

# Eko - Bieg i Marsz Nordic Walking

Data: 14.11.2021

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w		Klub	Tempo	Prędkość	5 km	M	K
						kat.	Miejscowość		min/km	km/h			
1	128	WASZCZUK TOMASZ	1980	M	Bieg	1	SZCZECIN	WASZCZUK TEAM	03:31	17,06	00:17:35	1	
2	127	WASILEWSKI ANDRZEJ	1978	M	Bieg	2	Szczecin		03:31	17,05	00:17:36	2	
3	120	SIECHKOWSKI MICHAŁ	1983	M	Bieg	3	Szczecin	KB PIONIER SZCZECIN	03:35	16,76	00:17:54	3	
4	145	BURAS RADOSŁAW	1989	M	Bieg	4			03:47	15,87	00:18:54	4	
5	77	BORG NORBERT	1980	M	Bieg	5	Szczecin	HQ MNC NE	03:49	15,72	00:19:05	5	
6	101	KUCHTA PIOTR	1988	M	Bieg	6	Szczecin	KB PIONIER SZCZECIN	03:50	15,68	00:19:08	6	
7	126	TRYCH ADRIAN	1977	M	Bieg	7	Szczecin	KM PSP SZCZECIN	03:54	15,37	00:19:31	7	
8	99	KRZEŚNIEWSKI MARCIN	1978	M	Bieg	8	Szczecin	ROWEROWY ZAŁOM	03:56	15,23	00:19:42	8	
9	105	LEWANDOWSKI WALDEMAR	1980	M	Bieg	9	Gorzów Wlkp.	LEWANDOWSCY TEAM	03:58	15,13	00:19:50	9	
10	118	PUCHALSKI GRZEGORZ	1988	M	Bieg	10	Szczecin	MOBILNA WULKANIZACJA 536-226-226	03:59	15,06	00:19:55	10	
11	94	KARASIEWICZ ŁUKASZ	1988	M	Bieg	11	Szczecin		04:01	14,94	00:20:05	11	
12	112	OLEJNIK PRZEMEK	1969	M	Bieg	12	Szczecin	NIEZRZESZONY	04:07	14,59	00:20:34	12	
13	78	BOROWSKA KAROLINA	1986	K	Bieg	13	PuciceGoleniów	MONIA GYM/PUSZCZYK BUKOWY	04:07	14,57	00:20:35		1
14	104	LEWANDOWSKI DANIEL	1990	M	Bieg	14	Lisewo	AKTYWNE LISEWO	04:11	14,35	00:20:54	13	
15	143	FIEŃKO DARIUSZ	1985	M	Bieg	15	Pełczyce		04:12	14,26	00:21:02	14	
16	142	FIEŃKO KATARZYNA	1989	K	BIEG	16			04:14	14,15	00:21:12		2
17	91	JAWORSKI SYLWESTER	1981	M	Bieg	17	Szczecin		04:21	13,77	00:21:47	15	
18	86	HUSZCZA PIOTR	1978	M	Bieg	18	Pyrzyce	PYRZYCE BIEGAJĄ	04:28	13,44	00:22:19	16	
19	72	BARTOSIEWICZ ADAM	1977	M	Bieg	19	Gryfino	EOL EXTREME TAXES	04:30	13,34	00:22:29	17	
20	121	SIWAK ŁUKASZ	1989	M	Bieg	20	Szczecin	DPT RUN TEAM SZCZECIN	04:37	12,98	00:23:07	18	
21	115	PIECYK KATARZYNA	1985	K	Bieg	21	Szczecin		04:42	12,75	00:23:32		3
22	95	KARPIENIA EWA	1969	K	Bieg	22	Szczecin		04:58	12,07	00:24:51		4
23	129	WINNIK MAREK	1983	M	Bieg	23	Szczecin	ŚLIMACZKI	04:59	12,05	00:24:54	19	
24	133	ZERZUT JAROSŁAW	1968	M	Bieg	24	Szczecin	ŚRUNDUNIA SZCZECIN	05:07	11,72	00:25:36	20	
25	122	STACHOWSKI ANDRZEJ	1968	M	Bieg	25	Szczecin	MONIAGYM	05:07	11,71	00:25:37	21	
26	110	NIEWADZIK ULA	1972	K	Bieg	26	Szczecin	NIEWADZIK	05:08	11,67	00:25:42		5
27	117	PROTASIEWICZ AGNIESZKA	1979	K	Bieg	27	Szczecin		05:10	11,60	00:25:52		6
28	108	MILCZANOWSKA MAGDALENA	1980	K	Bieg	28	Szczecin		05:15	11,44	00:26:13		7
29	119	RAJKIEWICZ WIOLETTA	1977	K	Bieg	29	Lipiany		05:15	11,42	00:26:16		8
30	90	JAWORSKI IZA	1978	K	Bieg	30	Szczecin		05:22	11,17	00:26:51		9

# Eko - Bieg i Marsz Nordic Walking

Data: 14.11.2021

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w			Tempo min/km	Prędkość km/h	5 km	M	K
						kat.	Miejscowość	Klub					
31	109	NIKOREK SEBASTIAN	1977	M	Bieg	31	Nowielin	PYRZYCE BIEGAJĄ	05:31	10,88	00:27:34	22	
32	137	PTASZYŃSKA AGNIESZKA	1977	K	Bieg	32			05:52	10,23	00:29:19		10
33	125	SZAMBIERSKA MARTA	1981	K	Bieg	33	Szczecin		05:57	10,09	00:29:44		11
34	97	KILIAN PAWELEC KATARZYNA	1981	K	Bieg	34	Szczecin		05:57	10,09	00:29:44		12
35	138	SZOSTAKOWSKI KAMIL	1994	M	Bieg	35			06:04	9,90	00:30:19	23	
36	140	GŁADZIK ALEKSANDER	1984	M	Nordic Walking	1	Szczecin	KOMPAS TEAM	06:17	9,54	00:31:27	24	
37	98	KRUGIOŁKA GRZEGORZ	1982	M	Nordic Walking	2	PNIEWY	AKTYWNI W PNIEWACH	06:27	9,31	00:32:14	25	
38	82	DREWNOWSKI PAWEŁ	1987	M	Bieg	36	Szczecin		06:31	9,21	00:32:34	26	
39	103	LELEK PAULINAA	1996	K	Bieg	37	Szczecin		06:38	9,04	00:33:11		13
40	88	ILCEWICZ KAROLINA	1986	K	Bieg	38	Szczecin		06:38	9,04	00:33:11		14
41	93	KAMIONKA ANDRZEJ	1983	M	Bieg	39	Szczecin	14 ZBOT	06:39	9,03	00:33:13	27	
42	144	GUZIKOWSKI TOMASZ	1979	M	Nordic Walking	3	Szczecin	14 ZBOT	06:44	8,91	00:33:40	28	
43	100	KUBIK KRYSZTIAN	1993	M	Nordic Walking	4	Gryfice	RUNGRYF GRYFICE	06:47	8,85	00:33:54	29	
44	134	ZIÓŁKOWSKA SYLWIA	1973	K	Nordic Walking	5	Szczecin	PUSZCZYK BUKOWY	06:55	8,68	00:34:33		15
45	85	GUZEK JACEK	1976	M	Nordic Walking	6	NOWY TOMYSL		06:55	8,68	00:34:34	30	
46	92	KAMIŃSKA MAGDALENA	1982	K	Nordic Walking	7	Szczecin	PUM SZCZECIN	07:00	8,58	00:34:58	16	
47	102	LEBIODA ALICJA	1980	K	Nordic Walking	8	Szczecin	SPEED SKI	07:04	8,48	00:35:22	17	
48	123	STRZELEC TOMASZ	1975	M	Nordic Walking	9	Gryfino	KB HERMES GRYFINO	07:05	8,47	00:35:24	31	
49	139	GŁADZIK ANNA	1982	K	Nordic Walking	10	Szczecin	KOMPAS TEAM	07:06	8,45	00:35:29	18	
50	113	OLEJNIK MARZENA	1968	K	Nordic Walking	11	Szczecin		07:10	8,37	00:35:51	19	
51	111	NIEWADZIK ROBERT	1973	M	Nordic Walking	12	SZCZECIN	NIEWADZIK	07:27	8,05	00:37:16	32	
52	136	GÓRSKA AGNIESZKA	1976	K	Nordic Walking	13	Szczecin		07:28	8,04	00:37:20		20
53	96	KAŻMIERCZAK KRZYSZTOF	1985	M	Nordic Walking	14	Opalenica		07:34	7,93	00:37:50	33	
54	87	HUSZCZA ANNA	1982	K	Bieg	40	Pyrzyce		07:36	7,89	00:38:02		21
55	141	SULEJA JOANNA	1960	K	Nordic Walking	15	Stargard		07:37	7,87	00:38:06	22	
56	116	PODHAJNA AGNIESZKA	1975	K	Nordic Walking	16	Szczecin		07:50	7,66	00:39:11	23	
57	106	LITWINIAK IZABELA	1974	K	Nordic Walking	17	Goleniów		08:08	7,38	00:40:40	24	
58	83	FALENSKI RAFAŁ	1978	M	Nordic Walking	18	Szczecin		08:15	7,27	00:41:17	34	
59	146	MACIASZCZYK ZBIGNIEW	1950	M	Nordic Walking	19	Szczecin	SZYBCIEJ NIE MOGĘ	08:17	7,25	00:41:24	35	
60	71	ANTONIEWICZ MARYLA	1955	K	Nordic Walking	20	Szczecin		08:38	6,95	00:43:09		25

# Eko - Bieg i Marsz Nordic Walking

Data: 14.11.2021

Dystans: 5 km

Miejscowość: Szczecin



Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w			Tempo	Prędkość	5 km	M	K
						kat.	Miejscowość	Klub	min/km	km/h			
61	131	ZAJĄC BOŻENA	1962	K	Nordic Walking	21	DALESZEWO	LEGENDARY POWER SZEWC	08:47	6,83	00:43:55		26
62	84	GURGACZ GABRIELA	1981	K	Nordic Walking	22	Bezrzecze	WALKING WARRIORS	08:54	6,74	00:44:32		27
63	107	MIKLAS ALEKSANDRA	1984	K	Nordic Walking	23	Przeclaw		08:58	6,69	00:44:50		28
64	132	ZDANKIEWICZ OLGA	1981	K	Nordic Walking	24	Mierzyn		09:02	6,65	00:45:08		29
65	147	RAZIK JOANNA	1956	K	Nordic Walking	25	Szczecin		09:35	6,26	00:47:57		30
66	124	SUSZCZEWSKA BOGUMIŁA	1958	K	Nordic Walking	26	Przeclaw	WALKING WARRIORS	10:23	5,78	00:51:55		31
67	81	CIEŚLAK HELENA	1964	K	Nordic Walking	27	Gryfino	LEGENDARY POWER SZEWC GRYFINO	10:57	5,48	00:54:43		32
68	135	KRZYMIENIECKA JUSTYNA	1984	K	Nordic Walking	28			10:57	5,48	00:54:44		33
69	80	CIEŚLAK ADAM	1962	M	Nordic Walking	29	Gryfino	LEGENDARY POWER SZEWC GRYFINO	11:52	5,06	00:59:19	36	
70	75	BODNAR DANUTA	1955	K	Nordic Walking	30	Szczecin		11:52	5,06	00:59:19		34
71	114	ORSZULSKA MAGDALENA	1978	K	Bieg	41	Szczecin		11:52	5,06	00:59:20		35
72	74	BODNAR ZBIGNIEW	1948	M	Bieg	42	Szczecin	BIEG KORCZAKA	11:52	5,06	00:59:20	37	

## Klasyfikacja: Open M

Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	min/km	km/h	Wynik	M	K
1	128	WASZCZUK TOMASZ	1980	M	M40	1	SZCZECIN	WASZCZUK TEAM	03:31	17,06	00:17:35	1	
2	127	WASILEWSKI ANDRZEJ	1978	M	M40	2	Szczecin		03:31	17,05	00:17:36	2	
3	120	SIECZKOWSKI MICHAŁ	1983	M	M30	1	Szczecin	KB PIONIER SZCZECIN	03:35	16,76	00:17:54	3	

## Klasyfikacja: Open K

Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	min/km	km/h	Wynik	M	K
1	78	BOROWSKA KAROLINA	1986	K	K30	1	PuciceGoleniów	MONIA GYM/PUSZCZYK BUKOWY	04:07	14,57	00:20:35		1
2	142	FIEŃKO KATARZYNA	1989	K	K30	2			04:14	14,15	00:21:12		2
3	115	PIECYK KATARZYNA	1985	K	K30	3	Szczecin		04:42	12,75	00:23:32		3

# Eko - Bieg i Marsz Nordic Walking

Data: 14.11.2021

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: NORDIC WALKING M

Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	min/km	km/h	Wynik	M	K
1	140	GŁADZIK ALEKSANDER	1984	M	Nordic Walking	1	Szczecin	KOMPAS TEAM	06:17	9,54	00:31:27	24	
2	98	KRUGIOŁKA GRZEGORZ	1982	M	Nordic Walking	2	PNIEWY	AKTYWNIE W PNIEWACH	06:27	9,31	00:32:14	25	
3	144	GUZIKOWSKI TOMASZ	1979	M	Nordic Walking	3	Szczecin	14 ZBOT	06:44	8,91	00:33:40	28	

Klasyfikacja: NORDIC WALKING K

Lp.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok ur.	Płeć	Kat.	M-ce w kat.	Miejscowość	Klub	min/km	km/h	Wynik	M	K
1	134	ZIÓŁKOWSKA SYLWIA	1973	K	Nordic Walking	5	Szczecin	PUSZCZYK BUKOWY	06:55	8,68	00:34:33		15
2	92	KAMIŃSKA MAGDALENA	1982	K	Nordic Walking	7	Szczecin	PUM SZCZECIN	07:00	8,58	00:34:58		16
3	102	LEBIODA ALICJA	1980	K	Nordic Walking	8	Szczecin	SPEED SKI	07:04	8,48	00:35:22		17