

# Wiosenny Bieg Świąteczny - Nordic Walking 5 km

Data: 22.04.2019

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w		Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
						kat.	Miejscowość						
1	299	FRĄCKOWIAK ROMAN	1978	M	M40	1	Wieleń		06:29	9,26	00:32:24	1	
2	294	ZDANUK ARTUR	1971	M	M40	2	Przęsocin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	06:32	9,19	00:32:39	2	
3	247	KAŹMIERCZAK NORBERT	1976	M	M40	3	Stargard	TUPTUP TEAM	06:50	8,78	00:34:09	3	
4	268	OKRZESIK-FRĄCKOWIAK IZABELA	1968	K	K50	1	Wieleń	KS METRACO POLKOWICE	06:52	8,75	00:34:18		1
5	235	GŁADZIK ALEKSANDER	1984	M	M30	1	Szczecin	KOMPAS TEAM	06:53	8,72	00:34:25	4	
6	288	SZYMSKA MAŁGORZATA	1981	K	K30	1	Szczecin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	07:04	8,49	00:35:19		2
7	251	LENER SŁAWOMIR	1955	M	M60	1	Szczecin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	07:15	8,27	00:36:16	5	
8	283	STACHOWICZ-HAWRYŁAK SYLWIA	1972	K	K40	1	Szczecin	ZACHODNIOPOM.CENTRUM ONKOLOGII	07:18	8,23	00:36:28		3
9	243	HAWRYŁAK MARCIN	1969	M	M50	1	Szczecin	WOLNI W BIEGU / SOSW NR 1 DNR	07:20	8,19	00:36:39	6	
10	227	GABERT BEATA	1971	K	K40	2	Szczecin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	07:30	8,00	00:37:31		4
11	280	SAMOJŁO SŁAWOMIR	1961	M	M50	2	Świnoujście		07:36	7,89	00:38:01	7	
12	234	GLUSZYK JOANNA	1976	K	K40	3	Szczecin	FIZJOBIEGACZE SZCZECIN	07:36	7,89	00:38:01		5
13	239	GÓRSKA DOROTA	1968	K	K50	2	Szczecin		07:44	7,76	00:38:40	6	
14	237	GOLUS URSZULA	1956	K	K60	1	Szczecin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	07:44	7,75	00:38:42	7	
15	241	GUCZ MAŁGORZATA	1964	K	K50	3	Szczecin		07:45	7,74	00:38:46	8	
16	271	PARCHIMOWICZ JANUSZ	1955	M	M60	2	Przeclaw		07:49	7,67	00:39:06	8	
17	212	BOGACZ NATALIA	1976	K	K40	4	Szczecin	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	07:50	7,66	00:39:10	9	
18	292	WOŹNIEWSKA GRAŻYNA	1962	K	K50	4	Police	NORDICOWELOVE POLICE	07:51	7,65	00:39:13	10	
19	250	KRZYCHOWIEC AGATA	1976	K	K40	5	SZCZECIN	EKSPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECIN	08:01	7,49	00:40:03	11	
20	213	BOGUSŁAWSKI WOJCIECH	1952	M	M60	3	Szczecin		08:14	7,29	00:41:10	9	
21	260	MARCHIEL LENA	1967	K	K50	5	Szczecin		08:19	7,21	00:41:36	12	
22	214	BOROWSKA MAGDALENA	1974	K	K40	6	Szczecin		08:19	7,21	00:41:36	13	
23	258	MALICKA MARZENA	1981	K	K30	2	Police		08:25	7,13	00:42:06	14	
24	226	FUTYMA KAROLINA	1988	K	K30	3	Police		08:33	7,02	00:42:44	15	
25	221	DOMINIAK-OLSZEWSKA MAŁGORZATA	1982	K	K30	4	Warzymice	KIJKI & SZPILKI	08:35	6,99	00:42:55	16	
26	279	RUBAJ - FIEDZIUSZKO ANNA	1985	K	K30	5	Szczecin		08:35	6,99	00:42:56	17	
27	281	SKIEPKO DOROTA	1966	K	K50	6	Świnoujście		08:35	6,99	00:42:56	18	
28	217	CEBEREK-PŁOTCZYK MARCELINA	1955	K	K60	2	Szczecin		08:36	6,98	00:43:00	19	
29	215	BORUCZYŃSKI DARIUSZ	1971	M	M40	4	Police		08:38	6,94	00:43:12	10	
30	211	BIELECKA MONIKA	1978	K	K40	7	Stargard	TUPTUP TEAM	08:39	6,94	00:43:14	20	

# Wiosenny Bieg Świąteczny - Nordic Walking 5 km

Data: 22.04.2019

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin

# SPORT-TIME



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w		Miejscowość	Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
						kat.								
31	266	NOWAK ANETA	1973	K	K40	8		Police	NORDICOWELOVE POLICE	08:40	6,93	00:43:19		21
32	261	MATCZUK ANITA	1986	K	K30	6		Szczecin, ZACHODNIOPOMORSKIE		08:40	6,92	00:43:20		22
33	274	PILIPCZUK MAGDALENA	1977	K	K40	9		Szczecin		08:40	6,92	00:43:22		23
34	263	MICHALSKA ANETA	1977	K	K40	10		Police	KOMPAS TEAM	08:41	6,91	00:43:25		24
35	236	GŁADZIK ANNA	1982	K	K30	7		Szczecin	KOMPAS TEAM	08:41	6,91	00:43:25		25
36	264	MIEDZIERSKA ELŻBIETA	1950	K	K60	3		Szczecin		08:43	6,89	00:43:33		26
37	216	BORYSIUK MARTA	1990	K	K20	1		Kamień pomorski		08:44	6,87	00:43:41		27
38	265	NANU JUSTYNA	1985	K	K30	8		Szczecin	SZCZECIŃSKI KLUB ROWEROWY GRYFUS	08:45	6,86	00:43:43		28
39	224	FRĄCKOWIAK ROMAN	1968	M	M50	3		Wieleń	KS METRACO POLKOWICE	08:45	6,85	00:43:46	11	
40	220	DOBROWOLSKA DOROTA	1964	K	K50	7		Szczecin	ALS SZCZECIN	08:46	6,84	00:43:50		29
41	254	LEWAK ARKADIUSZ	1976	M	M40	5		Szczecin	LEWACZKI TEAM	08:50	6,79	00:44:12	12	
42	257	MAKUCH JOANNA	1986	K	K30	9		Siadło Dolne		08:55	6,73	00:44:35		30
43	222	DZIĘCIOŁ KASIA	1983	K	K30	10		Szczecin		08:56	6,72	00:44:40		31
44	252	LEPER KINGA	1974	K	K40	11		Szczecin		08:56	6,72	00:44:40		32
45	286	SZUĆKO ILONA	1989	K	K30	11		Szczecin		08:56	6,71	00:44:42		33
46	278	ROSİK JOANNA	1956	K	K60	4		Szczecin	SZYBCIEJ NIE MOGĘ	08:59	6,68	00:44:56		34
47	256	MACIASZCZYK ZBIGNIEW	1950	M	M60	4		Szczecin	SZYBCIEJ NIE MOGĘ	08:59	6,67	00:44:57	13	
48	232	GIELNIK LIDIA	1990	K	K20	2		Goleniów		09:01	6,66	00:45:03		35
49	240	GROCHOWSKA ANNA	1972	K	K40	12		Tanowo		09:04	6,62	00:45:19		36
50	210	BEDNARCZYK ALICJA	1957	K	K60	5		Siadło Dolne	KOBIECE BIEGANIE	09:05	6,61	00:45:23		37
51	287	SZYDELSKA KRYSZYNA	1952	K	K60	6		Police	NORDICOWELOVE POLICE	09:05	6,61	00:45:25		38
52	262	NOWAK MARTA	1985	K	K30	12		Wełtyń		09:05	6,60	00:45:26		39
53	269	OLECH ALEKSANDRA	1989	K	K30	13		Wełtyń		09:05	6,60	00:45:26		40
54	246	KACZMARCZYK DOROTA	1987	K	K30	14		Szczecin		09:15	6,49	00:46:13		41
55	273	PIECZYŃSKA HANNA	1986	K	K30	15		Szczecin		09:15	6,48	00:46:16		42
56	242	HAWRYL MARTA	1975	K	K40	13		Goleniów		09:17	6,46	00:46:26		43
57	272	PIECZEK ALEKSANDRA	1980	K	K30	16		Szczecin	WIECZORNE BIEGANIE W SZCZECINIE	09:18	6,45	00:46:30		44
58	259	MAŁECKA KAMILA	1983	K	K30	17		Goleniów		09:24	6,38	00:47:01		45
59	230	GAŁUSZKA LIVIA	2007	K	K16	1		Police		09:24	6,38	00:47:02		46
60	285	SZKUDLAREK ELŻBIETA	1963	K	K50	8		Szczecin		09:28	6,33	00:47:22		47

# Wiosenny Bieg Świąteczny - Nordic Walking 5 km

Data: 22.04.2019

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w		Miejscowość	Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
						kat.								
61	255	LUDWICKA AGNIESZKA	1987	K	K30	18		Goleniów		09:33	6,29	00:47:43		48
62	229	GAŁUSZKA JAROSŁAW	1981	M	M30	2		Police		09:37	6,23	00:48:07	14	
63	228	GAŁUSZKA AGNIESZKA	1982	K	K30	19		Police		09:38	6,23	00:48:08		49
64	219	DASZKIEWICZ BEATA	1974	K	K40	14		Szczecin		09:39	6,21	00:48:17		50
65	277	REĆKO WIOLETA	1983	K	K30	20		Szczecin		09:39	6,21	00:48:17		51
66	276	RACHUTA KATARZYNA	1995	K	K20	3		Goleniów		09:41	6,20	00:48:25		52
67	295	TRAPP	1978	K	K40	15				09:43	6,17	00:48:36		53
68	296	SILKZ KASISKE	1980	K	K30	21		Schwedt		09:43	6,17	00:48:36		54
69	248	KNAPIŃSKA EMILIA	1989	K	K30	22		Szczecin		09:45	6,15	00:48:45		55
70	218	CHACHUŁA SYLWIA	1983	K	K30	23		Dolice	DOLICE	09:45	6,15	00:48:47		56
71	289	TARWID BOŻENA	1971	K	K40	16		Szczecin		09:49	6,12	00:49:03		57
72	297			M						09:49	6,12	00:49:03	15	
73	231	GĘBKA-ŻYŁA MAGDALENA	1973	K	K40	17		.Szczecin		09:49	6,11	00:49:04		58
74	275	PODGÓRSKA ANNA	1971	K	K40	18		Szczecin		09:49	6,11	00:49:05		59
75	291	WOLSKA MARIA	1989	K	K30	24		Police		09:50	6,10	00:49:10		60
76	290	TREMBECKA RENATA	1962	K	K50	9		Police		09:50	6,10	00:49:10		61
77	233	GIERASIMOWICZ AGNIESZKA	1984	K	K30	25		Dobra Szczecińska		09:54	6,06	00:49:30		62
78	249	KOWALSKA AGNIESZKA	1974	K	K40	19		Szczecin		09:59	6,01	00:49:55		63
79	253	LEWAK KATARZYNA	1977	K	K40	20		Szczecin	LEWACZKI TEAM	10:01	5,99	00:50:03		64
80	284	STANKIEWICZ SYLWIA	1970	K	K40	21		Szczecin		10:13	5,87	00:51:07		65
81	300	KAŻMIERCZAK ANNA	1979	K	K40	22		Szczecin		11:41	5,14	00:58:23		66
82	223	FALENSKI RAFAŁ	1978	M	M40	6		Szczecin		11:41	5,14	00:58:24	16	

# Wiosenny Bieg Świąteczny - Nordic Walking 5 km

Data: 22.04.2019

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
Klasyfikacja: Open M													
Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
1	299	FRĄCKOWIAK ROMAN	1978	M	M40	1	Wieleń		06:29	9,26	00:32:24	1	
2	294	ZDANUK ARTUR	1971	M	M40	2	Przęsocin	SPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECI	06:32	9,19	00:32:39	2	
3	247	KAŹMIERCZAK NORBERT	1976	M	M40	3	Stargard	TUPTUP TEAM	06:50	8,78	00:34:09	3	
Klasyfikacja: Open K													
Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
1	268	OKRZESIK-FRĄCKOWIAK IZABELA	1968	K	K50	1	Wieleń	KS METRACO POLKOWICE	06:52	8,75	00:34:18		1
2	288	SZYMSKA MAŁGORZATA	1981	K	K30	1	Szczecin	SPEDYCJA NORDIC TEAM SZCZECI	07:04	8,49	00:35:19		2
3	283	STACHOWICZ-HAWRYŁAK SYLWIA	1972	K	K40	1	Szczecin	HODNIOPIOM.CENTRUM ONKOL	07:18	8,23	00:36:28		3