

# Bieg Siedmiu Róż

## Wyniki kategorii wiekowych



2019-10-13, Czerwonka

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
------	----	-----------------	---------	--------	------	--------	-------	-------

### Bieg główny 10 km

#### K20 (kobiety 1990-1999)

1.	36	Kulesza Agnieszka	1997	POL	Warszawa	Trucht Tarchomin Team	5:23	53:46	<b>53:46</b>
2.	14	Górowska Anna	1994	POL	Ciechanów		5:32	55:15	<b>55:15</b>
3.	466	Kowalczyk Kinga	1991	POL	Jednorozec	Jednorozec robi co może	6:13	1:02:04	<b>1:02:04</b>
4.	29	Kowalczyk Marlena	1999	POL	Sulejówek		6:23	1:03:45	<b>1:03:45</b>

#### K30 (kobiety 1980-1989)

1.	106	Wojnar Barbara	1980	POL	Kruki	Bee Hero-sports center	4:39	46:30	<b>46:30</b>
2.	469	Szynwelska-Leśnik Katarzyna	1982	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	5:05	50:49	<b>50:49</b>
3.	79	Dembińska Katarzyna	1984	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:08	51:16	<b>51:16</b>
4.	480	Samsel Beata	1985	POL	Orło	MKB Team Małkinia Górna	5:14	52:15	<b>52:15</b>
5.	89	Kwiatkowska Ilona	1984	POL	Wyszaków	KB Wyszaków	5:26	54:13	<b>54:13</b>
6.	7	Czarnota Dorota	1981	POL	Legionowo	Bravehearts Legionowo	5:37	56:05	<b>56:05</b>
7.	87	Kucisz Martyna	1985	POL	Ostrołęka	Reebok Run Crew Ostrołęka	5:48	57:59	<b>57:59</b>
8.	74	Zacheja Dorota	1982	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna	6:38	1:06:13	<b>1:06:13</b>
9.	62	Szolc Dagmara	1983	POL	Komorów	Daga Szolc Run&Move	6:51	1:08:26	<b>1:08:26</b>
10.	3	Bartecka-Matuszewska Urszula	1980	POL	Nowy Dwór Mazowiecki		6:59	1:09:44	<b>1:09:44</b>

#### K40 (kobiety 1970-1979)

1.	91	Lubińska Aneta	1975	POL	Ciechanów	Mazovia Proactiv Ciechanów	5:03	50:21	<b>50:21</b>
2.	43	Napiórkowska Anna	1979	POL	Ostrołęka	Dark Side Team	5:04	50:33	<b>50:33</b>
3.	70	Wielechowska Małgorzata	1972	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	5:08	51:16	<b>51:16</b>
4.	479	Tabaka Magdalena	1977	POL	Przasnysz	Jednorozec robi co może	5:27	54:22	<b>54:22</b>
5.	58	Sobierańska Edyta	1973	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:34	55:32	<b>55:32</b>
6.	110	Zdunek Edyta	1970	POL	Wołomin	Bóbr Tłuszcz	5:35	55:42	<b>55:42</b>
7.	104	Wiktorska Mariola	1971	POL	Jednorozec	Jednorozec robi co może	5:38	56:19	<b>56:19</b>
8.	30	Kowalczyk Grażyna	1970	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	5:41	56:45	<b>56:45</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
9.	26	Kienik Anna	1976	POL	Czernice Borowe		5:52	58:40	<b>58:40</b>
10.	9	Gadomska Barbara	1975	POL	Przasnysz	KS Przasznik	6:06	1:00:55	<b>1:00:55</b>
11.	15	Górowska Mariola	1972	POL	Ciechanów		6:17	1:02:48	<b>1:02:48</b>

## K50 (kobiety 1960-1969)

1.	93	Mikołajewska Anna	1963	POL	Lipa	Jednorożec robi co może	5:51	58:22	<b>58:22</b>
----	----	-------------------	------	-----	------	-------------------------	------	-------	--------------

## M10 (mężczyźni 2000 i młodszy)

1.	50	Podlecki Maciej	2000	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:02	40:16	<b>40:16</b>
2.	34	Kuźmierz Jakub	2003	POL	Grodzisk Mazowiecki	UKS MTE Milanówek	4:18	42:54	<b>42:54</b>
3.	476	Waszkiewicz Kacper	2003	POL	Młodzianowo	KS Maków Biega	4:30	44:51	<b>44:51</b>
4.	63	Ścibek Patryk	2002	POL	Jednorożec	KS Maków Biega	4:56	49:12	<b>49:12</b>
5.	71	Wielechowski Piotr	2001	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	5:18	52:53	<b>52:53</b>

## M20 (mężczyźni 1990-1999)

1.	13	Glapiński Igor	1992	POL	Tarczyn	Bravehearts Legionowo	3:49	38:03	<b>38:03</b>
2.	61	Szewczyk Adrian	1991	POL	Duczki	Zabiegany Wołomin	4:04	40:32	<b>40:32</b>
3.	23	Karasiewicz Paweł	1994	POL	Winnica	Lider Winnica	4:19	43:01	<b>43:01</b>
4.	72	Własiniowicz Sebastian	1990	POL	Łomianki	OSP Łomianki	4:30	44:53	<b>44:53</b>
5.	8	Dytrych Artur	1998	POL	Maków Mazowiecki		4:53	48:47	<b>48:47</b>
6.	474	Krupiński Marek	1995	POL	Ostrołęka		4:55	49:03	<b>49:03</b>
7.	52	Ponichtera Daniel	1999	POL	Długosiodło		4:55	49:10	<b>49:10</b>
8.	44	Obojski Paweł	1990	POL	Szczuki	poTRABANTowani	4:57	49:30	<b>49:30</b>
9.	47	Owczarek Adam	1996	POL	Warszawa		5:29	54:41	<b>54:41</b>
10.	55	Rybak Piotr	1997	POL	Warszawa		6:23	1:03:45	<b>1:03:45</b>
11.	92	Mierzyński Mateusz	1992	POL	Grądy		6:30	1:04:56	<b>1:04:56</b>

## M30 (mężczyźni 1980-1989)

1.	88	Kulawik Bartłomiej	1982	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	3:49	38:08	<b>38:08</b>
2.	59	Stańczak Łukasz	1988	POL	Warszawa	KS Maków Biega	3:52	38:31	<b>38:31</b>
3.	6	Budniak Tomasz	1980	POL	Władysławowo	KB TKKF Promyk Ciechanów	3:56	39:16	<b>39:16</b>
4.	484	Bodziakowski Bartosz	1980	POL	Dąbrówka	KS Maków Biega	4:18	42:53	<b>42:53</b>
5.	467	Urbaniak Sylwester	1985	POL	Jednorożec	Jednorożec robi co może	4:22	43:35	<b>43:35</b>
6.	90	Kwiatkowski Adam	1982	POL	Wyszków	KB Wyszków	4:23	43:50	<b>43:50</b>
7.	54	Rogsch Damian	1986	POL	Radzymin	Radzymin Run Team	4:26	44:13	<b>44:13</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
8.	76	Zamielski Paweł	1983	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:30	44:53	<b>44:53</b>
9.	24	Karczmarczyk Jakub	1982	POL	Ostrołęka	Reebok Run Crew Ostrołęka	4:31	45:01	<b>45:01</b>
10.	65	Traczyk Przemysław	1983	POL	Ciechanów	Mazovia Proactiv Ciechanów	4:37	46:05	<b>46:05</b>
11.	35	Kuźmierz Jacek	1981	POL	Grodzisk Mazowiecki		4:58	49:31	<b>49:31</b>
12.	19	Gutowski Krystian	1980	POL	Ostrołęka	Dąbrowski Team	5:04	50:31	<b>50:31</b>
13.	39	Leśnik Mariusz	1984	POL	Warszawa	KS Maków Biega	5:05	50:49	<b>50:49</b>
14.	56	Sapieha Grzegorz	1981	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:11	51:46	<b>51:46</b>
15.	86	Kucisz Piotr	1982	POL	Ostrołęka	Reebok Run Crew Ostrołęka	5:19	53:10	<b>53:10</b>
16.	5	Brzostek Krystian	1989	POL	Szczytno		5:42	56:53	<b>56:53</b>
17.	42	Matuszewski Paweł	1983	POL	Nowy Dwór Mazowiecki	SlowSquad	6:09	1:01:30	<b>1:01:30</b>
18.	28	Kolator Witold	1989	POL	Ostrów Mazowiecka		6:10	1:01:32	<b>1:01:32</b>
19.	1	Bałabas Artur	1983	POL	Ciechanów	Mazovia Proactiv Ciechanów	6:17	1:02:48	<b>1:02:48</b>
20.	67	Turczyński Filip	1987	POL	Warszawa	Craftware	6:54	1:08:55	<b>1:08:55</b>

## M40 (mężczyźni 1970-1979)

1.	481	Dzięglewski Rafał	1979	POL	Wyszków	Klub Biegacza Wyszków	4:00	39:53	<b>39:53</b>
2.	11	Gajek Ireneusz	1978	POL	Ciechanów		4:03	40:26	<b>40:26</b>
3.	471	Narojczyk Arkadiusz	1975	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	4:06	40:51	<b>40:51</b>
4.	2	Bany Robert	1973	POL	Sokołówek	Mazovia Proactiv Ciechanów	4:06	40:58	<b>40:58</b>
5.	21	Janiszewski Jarosław	1979	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	4:08	41:16	<b>41:16</b>
6.	51	Podlecki Krzysztof	1972	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:10	41:40	<b>41:40</b>
7.	46	Orliński Tomasz	1979	POL	Legionowo	BHP Orlinscy	4:11	41:47	<b>41:47</b>
8.	482	Borczak Dariusz	1979	POL	Szła	Jednorożec robi co może	4:21	43:26	<b>43:26</b>
9.	17	Gryz Jacek	1979	POL	Janówek Pierwszy	Bravehearts Legionowo	4:23	43:50	<b>43:50</b>
10.	84	Karpiński Adam	1975	POL	Ostrołęka	Dark Side Team	4:28	44:31	<b>44:31</b>
11.	20	Jakubowski Dariusz	1975	POL	Winnica	Lider Winnica	4:32	45:18	<b>45:18</b>
12.	107	Woźniak Ryszard	1971	POL	Borzychy	Politechnika Warszawska	4:40	46:37	<b>46:37</b>
13.	64	Tartanus Andrzej	1978	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	4:43	47:01	<b>47:01</b>
14.	99	Rykowski Grzegorz	1977	POL	Drężewo	Dark Side Team	4:44	47:20	<b>47:20</b>
15.	33	Krawczyk Paweł	1978	POL	Winnica	Lider Winnica	4:45	47:28	<b>47:28</b>
16.	12	Gębski Mariusz	1978	POL	Olsztyn		4:47	47:44	<b>47:44</b>
17.	96	Piotrowski Dariusz	1973	POL	Przasnysz	KS Przaśnik	5:10	51:40	<b>51:40</b>
18.	57	Sierzputowski Artur	1975	POL	Ostrołęka		5:12	51:56	<b>51:56</b>
19.	32	Kowalczyk Robert	1976	POL	Warszawa		5:22	53:33	<b>53:33</b>
20.	60	Stolarczyk Leszek	1975	POL	Aleksandrowo	BBL Ostrołęka	5:25	54:08	<b>54:08</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
21.	105	Wojnar Dariusz	1975	POL	Kruki	Bee Hero-sports center	5:28	54:35	<b>54:35</b>
22.	49	Piekarski Paweł	1974	POL	Legionowo		5:45	57:23	<b>57:23</b>
23.	73	Zacheja Adam	1977	POL	Małkinia Górna	MKB Team Małkinia Górna	5:45	57:25	<b>57:25</b>
24.	10	Gadomski Jacek	1975	POL	Przasnysz	KS Przaśnik	5:48	57:54	<b>57:54</b>
25.	27	Kobyliński Piotr	1978	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:52	58:40	<b>58:40</b>
26.	81	Falkowski Michał	1973	POL	Jankowo		6:04	1:00:34	<b>1:00:34</b>
27.	94	Panuś Michał	1974	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	6:13	1:02:05	<b>1:02:05</b>
28.	16	Grudkowski Tomasz	1970	POL	Szczytno	AKB SP2 Szczytno Trohim Team	6:29	1:04:47	<b>1:04:47</b>

## M50 (mężczyźni 1960-1969)

1.	478	Piechna Andrzej	1969	POL	Gostomin	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:04	40:36	<b>40:36</b>
2.	40	Łobejko Wiesław	1968	POL	Stanisławów Drugi	Bravehearts Legionowo	4:09	41:25	<b>41:25</b>
3.	53	Puchała Włodzimierz	1965	POL	Sierakowo	KS Przaśnik Przasnysz	4:23	43:41	<b>43:41</b>
4.	25	Karolak Cezary	1966	POL	Ciechanów		4:32	45:15	<b>45:15</b>
5.	22	Kamiński Andrzej	1966	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	4:34	45:39	<b>45:39</b>
6.	85	Kubiński Sławomir	1961	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:41	46:44	<b>46:44</b>
7.	109	Zdunek Waldemar	1965	POL	Wołomin	Bóbr Tłuszcz	5:00	49:51	<b>49:51</b>
8.	80	Długolecki Sławomir	1960	POL	Zaręby Kościelne	MKB Team Małkinia Górna	5:02	50:14	<b>50:14</b>
9.	108	Wudarczyk Tomasz	1961	POL	Władysławowo	Mazovia Proactiv Ciechanów	5:03	50:22	<b>50:22</b>
10.	100	Sadowski Robert	1969	POL	Dobrzankowo	Jednoróżec robi co może	5:03	50:27	<b>50:27</b>
11.	45	Olbryś Stanisław	1967	POL	Nasielsk	KB Legionowo	5:08	51:13	<b>51:13</b>
12.	473	Ejsmund Konstanty	1967	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:19	53:04	<b>53:04</b>
13.	477	Spejna Artur	1967	POL	Ciechanów		5:31	55:10	<b>55:10</b>
14.	31	Kowalczyk Sławomir	1964	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	6:59	1:09:44	<b>1:09:44</b>
15.	66	Trochimowicz Artur	1961	POL	Szczytno	AKB SP2 Szczytno Trohim Team	6:59	1:09:44	<b>1:09:44</b>

## M60 (mężczyźni 1950-1959)

1.	101	Szczubetek Waldemar	1958	POL	Ostrołęka	Biegam Bo Lubię Ostrołęka	4:36	45:56	<b>45:56</b>
2.	77	Białobrzegi Witold	1950	POL	Ostrołęka	BBL Ostrołęka	4:52	48:37	<b>48:37</b>
3.	18	Gumkowski Andrzej	1954	POL	Ostrołęka	Biegam Bo Lubię/Morsy Ostrołęka	5:01	50:01	<b>50:01</b>
4.	38	Leszczyński Roman	1951	POL	Ostrołęka	so-biebie-gam	5:39	56:27	<b>56:27</b>
5.	102	Szejko Wawrzyniec	1952	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	5:47	57:47	<b>57:47</b>
6.	83	Juchniewicz Stanisław	1952	POL	Ostrołęka	AG Bez Limitu Ostrołęka i Okolice	6:05	1:00:43	<b>1:00:43</b>
7.	75	Załuski Jerzy	1950	POL	Szczytno	AKB SP2 Szczytno Trohim Team	6:09	1:01:28	<b>1:01:28</b>
8.	475	Żach Andrzej	1957	POL			6:14	1:02:18	<b>1:02:18</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik	
<b>M70+ (mężczyźni roczniki 1949 i starsi)</b>									
1.	98	Ropiak Ryszard	1944	POL	Myszyniec	Kurpie Myszyniec	5:41	56:47	<b>56:47</b>

Liczba uczestników: 114