

# Bieg przełajowy na 5 km

## "Pogoń za Lisem"

### Wyniki kategorii wiekowych



2021-09-05, Rębkowo

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

### Bieg główny 5 km

#### Młody Lis K (Dziewczęta rocznik 2002 - 2006)

1.	250	Długołęcka Aleksandra	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:54	29:39	29:32
----	-----	-----------------------	-----------	-----------------------	------	-------	-------

#### K20 (Kobiety rocznik 1992-2001)

1.	226	Nerć Karolina	Nasielsk		5:24	27:10	27:02
2.	271	Gorczyńska Paulina	Obrębek		5:31	27:41	27:37
3.	205	Jabłońska Kamila	Warszawa	SunFit Studio	6:32	32:48	32:45
4.	237	Staśkiewicz Małgorzata	Łęg Starościński	Kurpie na Luzie	6:54	34:40	34:35

#### K30 (Kobiety rocznik 1982-1991)

1.	204	Iżycka Magdalena	Warszawa	Ciapaki i Głuptaki	4:46	23:58	23:54
2.	216	Krawczyk Magdalena	Winnica	Lider Winnica	4:52	24:27	24:25
3.	182	Baranowska Marta	Wyszków	Klub Biegających Leśników	5:13	26:09	26:06
4.	194	Czyż Justyna	Warszawa		5:28	27:28	27:21
5.	241	Szczepanik Anna	Warszawa		5:32	27:47	27:44
6.	259	Witkowska Eliza	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:35	28:03	27:57
7.	266	Kozłowska Malwina	Julianów		5:50	29:16	29:11
8.	247	Zduniak Anna	Drażdzewo	Kurpie na Luzie	6:46	33:56	33:51
9.	209	Karwowska Emilia	Świercze	SunFit Studio	6:51	34:25	34:19
10.	254	Przybyłek Ewelina	Graty Szczerbaki		7:12	36:02	36:01
11.	228	Ostaszewska Sylwia	Pułtusk	Lider Winnica	8:08	40:53	40:44

#### K40 (Kobiety rocznik 1972-1981)

1.	262	Niedzielska Barbara	Latonice		4:58	24:57	24:52
2.	242	Tabaka Magdalena	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:34	27:57	27:52
3.	219	Kucharczyk Edyta	Winnica	Lider Winnica	5:36	28:03	28:02
4.	187	Brodowska Agnieszka	Winnica		6:35	33:02	32:57

#### K50 (Kobiety rocznik 1962-1971)

1.	255	Pędzich Marianna	Szafarczyska		5:24	27:10	27:05
2.	232	Sitkowska Ilona	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:33	27:54	27:48
3.	210	Korzeniecka Beata	Zbójna	Kurpie na Luzie	6:54	34:40	34:35
4.	211	Kościelska Agnieszka	Chruszczewo	AsfaltLove Dziki	7:10	35:59	35:53

#### M20 (Mężczyźni rocznik 1992-2001)

1.	208	Karasiewicz Paweł	Winnica	Lider Winnica	4:21	21:52	21:49
2.	236	Staśkiewicz Jakub	Łęg Starościński	Kurpie na Luzie	4:24	22:07	22:02
3.	253	Falęcki Dominik	Bielany		4:25	22:10	22:08
4.	229	Ostaszewski Łukasz	Winnica	Lider Winnica	4:46	23:58	23:54
5.	186	Błoński Piotr	Winnica		5:16	26:26	26:23
6.	223	Lira Alexandr	Pułtusk	Lider Winnica	8:08	40:53	40:45

#### M30 (Mężczyźni rocznik 1982-1991)

1.	245	Wróblewski Seweryn	Ulasek		3:55	19:42	19:40
2.	256	Pędzich Bartłomiej	Szafarczyska		4:09	20:51	20:48
3.	217	Kubajewski Paweł	Świercze	SunFit Studio	4:10	20:57	20:55
4.	192	Chowaniec Sebastian	Nowy Dwór Mazowiecki	SunFit Studio	4:22	21:54	21:52
5.	268	Orłowski Michał	Bulkowo		4:31	22:41	22:38
6.	272	Kisiel Dominik	Obrębek		4:32	22:46	22:44
7.	198	Godlewski Daniel	Nasielsk		4:32	22:46	22:45
8.	197	Gadomski Łukasz	Płońsk		4:45	23:56	23:48

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Wynik (Brutto)	Netto
9.	188	<b>Brodowski Kamil</b>	Winnica	Lider Winnica	4:47	23:59	<b>23:56</b>
10.	202	<b>Grotowski Marcin</b>	Serock		4:48	24:07	<b>24:01</b>
11.	244	<b>Witkowski Łukasz</b>	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	4:59	25:04	<b>24:57</b>
12.	273	<b>Żmuda Krystian</b>	Warszawa		5:02	25:19	<b>25:15</b>
13.	181	<b>Bajer Tomasz</b>	Gąsiorówek	Siła Masa Piękno	5:08	25:46	<b>25:41</b>
14.	196	<b>Dylewski Marcin</b>	Studzianki		5:12	26:12	<b>26:04</b>
15.	246	<b>Zadrozny Grzegorz</b>	Rębkowo		5:12	26:13	<b>26:05</b>
16.	257	<b>Sieńkowski Sebastian</b>	Winnica		5:26	27:20	<b>27:12</b>
17.	227	<b>Nowak Sebastian</b>	Ciechanów	AsfaltLove Dziki	5:26	27:20	<b>27:13</b>
18.	260	<b>Łosiewicz Dariusz</b>	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:27	27:17	<b>27:16</b>
19.	258	<b>Trzeciński Mateusz</b>	Warszawa		5:28	27:27	<b>27:21</b>
20.	215	<b>Kowalczyk Adam</b>	Winnica	Lider Winnica	5:55	29:42	<b>29:38</b>
21.	235	<b>Sommer Wojciech</b>	Spała		5:57	29:53	<b>29:50</b>

## M40 (Mężczyźni rocznik 1972-1981)

1.	207	<b>Jakubowski Dariusz</b>	Winnica	Lider Winnica	3:58	19:57	<b>19:54</b>
2.	190	<b>Budniak Tomasz</b>	Władysławowo	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:02	20:14	<b>20:12</b>
3.	270	<b>Bawaskiewicz Marcin</b>	Nasielsk	Lider Winnica	4:04	20:26	<b>20:23</b>
4.	203	<b>Gryz Jacek</b>	Nowy Dwór Mazowiecki	SunFit Studio	4:26	22:15	<b>22:13</b>
5.	218	<b>Kucharczyk Mariusz</b>	Winnica	Lider Winnica	4:26	22:18	<b>22:15</b>
6.	269	<b>Śmietński Piotr</b>	Nowe Pieścirogi	Nasielsk Baszta Team	4:33	22:52	<b>22:46</b>
7.	189	<b>Brodowski Jarosław</b>	Winnica	Lider Winnica	4:33	22:53	<b>22:49</b>
8.	239	<b>Stefański Tomasz</b>	Przasnysz	Bracia	4:34	22:55	<b>22:53</b>
9.	214	<b>Kowalczyk Grzegorz</b>	Bronisławów	Lider Winnica	4:51	24:22	<b>24:18</b>
10.	265	<b>Sitkowski Maciej</b>	Nasielsk		4:54	24:38	<b>24:35</b>
11.	238	<b>Stefański Krzysztof</b>	Przasnysz	Bracia	4:57	24:52	<b>24:49</b>
12.	267	<b>Kozłowski Grzegorz</b>	Warszawa		5:03	25:23	<b>25:18</b>
13.	225	<b>Nerć Robert</b>	Nasielsk		5:07	25:46	<b>25:38</b>
14.	224	<b>Miler Cezary</b>	Nasielsk	Lider Winnica	5:42	28:41	<b>28:35</b>
15.	252	<b>Mierzejewski Michał</b>	Pniewo		5:47	29:03	<b>28:56</b>
16.	195	<b>Darkowski Rafał</b>	Winnica	Lider Winnica	7:26	37:18	<b>37:11</b>

## M50 (Mężczyźni rocznik 1962-1971)

1.	193	<b>Czuliński Bogdan</b>	Królewo		3:53	19:30	<b>19:28</b>
2.	263	<b>Kamiński Wiesław</b>	Warszawa	Nasielsk Baszta Team	4:42	23:37	<b>23:31</b>
3.	243	<b>Trzeciński Wiesław</b>	Grabówiec	Z biegiem Narwi	4:49	24:12	<b>24:06</b>
4.	231	<b>Sadowski Robert</b>	Dobrzankowo	Jednorożec robi co może	5:04	25:27	<b>25:23</b>
5.	264	<b>Powirtowski Dariusz</b>	Pawłowo		5:14	26:18	<b>26:15</b>
6.	206	<b>Jabłoński Jarosław</b>	Warszawa	SunFit Studio	5:38	28:16	<b>28:12</b>
7.	230	<b>Pogorzelski Andrzej</b>	Ciechanów	AsfaltLove Dziki	6:16	31:27	<b>31:21</b>
8.	212	<b>Kościelski Mariusz</b>	Chruszczewo	AsfaltLove Dziki	7:10	35:59	<b>35:52</b>

## M60 (Mężczyźni rocznik 1952-1961)

1.	261	<b>Tarnowski Witold</b>	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	4:27	22:18	<b>22:17</b>
2.	220	<b>Kulaszewski Jerzy</b>	Nasielsk		5:23	27:02	<b>26:58</b>
3.	200	<b>Grabowski Stanisław</b>	Grudusk		5:48	29:04	<b>29:01</b>
4.	222	<b>Lewandowski Zenon</b>	Ciechanów	SCKS Jurand Ciechanów	6:22	31:53	<b>31:51</b>

## M70+ (Mężczyźni rocznik 1951 i starsi)

1.	221	<b>Leszczyński Roman</b>	Ostrołęka	So-Biebie-Gam	6:10	31:04	<b>30:55</b>
----	-----	--------------------------	-----------	---------------	------	-------	--------------

Liczba uczestników: 80