brzuski		7:55	19:56	19:36	39:31	39:31	+05:23
5.	42	Newen-Tarczyk Barbara	1964	POL	Granica	Let's Go Podkowa Leśna	8:18	20:36	20:52	41:28	41:28	+07:20
6.	101	Borucka Agnieszka	1976	POL	Warszawa		8:19	21:01	20:31	41:31	41:31	+07:23
7.	17	Gryz Ewa	1983	POL	Nowy Dwór Maz.	Sunfit Studio	8:19	21:01	20:31	41:31	41:31	+07:23

Mężczyźni

1.	73	Tomczak Marcin	1980	POL	Ciechanów	Koci Pazur	6:17	15:52	15:31	31:22	31:22	--
2.	31	Kowalik Paweł	1990	POL	Komarówka Podlaska		6:21	16:03	15:41	31:44	31:44	+00:22
3.	1	Adamczyk Adam	1949	POL	Warszawa	Pasja Nordic Walking	6:36	16:40	16:17	32:57	32:57	+01:35
4.	23	Kamiński Stanisław	1958	POL	Nadarzyn	GOS Nadarzyn	6:45	16:53	16:51	33:44	33:44	+02:22
5.	5	Bugajski Adam	1974	POL	Warszawa	Dead on Arrival	6:50	16:56	17:13	34:09	34:09	+02:47
6.	41	Netkowski Wojciech	1959	POL	Brwinów	Let's Go Podkowa Leśna	7:20	18:43	17:55	36:37	36:37	+05:15
7.	55	Piguła Krzysztof	1962	POL	Łódź		9:09	22:53	22:49	45:41	45:41	+14:19

Liczba uczestników: 70