

# III Bieg Zielonego Jabłuszka

## Wyniki kategorii wiekowych



2020-09-27, Skierniewice

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miasto	Klub	min/km	Lap1 5 km	Lap2 5 km	Wynik
------	----	-----------------	---------	--------	------	--------	-----------	-----------	-------

### Bieg główny 10 km

#### K20 (kobiety roczniki 1991-2001)

1.	1	<b>Adamczyk Agata</b>	1994	POL	Skierniewice		5:01	26:39	23:28	<b>50:07</b>
2.	59	<b>Łuczka Sylwia</b>	1991	POL	Tomaszów Mazowiecki	Vege Runners	5:02	26:35	23:39	<b>50:14</b>

#### K30 (kobiety rocznik 1976-1990)

1.	56	<b>Rosińska Anna</b>	1987	POL	Skierniewice		4:41	25:13	21:30	<b>46:43</b>
2.	99	<b>Samson Andżelika</b>	1989	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:56	26:02	23:11	<b>49:12</b>
3.	120	<b>Paczkowska Żaneta</b>	1978	POL	Bełchów		5:12	28:05	23:54	<b>51:58</b>
4.	101	<b>Seliga-Dryguła Monika</b>	1988	POL	Skierniewice		5:20	29:18	24:02	<b>53:19</b>
5.	18	<b>Karaś Agnieszka</b>	1979	POL	Kwirynów	Stare Babice Biegają	5:21	29:16	24:11	<b>53:26</b>
6.	86	<b>Pochwała Justyna</b>	1981	POL	Łowicz	Natalia Tomasiak Górski Styl Team	5:30	28:53	26:03	<b>54:56</b>
7.	38	<b>Kaniewska Monika</b>	1976	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:30	29:45	25:16	<b>55:00</b>
8.	58	<b>Łopatka Olga</b>	1979	POL	Ludwików		5:38	29:57	26:16	<b>56:12</b>
9.	82	<b>Piotrowiak Anna</b>	1984	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:39	30:44	25:37	<b>56:21</b>
10.	57	<b>Lenartowicz Sylwia</b>	1989	POL	Skierniewice	Lodova Kraina	5:41	30:43	26:06	<b>56:49</b>
11.	29	<b>Janeczek Edyta</b>	1984	POL	Skierniewice		6:28	34:57	29:42	<b>1:04:38</b>
12.	81	<b>Pawłowska Małgorzata</b>	1984	POL	Skierniewice		6:28	34:57	29:42	<b>1:04:39</b>

#### K45+ (kobiety 1975 i starsze)

1.	93	<b>Rosa Agnieszka</b>	1973	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:43	25:38	21:25	<b>47:03</b>
2.	128	<b>Wysocka Anna</b>	1969	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:06	27:46	23:14	<b>50:59</b>
3.	44	<b>Kędziora Agnieszka</b>	1972	POL	Polesie		5:12	28:05	23:54	<b>51:58</b>
4.	139	<b>Szat Maria</b>	1970	POL		Jasielski Pioruny	7:41	40:36	36:08	<b>1:16:43</b>

#### M20 (mężczyźni 1991-2002)

1.	20	<b>Goszczyński Kamil</b>	1999	POL	Płock	Active Runners Płock	3:47	20:26	17:23	<b>37:49</b>
2.	3	<b>Basiak Piotr</b>	1994	POL	Warka	KS Start Pułaski Warka	3:50	21:09	17:04	<b>38:13</b>

# Wyniki kategorii wiekowych

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Lap1 5 km	Lap2 5 km	Wynik
3.	61	Macander Jakub	1994	POL	Skierniewice		4:26	23:40	20:40	44:20
4.	125	Wiśniewski Gustaw	1995	POL	Skierniewice		4:31	23:48	21:18	45:05
5.	106	Sobol Andrzej	2000	POL	Studzieniec	Skierniewicki Klub Zimorodka	4:59	26:33	23:11	49:44
6.	60	Łukawski Seweryn	1991	POL	Skierniewice		5:16	28:21	24:12	52:33
7.	63	Marczak Krzysztof	1996	POL	Stare Babice	Stare Babice Biegają	5:23	28:43	25:07	53:49
8.	80	Pawlak Przemysław	1995	POL	Łowicz	R-Team Łowicz	5:34	29:58	25:35	55:32
9.	121	Paradowski Arkadiusz	1994	POL	Skierniewice		5:40	31:13	25:28	56:40
10.	7	Bujalski Konrad	1999	POL	Jakubiki		5:42	30:17	26:36	56:52
11.	114	Stopczyński Wojciech	2000	POL	Mogielnica	Skierniewicki Klub Zimorodka	5:56	31:53	27:28	59:20
12.	14	Rosiński Szymon	1991	POL	Skierniewice	Wataha	6:07	31:43	29:21	1:01:04

## M30 (mężczyźni rocznik 1976-1990)

1.	88	Przybył Mateusz	1988	POL	Skierniewice		3:43	19:43	17:22	37:05
2.	136	Przewoźny Dariusz	1983	POL	Pruszków		3:44	19:51	17:20	37:11
3.	110	Stacherski Łukasz	1989	POL	Przedbórz		3:44	19:48	17:30	37:18
4.	76	Ostrowski Sylwester	1980	POL	Wilków Pierwszy	Błędowska Wataha	3:47	20:31	17:19	37:50
5.	115	Sworski Roman	1983	POL	Łódź	Vegan Vege Runners/Kastyo	3:52	20:34	18:04	38:38
6.	66	Michalik Mateusz	1987	POL	Rawa Mazowiecka	Fundacja Biegamy Polesie	3:56	21:10	18:03	39:13
7.	126	Witczak Piotr	1978	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:00	21:34	18:26	40:00
8.	109	Sochański Piotr	1985	POL	Grabów nad Pilicą	KS Start Pułaski Warka	4:01	21:56	18:14	40:09
9.	67	Morawski Bartosz	1982	POL	Warszawa	Stare Babice Biegają	4:02	22:20	17:59	40:18
10.	49	Kroc Mirosław	1979	POL	Skierniewice		4:05	21:41	19:00	40:41
11.	97	Rybus Kamil	1990	POL	Bocheń		4:07	21:56	19:14	41:09
12.	105	Skręta Krzysztof	1988	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:11	22:17	19:25	41:42
13.	138	Domostowicz Michał	1987	POL	Skierniewice		4:16	23:12	19:22	42:34
14.	140	Olczak Tomasz	1977	POL	Mszczonów		4:17	22:25	20:22	42:46
15.	13	Dudek Sławomir	1979	POL	Skierniewice		4:19	23:11	19:58	43:09
16.	39	Kantorek Piotr	1976	POL	Skierniewice		4:20	23:49	19:26	43:15
17.	19	Gosik Piotr	1990	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:20	23:44	19:34	43:18
18.	24	Grzelecki Marcin	1982	POL	Skierniewice	Lodova Kraina	4:21	23:00	20:25	43:24
19.	122	Uliasz Krzysztof	1976	POL	Boska Wola	KS Start Pułaski Warka	4:22	23:23	20:09	43:31
20.	40	Karwat Cezary	1982	POL	Sielce Prawe	Fundacja Biegamy Polesie	4:27	24:22	20:01	44:22
21.	98	Sadowy Robert	1978	POL	Skierniewice	RS Project	4:27	23:51	20:32	44:23
22.	50	Krzęczko Mariusz	1979	POL	Skierniewice		4:28	23:55	20:38	44:32
23.	16	Gachowski Łukasz	1976	POL	Wrocław		4:30	24:00	20:58	44:58

# Wyniki kategorii wiekowych

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Lap1 5 km	Lap2 5 km	Wynik
24.	12	Duch Marcin	1977	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:32	24:59	20:20	45:19
25.	15	Firek Piotr	1977	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:33	24:44	20:44	45:28
26.	21	Grałek Piotr	1989	POL	Tomaszów Mazowiecki	Razem Trenujemy Sport	4:34	21:21	24:19	45:40
27.	135	Dąbrowski Michał	1985	POL	Skierniewice		4:35	25:04	20:38	45:42
28.	31	Dudziński Jakub	1983	POL	Skierniewice	tRUCHt Maraton Skierniewice	4:36	25:01	20:52	45:53
29.	117	Szymański Marek	1983	POL	Skierniewice		4:36	24:04	21:54	45:58
30.	64	Mazuchowski Artur	1989	POL	Jeżów		4:37	25:08	20:59	46:07
31.	23	Gródecki Artur	1982	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:38	25:11	21:01	46:12
32.	62	Macias Piotr	1985	POL	Skierniewice		4:41	25:13	21:32	46:44
33.	43	Sekta Grzegorz	1978	POL	Skierniewice		4:42	25:38	21:23	47:00
34.	100	Samson Marcin	1988	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:50	26:16	21:57	48:13
35.	45	Kociolek Michał	1978	POL	Blizne Jasińskiego	Stare Babice Biegają	4:51	25:51	22:39	48:29
36.	95	Rosiński Maciej	1985	POL	Skierniewice		4:54	26:46	22:11	48:57
37.	51	Kujawiak Kacper	1990	POL	Maków	Agaris Myco Poland Sp. Z o. o.	4:55	26:25	22:42	49:06
38.	134	Przybyszewski Radosław	1978	POL	Skierniewice		4:57	26:41	22:45	49:26
39.	42	Klepacz Tomasz	1982	POL	Miastko		4:59	27:10	22:38	49:47
40.	78	Pająk Sebastian	1988	POL	Dąbrowice		5:03	27:06	23:19	50:25
41.	137	Szeliga Michał	1982	POL	Skierniewice		5:05	27:11	23:35	50:46
42.	69	Mroczek Jakub	1982	POL	Skierniewice		5:10	28:06	23:25	51:31
43.	6	Brytan Patryk	1988	POL	Skierniewice	Reebok Run Crew Skierniewice	5:17	28:13	24:32	52:44
44.	34	Kalisiak Włodzimierz	1980	POL	Skierniewice		5:17	28:13	24:33	52:45
45.	11	Dryguła Piotr	1987	POL	Skierniewice		5:20	29:18	24:02	53:19
46.	96	Rutkowski Mateusz	1984	POL	Skierniewice		5:22	28:33	24:58	53:31
47.	68	Mostowski Łukasz	1988	POL	Skierniewice		5:22	29:19	24:21	53:40
48.	130	Zwoliński Jarosław	1981	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:24	29:45	24:12	53:57
49.	83	Piotrowiak Tomasz	1982	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:38	30:44	25:36	56:19
50.	55	Lelonkiewicz Arkadiusz	1987	POL	Skierniewice		5:38	30:45	25:35	56:20
51.	85	Pniewski Dawid	1978	POL	Skierniewice	Skierniewicki Klub Zimorodka	5:56	31:53	27:26	59:18
52.	131	Petrykowski Grzegorz	1986	POL		Skierniewicki Klub Zimorodka	5:56	31:53	27:28	59:20
53.	2	Śladowski Michał	1981	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	5:57	32:04	27:21	59:25

## M45+ (mężczyźni 1975 i starsi)

1.	94	Rosa Dariusz	1970	POL	Jamno		4:00	21:33	18:26	39:58
2.	32	Kacprzyk Alex	1972	POL	Warszawa	RP Runners	4:03	21:49	18:42	40:30
3.	9	Czarnecki Zbigniew	1965	POL	Warszawa	Stare Babice Biegają	4:04	22:14	18:26	40:39

# Wyniki kategorii wiekowych

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Lap1 5 km	Lap2 5 km	Wynik
4.	28	Jagiello Michał	1974	POL	Zapady	ParkRun Skierniewice	4:05	21:42	19:08	<b>40:50</b>
5.	102	Sędecki Piotr	1962	POL	Skierniewice	Biegam więc Jestem	4:25	23:50	20:13	<b>44:02</b>
6.	123	Urbanek Dariusz	1973	POL	Skierniewice	Oby Przed Limitem	4:25	23:50	20:14	<b>44:03</b>
7.	33	Kalisiak Tomasz	1970	POL	Skierniewice		4:33	24:33	20:51	<b>45:23</b>
8.	116	Szydlik Wiesław	1966	POL	Mszczonów		4:38	25:18	20:55	<b>46:12</b>
9.	127	Wójt Sylwester	1972	POL	Skierniewice	tRUCHt Maraton Skierniewice	4:43	25:37	21:25	<b>47:02</b>
10.	46	Koprowski Michał	1974	POL	Warszawa		4:43	26:11	20:53	<b>47:04</b>
11.	84	Pluta Stanisław	1958	POL	Skierniewice	ParkRun Skierniewice	4:44	25:11	22:01	<b>47:12</b>
12.	26	Łycki Tomasz	1972	POL	Żyrardów		4:46	25:03	22:34	<b>47:36</b>
13.	79	Pawlak Marek	1970	POL	Łowicz	R-Team Łowicz	4:50	26:13	22:06	<b>48:19</b>
14.	8	Burzyński Artur	1974	POL	Skierniewice		4:52	26:14	22:22	<b>48:35</b>
15.	54	Laskowski Marek	1975	POL	Skierniewice	Lodołamacz Skierniewice	4:54	26:07	22:48	<b>48:54</b>
16.	133	Korbel Krzysztof	1975	POL	Skierniewice		4:56	26:38	22:33	<b>49:11</b>
17.	119	Kędziora Mariusz	1973	POL	Dzierzgow		4:56	26:30	22:47	<b>49:16</b>
18.	5	Boczek Krzysztof	1966	POL	Myszków		5:03	26:55	23:35	<b>50:30</b>
19.	132	Kuśmierz Jerzy	1963	POL	Skierniewice		5:05	27:35	23:08	<b>50:43</b>
20.	47	Kowalczyk Krzysztof	1972	POL	Skierniewice	Lodołamacz Skierniewice	5:05	27:45	22:58	<b>50:43</b>
21.	71	Niedźwiadek Tadeusz	1958	POL	Mszczonów	Niedźwiadki	5:13	27:50	24:20	<b>52:10</b>
22.	27	Jackowski Rafał	1973	POL	Skierniewice		5:14	28:35	23:45	<b>52:19</b>
23.	75	Nowak Adam Piotr	1961	POL	Skierniewice	Hanow	5:20	28:32	24:41	<b>53:12</b>
24.	104	Skowronek Jacek	1971	POL	Skierniewice	Skierniewickie Poranki Biegowe	5:34	29:48	25:45	<b>55:33</b>
25.	113	Stoczyński Dariusz	1965	POL	Skierniewice		5:55	31:38	27:33	<b>59:10</b>
26.	4	Boczek Michał	1956	POL	Łowicz		6:12	31:53	30:07	<b>1:02:00</b>
27.	53	Kurek Krzysztof	1974	POL	Płock	Płock Biega No Age Limit	7:32	40:34	34:38	<b>1:15:11</b>

Liczba uczestników: 110