

XII Bieg Goworowski „Bieg dla zdrowia”



Wyniki OPEN K/M

09.06.2024, Goworowo

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

Bieg młodzieży (7-11 lat) 1 km

Kobiety

1.	27	Rypińska Amelia	POL	Wąsewo		4:01	04:02	04:02	--
2.	1	Bačławska Zofia	POL	Tobolice	KS Badminton Ostrołęka	4:01	04:02	04:02	+0:00
3.	29	Świąder Zofia	POL	Goworowo		4:05	04:05	04:06	+0:04
4.	18	Kordel Maja	POL	Rzekuń	SP 1 Ostrołęka	4:33	04:33	04:34	+0:32
5.	8	Dzierżanowska Lilia	POL	Wąsewo		4:46	04:47	04:47	+0:45
6.	11	Gęsich Julita	POL	Szczawin	Jantar Ostrołęka	4:49	04:49	04:50	+0:48
7.	21	Lis Antonia	POL	Ostrołęka	Lis	5:02	05:02	05:03	+1:01
8.	13	Jaksina Emilia	POL	Lelis		5:09	05:09	05:10	+1:08
9.	23	Ostrowska Sara	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	5:15	05:16	05:16	+1:14
10.	3	Białczak Agata	POL	Żabin		5:30	05:31	05:31	+1:29

Mężczyźni

1.	17	Kordasz Oliwier	POL	Goworowo	Orz Goworowo	3:51	03:52	03:52	--
2.	9	Grądzki Tobiasz	POL	Stary Lubotyń		3:52	03:52	03:53	+0:01
3.	6	Dudek Szymon	POL	Szczawin		3:57	03:58	03:58	+0:06
4.	16	Kordasz Dawid	POL	Goworowo	Orz Goworowo	4:10	04:11	04:11	+0:19
5.	25	Parzych Julian	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	4:14	04:15	04:15	+0:23
6.	22	Nowakowski Adam	POL	Ostrołęka		4:20	04:21	04:21	+0:29
7.	32	Zduniak Błażej	POL	Czarnowo	Orz Goworowo	4:30	04:31	04:31	+0:39
8.	156	Wisniewski Ksawery	POL			4:33	04:33	04:34	+0:42
9.	12	Gołębiewski Aleksander	POL	Goworowo		4:34	04:34	04:35	+0:43
10.	7	Dudziec Oskar	POL	Goworowo	FC Różan	4:39	04:39	04:40	+0:48
11.	5	Ciskowski Kornel	POL	Goworowo	Orz Goworowo	4:41	04:42	04:42	+0:50
12.	24	Ostrowski Oliwier	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	4:53	04:53	04:54	+1:02



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
13.	15	Kaczyński Bartosz	POL	Tobolice		4:59	04:59	05:00	+1:08
14.	172	Ostrowski Seweryn	POL	Kaczka		5:04	05:05	05:05	+1:13
15.	173	Ostrowski Julian	POL	Kaczka		5:15	05:16	05:16	+1:24
16.	31	Wróbel Mateusz	POL	Daniłowo		5:49	05:50	05:50	+1:58
17.	159	Podmostko Aleksander	POL			5:55	05:55	05:56	+2:04
18.	14	Jaksina Miłosz	POL	Lelis		12:03	12:04	12:04	+8:12

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

Bieg młodzieży (12-15 lat) 3 km

Kobiety

1.	45	Strzeszewska Zuzanna	POL	Borawe	OKLA Elektro-Energetyka	4:43	14:10	14:10	--
2.	41	Nowakowska Natalia	POL	Ostrołęka		5:09	15:30	15:30	+1:20
3.	42	Piotrowska Aleksandra	POL	Borawe	OKLA Elektro-Energetyka	5:17	15:54	15:54	+1:44
4.	44	Rypińska Zuzanna	POL	Wąsewo		5:45	17:18	17:18	+3:08
5.	157	Parzych Aleksandra	POL	Goworowo		8:10	24:30	24:31	+10:21
6.	158	Kuśmierczyk Natalia	POL	Rębisze Parcele		9:10	27:31	27:32	+13:22

Mężczyźni

1.	40	Korzeniecki Szymon	POL	Ostrołęka	OKLA Elektro-Energetyka	3:35	10:48	10:48	--
2.	37	Galarski Mateusz	POL	Brzeźno	Orz Goworowo	4:21	13:06	13:06	+2:18
3.	36	Dudziec Ksawery	POL	Goworowo	Orz Goworowo	4:36	13:50	13:51	+3:03
4.	35	Gumowski Szymon	POL		OKLA Elektro-Energetyka	4:59	14:58	14:58	+4:10
5.	38	Kaczanowski Patryk	POL	Marki		5:06	15:20	15:20	+4:32
6.	43	Podlasin Damian	POL	Czarnowo		5:27	16:23	16:23	+5:35

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

Marsz Nordic Walking 3 km

Kobiety

1.	59	Majkowska-Gęsih Joanna	POL	Szczawin		7:18	21:56	21:56	--
2.	57	Knaga Dorota	POL	Warszawa	CBRE GWS	7:19	21:57	21:58	+0:02
3.	56	Karczewska Helena	POL	Warszawa	CBRE GWS	8:40	26:00	26:02	+4:06
4.	63	Podlasin Elżbieta	POL	Ponikiew Duża		8:47	26:22	26:22	+4:26
5.	65	Stucka Janina	POL	Goworowo		8:47	26:21	26:22	+4:26
6.	71	Wojciechowicz Irena	POL	Kruszewo		8:47	26:22	26:23	+4:27
7.	54	Godlewska Irena	POL	Goworowo		8:49	26:29	26:29	+4:33
8.	155	Pierzchała Elżbieta	POL	Goworowo		8:51	26:33	26:34	+4:38
9.	51	Dzielak Wiesława	POL	Rębisze Kolonia		8:51	26:33	26:34	+4:38
10.	58	Kośnik Janina	POL	Wólka Brzezińska		8:59	26:56	26:58	+5:02
11.	55	Kaczmarczyk Bożena	POL	Goworowo		8:59	26:56	26:59	+5:03

Mężczyźni

1.	69	Tomczak Marcin	POL	Ciechanów	Koci Pazur	7:07	21:20	21:22	--
2.	52	Filipiak Piotr	POL	Żabin		7:16	21:50	21:51	+0:29
3.	152	Karczewski Michał	POL	Warszawa	CBRE GWS	8:40	26:00	26:01	+4:39

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

Bieg główny 10 km

Kobiety

1.	136	Sakowska Agnieszka	POL	Warszawa		K2 / Kl.gen	4:49	48:08	48:13	--
2.	117	Oblinska Maria	POL	Nur		K2 / Kl.gen	4:57	49:35	49:36	+1:23
3.	122	Ostrowska Angelika	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	K2 / Kl.gen	5:01	50:17	50:17	+2:04
4.	130	Piotrowska Aneta	POL	Borawe	LKS Kurpie na Luzie	K3 / 1	5:09	51:28	51:31	+3:18
5.	160	Nowakowska Paulina	POL	Tuszcz	Radzymin Run Team	K1 / 1	5:09	51:29	51:31	+3:18
6.	76	Bożomańska Elżbieta	POL	Ostrołęka	UKS Clan	K3 / 2	5:11	51:51	51:51	+3:38
7.	101	Kwapisz-Cichowska Katarzyna	POL	Ostrołęka	Ostrołęka	K4 / 1	5:40	56:37	56:43	+8:30
8.	118	Ochnik Justyna	POL	Ciechanów		K2 / 1	5:42	57:05	57:07	+8:54
9.	123	Owczarek Aneta	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	K2 / 2	5:43	57:10	57:14	+9:01
10.	92	Kaczyńska Barbara	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	K3 / 3	5:54	59:06	59:07	+10:54
11.	78	Ciskowska Anna	POL	Goworowo		K2 / 3	6:02	1:00:22	1:00:26	+12:13
12.	83	Dąbrowska Karolina	POL	Goworowo		K3 / 4	6:12	1:01:57	1:02:01	+13:48
13.	115	Nadwodna-Stachacz Agata	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	K4 / 2	6:15	1:02:30	1:02:36	+14:23
14.	148	Wójcicka Mariola	POL	Różan	Różan Biega	K3 / 5	6:28	1:04:42	1:04:49	+16:36
15.	138	Stachacz Edyta	POL	Goworowo		K2 / 4	6:36	1:05:59	1:06:03	+17:50
16.	134	Romanowska Jolanta	POL	Goworowo		K3 / 6	6:36	1:06:00	1:06:04	+17:51
17.	87	Gaś Izabela	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	K3 / 7	6:42	1:07:06	1:07:10	+18:57
18.	81	Dąbkowska Wiktoria	POL	Goworowo		K1 / 2	6:55	1:09:11	1:09:16	+21:03
19.	135	Rutkowska Marta	POL	Porosły		K2 / 5	7:03	1:10:28	1:10:31	+22:18
20.	102	Kwietniak Beata	POL	Kruszewo		K2 / 6	7:11	1:12:00	1:12:00	+23:47
21.	80	Dąbkowska Alicja	POL	Goworowo		K1 / 3	7:29	1:14:48	1:14:53	+26:40
22.	79	Dąbkowska Julia	POL	Goworowo		K1 / 4	7:50	1:18:16	1:18:22	+30:09

Mężczyźni

1.	145	Świerdzewski Damian	POL	Dzbenin	Następny Krok Team	M2 / Kl.gen	3:30	35:06	35:06	--
2.	108	Mateusiak Radosław	POL	Różan	Różan Biega	M1 / Kl.gen	3:46	37:41	37:41	+2:35
3.	111	Miniuk Paweł	POL	Białystok	Pobiegamy	M2 / Kl.gen	3:49	38:10	38:11	+3:05
4.	119	Olszewski Krzysztof	POL	Olszewo-Borki		M3 / 1	3:58	39:50	39:50	+4:44
5.	132	Rafalik Kamil	POL	Kalinowo		M2 / 1	4:00	40:09	40:09	+5:03
6.	100	Kulawik Bartłomiej	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	M3 / 2	4:04	40:42	40:50	+5:44
7.	91	Jędrzejczyk Jarosław	POL	Ostrołęka	Run Crew Ostrołęka	M3 / 3	4:07	41:15	41:15	+6:09
8.	99	Krupiński Marek	POL	Goworowo	Forbet Runners	M1 / 1	4:22	43:39	43:42	+8:36
9.	98	Król Dariusz	POL	Wołomin	Zabiegany Wołomin	M5 / 1	4:22	43:48	43:48	+8:42
10.	103	Lubiak Marek	POL	Dzbenin		M3 / 4	4:24	44:01	44:03	+8:57
11.	110	Mierzejewski Wiktor	POL	Ostrołęka		M2 / 2	4:25	44:19	44:20	+9:14
12.	124	Paliszewski Krystian	POL	Nowe Miasto	Nasielsk Baszta Team	M1 / 2	4:27	44:29	44:33	+9:27

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	Kat./ m-ce	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
13.	96	Knaga Piotr	POL	Warszawa	CBRE GWS/IMR Team	M3 / 5	4:28	44:39	44:41	+9:35
14.	127	Pazik Jakub	POL	Brzezińsko		M2 / 3	4:28	44:45	44:48	+9:42
15.	93	Kamiński Wiesław	POL	Warszawa	Nasielsk Baszta Team	M4 / 1	4:29	44:52	44:53	+9:47
16.	146	Tarasiewicz Kamil	POL	Różan	Różan Biega	M2 / 4	4:29	44:54	44:56	+9:50
17.	140	Suchcicki Hubert	POL	Białystok		M2 / 5	4:31	45:13	45:16	+10:10
18.	151	Zyskowski Artur	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	M3 / 6	4:35	45:55	45:56	+10:50
19.	116	Napiórkowski Radosław	POL	Głazewo		M2 / 6	4:40	46:39	46:41	+11:35
20.	144	Świdorski Janusz	POL	Różan	Różan Biega	M3 / 7	4:50	48:21	48:23	+13:17
21.	147	Traczyk Przemek	POL	Ciechanów	Asfaltlove Dziki	M3 / 8	4:51	48:35	48:38	+13:32
22.	112	Mulawka Filip	POL	Czarnowiec		M1 / 3	4:54	49:04	49:07	+14:01
23.	84	Dąbrowski Karol	POL	Stara Łomża nad Rzeką		M1 / 4	4:55	49:09	49:14	+14:08
24.	137	Sawicki Paweł	POL	Borawe		M3 / 9	4:55	49:10	49:15	+14:09
25.	97	Korzeniecki Marcin	POL	Ostrołęka	Dąbrowski Team	M3 / 10	4:55	49:14	49:18	+14:12
26.	114	Mulawka Jacek	POL	Ostrołęka		M2 / 7	4:59	49:49	49:51	+14:45
27.	88	Gęsich Cezary	POL	Szczawin		M2 / 8	5:00	49:55	50:03	+14:57
28.	196	Kowalczyk Stanisław	POL	Lipianka		M1 / 5	5:01	50:09	50:13	+15:07
29.	131	Piotrowski Piotr	POL	Borawe	LKS Kurpie na Luzie	M3 / 11	5:09	51:28	51:31	+16:25
30.	121	Orłowski Jakub	POL	Daniłowo		M1 / 6	5:10	51:44	51:44	+16:38
31.	161	Gutkowski Krystian	POL	Ostrołęka		M3 / 12	5:13	52:16	52:17	+17:11
32.	94	Kielek Daniel	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	M1 / 7	5:25	54:11	54:16	+19:10
33.	90	Gumkowski Andrzej	POL	Ostrołęka	AMZ-Aktywnie Morsowo Zdrowo	M6+ / 1	5:27	54:32	54:34	+19:28
34.	194	Pszczółkowski Adam	POL	Ostrołęka		M3 / 13	5:35	55:46	55:51	+20:45
35.	113	Mulawka Michał	POL	Czarnowiec		M3 / 14	5:36	56:04	56:07	+21:01
36.	198	Kuśmierczyk Marcin	POL	Lipianka		M3 / 15	5:37	56:07	56:11	+21:05
37.	139	Stachacz Mirosław	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	M4 / 2	5:37	56:07	56:13	+21:07
38.	77	Bożomański Tomasz	POL	Ostrołęka	UKS Clan	M4 / 3	5:39	56:35	56:38	+21:32
39.	74	Białobrzęski Witold	POL	Ostrołęka	LKS Kurpie na Luzie	M6+ / 2	5:41	56:55	56:56	+21:50
40.	75	Bielarczyk Krzysztof	POL	Goworowo		M3 / 16	6:02	1:00:23	1:00:28	+25:22
41.	197	Piotrowski Przemysław	POL			M1 / 8	6:06	1:00:58	1:01:02	+25:56
42.	199	Jabłoński Arkadiusz	POL	Łława		M1 / 9	6:11	1:01:52	1:01:56	+26:50
43.	129	Piątek Bogdan	POL	Zielonka	Lechici Zielonka	M6+ / 3	6:19	1:03:10	1:03:17	+28:11
44.	195	Głowacz Klaudiusz	POL			M2 / 9	6:24	1:04:02	1:04:06	+29:00
45.	200	Leszczyński Roman	POL	Ostrołęka		M6+ / 4	6:26	1:04:17	1:04:25	+29:19
46.	82	Dąbkowski Mariusz	POL	Goworowo		M3 / 17	7:50	1:18:20	1:18:25	+43:19
47.	86	Garwarski Ryszard	POL	Żabin	GoworowekaMILA	M5 / 2	7:50	1:18:19	1:18:25	+43:19
DNF	89	Grzyb Michał	POL	Rzekuń	Run Crew Ostrołęka		7:22	1:13:42	1:13:48	+38:42
DNF	128	Pego Fernandez Alberto	ESP	Marki	Atletismo Sar		5:37	56:11	56:11	+21:05

Liczba uczestników: 125