

# X Bieg Goworowski "Bieg dla zdrowia"



## Wyniki OPEN K/M

05.06.2022, Goworowo

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

### Bieg główny ok. 10 km

#### Kobiety

1.	180	Lenkiewicz Weronika	POL	Olszewka	Dark Side Ostrołęka	K2 / Kl.gen	4:19	42:18	<b>42:19</b>	--
2.	175	Szczubetek-Rykowska Ewelina	POL	Czarnowiec	Dark Side Ostrołęka	K2 / Kl.gen	4:19	42:18	<b>42:19</b>	+0:00
3.	152	Śledziewska Katarzyna	POL	Stary Lubotyń		K2 / Kl.gen	4:37	45:19	<b>45:21</b>	+3:02
4.	144	Stolarczyk Joanna	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	K3 / 1	4:56	48:29	<b>48:31</b>	+6:12
5.	125	Pochmara Patrycja	POL	Chojniki		K1 / 1	5:11	50:46	<b>50:49</b>	+8:30
6.	189	Kossakowska Bogumiła	POL	Ostrołęka	Run Crew Ostrołęka	K3 / 2	5:40	55:31	<b>55:35</b>	+13:16
7.	106	Ochnik Justyna	POL	Ciechanów		K2 / 1	5:45	56:23	<b>56:27</b>	+14:08
8.	112	Owczarek Aneta	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	K2 / 2	5:47	56:44	<b>56:48</b>	+14:29
9.	160	Wiktorska Mariola	POL	Jednorozec	Jednorozec robi co może	K4 / 1	5:48	56:56	<b>56:58</b>	+14:39
10.	71	Kowalczyk Grażyna	POL	Ostrów Mazowiecka		K4 / 2	5:53	57:38	<b>57:42</b>	+15:23
11.	24	Dudziec Aleksandra	POL	Goworowo		K2 / 3	6:09	1:00:20	<b>1:00:22</b>	+18:03
12.	99	Nadwodna-Stachacz Agata	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	K4 / 3	6:31	1:03:52	<b>1:03:56</b>	+21:37
13.	62	Kochman Iwona	POL	Warszawa	Vege Runners	K4 / 4	6:42	1:05:43	<b>1:05:48</b>	+23:29
14.	19	Dąbkowska Julia	POL	Goworowo		K1 / 2	6:58	1:08:17	<b>1:08:21</b>	+26:02
15.	18	Dąbkowska Anna	POL	Goworowo		K3 / 3	7:02	1:08:59	<b>1:09:03</b>	+26:44
16.	25	Dudziec Agata	POL	Goworowo		K2 / 4	7:02	1:09:01	<b>1:09:04</b>	+26:45

#### Mężczyźni

1.	75	Krukowski Krzysztof	POL	Nowa Wieś	KS Arco Ławy	M3 / Kl.gen	3:37	35:29	<b>35:30</b>	--
2.	90	Mateusiak Radosław	POL	Różan	Dąbrowski Team/Różan Biega	M1 / Kl.gen	3:44	36:45	<b>36:45</b>	+1:15
3.	108	Olszewski Krzysztof	POL	Olszewo-Borki	BBL Ostrołęka	M3 / Kl.gen	3:53	38:07	<b>38:07</b>	+2:37
4.	32	Gackowski Grzegorz	POL	Rydzewo		M3 / 1	3:57	38:47	<b>38:47</b>	+3:17
5.	91	Mąka Sławomir	POL	Ostrołęka	Księgowi WGM Ostrołęka	M4 / 1	3:58	38:57	<b>38:58</b>	+3:28
6.	143	Stolarczyk Tomasz	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	M3 / 2	3:58	38:59	<b>39:01</b>	+3:31
7.	76	Krupiński Marek	POL	Goworowo	Running Team	M1 / 1	4:05	40:04	<b>40:04</b>	+4:34
8.	51	Jędrzejczyk Jarosław	POL	Ostrołęka	Run Crew Ostrołęka	M3 / 3	4:08	40:39	<b>40:39</b>	+5:09
9.	161	Wilkowski Mirosław	POL	Ostrołęka	Decathlon	M4 / 2	4:11	41:05	<b>41:05</b>	+5:35



# Wyniki OPEN K/M



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
10.	181	Bronik Wojciech	POL	Ostrołęka	Księgowi WGM Ostrołęka	M4 / 3	4:11	41:07	<b>41:08</b>	+5:38
11.	135	Rzewnicki Marek	POL	Czerwin	Nadleśnictwo Ostrołęka	M3 / 4	4:20	42:29	<b>42:31</b>	+7:01
12.	148	Szczubetek Waldemar	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka/Kurpie Ostrołęka	M5 / 1	4:23	43:03	<b>43:04</b>	+7:34
13.	171	Zyskowski Artur	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	M3 / 5	4:26	43:32	<b>43:32</b>	+8:02
14.	95	Modzelewski Wiesław	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	M4 / 4	4:28	43:55	<b>43:56</b>	+8:26
15.	59	Klimczak Robert	POL	Ostrołęka	Jednorozec robi co może	M4 / 5	4:29	44:03	<b>44:04</b>	+8:34
16.	96	Modzelewski Krzysztof	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	M4 / 6	4:30	44:13	<b>44:14</b>	+8:44
17.	31	Gacki Krzysztof	POL	Pisz	Biegam bez Klubu	M5 / 2	4:34	44:47	<b>44:49</b>	+9:19
18.	165	Wołosz Wiktor	POL	Szwendrowy Most	UKS 7 Ostrołęka/Dąbrowski Team	M1 / 2	4:34	44:55	<b>44:55</b>	+9:25
19.	162	Wiżynis Zdzisiek	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	M5 / 3	4:37	45:18	<b>45:19</b>	+9:49
20.	16	Chorążewicz Paweł	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	M2 / 1	4:39	45:33	<b>45:35</b>	+10:05
21.	158	Wierzbicki Dariusz	POL	Rozogi	MKL Myszyniec	M2 / 2	4:39	45:36	<b>45:40</b>	+10:10
22.	147	Szcześniak Tomasz	POL	Małkinia Górna		M2 / 3	4:39	45:37	<b>45:40</b>	+10:10
23.	177	Kruczyński Janusz	POL	Ostrołęka		M5 / 4	4:45	46:31	<b>46:34</b>	+11:04
24.	86	Majewski Zdzisław	POL	Rzekuń	KK24H	M5 / 5	4:45	46:37	<b>46:37</b>	+11:07
25.	97	Mówiński Karol	POL	Myszyniec		M2 / 4	4:48	47:02	<b>47:06</b>	+11:36
26.	100	Napiorkowski Jarosław	POL	Różan	Różan	M3 / 6	4:56	48:31	<b>48:31</b>	+13:01
27.	2	Bakuła Jerzy	POL	Laskowiec	BBL	M5 / 6	5:06	50:01	<b>50:03</b>	+14:33
28.	120	Pędzich Waldemar	POL	Szafarczyska	BBL Ostrołęka/Kurpie Ostrołęka	M5 / 7	5:06	50:03	<b>50:04</b>	+14:34
29.	28	Dulewicz Daniel	POL	Ostrołęka		M1 / 3	5:07	50:13	<b>50:14</b>	+14:44
30.	101	Napiórkowski Radek	POL	Ostrołęka		M2 / 5	5:09	50:33	<b>50:36</b>	+15:06
31.	5	Białobrzęski Witold	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	M5 / 8	5:14	51:21	<b>51:22</b>	+15:52
32.	141	Stachacz Mirosław	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	M4 / 7	5:22	52:37	<b>52:41</b>	+17:11
33.	186	Zalewski Michał	POL	Ławy	Starglass Team Ostrołęka	M3 / 7	5:22	52:37	<b>52:42</b>	+17:12
34.	40	Gęsich Cezary	POL	Goworowo		M2 / 6	5:22	52:37	<b>52:42</b>	+17:12
35.	183	Maciejewski Kacper	POL	Ostrołęka	Narew Ostrołęka	M1 / 4	5:24	53:02	<b>53:05</b>	+17:35
36.	182	Maciejewski Paweł	POL	Ostrołęka	Biegam bo lubię Ostrołęka	M4 / 8	5:26	53:16	<b>53:19</b>	+17:49
37.	60	Kloc Mateusz	POL	Cyców		M1 / 5	5:31	54:03	<b>54:06</b>	+18:36
38.	105	Ochnik Przemysław	POL	Ciechanów		M2 / 7	5:45	56:24	<b>56:27</b>	+20:57
39.	66	Korzeniecki Marcin	POL	Ostrołęka		M3 / 8	5:54	57:47	<b>57:51</b>	+22:21
40.	49	Janiszewski Łukasz	POL	Lipianka		M2 / 8	5:54	57:50	<b>57:53</b>	+22:23
41.	149	Szumnański Bartosz	POL	Lipianka		M2 / 9	5:54	57:49	<b>57:53</b>	+22:23
42.	20	Dąbkowski Mariusz	POL	Goworowo		M3 / 9	7:02	1:09:01	<b>1:09:05</b>	+33:35



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

## Bieg dzieci (roczniki 2007-2010) ok. 3 km

### Kobiety

1.	55	Kamińska Natalia	POL	Zabiele Piliki	Jantar Ostrołęka			5:09	15:30	<b>15:30</b>	--
2.	9	Bors Noemi	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec			5:57	17:53	<b>17:53</b>	+2:23
3.	193	Dąbkowska Wiktoria	POL	Goworowo				6:20	19:01	<b>19:01</b>	+3:31
4.	191	Dąbkowska Alicja	POL	Goworowo				6:39	19:59	<b>19:59</b>	+4:29
5.	36	Geżyńska Karolina	POL	Ostrołęka				9:48	29:26	<b>29:26</b>	+13:56

### Mężczyźni

1.	10	Bors Wiktor	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec			3:57	11:52	<b>11:52</b>	--
2.	3	Bałazy Hubert	POL	Goworowo				4:04	12:15	<b>12:15</b>	+0:23
3.	184	Sald Szymon	POL	Ostrołęka	UKS 7 Ostrołęka			4:04	12:15	<b>12:15</b>	+0:23
4.	67	Korzeniecki Szymon	POL	Ostrołęka	OKLA Ostrołęka			4:29	13:30	<b>13:30</b>	+1:38
5.	174	Piątek Filip	POL	Goworowo				4:35	13:47	<b>13:47</b>	+1:55
6.	172	Zyśk Paweł	POL	Rozogi	MKL Myszyniec			5:22	16:08	<b>16:08</b>	+4:16



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

## Bieg dzieci (roczniki 2011-2015) ok. 1 km

### Kobiety

1.	6	Biegaj Natalia	POL	Laskowiec	SP Drwęcz	4:30	04:31	<b>04:31</b>	--
2.	176	Ropiok Maja	POL	Drwęcz		4:52	04:53	<b>04:53</b>	+0:22
3.	47	Iwańska Martyna	POL	Ludwinowo		5:01	05:02	<b>05:02</b>	+0:31
4.	113	Pacuszka Olga	POL	Szczawin		5:04	05:05	<b>05:05</b>	+0:34
5.	117	Parzych Amelia	POL	Ludwinowo		5:07	05:08	<b>05:08</b>	+0:37
6.	37	Gęsich Julita	POL	Szczawin		5:17	05:18	<b>05:18</b>	+0:47
7.	157	Trzczińska Hanna	POL	Rzekuń	SP Drwęcz	6:43	06:44	<b>06:44</b>	+2:13

### Mężczyźni

1.	133	Rolka Jan	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	4:03	04:04	<b>04:04</b>	--
2.	34	Galarski Mateusz	POL	Brzeźno	ORZ Goworowo	4:10	04:11	<b>04:11</b>	+0:07
3.	1	Arcichowski Szymon	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	4:11	04:12	<b>04:12</b>	+0:08
4.	159	Wierzbicki Marcei	POL	Rozogi	MKL Myszyniec	4:20	04:21	<b>04:21</b>	+0:17
5.	137	Samoraj Kacper	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	4:20	04:21	<b>04:21</b>	+0:17
6.	22	Dąbrowski Błażej	POL	Ludwinowo		4:22	04:23	<b>04:23</b>	+0:19
7.	129	Puka Dominik	POL	Daniłowo		4:23	04:24	<b>04:24</b>	+0:20
8.	63	Kordasz Dawid	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	4:30	04:31	<b>04:31</b>	+0:27
9.	109	Olszewski Daniel	POL	Olszewo-Borki	SP Olszewo-Borki	4:31	04:32	<b>04:32</b>	+0:28
10.	26	Dudziec Ksawery	POL	Wólka Brzezińska	ORZ Goworowo	4:32	04:33	<b>04:33</b>	+0:29
11.	154	Świąder Karol	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	4:46	04:47	<b>04:47</b>	+0:43
12.	46	Hołozubiec Karol	POL	Wólka Brzezińska	ORZ Goworowo	4:50	04:51	<b>04:51</b>	+0:47
13.	173	Zyśk Aleksander	POL	Rozogi	MKL Myszyniec	4:52	04:52	<b>04:53</b>	+0:49
14.	111	Ostrowski Seweryn	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	4:53	04:54	<b>04:54</b>	+0:50
15.	27	Dudziec Oskar	POL	Wólka Brzezińska	ORZ Goworowo	5:00	05:01	<b>05:01</b>	+0:57
16.	13	Brzozowski Jan	POL	Ludwinowo		5:01	05:02	<b>05:02</b>	+0:58
17.	38	Gęsich Jacek	POL	Szczawin		5:01	05:02	<b>05:02</b>	+0:58
18.	42	Gołębiewski Aleksander	POL	Goworowo		5:10	05:11	<b>05:11</b>	+1:07
19.	188	Kośnik Eryk	POL	Grodzisk Mały		5:14	05:15	<b>05:15</b>	+1:11
20.	138	Samoraj Oskar	POL	Goworowo		5:17	05:18	<b>05:18</b>	+1:14
21.	70	Kot Mateusz	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	5:31	05:32	<b>05:32</b>	+1:28
22.	8	Bojarski Bartosz	POL	Myszyniec	MKL Myszyniec	5:43	05:44	<b>05:44</b>	+1:40
23.	142	Stepnowski Jakub	POL	Ostrołęka		5:46	05:47	<b>05:47</b>	+1:43
24.	110	Ostrowski Julian	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	5:48	05:49	<b>05:49</b>	+1:45
25.	169	Zduniak Błażej	POL	Goworowo	ORZ Goworowo	6:14	06:15	<b>06:15</b>	+2:11
26.	167	Wróbel Mateusz	POL	Daniłowo		7:12	07:13	<b>07:13</b>	+3:09



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

## Marsz Nordic Walking ok. 3 km

### Kobiety

1.	89	Majkowska-Gęsich Joanna	POL	Szczawin		7:40	23:02	<b>23:02</b>	--
2.	57	Kietlińska Małgorzata	POL	Ostrów Mazowiecka	Forma na Ostro	7:45	23:14	<b>23:16</b>	+0:14
3.	150	Szymańska Katarzyna	POL	Nowe Miasto		7:57	23:52	<b>23:52</b>	+0:50
4.	50	Jasińska Aneta	POL	Ostrów Mazowiecka	Forma na Ostro	7:58	23:52	<b>23:56</b>	+0:54
5.	139	Sędek Agata	POL	Sadowne	Wicher Sadowne	8:03	24:09	<b>24:12</b>	+1:10
6.	185	Grabowska Monika	POL	Małowidz	JRCM	8:19	24:59	<b>25:00</b>	+1:58
7.	56	Kamińska Ewa	POL	Zabiele Piliki	BBL Ostrołęka	8:26	25:18	<b>25:19</b>	+2:17
8.	166	Wójcik Sylwia	POL	Rozwory		8:35	25:46	<b>25:47</b>	+2:45
9.	140	Sokołowska Justyna	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	8:35	25:47	<b>25:47</b>	+2:45
10.	127	Podlasińska Elżbieta	POL	Goworowo		9:56	29:51	<b>29:51</b>	+6:49
11.	68	Kośnik Janina	POL	Goworowo		9:56	29:51	<b>29:51</b>	+6:49
12.	146	Szatanek Alina	POL	Goworowo		9:59	29:59	<b>29:59</b>	+6:57
13.	104	Nikodemka Teresa	POL	Goworowo		9:59	29:59	<b>30:00</b>	+6:58
14.	121	Pierzchała Elżbieta	POL	Goworowo		9:59	30:00	<b>30:00</b>	+6:58
15.	190	Kowalczyk Stanisława	POL	Pasiek		10:13	30:40	<b>30:42</b>	+7:40
16.	7	Bobowska Stanisława	POL	Kunin		10:13	30:41	<b>30:42</b>	+7:40
17.	39	Gęsich Marzena	POL	Szczawin		10:26	31:20	<b>31:21</b>	+8:19
18.	194	Nisio Teresa	POL	Goworowo		10:27	31:21	<b>31:22</b>	+8:20
19.	195	Lubiak Barbara	POL	Goworowo		10:27	31:22	<b>31:23</b>	+8:21
20.	102	Niegowska Elżbieta	POL	Goworowo		11:20	34:00	<b>34:02</b>	+11:00
21.	168	Zalewska Wanda	POL	Kunin		12:00	36:00	<b>36:02</b>	+13:00
22.	23	Duch Dagmara	POL	Goworowo		12:00	36:01	<b>36:03</b>	+13:01
23.	83	Łukaszuk Alicja	POL	Goworowo		12:00	36:00	<b>36:03</b>	+13:01

### Mężczyźni

1.	44	Gumkowski Andrzej	POL	Ostrołęka	BBL/Morsy Ostrołęka	7:18	21:54	<b>21:56</b>	--
2.	151	Szymański Mariusz	POL	Nowe Miasto		7:57	23:52	<b>23:52</b>	+1:56
3.	73	Kowalczyk Sławomir	POL	Ostrów Mazowiecka		8:24	25:11	<b>25:14</b>	+3:18
4.	134	Ropelewski Andrzej	POL	Ponikiew Mała		9:04	27:11	<b>27:14</b>	+5:18
5.	103	Niegowski Antoni	POL	Goworowo		11:20	34:01	<b>34:03</b>	+12:07
6.	170	Znamienkiewicz Wiesław	POL	Goworowo		12:01	35:58	<b>36:04</b>	+14:08

Liczba uczestników: 131