

**X BIEG LEŚNY i VI MARSZ NORDIC WALKING
KU CZCI BŁOGOSŁAWIONEGO KS. DR. EDWARDA GRZYMAŁY
Sadowne 2.07.2023r.**

Mężczyźni kat wiek
Bieg 10 km

<u>Msc.</u>	<u>Nazwisko</u>	<u>Imię</u>	<u>Klub</u>	<u>Miejscowość</u>	<u>"Kategoria 1"</u>	<u>"Nr st"</u>	<u>"Wynik 1 (73)"</u>	<u>Śr. prędkość</u>
1	Kwiatkowski	Damian	"Lecę Bo Chcę"	Chmielew	"Mężczyźni(16-29lat)Bieg – "	96	00:46:48.23	"12.82 km/h"
2	Skory	Mateusz		Warszawa	"Mężczyźni(16-29lat)Bieg – "	66	00:50:19.50	"11.92 km/h"
3	Winarski	Michał	Wicher	Sadowne	"Mężczyźni(16-29lat)Bieg – "	21	00:56:09.69	"10.68 km/h"
4	Bujalski	Konrad	"TACHIMETR WARSZAWA"	Jakubiki	"Mężczyźni(16-29lat)Bieg – "	162	00:58:14.49	"10.30 km/h"
5	Jastrzębski	Jacek	"Roch Jasienica"	"Króle Duże"	"Mężczyźni(16-29lat)Bieg – "	317	00:59:23.33	"10.10 km/h"

<u>Msc.</u>	<u>Nazwisko</u>	<u>Imię</u>	<u>Klub</u>	<u>Miejscowość</u>	<u>"Kategoria 1"</u>	<u>"Nr st"</u>	<u>"Wynik 1 (73)"</u>	<u>Śr. prędkość</u>
1	Świętoń	Grzegorz	UltraMarzenie	Strachów	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	64	00:38:12.26	"15.71 km/h"
2	Dzięgielewski	Rafał	"KB Wyszaków"	Natalin	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	71	00:38:27.83	"15.60 km/h"
3	Gałązka	Tomasz		Płatkownica	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	142	00:38:42.68	"15.50 km/h"
4	Rudo	Jakub	"ŁOCHOWSKA GRUPA BIEGOWA"	Łochów	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	15	00:38:59.45	"15.39 km/h"
5	Naczas	Łukasz		Warszawa	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	37	00:39:23.24	"15.23 km/h"
6	Kanciała	Łukasz	"Saint-Gobain Squad"	Warszawa	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	85	00:42:43.45	"14.04 km/h"
7	Gawkowski	Artur	"Ostrów Biega"	"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	113	00:43:33.04	"13.78 km/h"
8	Żach	Marcin	"Ostrów Biega"	"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	117	00:43:53.07	"13.67 km/h"
9	Pecura	Paweł	"Ostrów Biega"	"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	103	00:48:06.60	"12.47 km/h"
10	Zawadzki	Robert		Krupińskie	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	76	00:48:15.77	"12.43 km/h"
11	Grotkowski	Grzegorz	"Lecę Bo Chcę"	Jadów	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	330	00:50:05.24	"11.98 km/h"
12	Waracki	Kamil		"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	89	00:51:23.41	"11.68 km/h"
13	Węgrzyn	Paweł	"ŁOCHOWSKA GRUPA BIEGOWA"	Łochów	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	133	00:51:55.90	"11.55 km/h"
14	Styś	Marek	"Lecę Bo Chcę"	Łochów	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	173	00:55:49.01	"10.75 km/h"
15	Parys	Marcin		Dzbenin	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	125	00:57:41.83	"10.40 km/h"
16	Karczmarczyk	Adam		Sadowne	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	204	01:00:30.40	"9.92 km/h"
17	Stryjek	Daniel		Ostrówek	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	101	01:02:29.80	"9.60 km/h"
18	Wichrowski	Radek		Warszawa	"Mężczyźni(30-45lat)Bieg – "	244	01:06:58.86	"8.96 km/h"

<u>Msc.</u>	<u>Nazwisko</u>	<u>Imię</u>	<u>Klub</u>	<u>Miejscowość</u>	<u>"Kategoria 1"</u>	<u>"Nr st"</u>	<u>"Wynik 1 (73)"</u>	<u>Śr. prędkość</u>
1	Dzikowski	Krzysztof		"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	122	00:45:48.36	"13.10 km/h"

**X BIEG LEŚNy i VI MARSZ NORDIC WALKING
KU CZCI BŁOGOSŁAWIONEGO KS. DR. EDWARDA GRZYMAŁY
Sadowne 2.07.2023r.**

Mężczyźni kat wiek
Bieg 10 km

2	Czaja	Daniel		Warszawa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	8	00:46:09.93	"13.00 km/h"
3	Skłodowski	Henryk	"Roch Jasienica"	Dąbrowa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	36	00:46:32.81	"12.89 km/h"
4	Modzelewski	Krzysztof	"Starglass Team Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	92	00:48:34.47	"12.35 km/h"
5	Modzelewski	Wiesław	"Starglass Team Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	3	00:48:34.60	"12.35 km/h"
6	Sitek	Arkadiusz	"Aktywni Węgrów"	Węgrów	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	102	00:49:13.61	"12.19 km/h"
7	Haggis	Iain		Warszawa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	373	00:52:14.38	"11.49 km/h"
8	Kaszyński	Paweł		Warszawa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	198	00:53:17.14	"11.26 km/h"
9	Marczak	Wiesław		Łochów	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	182	00:57:07.42	"10.50 km/h"
10	Stachacz	Mirosław	"Starglass Team Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	41	01:01:05.43	"9.82 km/h"
11	Suchcicki	Marek	"ROCH Jasienica"	Jasienica	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	78	01:02:09.25	"9.65 km/h"
12	Jaros	Arkadiusz	"VEGE RUNNERS"	Brwinów	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	94	01:03:05.22	"9.51 km/h"
13	Dąbrowski	Daniel		Warszawa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	342	01:05:14.73	"9.20 km/h"
14	NIEWIADOMSKI	ZDZISŁAW		Warszawa	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	26	01:14:20.29	"8.07 km/h"
15	Piędziak	Marek		"Ostrów Mazowiecka"	"Mężczyźni(46+)Bieg – "	187	01:23:00.52	"7.23 km/h"