

# IX Bieg z TERMAMI MSZCZONÓW



## Wyniki kategorii wiekowych

2022-01-30, Mszczonów

M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miasto	Klub	min/km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
------	----	-----------------	---------	--------	------	--------	------	------	-------	----------------	--------

### Bieg główny 5 km

#### K30 (Kobiety w wieku 30-39 lat)

1.	82	<b>Czyż Justyna</b>	1986	POL	Warszawa	5:13	13:12	12:54	26:05	<b>26:05</b>	--	
2.	12	<b>Frączak Magdalena</b>	1990	POL	Powązki	FIEGE	7:16	18:09	18:09	36:18	<b>36:18</b>	+10:13

#### K40 (Kobiety w wieku 40-49 lat)

1.	7	<b>Cabańska Dorota</b>	1979	POL	Łomianki	Kampinos Run	4:52	12:13	12:08	24:20	<b>24:20</b>	--
2.	75	<b>Turczyńska Monika</b>	1973	POL	Warszawa	12Tri	5:26	13:35	13:33	27:08	<b>27:08</b>	+02:48
3.	20	<b>Jezierska Karina</b>	1979	POL	Warszawa	12Tri/Team ZabieganeDni	5:58	14:55	14:51	29:46	<b>29:46</b>	+05:26
4.	74	<b>Torzewska Agnieszka</b>	1974	POL	Warszawa		6:10	15:37	15:14	30:50	<b>30:50</b>	+06:30
5.	67	<b>Szafran Beata</b>	1977	POL	Marków Świnice	FIEGE	7:16	18:09	18:10	36:18	<b>36:18</b>	+11:58

#### K50 (Kobiety w wieku 50-59 lat)

1.	58	<b>Przybylska Małgorzata</b>	1969	POL	Sochaczew		5:48	14:39	14:19	28:57	<b>28:57</b>	--
2.	64	<b>Sierżputowska Ewa</b>	1966	POL	Warszawa	Sie_Biega	6:03	15:18	14:54	30:11	<b>30:11</b>	+01:14
3.	97	<b>Wiśniewska Katarzyna</b>	1971	POL	Warszawa	Indywidualista	6:13	15:36	15:28	31:03	<b>31:03</b>	+02:06

#### K60 (Kobiety w wieku 60-69 lat)

1.	60	<b>Reda Alicja</b>	1960	POL	Warszawa	Nw Człapski Team	8:28	21:33	20:44	42:17	<b>42:17</b>	--
----	----	--------------------	------	-----	----------	------------------	------	-------	-------	-------	--------------	----

#### M20 (Mężczyźni w wieku 18-29 lat)

1.	8	<b>Chyła Dawid</b>	2001	POL	Wyganka	LKS Osuchów	4:19	10:47	10:46	21:32	<b>21:32</b>	--
2.	52	<b>Orzechowski Damian</b>	1997	POL	Mszczonów	FIEGE	5:51	12:55	16:16	29:11	<b>29:11</b>	+07:39

#### M30 (Mężczyźni w wieku 30-39 lat)

1.	26	<b>Kątniak Paweł</b>	1984	POL	Łódź		4:01	09:57	10:06	20:03	<b>20:03</b>	--
2.	14	<b>Górski Albin</b>	1985	POL	Nowa Sucha	PSP sochaczew	4:07	10:23	10:12	20:34	<b>20:34</b>	+00:31
3.	76	<b>Walac Jacek</b>	1983	POL	Grodzisk Mazowiecki	Dogoń Grodzisk Mazowiecki	4:46	12:14	11:33	23:47	<b>23:47</b>	+03:44
4.	102	<b>Czarnecki Rafał</b>	1992	POL	Mszczonów		4:49	12:13	11:48	24:01	<b>24:01</b>	+03:58
5.	80	<b>Wolniewicz Rafał</b>	1989	POL	Zagociniec		4:50	12:09	12:02	24:10	<b>24:10</b>	+04:07
6.	106	<b>Zygmunt Marcin</b>	1987	POL	Mszczonów		4:53	12:26	11:57	24:23	<b>24:23</b>	+04:20
7.	25	<b>Kawała Mateusz</b>	1992	POL	Kędzierzyn-Koźle		4:55	12:13	12:19	24:31	<b>24:31</b>	+04:28
8.	63	<b>Sielski Tomasz</b>	1986	POL	Mszczonów		5:19	12:42	13:52	26:34	<b>26:34</b>	+06:31

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.		Miasto	Klub	min/km	Lap1	Lap2	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
9.	104	Skrobek Piotr	1984	POL	Łomianki		5:31	13:43	13:51	27:34	<b>27:34</b>	+07:31
10.	36	Malinowski Jarosław	1986	POL	Żyrardów	Nie ma, że Boli!	5:50	14:56	14:11	29:06	<b>29:06</b>	+09:03
11.	44	Niemiec Wojciech	1991	POL	Pruszków		5:51	14:41	14:33	29:14	<b>29:14</b>	+09:11

## M40 (Mężczyźni w wieku 40-49 lat)

1.	71	Ścisłowski Norbert	1982	POL	Warka	KS Start Pułaski Warka	3:42	09:26	09:00	18:26	<b>18:26</b>	--
2.	35	Lasocki Marcin	1979	POL	Warszawa	12Tri/Team ZabieganeDni	3:53	09:45	09:40	19:25	<b>19:25</b>	+00:59
3.	38	Michalski Robert	1982	POL	Warszawa	Zabiegany Wołomin	4:02	10:24	09:44	20:07	<b>20:07</b>	+01:41
4.	11	Frączak Marcin	1982	POL	Parole	Parole	4:08	10:40	09:58	20:38	<b>20:38</b>	+02:12
5.	16	Gryz Jacek	1979	POL	Nowy Dwór Maz.	Sunfit Studio	4:15	10:43	10:30	21:13	<b>21:13</b>	+02:47
6.	51	Olczak Tomasz	1977	POL	Mszczonów		4:16	10:49	10:27	21:16	<b>21:16</b>	+02:50
7.	83	Doniec Marek	1974	POL	Piotrków Trybunalski	Piotrowski Klub Biegacza Endorfina	4:21	11:05	10:38	21:42	<b>21:42</b>	+03:16
8.	103	Kusio Marcin	1976	POL	Osowiec	Dogoń Grodzisk Mazowiecki	4:37	12:02	11:04	23:05	<b>23:05</b>	+04:39
9.	61	Rochmiński Bogdan	1974	POL	Lesiew		4:40	11:52	11:28	23:19	<b>23:19</b>	+04:53
10.	105	Szewczyk Robert	1976	POL	Mszczonów		5:04	12:43	12:37	25:19	<b>25:19</b>	+06:53
11.	13	Glinka Łukasz	1981	POL	Sułkowice	FIEGE	6:17	16:07	15:14	31:21	<b>31:21</b>	+12:55
12.	40	Naskręt Mariusz	1975	POL	Racot		7:32	18:46	18:53	37:38	<b>37:38</b>	+19:12

## M50 (Mężczyźni w wieku 50-59 lat)

1.	21	Kacprzyk Alex	1972	POL	Warszawa	RP Runners	4:04	10:22	09:57	20:19	<b>20:19</b>	--
2.	2	Bartczak Robert	1970	POL	Warszawa		4:23	11:00	10:52	21:52	<b>21:52</b>	+01:33
3.	24	Kamiński Wiesław	1967	POL	Warszawa	Nasielsk Baszta Team	4:35	11:11	11:42	22:53	<b>22:53</b>	+02:34
4.	70	Szydlik Wiesław	1966	POL	Mszczonów		4:37	11:51	11:12	23:03	<b>23:03</b>	+02:44
5.	66	Strużyk Adam	1972	POL	Zawady		5:00	12:39	12:18	24:57	<b>24:57</b>	+04:38

## M60 (Mężczyźni w wieku 60-69 lat)

1.	43	Niemczyk Kazimierz	1962	POL	Milanówek	JW Team	4:04	10:23	09:58	20:20	<b>20:20</b>	--
2.	57	Pociecz Marek	1962	POL	Korytów		4:09	10:40	10:02	20:42	<b>20:42</b>	+00:22
3.	49	Nowocień Jacek	1959	POL	Podkowa Leśna	Uczniowski Klub Sportowy Rusiec	4:11	10:39	10:16	20:55	<b>20:55</b>	+00:35
4.	9	Dalgiewicz Dariusz	1957	POL	Łomianki	Kampinos Run	4:22	10:52	10:54	21:46	<b>21:46</b>	+01:26
5.	39	Mikina Artur	1959	POL	Warszawa	PWPS SA	4:47	12:09	11:43	23:51	<b>23:51</b>	+03:31
6.	32	Ksyna Bogusław	1956	POL	Kamion Mały	OSP Kamion	5:01	12:31	12:35	25:05	<b>25:05</b>	+04:45

## M70+ (Mężczyźni w wieku 70 lat i starsi)

1.	53	Osiński Stanisław	1951	POL	Warszawa		5:37	14:08	13:57	28:05	<b>28:05</b>	--
2.	28	Kocimski Jan	1948	POL	Sochaczew	KM Aktywni Sochaczew	5:47	14:43	14:10	28:53	<b>28:53</b>	+00:48
3.	47	Nowakowski Czesław	1947	POL	Warszawa	Ducla Academy Warszawa	5:54	14:53	14:36	29:29	<b>29:29</b>	+01:24

Liczba uczestników: 50