

# VII Bieg Zielonego Jabłuszka



## Wyniki OPEN K/M

19.05.2024, Skierniewice

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

### Bieg główny 10 km

#### Kobiety

1.	134	Szymkowicz Julia	POL	Bobrowniki		K20 / Kl.gen	4:05	22:10	18:32	<b>40:41</b>	--
2.	206	Zielińska Sylwia	POL	Skierniewice		K30 / Kl.gen	4:09	22:44	18:40	<b>41:24</b>	+0:43
3.	152	Bednarek Malgorzata	POL	Rawa Mazowiecka		K30 / Kl.gen	4:10	22:31	19:05	<b>41:35</b>	+0:54
4.	215	Stodolna Joanna	POL	Skierniewice		K20 / 1	4:11	22:10	19:34	<b>41:44</b>	+1:03
5.	108	Piórkowska Anna	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	K20 / 2	4:50	25:49	22:26	<b>48:14</b>	+7:33
6.	171	Kajak Agnieszka	POL		Rozbiegani Żychlin	K40 / 1	4:56	26:31	22:46	<b>49:16</b>	+8:35
7.	156	Anyszewska Patrycja	POL	Domaniewice		K20 / 3	5:01	26:50	23:18	<b>50:08</b>	+9:27
8.	166	Wencel Marta	POL	Stolniki		K30 / 1	5:05	28:17	22:29	<b>50:46</b>	+10:05
9.	107	Lechowska Ania	POL	Rawa Mazowiecka		K40 / 2	5:19	28:49	24:21	<b>53:09</b>	+12:28
10.	153	Topolniak Natalia	POL			K30 / 2	5:22	28:12	25:27	<b>53:38</b>	+12:57
11.	178	Niklewicz Monika	POL	Skierniewice		K40 / 3	5:28	28:36	25:59	<b>54:35</b>	+13:54
12.	125	Szulczyk Iwona	POL	Rawa Mazowiecka	Mario Team	K30 / 3	5:41	30:20	26:30	<b>56:50</b>	+16:09
13.	177	Kaniewska Monika	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	K40 / 4	5:51	31:05	27:21	<b>58:26</b>	+17:45
14.	213	Chajdaś Zofia	POL	Kraków		K20 / 4	5:52	32:37	25:56	<b>58:32</b>	+17:51
15.	180	Ziółkowska Paulina	POL	Żyrardów		K20 / 5	5:54	32:39	26:20	<b>58:58</b>	+18:17
16.	132	Szumigaj-Tarnowska Joanna	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	K40 / 5	6:12	32:35	29:22	<b>1:01:56</b>	+21:15
17.	207	Wójt-Lenarcik Katarzyna	POL			K30 / 4	6:17	32:27	30:16	<b>1:02:43</b>	+22:02
18.	144	Wójt Lidia	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	K60+ / 1	6:36	33:15	32:37	<b>1:05:52</b>	+25:11
19.	105	Kubiak Alicja	POL	Łódź		K40 / 6	7:21	36:06	37:25	<b>1:13:30</b>	+32:49

#### Mężczyźni

1.	135	Skorupa Kamil	POL	Kornelin	UKS Filipides Teresin	M20 / Kl.gen	3:22	17:43	15:49	<b>33:32</b>	--
2.	114	Antosik Bartosz	POL	Jaktorów	Adidas Runners Warsaw	M20 / Kl.gen	3:33	19:01	16:26	<b>35:26</b>	+1:54
3.	179	Kwasiborski Patryk	POL	Nowe Rościszewo	Dąbrowski Team	M20 / Kl.gen	3:36	18:57	16:55	<b>35:52</b>	+2:20



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)	Strata
4.	113	Pająk Bartłomiej	POL	Marki	SMSKlima/Markowi Biegacze	M30 / 1	3:38	19:28	16:50	<b>36:17</b>	+2:45
5.	221	Kamiński Artur	POL	Skierniewice		M40 / 1	3:46	20:27	17:07	<b>37:33</b>	+4:01
6.	138	Ostrowski Sylwester	POL		Błędowska Wataha	M40 / 2	3:46	20:26	17:09	<b>37:34</b>	+4:02
7.	184	Antosik Piotr	POL	Jaktorów	Dżakarta Run Team/Dogoń Grodzisk Mazowiecki	M40 / 3	3:46	20:18	17:23	<b>37:40</b>	+4:08
8.	117	Piorun Dawid	POL	Łowicz		M30 / 2	3:47	20:39	17:03	<b>37:42</b>	+4:10
9.	140	Jażdżyk Konrad	POL	Sierpc		M20 / 1	3:54	20:42	18:13	<b>38:55</b>	+5:23
10.	167	Błaszczak Mateusz	POL	Kamion	37 DROP	M30 / 3	3:55	21:07	18:02	<b>39:09</b>	+5:37
11.	170	Przybył Mateusz	POL	Skierniewice		M30 / 4	3:56	21:13	18:00	<b>39:12</b>	+5:40
12.	193	Witczak Piotr	POL	Skierniewice		M40 / 4	3:56	21:19	17:54	<b>39:13</b>	+5:41
13.	129	Piórkowski Jarosław	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M20 / 2	3:56	21:19	17:59	<b>39:18</b>	+5:46
14.	141	Biernacki Krzysztof	POL	Bednary		M30 / 5	3:57	20:52	18:30	<b>39:22</b>	+5:50
15.	164	Wołk Mariusz	POL	Rawa Mazowiecka	#Zaliniametyteam	M30 / 6	3:58	21:20	18:11	<b>39:31</b>	+5:59
16.	186	Bednarek Piotr	POL	Rawa Mazowiecka		M30 / 7	4:00	21:20	18:39	<b>39:58</b>	+6:26
17.	190	Kumanowski Piotr	POL	Rawa Mazowiecka	Rawa Tim Zawsze Slim	M40 / 5	4:02	21:27	18:53	<b>40:20</b>	+6:48
18.	161	Pokora Mariusz	POL	Skierniewice	IC Running Team/Parkrun Skierniewice	M30 / 8	4:04	22:06	18:33	<b>40:38</b>	+7:06
19.	185	Asiński Piotr	POL	Żyrardów	Run de Girard	M40 / 6	4:05	22:09	18:34	<b>40:42</b>	+7:10
20.	102	Chłaściak Adam	POL	Warszawa	Body Move	M30 / 9	4:08	22:03	19:15	<b>41:18</b>	+7:46
21.	174	Karkuciński Michał	POL	Skierniewice	IM Inspiration	M30 / 10	4:09	22:11	19:18	<b>41:29</b>	+7:57
22.	212	Poleć Wojciech	POL	Skierniewice	Grupa Biegowa UTK/Parkrun Skierniewice	M30 / 11	4:10	22:10	19:25	<b>41:35</b>	+8:03
23.	182	Kątniak Paweł	POL	Łódź		M40 / 7	4:11	21:27	20:14	<b>41:41</b>	+8:09
24.	176	Kroc Mirosław	POL	Skierniewice		M40 / 8	4:16	22:38	20:03	<b>42:40</b>	+9:08
25.	183	Łuczywek Paweł	POL	Skierniewice		M20 / 3	4:17	22:16	20:31	<b>42:46</b>	+9:14
26.	204	Wójt Sylwester	POL	Skierniewice	Trucht Maraton Skierniewice	M50 / 1	4:18	23:05	19:48	<b>42:52</b>	+9:20
27.	173	Jagiełło Michał	POL	Zapady	Parkrun Skierniewice	M50 / 2	4:18	23:04	19:56	<b>43:00</b>	+9:28
28.	145	Andzelak Łukasz	POL	Radziwiłłów		M20 / 4	4:19	23:36	19:30	<b>43:06</b>	+9:34
29.	220	Papiernik Kacper	POL	Skierniewice		M20 / 5	4:20	23:37	19:37	<b>43:14</b>	+9:42
30.	115	Jurkowski Bartosz	POL	Skierniewice		M30 / 12	4:22	23:05	20:31	<b>43:35</b>	+10:03
31.	158	Szymański Marek	POL	Skierniewice		M40 / 9	4:27	23:26	21:01	<b>44:26</b>	+10:54
32.	200	Sadowy Robert	POL	Skierniewice	RS Project	M40 / 10	4:28	23:36	21:03	<b>44:39</b>	+11:07
33.	162	Rak Mariusz	POL	Łyszkowice	Fundacja Biegamy Polesie	M40 / 11	4:32	24:36	20:42	<b>45:18</b>	+11:46
34.	168	Gabara Mateusz	POL	Skierniewice	Za_Rzu	M20 / 6	4:33	24:39	20:51	<b>45:29</b>	+11:57
35.	110	Pokora Arkadiusz	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M20 / 7	4:37	23:35	22:28	<b>46:03</b>	+12:31
36.	217	Jackowski Rafał	POL			M50 / 3	4:37	25:00	21:06	<b>46:06</b>	+12:34
37.	154	Sasin Marcel	POL	Skierniewice		M20 / 8	4:37	24:51	21:15	<b>46:06</b>	+12:34
38.	172	Faryj Michał	POL	Słupia	Za_Rzu	M20 / 9	4:37	24:39	21:30	<b>46:08</b>	+12:36
39.	149	Burzyński Konrad	POL			M30 / 13	4:37	24:53	21:17	<b>46:09</b>	+12:37
40.	139	Błażyński Seweryn	POL			M40 / 12	4:38	25:06	21:08	<b>46:13</b>	+12:41
41.	150	Zagibajło Łukasz	POL	Strzyboga	Parkrun Skierniewice	M40 / 13	4:38	25:08	21:10	<b>46:17</b>	+12:45
42.	175	Gródecki Artur	POL			M40 / 14	4:39	25:08	21:14	<b>46:21</b>	+12:49
43.	127	Łapiński Janusz	POL	Rawa Mazowiecka	Mario Team	M40 / 15	4:39	25:08	21:21	<b>46:28</b>	+12:56

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)	Strata
44.	159	Krzężko Mariusz	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M40 / 16	4:40	25:07	21:26	<b>46:32</b>	+13:00
45.	188	Łuczywek Mariusz	POL			M30 / 14	4:40	24:58	21:43	<b>46:40</b>	+13:08
46.	203	Dziąg Sylwester	POL	Żyrardów	Run de Girard	M20 / 10	4:45	24:33	22:52	<b>47:24</b>	+13:52
47.	208	Kołomijski Tomasz	POL	Mszczonów		M30 / 15	4:46	24:49	22:49	<b>47:38</b>	+14:06
48.	216	Markowski Jakub	POL			M40 / 17	4:49	25:33	22:28	<b>48:01</b>	+14:29
49.	148	Rykała Łukasz	POL	Maków		M20 / 11	4:49	25:45	22:20	<b>48:05</b>	+14:33
50.	116	Madzian Emilian	POL			M30 / 16	4:50	26:11	22:08	<b>48:19</b>	+14:47
51.	195	Woźniak Przemysław	POL	Bielice	Run Team Bielice	M30 / 17	4:52	26:12	22:24	<b>48:35</b>	+15:03
52.	142	Kowalczyk Krzysztof	POL	Skierniewice	Sky City	M50 / 4	4:54	25:53	22:59	<b>48:51</b>	+15:19
53.	219	Papiernik Zbigniew	POL	Skierniewice		M50 / 5	4:54	26:38	22:19	<b>48:57</b>	+15:25
54.	198	Nowakowski Stefan	POL			M40 / 18	4:55	25:55	23:15	<b>49:09</b>	+15:37
55.	189	Kalinowski Maciej	POL			M50 / 6	4:56	26:31	22:43	<b>49:14</b>	+15:42
56.	147	Aleksandrowicz Piotr	POL			M50 / 7	5:00	26:50	23:02	<b>49:52</b>	+16:20
57.	157	Wieczorek Marcin	POL	Dąbrowice		M40 / 19	5:00	26:45	23:13	<b>49:57</b>	+16:25
58.	194	Rukat Przemysław	POL	Stachlew	Fundacja Biegamy Polesie	M30 / 18	5:03	26:41	23:42	<b>50:22</b>	+16:50
59.	165	Pawłowski Andrzej	POL	Skierniewice		M40 / 20	5:03	27:29	22:57	<b>50:26</b>	+16:54
60.	137	Nahorny Illia	POL			M20 / 12	5:04	27:21	23:16	<b>50:36</b>	+17:04
61.	126	Radzikowski Jacek	POL	Łódź		M50 / 8	5:05	25:58	24:45	<b>50:42</b>	+17:10
62.	123	Zawadzki Grzegorz	POL	Skierniewice		M20 / 13	5:05	27:11	23:32	<b>50:43</b>	+17:11
63.	191	Milczarek Piotr	POL	Skierniewice		M30 / 19	5:06	27:16	23:40	<b>50:56</b>	+17:24
64.	103	Nowak Adam	POL	Skierniewice		M60+ / 1	5:06	27:32	23:24	<b>50:56</b>	+17:24
65.	146	Czuba Łukasz	POL	Skierniewice		M30 / 20	5:06	26:45	24:15	<b>50:59</b>	+17:27
66.	187	Dąbrowski Piotr	POL	Skierniewice		M40 / 21	5:07	27:51	23:19	<b>51:10</b>	+17:38
67.	209	Szydlik Wiesław	POL	Mszczonów	Pobiegani Mszczooów	M50 / 9	5:08	27:48	23:30	<b>51:17</b>	+17:45
68.	104	Nowosadko Aleksander	POL	Stara Wieś		M30 / 21	5:11	27:49	24:00	<b>51:48</b>	+18:16
69.	169	Kałucki Mateusz	POL	Strzyboga		M20 / 14	5:11	28:18	23:31	<b>51:49</b>	+18:17
70.	181	Pragnacy Paweł	POL	Skierniewice	Jelenie w Terenie	M40 / 22	5:15	26:47	25:37	<b>52:24</b>	+18:52
71.	163	Włodarski Mariusz	POL	Skierniewice		M50 / 10	5:16	27:41	24:57	<b>52:37</b>	+19:05
72.	155	Brzujszczak Marcin	POL	Skierniewice		M20 / 15	5:18	29:30	23:29	<b>52:58</b>	+19:26
73.	143	Piórkowski Leszek	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M60+ / 2	5:19	28:17	24:51	<b>53:08</b>	+19:36
74.	201	Pawłowski Sebastian	POL	Kaleń	Rawa Fight Crew	M40 / 23	5:20	28:49	24:22	<b>53:11</b>	+19:39
75.	196	Przybylski Radosław	POL			M40 / 24	5:21	28:11	25:20	<b>53:30</b>	+19:58
76.	202	Łukawski Seweryn	POL	Skierniewice		M30 / 22	5:22	28:39	24:54	<b>53:32</b>	+20:00
77.	111	Grzelec Bartłomiej	POL	Skierniewice		M30 / 23	5:25	28:49	25:22	<b>54:10</b>	+20:38
78.	109	Wiśnia Krzysztof	POL	Brwinów	Vege Runners	M40 / 25	5:33	29:33	25:53	<b>55:26</b>	+21:54
79.	118	Walendzik Dawid	POL	Nowy Kawęczyn	Damil Run	M20 / 16	5:33	28:40	26:50	<b>55:29</b>	+21:57
80.	121	Diks Filip	POL	Skierniewice	Brzeziński Run Club	M40 / 26	5:36	28:16	27:39	<b>55:54</b>	+22:22
81.	192	Oziębło Piotr	POL	Skierniewice	Prime It	M30 / 24	5:36	29:25	26:30	<b>55:55</b>	+22:23
82.	130	Radzikowski Jarosław	POL	Łódź	Running Challenge	M50 / 11	5:49	31:04	27:05	<b>58:08</b>	+24:36
83.	131	Zwolinski Jarosław	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M40 / 27	5:51	31:05	27:22	<b>58:26</b>	+24:54

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Lap1	Lap2	Wynik (Brutto)	Strata
84.	211	Jagielski Witold	POL	Warszawa	IMR Team	M50 / 12	5:55	31:04	28:02	<b>59:05</b>	+25:33
85.	197	Grochulski Rafał	POL	Skierniewice	Parkrun Skierniewice	M50 / 13	6:12	31:25	30:31	<b>1:01:56</b>	+28:24
86.	214	Piechota Maciej	POL			M40 / 28	6:25	35:00	29:09	<b>1:04:08</b>	+30:36
87.	128	Malinowski Jarosław	POL	Żyrardów	Malina Biega!	M30 / 25	6:28	34:00	30:34	<b>1:04:33</b>	+31:01
88.	210	Zys Krystian	POL	Żychlin		M40 / 29	7:00	47:04	22:51	<b>1:09:55</b>	+36:23

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

## Marsz Nordic Walking 5 km

### Kobiety

1.	120	<b>Brzezina Ewa</b>	POL	Sochaczew	Hulaj Noga Sochaczew	7:25	37:03		<b>37:03</b>	--
2.	205	<b>Iwańczyk Sylwia</b>	POL	Pszczonów	Fundacja Biegamy Polesie	7:47	38:52		<b>38:52</b>	+1:49
3.	106	<b>Gałęziewska Aneta</b>	POL	Bełchów	Fundacja Biegamy Polesie	7:47	38:55		<b>38:55</b>	+1:52
4.	122	<b>Kobielska Grażyna</b>	POL	Mrozy		7:48	38:59		<b>38:59</b>	+1:56
5.	136	<b>Kuziemska-Warmińska Kamila</b>	POL	Kamion	Kijowa Ekipa	8:52	44:20		<b>44:20</b>	+7:17

### Mężczyźni

1.	151	<b>Stanecki Maciej</b>	POL	Skierniewice		6:20	31:37		<b>31:37</b>	--
2.	101	<b>Bugajski Adam</b>	POL	Warszawa	Dead On Arrival	6:46	33:50		<b>33:50</b>	+2:13
3.	133	<b>Brzezina Józef Maciej</b>	POL	Sochaczew	Hulaj Noga Sochaczew	6:49	34:02		<b>34:02</b>	+2:25
4.	124	<b>Obłąkowski Hubert</b>	POL	Zazdrość	Run de Girard	7:18	36:29		<b>36:29</b>	+4:52

Liczba uczestników: 116