

# Bieg Przełajowy na 5 km

## "Pogoń za Lisem"

### Wyniki kategorii wiekowych



29.05.2022, Rębkowo

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

### Bieg główny 5 km

#### K20 (Kobiety rocznik 1993-2002)

1.	25	Goos Angelika	Pułtusk		5:10	25:55	<b>25:51</b>	--
2.	85	Podlaska Gabriela	Winnica	Lider Winnica	5:18	26:33	<b>26:31</b>	+0:40
3.	71	Ostaszewska Edyta	Winnica	Lider Winnica	6:48	34:08	<b>34:01</b>	+8:10

#### K30 (Kobiety rocznik 1983-1992)

1.	9	Chojnowska Magdalena	Wołomin	Zabiegany Wołomin	4:38	23:16	<b>23:15</b>	--
2.	46	Krawczyk Magdalena	Winnica	Lider Winnica	4:51	24:23	<b>24:20</b>	+1:05
3.	62	Masiowska Martyna	Pułtusk		5:07	25:43	<b>25:40</b>	+2:25
4.	124	Witkowska Eliza	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:10	26:00	<b>25:55</b>	+2:40
5.	16	Czyż Justyna	Warszawa		5:16	26:26	<b>26:21</b>	+3:06
6.	4	Baranowska Marta	Wyszkos	Klub Biegających Leśników	5:21	26:54	<b>26:50</b>	+3:35
7.	92	Romanowska Agnieszka	Płońsk	Płońszczanki	5:27	27:24	<b>27:19</b>	+4:04
8.	41	Karłowicz Aleksandra	Ciski		6:12	31:06	<b>31:01</b>	+7:46
9.	86	Przybyłek Ewelina	Winnica	Lider Winnica	6:39	33:21	<b>33:18</b>	+10:03
10.	52	Kwiatkowska Iza	Nasielsk		7:33	37:57	<b>37:49</b>	+14:34

#### K40 (Kobiety rocznik 1973-1982)

1.	49	Kucharczyk Edyta	Winnica	Lider Winnica	4:55	24:42	<b>24:39</b>	--
2.	91	Rasińska Agnieszka	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:03	25:19	<b>25:16</b>	+0:37
3.	67	Niedzielska Barbara	Nowe Miasto		5:04	25:26	<b>25:22</b>	+0:43
4.	98	Siewruk Katarzyna	Warszawa	Warsaw Run Club	5:06	25:33	<b>25:32</b>	+0:53
5.	117	Tabaka Magdalena	Przasnysz	KS Przasznik Przasnysz	5:13	26:13	<b>26:08</b>	+1:29
6.	29	Gruza Marta	Kazuń Bielany	Bieganiepo40	5:46	28:58	<b>28:51</b>	+4:12
7.	68	Nożewska Mariola	Bielany		6:35	33:03	<b>32:58</b>	+8:19
8.	5	Brodowska Agnieszka	Zbroszki	Lider Winnica	6:35	33:02	<b>32:58</b>	+8:19
9.	104	Smoszyńska Małgorzata	Warszawa		6:45	33:59	<b>33:50</b>	+9:11
10.	108	Strauch Anna	Winnica	Lider Winnica	6:49	34:14	<b>34:07</b>	+9:28
11.	84	Podlaska Bogumila	Winnica	Lider Winnica	6:49	34:14	<b>34:08</b>	+9:29
12.	37	Jaskot Monika	Pułtusk		7:16	36:33	<b>36:25</b>	+11:46
13.	154	Madeńska Monika	Rębkowo		7:31	37:48	<b>37:38</b>	+12:59

#### K50 (Kobiety rocznik 1963-1972)

1.	77	Pędzich Marianna	Kurpie Szafarczyska	Kurpie Szafarczyska	6:00	30:06	<b>30:04</b>	--
2.	66	Nadwodna-Stachacz Agata	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	6:08	30:49	<b>30:42</b>	+0:38
3.	48	Krzyżanowska Zoja	Warszawa	Vege Runners	7:20	36:51	<b>36:43</b>	+6:39

#### Młody Lis M (Chłopcy rocznik 2003 - 2007)

1.	126	Wołosz Wiktor	Szwendrowy Most	Dąbrowski Team	4:23	21:58	<b>21:58</b>	--
2.	136	Jakubowski Tobiasz	Winnica	Lider Winnica	4:41	23:34	<b>23:30</b>	+1:32

#### M20 (Mężczyźni rocznik 1993-2002)

1.	133	Żyła Arkadiusz	Michałów Reginów	Team Kopeć	3:49	19:07	<b>19:07</b>	--
2.	74	Paczkowski Oskar	Jadwisin	Biegiem do AGD Serock	3:57	19:50	<b>19:49</b>	+0:42
3.	38	Kaczmarczyk Mateusz	Wyszków	KB Wyszków	4:11	20:59	<b>20:59</b>	+1:52
4.	40	Karasiewicz Paweł	Winnica	Lider Winnica	4:16	21:24	<b>21:21</b>	+2:14
5.	127	Wroniak Jakub	Serock	Biegiem do AGD Serock	4:49	24:12	<b>24:08</b>	+5:01
6.	130	Wyszomirski Bartłomiej	Nasielsk		5:13	26:11	<b>26:08</b>	+7:01
7.	140	Sierotowicz Mariusz	Witki	Jednoosobowa Armia	5:15	26:20	<b>26:16</b>	+7:09
8.	147	Pusztak Tomasz	Brodowo	Team Brodowo	5:16	26:25	<b>26:23</b>	+7:16
9.	75	Papierzyński Miłosz	Strzegowo		5:19	26:41	<b>26:38</b>	+7:31

# Wyniki kategorii wiekowych



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

10.	135	Błazowski Kamil	Rębkowo	Nadleśnictwo Pułtusk/OSP Rębkowo	6:42	33:37	<b>33:31</b>	+14:24
-----	-----	-----------------	---------	----------------------------------	------	-------	--------------	--------

## M30 (Mężczyźni rocznik 1983-1992)

1.	97	Siemieniaka Marek	Warszawa	Biegam na Tarchominie	3:57	19:51	<b>19:50</b>	--
2.	146	Gollnik Adam	Nowy Dwór Mazowiecki	Sunfit Studio	4:04	20:24	<b>20:22</b>	+0:32
3.	114	Świerczek Szymon	Serock	Biegiem do AGD Serock	4:04	20:26	<b>20:25</b>	+0:35
4.	69	Orłowski Michał	Stare Bulkowo		4:06	20:32	<b>20:32</b>	+0:42
5.	8	Chmielewski Piotr	Legionowo	Biegiem do AGD Serock	4:12	21:05	<b>21:03</b>	+1:13
6.	76	Pędzich Bartłomiej	Warszawa	Kurpie Szafarczyska	4:21	21:48	<b>21:46</b>	+1:56
7.	149	Zamielski Paweł	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	4:23	21:58	<b>21:56</b>	+2:06
8.	24	Glinka Karol	Pułtusk		4:26	22:15	<b>22:11</b>	+2:21
9.	152	Tymiński Konrad	Pułtusk		4:36	23:08	<b>23:02</b>	+3:12
10.	121	Walczak Łukasz	Nasielsk	Garaż Nasielsk	4:42	23:38	<b>23:33</b>	+3:43
11.	113	Śmietański Hubert	Klukowo		4:45	23:53	<b>23:48</b>	+3:58
12.	17	Dalecki Łukasz	Nowe Pieścirogi	Nasielsk Baszta Team	4:47	24:05	<b>24:00</b>	+4:10
13.	125	Witkowski Łukasz	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	4:57	24:51	<b>24:46</b>	+4:56
14.	142	Chojnowski Arkadiusz	Kobyłka	Zabiegany Wołomin	5:00	25:11	<b>25:05</b>	+5:15
15.	89	Przybyłek Leszek	Winnica	Lider Winnica	5:13	26:08	<b>26:06</b>	+6:16
16.	138	Kopka Artur	Winnica	Lider Winnica	5:13	26:08	<b>26:06</b>	+6:16
17.	55	Latkowski Paweł	Studzianki		5:17	26:35	<b>26:27</b>	+6:37
18.	100	Skoroszewski Zygmunt Krzysztof	Winnica		5:20	26:46	<b>26:42</b>	+6:52
19.	145	Dylewski Marcin	Studzianki		5:21	26:57	<b>26:49</b>	+6:59
20.	139	Andruszczyk Jarosław	Winnica	Lider Winnica	5:26	27:16	<b>27:13</b>	+7:23
21.	81	Pieńkos Adam	Rębkowo		5:31	27:46	<b>27:40</b>	+7:50
22.	54	Kwiatkowski Kamil	Nowy Dwór Mazowiecki		5:33	27:55	<b>27:49</b>	+7:59
23.	61	Markuszewski Krzysztof	Międzyborów	Run De Girard	5:42	28:38	<b>28:31</b>	+8:41
24.	1	Bajer Tomasz	Gąsiorówek	Siła Masa Piękno	6:00	30:12	<b>30:05</b>	+10:15
25.	150	Stadnik Marcin	Długosiodło		6:01	30:17	<b>30:10</b>	+10:20
26.	73	Ostaszewski Łukasz	Winnica	Lider Winnica	6:48	34:08	<b>34:01</b>	+14:11
27.	120	Tyjeński Grzegorz	Nasierowo-Dzirawieniec		6:56	34:52	<b>34:44</b>	+14:54

## M40 (Mężczyźni rocznik 1973-1982)

1.	28	Gruza Marek	Kazuń Bielany	Bieganiepo40	3:50	19:15	<b>19:15</b>	--
2.	7	Budniak Tomasz	Władysławowo	Runners Team	3:55	19:39	<b>19:39</b>	+0:24
3.	118	Taras Marcin	Warszawa	Biegam na Tarchominie	4:01	20:09	<b>20:08</b>	+0:53
4.	11	Ciesielski Marcin	Skierniewice	Warsaw Run Club	4:08	20:45	<b>20:44</b>	+1:29
5.	3	Banaszkiewicz Marcin	Nasielsk	Lider Winnica	4:13	21:12	<b>21:10</b>	+1:55
6.	60	Maluchnik Marek	Nasielsk	Garaż Nasielsk	4:14	21:17	<b>21:13</b>	+1:58
7.	51	Kucharczyk Mariusz	Winnica	Lider Winnica	4:16	21:24	<b>21:22</b>	+2:07
8.	31	Gryz Jacek	Nowy Dwór Mazowiecki	Sunfit Studio	4:22	21:57	<b>21:55</b>	+2:40
9.	110	Szymajda Marcin	Legionowo	Biegiem do AGD Serock	4:31	22:42	<b>22:40</b>	+3:25
10.	34	Iżycki Krystian	Warszawa	Ciapaki i Głuptaki	4:34	22:54	<b>22:51</b>	+3:36
11.	144	Suplicki Piotr	Szwelice	Jaw-Trans Team Silna Wola	4:37	23:09	<b>23:06</b>	+3:51
12.	94	Rój Leszek	Warszawa	Biegam na Tarchominie	4:39	23:19	<b>23:18</b>	+4:03
13.	148	Mikołajski Grzegorz	Szwelice	Jaw-Trans Team Silna Wola	4:44	23:46	<b>23:43</b>	+4:28
14.	18	Darkowski Rafał	Winnica	Lider Winnica	4:48	24:03	<b>24:01</b>	+4:46
15.	23	Gajewski Mariusz	Pułtusk		4:50	24:19	<b>24:15</b>	+5:00
16.	83	Pniewski Rafał	Warszawa	Biegam na Tarchominie	4:51	24:22	<b>24:20</b>	+5:05
17.	151	Jaworski Paweł	Szwelice	Jaw-Trans Team Silna Wola	4:52	24:28	<b>24:25</b>	+5:10
18.	137	Jakubowski Dariusz	Winnica	Lider Winnica	4:55	24:42	<b>24:39</b>	+5:24
19.	27	Grała Grzegorz	Warszawa		5:04	25:24	<b>25:22</b>	+6:07
20.	47	Krawczyk Paweł	Winnica	Lider Winnica	5:21	26:50	<b>26:47</b>	+7:32
21.	58	Łosiewicz Darek	Nasielsk	Nasielsk Baszta Team	5:28	27:22	<b>27:21</b>	+8:06
22.	82	Pietras Tomasz	Żabiczyn	Nasielsk Baszta Team	5:40	28:29	<b>28:22</b>	+9:07
23.	65	Miler Cezary	Nasielsk	Lider Winnica	6:00	30:06	<b>30:01</b>	+10:46
24.	57	Luberacki Artur	Dobrska-Kolonia		6:28	32:26	<b>32:24</b>	+13:09
25.	95	Ruciński Jarosław	Nasielsk		7:33	37:57	<b>37:48</b>	+18:33

## M50 (Mężczyźni rocznik 1963-1972)

1.	134	Czuliński Bogdan	Królewo		3:54	19:32	<b>19:32</b>	--
2.	39	Kamiński Wiesław	Warszawa	Nasielsk Baszta Team	4:20	21:44	<b>21:42</b>	+2:10
3.	155	Sitkowski Maciej	Nasielsk		4:37	23:15	<b>23:10</b>	+3:38
4.	96	Sadowski Robert	Dobrzankowo	KS Przaśnik Przasnysz	4:39	23:24	<b>23:19</b>	+3:47
5.	106	Stachacz Mirosław	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	5:16	26:28	<b>26:22</b>	+6:50

# Wyniki kategorii wiekowych



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Wynik (Brutto)	Netto	Strata
<b>M60 (Mężczyźni rocznik 1953-1962)</b>								
1.	78	<b>Pędzich Waldemar</b>	Szafarczyska		5:02	25:17	<b>25:12</b>	--
2.	14	<b>Czerwiński Janusz</b>	Zegrze	Wieliszew Heron Team	5:36	28:11	<b>28:04</b>	+2:52
3.	36	<b>Jaskot Roman</b>	Pułtusk		6:01	30:15	<b>30:09</b>	+4:57
4.	143	<b>Witkowski Ryszard</b>	Nasielsk		6:15	31:21	<b>31:17</b>	+6:05

## M70+ (Mężczyźni rocznik 1952 i starsi)

1.	70	<b>Osiński Stanisław</b>	Warszawa		5:40	28:25	<b>28:22</b>	--
2.	35	<b>Januchowski Jacek</b>	Dosin	Wieliszew Heron Team	6:50	34:21	<b>34:12</b>	+5:50
3.	56	<b>Lewandowski Zenon</b>	Ciechanów	Tygodnik Ciechanowski	7:01	35:11	<b>35:08</b>	+6:46

Liczba uczestników: 105