

XI Bieg z Termami Mszczonów

Wyniki OPEN K/M

28.01.2024, Mszczonów

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

Bieg główny 5 km

Kobiety

1.	28	Gryboś Ewa	POL Warszawa	KS Polonia Warszawa	K30 / Kl.gen	3:55	09:39	09:56	19:34	19:34	--
2.	17	Ciecharowska Justyna	POL Żyrardów	Run de Girard	K30 / Kl.gen	4:26	11:10	10:59	22:08	22:08	+2:34
3.	24	Gadomska Anna	POL Lidzbark Warmiński	Pzu Sport Team	K40 / Kl.gen	4:27	11:13	11:03	22:15	22:15	+2:41
4.	96	Rudnicka Anna	POL Godzianów		K40 / 1	4:30	11:20	11:07	22:27	22:27	+2:53
5.	78	Niewiadomska Małgorzata	POL Żyrardów	Run de Girard	K40 / 2	4:33	11:24	11:21	22:45	22:45	+3:11
6.	99	Rzepecka-Gontar Anna	POL Pruszków		K40 / 3	4:35	11:37	11:16	22:53	22:53	+3:19
7.	59	Kulis Aleksandra	POL Warszawa		K30 / 1	4:37	11:38	11:28	23:05	23:05	+3:31
8.	12	Brogowicz Stępniewska Agnieszka	POL Grójec	Rozbiegany Piastów	K40 / 4	4:45	12:01	11:41	23:42	23:42	+4:08
9.	31	Gurbska Edyta	POL Wygnanka	LKS Osuchów	K20 / 1	4:48	12:25	11:36	24:00	24:00	+4:26
10.	30	Gumuła Patrycja	POL Warszawa	KSZO Ostrowiec	K30 / 2	4:53	12:26	11:56	24:22	24:22	+4:48
11.	113	Wasiluk Aleksandra	POL Żyrardów	Run de Girard	K40 / 5	5:08	13:11	12:28	25:38	25:38	+6:04
12.	90	Pietras Jolanta	POL Pruszków		K50 / 1	5:09	13:05	12:40	25:45	25:45	+6:11
13.	108	Tomaszewska Krystyna	POL Pruszków	Parkrun Pruszków	K60 / 1	5:31	13:54	13:39	27:33	27:33	+7:59
14.	123	Jefimienko Justyna	POL Mszczonów		K30 / 3	5:39	14:15	13:56	28:11	28:11	+8:37
15.	57	Kucińska Kasia	POL Franciszków		K40 / 6	5:39	14:24	13:49	28:13	28:13	+8:39
16.	22	Falkowska Katarzyna	POL Brwinów	Parkrun Pruszków	K50 / 2	5:44	14:27	14:11	28:38	28:38	+9:04
17.	120	Korpus Barbara	POL Mszczonów		K40 / 7	5:50	14:38	14:29	29:07	29:07	+9:33
18.	104	Strzelecka Kasia	POL Żyrardów	Run de Girard	K30 / 4	6:10	16:05	14:45	30:49	30:49	+11:15
19.	121	Kow Basia	POL Żyrardów	Run de Girard	K40 / 8	6:11	15:18	15:35	30:53	30:53	+11:19
20.	69	Mikoś Teresa	POL Otwock		K60 / 2	6:18	15:46	15:43	31:28	31:28	+11:54
21.	84	Owczarek Sylwia	POL Ożarów Mazowiecki		K30 / 5	6:18	15:41	15:50	31:30	31:30	+11:56
22.	77	Niemiec Magdalena	POL Pruszków		K30 / 6	6:25	16:03	16:01	32:04	32:04	+12:30
23.	67	Mierzejewska Ewelina	POL Warszawa		K30 / 7	6:26	16:08	16:02	32:10	32:10	+12:36
24.	7	Bednarz Olga	POL Warszawa		K30 / 8	6:27	16:10	16:01	32:11	32:11	+12:37



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
25.	49	Kolasa Barbara	POL	Warszawa	Klub J.Słowackiego	K60 / 3	7:21	18:25	18:17	36:42	36:42	+17:08
26.	80	Niżnik Oliwia	POL	Marki		K20 / 2	7:35	17:43	20:12	37:54	37:54	+18:20
DNS	87	Parol Anna	POL	Grodzisk Mazowiecki								

Mężczyźni

1.	81	Nowakowski Igor	POL	Marianka	LKS Osuchów	M20 / Kl.gen	3:12	08:03	07:56	15:58	15:58	--
2.	68	Mikielski Daniel	POL	Olsztynek		M30 / Kl.gen	3:19	08:07	08:28	16:35	16:35	+0:37
3.	15	Centkowski Łukasz	POL	Lutkówka	LKS Osuchów	M20 / Kl.gen	3:28	08:55	08:25	17:20	17:20	+1:22
4.	6	Bartolowicz Dawid	POL	Brochów	TMT	M30 / 1	3:30	08:55	08:35	17:29	17:29	+1:31
5.	27	Gruza Marcin	POL	Złotokłos		M40 / 1	3:32	08:57	08:40	17:37	17:37	+1:39
6.	100	Sitnik Bartłomiej	POL	Warszawa	KS Polonia Warszawa	M40 / 2	3:39	09:13	08:59	18:12	18:12	+2:14
7.	60	Kumanowski Piotr	POL	Rawa Mazowiecka	Rawa Tim Zawsze Slim	M40 / 3	3:41	09:28	08:58	18:25	18:25	+2:27
8.	36	Jasiński Łukasz	POL	Złotokłos		M40 / 4	3:44	09:21	09:18	18:38	18:38	+2:40
9.	114	Więckowski Michał	POL	Sochaczew	TMT	M40 / 5	3:46	09:29	09:19	18:47	18:47	+2:49
10.	62	Łuczyński Tomasz	POL	Warszawa		M50 / 1	3:47	09:27	09:26	18:52	18:52	+2:54
11.	44	Kątniak Paweł	POL	Łódź		M40 / 6	3:51	09:37	09:36	19:13	19:13	+3:15
12.	9	Boniecki Rafał	POL	Ksiazienice	Vamos Ksiazienice	M30 / 2	3:52	09:51	09:27	19:18	19:18	+3:20
13.	37	Górski Albin	POL	Sochaczew	Rozbiegane Socho	M30 / 3	3:52	09:50	09:30	19:20	19:20	+3:22
14.	40	Kacprzyk Alex	POL	Warszawa	RP Runners	M50 / 2	3:53	10:00	09:24	19:24	19:24	+3:26
15.	97	Rudnicki Marcin	POL	Godzianów	Witkowski Running Team	M40 / 7	3:54	09:59	09:28	19:26	19:26	+3:28
16.	45	Kiljańczyk Dominik	POL	Grzędy		M20 / 1	3:55	09:51	09:42	19:32	19:32	+3:34
17.	76	Niemczyk Kazimierz	POL	Milanówek	JW Team	M60 / 1	3:56	09:50	09:47	19:37	19:37	+3:39
18.	93	Pociech Marek	POL	Korytów		M60 / 2	3:57	09:51	09:55	19:45	19:45	+3:47
19.	66	Michalski Robert	POL	Warszawa	Zabiegany Wołomin	M40 / 8	4:03	10:24	09:49	20:12	20:12	+4:14
20.	29	Gumuła Jakub	POL	Warszawa	KSZO Ostrowiec	M30 / 4	4:05	10:23	10:02	20:24	20:24	+4:26
21.	39	Juraś Michał	POL	Skierniewice		M30 / 5	4:08	10:33	10:07	20:40	20:40	+4:42
22.	32	Guziec Krzysztof	POL	Dębica		M50 / 3	4:10	10:22	10:24	20:46	20:46	+4:48
23.	56	Kubiak Grzegorz	POL	Sochaczew	Dawid Team	M40 / 9	4:10	10:55	09:55	20:49	20:49	+4:51
24.	54	Krupiński Marek	POL	Ostrołęka	Forbet Runners/Team Zabieganedni	M20 / 2	4:12	10:19	10:41	21:00	21:00	+5:02
25.	14	Bugajski Adam	POL	Warszawa	Dead on Arrival	M50 / 4	4:15	10:43	10:30	21:12	21:12	+5:14
26.	105	Szczekutowicz Adrian	POL	Warszawa		M30 / 6	4:17	10:48	10:35	21:22	21:22	+5:24
27.	70	Mirkiewicz Andrzej	POL	Pruszków	Parkrun Pruszków	M60 / 3	4:19	10:54	10:38	21:32	21:32	+5:34
28.	92	Płoskoński Piotr	POL	Strzałków	KBKS Radomsko	M50 / 5	4:21	10:46	10:59	21:45	21:45	+5:47
29.	2	Adamiak Arkadiusz	POL	Ciechanów	5 MBOT	M20 / 3	4:23	10:40	11:15	21:55	21:55	+5:57
30.	50	Kołomijski Tomasz	POL	Mszczonów		M30 / 7	4:24	10:39	11:21	22:00	22:00	+6:02
31.	102	Sprengel Piotr	POL	Milanówek	WSEWS/UKS MTE	M30 / 8	4:27	11:06	11:07	22:12	22:12	+6:14
32.	86	Parol Rafał	POL	Grodzisk Mazowiecki		M40 / 10	4:29	11:34	10:49	22:23	22:23	+6:25
33.	35	Jagięło Piotr	POL	Czarny Las	Lider Team Grodzisk Mazowiecki	M40 / 11	4:36	11:36	11:21	22:57	22:57	+6:59
34.	46	Kluj Bogusław	POL	Zakręt	Biegam dla Sandry i Roberta	M60 / 4	4:37	11:34	11:27	23:01	23:01	+7:03
35.	23	Filipkowski Łukasz	POL	Żyrardów	Run de Girard	M20 / 4	4:39	11:22	11:49	23:11	23:11	+7:13

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
36.	71	Możdżonek Bartosz	POL Pruszków	Always Hardcore :)	M30 / 9	4:39	11:41	11:32	23:12	23:12	+7:14
37.	112	Walac Jacek	POL Grodzisk Mazowiecki	100 Marathon Club Polska	M40 / 12	4:45	11:58	11:46	23:44	23:44	+7:46
38.	106	Szewczyk Robert	POL Mszczonów	Pobiegani Mszczonów	M40 / 13	4:46	12:13	11:35	23:48	23:48	+7:50
39.	103	Strus Sebastian	POL Siedlce		M50 / 6	4:46	11:23	12:28	23:50	23:50	+7:52
40.	55	Ksyna Bogusław	POL Kamion Mały	OSP Kamion	M60 / 5	4:49	12:13	11:49	24:02	24:02	+8:04
41.	122	Olbrys Stanisław	POL Nasielsk	KB Legionowo	M50 / 7	4:49	11:54	12:10	24:03	24:03	+8:05
42.	107	Szydlik Wiesław	POL Mszczonów	Pobiegani Mszczonów	M50 / 8	4:49	12:20	11:45	24:04	24:04	+8:06
43.	48	Kolasa Andrzej	POL Warszawa	Klub J.Słowackiego	M70+ / 1	5:00	12:38	12:18	24:56	24:56	+8:58
44.	1	Adamiak Robert	POL Ciechanów	Curtis	M50 / 9	5:24	13:18	13:39	26:56	26:56	+10:58
45.	38	Jeremin Robert	POL Grodzisk Mazowiecki	Lider Team Grodzisk Mazowiecki	M50 / 10	5:30	13:58	13:33	27:30	27:30	+11:32
46.	41	Kaczmarek Damian	POL Stabomierz		M30 / 10	5:39	14:24	13:49	28:12	28:12	+12:14
47.	83	Osiński Stanisław	POL Warszawa	Nasielsk Baszta Team	M70+ / 2	5:54	14:48	14:39	29:27	29:27	+13:29
48.	109	Tomaszewski Łukasz	POL Mszczonów		M30 / 11	5:56	14:55	14:46	29:40	29:40	+13:42
49.	63	Malinowski Jarosław	POL Żyrardów	Malina Biega!	M30 / 12	6:00	15:29	14:28	29:56	29:56	+13:58
50.	115	Wikarjusz Rafał	POL Mszczonów		M30 / 13	6:04	14:55	15:21	30:16	30:16	+14:18
51.	65	Markuszewski Krzysztof	POL Międzyborów	Run de Girard	M40 / 14	6:10	16:05	14:42	30:47	30:47	+14:49
52.	119	Jaros Arkadiusz	POL Warszawa	Vege Runners	M60 / 6	6:11	15:26	15:26	30:52	30:52	+14:54
53.	8	Boczek Michał	POL Łowicz	Parkun Miasto Łowicz	M60 / 7	6:26	15:03	17:07	32:10	32:10	+16:12
54.	79	Niżnik Jakub	POL Marki		M20 / 5	7:16	17:44	18:33	36:17	36:17	+20:19
55.	18	Czasza Andrzej	POL Warszawa	Leśne Kije	M70+ / 3	7:58	17:29	22:22	39:50	39:50	+23:52
a.k.	20	Dziąg Sylwek	POL Żyrardów	Run de Girard				24:04			

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

Marsz Nordic Walking 5 km

Kobiety

1.	4	Banaszek-Popławska Halina	POL	Mszczonów		7:08	17:40	17:58	35:37	35:37	--
2.	33	Gwarek Anita	POL	Warszawa	Leśne Kije	7:34	19:08	18:39	37:46	37:46	+2:09
3.	21	Edyk Anna	POL	Tomaszów Mazowiecki		7:39	19:13	18:59	38:12	38:12	+2:35
4.	73	Newen-Tarczyk Barbara	POL	Granica	Leśne Kije	8:08	20:34	20:06	40:39	40:39	+5:02
5.	10	Borucka Urszula	POL	Warszawa	Leśne Kije	8:15	21:08	20:03	41:11	41:11	+5:34
6.	47	Kochanowicz-Selibórska Joanna	POL	Warszawa		8:17	21:04	20:18	41:22	41:22	+5:45
7.	85	Pachnik Renata	POL	Pruszków	Leśne Kije	8:23	21:13	20:42	41:54	41:54	+6:17
8.	52	Kozłowska Alicja	POL	Nowa Wieś	Leśne Kije	8:24	21:18	20:42	42:00	42:00	+6:23
9.	95	Rożko Ela	POL	Brwinów	Leśne Kije	8:30	21:42	20:49	42:30	42:30	+6:53
10.	25	Goralczyk Oksana	POL	Strzeniowka	Leśne Kije	8:41	21:48	21:36	43:24	43:24	+7:47
11.	34	Hyla Agnieszka	POL	Brwinów	Leśne Kije	9:15	23:44	22:27	46:11	46:11	+10:34
12.	89	Piekarska Anna	POL	Brwinów	Leśne Kije	9:15	23:44	22:27	46:11	46:11	+10:34
13.	124	Olszewska Elżbieta	POL	Nasielsk		9:15	23:52	22:21	46:12	46:12	+10:35
14.	98	Rychter Izabela	POL	Warszawa		9:28	24:03	23:17	47:20	47:20	+11:43
15.	75	Niedziela Magdalena	POL	Milanówek	Truskawki z Milanówka	9:28	24:04	23:17	47:20	47:20	+11:43

Mężczyźni

1.	110	Tomczak Marcin	POL	Ciechanów	Koci Pazur	6:13	16:20	14:43	31:02	31:02	--
2.	117	Wypych Radosław	POL	Legionowo	Kijkowa Brać Wieliszew	6:29	16:20	16:03	32:23	32:23	+1:21
3.	16	Chadaś Jarosław	POL	Goleniów	Jestem z Goleniowa	6:43	16:54	16:41	33:34	33:34	+2:32
4.	51	Kościelny Tomasz	POL	Warszawa		6:56	17:00	17:37	34:36	34:36	+3:34
5.	42	Kamiński Stanisław	POL	Nadarzyn	GOS Nadarzyn	6:58	14:33	20:14	34:47	34:47	+3:45
6.	82	Obłąkowski Hubert	POL	Zazdrość	Run de Girard	7:01	17:43	17:21	35:04	35:04	+4:02
7.	19	Dominiak Józef	POL	Żychlin	Oldboy Żychlin	7:11	17:47	18:08	35:55	35:55	+4:53
8.	53	Kozłowski Marek	POL	Pruszków	Leśne Kije	7:25	18:47	18:18	37:04	37:04	+6:02
9.	72	Netkowski Wojciech	POL	Brwinów	Leśne Kije	7:34	19:10	18:40	37:49	37:49	+6:47
10.	91	Pilichowski Marcin	POL	Warszawa	Ursus Team Nordic Walking	7:45	19:32	19:10	38:41	38:41	+7:39
11.	101	Sochacki Sławomir	POL	Milanówek		8:13	20:54	20:07	41:01	41:01	+9:59
12.	26	Góralczyk Jacek	POL	Warszawa	Leśne Kije	8:34	21:40	21:10	42:50	42:50	+11:48
13.	74	Niedziela Piotr	POL	Milanówek	Truskawki z Milanówka	9:15	23:14	22:59	46:13	46:13	+15:11

Liczba uczestników: 111