

XII Bieg Goworowski „Bieg dla zdrowia”



Wyniki kategorii wiekowych

09.06.2024, Goworowo

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

Bieg główny 10 km

K1 (kobiety 17-29 lat)

1.	160	Nowakowska Paulina	POL	Tłuszcz	Radzymin Run Team	5:09	51:29	51:31	--
2.	81	Dąbkowska Wiktoria	POL	Goworowo		6:55	1:09:11	1:09:16	+17:45
3.	80	Dąbkowska Alicja	POL	Goworowo		7:29	1:14:48	1:14:53	+23:22
4.	79	Dąbkowska Julia	POL	Goworowo		7:50	1:18:16	1:18:22	+26:51

K2 (kobiety 30-39 lat)

1.	118	Ochnik Justyna	POL	Ciechanów		5:42	57:05	57:07	--
2.	123	Owczarek Aneta	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	5:43	57:10	57:14	+0:07
3.	78	Ciskowska Anna	POL	Goworowo		6:02	1:00:22	1:00:26	+3:19
4.	138	Stachacz Edyta	POL	Goworowo		6:36	1:05:59	1:06:03	+8:56
5.	135	Rutkowska Marta	POL	Porosły		7:03	1:10:28	1:10:31	+13:24
6.	102	Kwietniak Beata	POL	Kruszewo		7:11	1:12:00	1:12:00	+14:53

K3 (kobiety 40-49 lat)

1.	130	Piotrowska Aneta	POL	Borawe	LKS Kurpie na Luzie	5:09	51:28	51:31	--
2.	76	Bożomańska Elżbieta	POL	Ostrołęka	UKS Clan	5:11	51:51	51:51	+0:20
3.	92	Kaczyńska Barbara	POL	Lelis	Akademia Sportowa Lelis	5:54	59:06	59:07	+7:36
4.	83	Dąbrowska Karolina	POL	Goworowo		6:12	1:01:57	1:02:01	+10:30
5.	148	Wójcicka Mariola	POL	Różan	Różan Biega	6:28	1:04:42	1:04:49	+13:18
6.	134	Romanowska Jolanta	POL	Goworowo		6:36	1:06:00	1:06:04	+14:33
7.	87	Gaś Izabela	POL	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	6:42	1:07:06	1:07:10	+15:39

K4 (kobiety 50-59 lat)

1.	101	Kwapisz-Cichowska Katarzyna	POL	Ostrołęka	Ostrołęka	5:40	56:37	56:43	--
2.	115	Nadwodna-Stachacz Agata	POL	Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	6:15	1:02:30	1:02:36	+5:53

M1 (mężczyźni 17-29 lat)

1.	99	Krupiński Marek	POL	Goworowo	Forbet Runners	4:22	43:39	43:42	--
2.	124	Paliszewski Krystian	POL	Nowe Miasto	Nasielsk Baszta Team	4:27	44:29	44:33	+0:51
3.	112	Mulawka Filip	POL	Czarnowiec		4:54	49:04	49:07	+5:25
4.	84	Dąbrowski Karol	POL	Stara Łomża nad Rzeką		4:55	49:09	49:14	+5:32
5.	196	Kowalczyk Stanisław	POL	Lipianka		5:01	50:09	50:13	+6:31
6.	121	Orłowski Jakub	POL	Daniłowo		5:10	51:44	51:44	+8:02
7.	94	Kielek Daniel	POL	Przasnysz	KS Przaśnik Przasnysz	5:25	54:11	54:16	+10:34
8.	197	Piotrowski Przemysław	POL			6:06	1:00:58	1:01:02	+17:20
9.	199	Jabłoński Arkadiusz	POL	Łława		6:11	1:01:52	1:01:56	+18:14

M2 (mężczyźni 30-39 lat)

1.	132	Rafalik Kamil	POL	Kalinowo		4:00	40:09	40:09	--
2.	110	Mierzejewski Wiktor	POL	Ostrołęka		4:25	44:19	44:20	+4:11
3.	127	Pazik Jakub	POL	Brzezienko		4:28	44:45	44:48	+4:39
4.	146	Tarasiewicz Kamil	POL	Różan	Różan Biega	4:29	44:54	44:56	+4:47
5.	140	Suchcicki Hubert	POL	Białystok		4:31	45:13	45:16	+5:07
6.	116	Napiórkowski Radosław	POL	Głazewo		4:40	46:39	46:41	+6:32



M-ce	Nr	Nazwisko i imię	Miasto	Klub	min/ km	Netto	Wynik (Brutto)	Strata
7.	114	Mulawka Jacek	POL Ostrołęka		4:59	49:49	49:51	+9:42
8.	88	Gęsich Cezary	POL Szczawin		5:00	49:55	50:03	+9:54
9.	195	Głowacz Klaudiusz	POL		6:24	1:04:02	1:04:06	+23:57

M3 (mężczyźni 40-49 lat)

1.	119	Olszewski Krzysztof	POL Olszewo-Borki		3:58	39:50	39:50	--
2.	100	Kulawik Bartłomiej	POL Ostrołęka	BBL Ostrołęka	4:04	40:42	40:50	+1:00
3.	91	Jędrzejczyk Jarosław	POL Ostrołęka	Run Crew Ostrołęka	4:07	41:15	41:15	+1:25
4.	103	Lubiak Marek	POL Dzbenin		4:24	44:01	44:03	+4:13
5.	96	Knaga Piotr	POL Warszawa	CBRE GWS/IMR Team	4:28	44:39	44:41	+4:51
6.	151	Zyskowski Artur	POL Ostrołęka	BBL Ostrołęka	4:35	45:55	45:56	+6:06
7.	144	Świdorski Janusz	POL Różan	Różan Biega	4:50	48:21	48:23	+8:33
8.	147	Traczyk Przemek	POL Ciechanów	Asfaltlove Dziki	4:51	48:35	48:38	+8:48
9.	137	Sawicki Paweł	POL Borawe		4:55	49:10	49:15	+9:25
10.	97	Korzeniecki Marcin	POL Ostrołęka	Dąbrowski Team	4:55	49:14	49:18	+9:28
11.	131	Piotrowski Piotr	POL Borawe	LKS Kurpie na Luzie	5:09	51:28	51:31	+11:41
12.	161	Gutkowski Krystian	POL Ostrołęka		5:13	52:16	52:17	+12:27
13.	194	Pszczółkowski Adam	POL Ostrołęka		5:35	55:46	55:51	+16:01
14.	113	Mulawka Michał	POL Czarnowiec		5:36	56:04	56:07	+16:17
15.	198	Kuśmierczyk Marcin	POL Lipianka		5:37	56:07	56:11	+16:21
16.	75	Bielarczyk Krzysztof	POL Goworowo		6:02	1:00:23	1:00:28	+20:38
17.	82	Dąbkowski Mariusz	POL Goworowo		7:50	1:18:20	1:18:25	+38:35
DNF	128	Pego Fernandez Alberto	ESP Marki	Atletismo Sar	5:37	56:11	56:11	+16:21

M4 (mężczyźni 50-59 lat)

1.	93	Kamiński Wiesław	POL Warszawa	Nasielsk Baszta Team	4:29	44:52	44:53	--
2.	139	Stachacz Mirosław	POL Ostrołęka	Starglass Team Ostrołęka	5:37	56:07	56:13	+11:20
3.	77	Bożomański Tomasz	POL Ostrołęka	UKS Clan	5:39	56:35	56:38	+11:45
DNF	89	Grzyb Michał	POL Rzekuń	Run Crew Ostrołęka	7:22	1:13:42	1:13:48	+28:55

M5 (mężczyźni 60-69 lat)

1.	98	Król Dariusz	POL Wołomin	Zabiegany Wołomin	4:22	43:48	43:48	--
2.	86	Garwarski Ryszard	POL Żabin	GoworowekaMILA	7:50	1:18:19	1:18:25	+34:37

M6+ (mężczyźni 70 lat i starsi)

1.	90	Gumkowski Andrzej	POL Ostrołęka	AMZ-Aktywnie Morsowo Zdrowo	5:27	54:32	54:34	--
2.	74	Białobrzeski Witold	POL Ostrołęka	LKS Kurpie na Luzie	5:41	56:55	56:56	+2:22
3.	129	Piątek Bogdan	POL Zielonka	Lechici Zielonka	6:19	1:03:10	1:03:17	+8:43
4.	200	Leszczyński Roman	POL Ostrołęka		6:26	1:04:17	1:04:25	+9:51

Liczba uczestników: 65