

Bieg zielonym szlakiem Niziny Mazowieckiej



Wyniki kategorii wiekowych

2021-06-27, Czerwonka Włociańska

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

Bieg główny ok. 5 km

K-10 (kobiety 2002 i młodsze)

1.	20	Okraska Wiktoria	Szemplino Wielkie	Jednorozec robi co może	6:53	34:26	34:29
----	----	------------------	-------------------	-------------------------	------	-------	--------------

K-30 (kobiety 1982-1991)

1.	12	Kowalczyk Kinga	Jednorozec	Jednorozec robi co może	5:13	26:06	26:08
----	----	-----------------	------------	-------------------------	------	-------	--------------

K-40 (kobiety 1972-1981)

1.	32	Sobierańska Edyta	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:06	25:31	25:34
2.	23	Pawłowska Małgorzata	Różan		5:43	28:37	28:40
3.	49	Zielińska Marta	Warszawa	Jacekbiega Running Team	6:45	33:43	33:47

K-50 (kobiety 1962-1971)

1.	46	Wiktorska Mariola	Jednorozec	Jednorozec robi co może	5:27	27:14	27:16
2.	56	Kościelska Agnieszka	Chruszczewo	AsfaltLove Dziki	6:16	31:17	31:21
3.	16	Mikoś Teresa	Otwock		6:47	33:52	33:58

M-10 (mężczyźni 2002 i młodszy)

1.	2	Frontczak Marek	Jednorozec	Jednorozec robi co może	4:25	22:05	22:07
2.	1	Cymbalak Dominik	Gołmin		4:50	24:09	24:15
3.	21	Okraska Igor	Szemplino Wielkie	Jednorozec robi co może	6:05	30:27	30:30

M-20 (mężczyźni 1992-2001)

1.	25	Podlecki Maciej	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	3:57	19:48	19:49
2.	29	Roguszewski Damian	Budykierz		4:12	21:03	21:05
3.	18	Modzelewski Rafał	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:17	21:25	21:27
4.	27	Ponichtera Daniel	Długosiodło		4:30	22:29	22:31
5.	42	Tyjeński Grzegorz	Nasierowo-Dziurawieniec		6:45	33:41	33:47

M-30 (mężczyźni 1982-1991)

1.	8	Jędrzejczyk Jarosław	Ostrołęka		3:55	19:35	19:36
2.	43	Urbaniak Sylwester	Jednorozec	Jednorozec robi co może	3:58	19:52	19:53
3.	41	Traczyk Przemysław	Ciechanów	AsfaltLove Dziki	4:01	20:02	20:06
4.	54	Popławski Michał	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:04	20:21	20:21
5.	57	Aksamit Jakub	Sochaczew	Rowerowy Biegacz	4:06	20:27	20:34
6.	48	Zamielski Paweł	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:14	21:12	21:15
7.	37	Tarasiewicz Kamil	Różan		4:20	21:41	21:44

M-40 (mężczyźni 1972-1981)

1.	13	Kryszczak Adam	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:05	20:25	20:28
2.	4	Grzybowski Paweł	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:10	20:52	20:55

M-50 (mężczyźni 1962-1971)

1.	3	Gardener Jacek	Warszawa	Jacekbiega Running Team	3:50	19:13	19:14
2.	28	Puchała Włodzimierz	Sierakowo	KS Przaśnik Przasnysz	4:12	21:00	21:01
3.	31	Sadowski Robert	Dobrzankowo	Jednorozec robi co może	5:00	25:02	25:05
4.	26	Pogorzelski Andrzej	Ciechanów	AsfaltLove Dziki	6:00	29:58	30:01
5.	17	Mikoś Roman	Otwock		6:12	30:59	31:05
6.	55	Kościelski Mariusz	Chruszczewo	AsfaltLove Dziki	6:26	32:09	32:12

M-60 (mężczyźni 1952-1961)

Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)
1.	38	Tarnowski Witold	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:30	22:30	22:31
2.	11	Kluj Bogusław	Zakręt	Biegam dla Sandry i Roberta	4:34	22:48	22:52
3.	9	Kalbarczyk Ireneusz	Wola Rowska	Truchtacz Garwolin	4:56	24:41	24:45
4.	51	Bakuła Jan	Łuskowiec		4:58	24:50	24:53
5.	34	Szejko Wawrzyniec	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	5:21	26:44	26:47
6.	6	Jaros Arkadiusz	Brwinów	Vege Runners	5:41	28:21	28:26
7.	52	Błazejewski Zdzisław	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:47	28:57	29:00
8.	15	Lewandowski Zenon	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów	5:52	29:20	29:22

M-70+ (mężczyźni 1951 i starsi)

1.	14	Leszczyński Roman	Ostrołęka	So-biebie-gam	5:46	28:47	28:52
2.	30	Ropiak Ryszard	Myszyniec	Kurpie Myszyniec	5:56	29:36	29:42
3.	19	Nowakowski Czesław	Warszawa	Nowakowski Team	6:05	30:21	30:26

Liczba uczestników: 42