

# VII Makowska Piętnastka

## I Makowska Piątka

### Wyniki kategorii wiekowych



2020-07-19, Maków Mazowiecki

M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
<b>Bieg 5 km</b>								
<b>K-10 (kobiety 2001 i młodsze)</b>								
1.	86	Podlecka Milena	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	7:15	36:06	<b>36:16</b>
2.	25	Grządkowska Natalia	POL	Władysławowo		9:16	46:15	<b>46:21</b>
<b>K-20 (kobiety 1991-2000)</b>								
1.	1101	Bendada Amina	ALG	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	4:49	24:03	<b>24:08</b>
2.	10	Chmielnik Dorota	POL	Warszawa		5:09	25:40	<b>25:47</b>
3.	44	Kowalczyk Kinga	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	5:13	26:04	<b>26:06</b>
4.	22	Gralewska Patrycja	POL	Karniewo		6:48	34:01	<b>34:01</b>
<b>K-30 (kobiety 1981-1990)</b>								
1.	301	Szynwelska-Leśnik Katarzyna	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	4:39	23:18	<b>23:19</b>
2.	1118	Smolińska Marta	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:06	25:31	<b>25:34</b>
3.	74	Nowak Olga	POL	Kalinowo		5:18	26:27	<b>26:35</b>
4.	46	Koźlik Anna	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	5:34	27:49	<b>27:51</b>
5.	323	Zawadzka Agnieszka	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	6:41	33:24	<b>33:27</b>
6.	79	Osial Anita	POL	Płońsk	KB im. Piotra Sękowskiego	7:29	37:22	<b>37:29</b>
<b>K-40 (kobiety 1971-1980)</b>								
1.	317	Wielechowska Małgorzata	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	4:52	24:19	<b>24:21</b>
2.	1108	Jankowska Agnieszka	POL	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:13	25:58	<b>26:06</b>
3.	1120	Sobierańska Edyta	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:14	26:11	<b>26:15</b>
4.	18	Goczyńska Aneta	POL	Sierpc	Tkkf Kubuś Sierpc	5:18	26:24	<b>26:33</b>
5.	318	Wiktorska Mariola	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	5:42	28:30	<b>28:32</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
<b>K-50 (kobiety 1961-1970)</b>								
1.	41	Kościelska Agnieszka	POL	Chruszczewo	ASFaltLOVE Dzik	6:15	31:12	<b>31:19</b>
<b>M-10 (mężczyźni 2001 i młodsi)</b>								
1.	312	Urbaniak Damian	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	3:39	18:16	<b>18:16</b>
2.	316	Waszkiewicz Kacper	POL	Młodzianowo	KS Maków Biega	4:07	20:39	<b>20:39</b>
3.	1128	Borcza Przemysław	POL	Szła	Jednoróżec robi co może	4:17	21:25	<b>21:27</b>
4.	15	Frontczak Marek	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	4:48	24:01	<b>24:02</b>
5.	315	Waszkiewicz Jakub	POL	Młodzianowo	KS Maków Biega	5:11	25:58	<b>25:59</b>
6.	83	Peszcyński Mateusz	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	6:41	33:24	<b>33:27</b>
<b>M-20 (mężczyźni 1991-200)</b>								
1.	59	Kwasiborski Patryk	POL	Nowe Rościszewo	Tkkf Kubuś Sierpc	3:30	17:31	<b>17:32</b>
2.	1123	Zalewski Adam	POL	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	3:33	17:48	<b>17:49</b>
3.	6	Brach Paweł	POL	Pułusk	Run Goku Team	3:44	18:42	<b>18:42</b>
4.	1116	Prekiel Bartosz	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	3:50	19:13	<b>19:14</b>
5.	55	Krupiński Marek	POL	Ostrołęka	Dąbrowski Team/ Zabieganedni	3:59	19:57	<b>19:57</b>
6.	14	Dytrych Artur	POL	Maków Mazowiecki		4:19	21:35	<b>21:38</b>
7.	33	Kacprzycki Przemek	POL	Rzewnie		5:14	26:02	<b>26:12</b>
8.	328	Żebrowski Krzysztof	POL	Gąsocin		5:36	27:56	<b>28:02</b>
<b>M-30 (mężczyźni 1981-1990)</b>								
1.	1119	Smoliński Rafał	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	3:35	17:55	<b>17:57</b>
2.	314	Urbaniak Sylwester	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	3:42	18:33	<b>18:33</b>
3.	66	Łozowski Olaf	POL	Grodzisk Mazowiecki		3:54	19:31	<b>19:33</b>
4.	1122	Welber Michał	POL	Nowe Miasto nad Pilicą	Lacho Team	4:06	20:32	<b>20:33</b>
5.	47	Kraszewski Mariusz	POL	Ciechanów		4:06	20:30	<b>20:34</b>
6.	61	Leśnik Mariusz	POL	Warszawa	KS Maków Biega	4:07	20:38	<b>20:40</b>
7.	322	Zamielski Paweł	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:10	20:50	<b>20:52</b>
8.	95	Rząsiński Michał	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	4:13	21:06	<b>21:10</b>
9.	45	Kowalczyk Michał	POL	Jednoróżec	Jednoróżec robi co może	4:30	22:31	<b>22:33</b>
10.	72	Motyka Arkadiusz	POL	Sierpc	Pit-Stop Run	4:39	23:16	<b>23:20</b>
11.	1109	Kamiński Arkadiusz	POL	Załużie		4:55	24:32	<b>24:36</b>
12.	39	Kolator Witold	POL	Ostrów Mazowiecka		5:38	28:08	<b>28:13</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
<b>M-40 (mężczyźni 1971-1980)</b>								
1.	58	<b>Kulik Jarosław</b>	POL	Legionowo	Bestie OCR Legionowo	3:30	17:31	<b>17:33</b>
2.	9	<b>Budniak Tomasz</b>	POL	Władysławowo	KB TKKF Promyk Ciechanów	3:43	18:39	<b>18:40</b>
3.	64	<b>Łojewski Mariusz</b>	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	3:58	19:54	<b>19:55</b>
4.	1114	<b>Narajczyk Arkadiusz</b>	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega/2 OReI	4:00	20:01	<b>20:03</b>
5.	1104	<b>Długolecki Piotr</b>	POL	Zielona	Jednorożec robi co może	4:03	20:16	<b>20:16</b>
6.	19	<b>Goczyński Waldemar</b>	POL	Sierpc	Tkkf Kubuś Sierpc	4:08	20:38	<b>20:41</b>
7.	1111	<b>Kołodziejczyk Krzysztof</b>	POL	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	4:20	21:37	<b>21:45</b>
8.	73	<b>Motyka Andrzej</b>	POL	Toruń	Pit-Stop Run	4:22	21:49	<b>21:54</b>
9.	51	<b>Krawczyk Paweł</b>	POL	Winnica	Lider Winnica	4:25	22:06	<b>22:09</b>
10.	1134	<b>Faderewski Dariusz</b>	POL	Grodzisk Mazowiecki		5:09	25:41	<b>25:47</b>
11.	42	<b>Kościelski Mariusz</b>	POL	Chruszczewo	ASFaltLOVE Dziki	6:15	31:13	<b>31:19</b>
<b>M-50 (mężczyźni 1961-1970)</b>								
1.	327	<b>Ziółkowski Jacek</b>	POL	Warszawa		4:11	20:58	<b>20:59</b>
2.	1117	<b>Puchała Włodzimierz</b>	POL	Sierakowo	KS Przaśnik Przasnysz	4:12	21:00	<b>21:02</b>
3.	84	<b>Faderski Remigiusz</b>	POL	Śródborze	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:15	21:14	<b>21:17</b>
4.	71	<b>Motyka Zdzisław</b>	POL	Sierpc	Tkkf Kubuś Sierpc	4:22	21:48	<b>21:52</b>
5.	1102	<b>Borczak Adam</b>	POL	Przasnysz	Jednorożec robi co może	4:30	22:31	<b>22:33</b>
6.	20	<b>Gorzach Zbigniew</b>	POL	Ciechanów		5:31	27:32	<b>27:38</b>
<b>M-60 (mężczyźni 1951-1960)</b>								
1.	1110	<b>Klepacki Tomasz</b>	POL	Warszawa	KS Triathlon Rawa	4:34	22:47	<b>22:52</b>
2.	62	<b>Lewandowski Zenon</b>	POL	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów	5:19	26:37	<b>26:40</b>
3.	324	<b>Zawadzki Stanisław</b>	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	5:28	27:22	<b>27:25</b>
<b>M-70 (mężczyźni 1950 i starsi)</b>								
1.	92	<b>Przybyła Roman</b>	POL	Łława	Run Goku Team	5:05	25:28	<b>25:28</b>

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
<b>Bieg 15 km</b>								
<b>K-20 (kobiety 1991-2000)</b>								
1.	69	Malik Magdalena	POL	Ostrów Mazowiecka		5:17	1:19:13	1:19:20
2.	57	Kulesza Agnieszka	POL	Warszawa	Trucht Tarchomin Team	6:24	1:35:59	1:36:09
<b>K-30 (kobiety 1981-1990)</b>								
1.	12	Długolecka Angelika	POL	Krasne		5:34	1:23:39	1:23:42
2.	21	Gozdan Agnieszka	POL	Pułtusk		5:44	1:26:03	1:26:12
3.	1107	Jabłońska Ewelina	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	6:11	1:32:44	1:32:49
<b>K-40 (kobiety 1971-1980)</b>								
1.	27	Grzechnik Renata	POL	Mińsk Mazowiecki		5:10	1:17:34	1:17:38
2.	30	Jasińska Magdalena	POL	Warszawa	Rącze Raciczki	6:32	1:37:57	1:38:06
<b>K-50 (kobiety 1961-1970)</b>								
1.	77	Odolczyk Joanna	POL	Warszawa	Rącze Raciczki	5:49	1:27:10	1:27:19
<b>M-10 (mężczyźni 2001 i młodsi)</b>								
1.	36	Kiełek Daniel	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:14	1:18:29	1:18:34
<b>M-20 (mężczyźni 1991-200)</b>								
1.	7	Brylak Grzegorz	POL	Grębki		4:30	1:07:41	1:07:43
2.	40	Kolimaga Kamil	POL	Łyse	IceKurp Łyse	4:32	1:08:07	1:08:13
3.	89	Podlecki Maciej	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:34	1:08:23	1:08:31
4.	1133	Polewaczyk Grzegorz	POL	Łyse		6:10	1:32:34	1:32:36
<b>M-30 (mężczyźni 1981-1990)</b>								
1.	94	Roszkowski Tomasz Michał	POL	Warszawa	Ja0306 Biega. Ku Realizacji Celów	3:49	57:20	57:22
2.	76	Nowak Paweł	POL	Kalinowo	Roch Jasienica	4:18	1:04:34	1:04:41
3.	1103	Burzyński Grzegorz	POL	Serafin		4:32	1:08:06	1:08:12
4.	1124	Żach Marcin	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	4:38	1:09:32	1:09:37
5.	302	Śmigieński Radosław	POL	Dębowo		4:42	1:10:29	1:10:37
6.	87	Gortat Igor	POL	Gliniojeck	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:53	1:13:12	1:13:22

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię		Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
7.	321	Zalewski Karol	POL	Chorzele		4:55	1:13:50	1:13:57
8.	56	Kucki Kamil	POL	Narzym	ASFaltLOVE Dziki	5:12	1:18:05	1:18:12
9.	1121	Traczyk Przemysław	POL	Ciechanów	ASFaltLOVE Dziki	5:12	1:18:04	1:18:12
10.	1106	Gontarz Mateusz	POL	Warszawa	Białostocka sekta biegaczy	5:30	1:22:37	1:22:44

## M-40 (mężczyźni 1971-1980)

1.	1105	Faderewski Piotr	POL	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	4:03	1:00:44	1:00:48
2.	1132	Janiszewski Jarosław	POL	Maków Mazowiecki		4:09	1:02:14	1:02:16
3.	26	Grządkowski Seweryn	POL	Władysławowo	Mazovia ProActiv Ciechanów	4:14	1:03:30	1:03:33
4.	1	Bany Robert	POL	Sokołówek	Mazovia ProActiv Ciechanów	4:17	1:04:14	1:04:19
5.	16	Gajek Ireneusz	POL	Ciechanów		4:20	1:05:06	1:05:10
6.	34	Kącki Paweł	POL	Warszawa	Rącze Raciczki	4:27	1:06:45	1:06:49
7.	320	Zajac Bogdan	POL	Chorzele	ZaDyszka	4:39	1:09:55	1:09:55
8.	90	Przeradzki Seweryn	POL	Mława		4:47	1:11:47	1:11:57
9.	29	Jakubowski Dariusz	POL	Winnica	Lider Winnica	4:48	1:12:03	1:12:10
10.	306	Tłoczkowski Adam	POL	Chorzele		4:55	1:13:52	1:13:58
11.	1130	Borczak Darek	POL	Szła	Jednorożec robi co może	4:56	1:14:07	1:14:09
12.	304	Tartanus Andrzej	POL	Maków Mazowiecki	KS Maków Biega	5:01	1:15:01	1:15:17
13.	37	Klimczak Robert	POL	Ostrołęka	Jednorożec robi co może	5:03	1:15:42	1:15:47
14.	11	Darkowski Rafal	POL	Winnica	Lider Winnica	5:28	1:21:54	1:22:01
15.	81	Osiak Mariusz	POL	Płońsk	KB im. Piotra Sękowskiego	5:29	1:22:13	1:22:20
16.	43	Kowalczyk Robert	POL	Warszawa		5:38	1:24:32	1:24:40
17.	38	Kobyliński Piotr	POL	Przasnysz	KS Przasznik Przasnysz	6:52	1:42:57	1:43:01

## M-50 (mężczyźni 1961-1970)

1.	54	Królikowski Zbigniew	POL	Sierpc	Tkkf Kubuś Sierpc	4:46	1:11:29	1:11:34
2.	319	Wudarczyk Tomasz	POL	Władysławowo	Mazovia ProActiv Ciechanów	4:46	1:11:35	1:11:40
3.	303	Tarnowski Witold	POL	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:58	1:14:34	1:14:37
4.	97	Sadowski Robert	POL	Dobrzankowo	Jednorożec robi co może	5:23	1:20:51	1:20:56
5.	1115	Olbrys Stanisław Adam	POL	Nasielsk	KB Legionowo	5:30	1:22:36	1:22:37

## M-60 (mężczyźni 1951-1960)

1.	93	Reda Sławomir	POL	Warszawa	KBP PASJA Warszawa	5:06	1:16:31	1:16:36
2.	3	Baran Zenon	POL	Warszawa	Rącze Raciczki	5:14	1:18:31	1:18:43
3.	28	Gumkowski Andrzej	POL	Ostrołęka	Biegam Bo Lubię/Morsy Ostrołęka	5:34	1:23:34	1:23:43
4.	329	Leszczyński Roman	POL	Ostrołęka	so-biebie-gam	7:05	1:46:09	1:46:18

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/km	Netto	Wynik
<b>M-70 (mężczyźni 1950 i starsi)</b>							
1.	78	<b>Opalka Jan</b>	POL Płońsk	KB im. Piotra Sękowskiego	5:08	1:17:10	<b>1:17:14</b>

Liczba uczestników: 115