

V KURPIOWSKI BIEG MORSA ORAZ NORDIC WALKING  
Serafin 12.03.2023r.

Mężczyźni OPEN  
Dystans 10km

<u>Msc.</u>	<u>Nazwisko</u>	<u>Imię</u>	<u>Klub</u>	<u>Miejscowość</u>	<u>"Kategoria 1"</u>	<u>"Nr startow"</u>	<u>Wynik 1 (232)</u>
1	Mateusiak	Radosław	"Dąbrowski Team"	Różan	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	213	00:36:04.62
2	Koziatek	Sebastian	"Team Kopec"	Szczytno	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	230	00:36:41.95
3	Dziczek	Szymon	"Szymon Dziczek - trener biegania"	Warszawa	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	257	00:37:38.00
4	Laskowski	Grzegorz	"Run Team Piątnica"	Wizna	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	235	00:38:05.23
5	Dzięgielewski	Rafał	"KB Wyszaków"	wyszków	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	249	00:39:00.16
6	Prusaczyk	Artur	"70s Dzbenin Run Team"	Dzbenin	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	223	00:43:38.62
7	Sadowski	Robert	"Jednorózek robi co może"	Dobrzankowo	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	253	00:44:00.07
8	Gwiazda	Sylwester	Tergon	Warszawa	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	216	00:44:10.05
9	Zyskowski	Artur	"Biegam Bo Lubię Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	226	00:44:32.01
10	Borczak	Dariusz	"Jednorózek robi co może"	Przasnysz	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	252	00:44:44.24
11	Kaczmarczyk	Stanisław	"Biegam Bo Lubię Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	222	00:45:43.18
12	Domian	Tadeusz	"MKL Myszyniec"	Myszyniec	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	255	00:46:14.96
13	Mirek	Tomasz	"Morsy Łęzajsk"	Łęzajsk	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	234	00:46:32.69
14	Chmielewski	Tomasz	"Psiejak Team"	Nowogród	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	221	00:47:01.99
15	Janiszewski	Dariusz		Orzyny	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	242	00:47:03.66
16	Czopek	Marcin		Dźwierzuty	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	243	00:47:04.65
17	Sierociuk	Łukasz	"Morsy Jedwabne"	Jedwabne	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	59	00:47:20.76
18	Kucisz	Piotr		Łyse	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	212	00:47:36.08
19	Kruczyński	janusz		Łyse	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	211	00:48:30.67
20	Tercjak	Dariusz		Łomża	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	251	00:48:54.99
21	Kozyra	Kamil	"Morsy PL"	Warszawa	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	218	00:50:00.39
22	Kociński	Adrian	"Biegam Bo Lubię Ostrołęka"	Kadzidło	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	240	00:50:28.38
23	Załęcki	Michał	"Psiejak team"	Warszawa	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	220	00:50:46.07
24	Chorażewicz	Michał		Michałki	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	244	00:51:11.61
25	Kozłowski	Michał		Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	231	00:52:16.41
26	Gumkowski	Andrzej	"ASO Aktywność Seniora Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	239	00:52:16.92
27	Maciak	Sylwester	CrossBoxOka	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	229	00:53:47.30
28	Chrzanowski	Artur	"Harder Ciechanów"	Ciechanow	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	250	00:54:34.83
29	Sulewski	Maciej	"Biegam Bo Lubię Ostrołęka"	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	228	00:54:58.57

V KURPIOWSKI BIEG MORSA ORAZ NORDIC WALKING  
Serafin 12.03.2023r.

Mężczyźni OPEN  
Dystans **10km**

30	Korsak	Grzegorz	"UKS Clan"	Ostrołęka	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	256	00:55:11.62
31	Niegowski	Michał		Ludwinowo	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	236	00:55:39.10
32	Parzych	Hubert		Warszawa	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	238	00:55:40.98
33	Pasanik	Rafał	"Włóczykije Ostrówek"	Ostrówek	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	260	00:56:10.29
34	Zawrotny	Jan		Mrągowo	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	259	00:56:48.60
35	Baj	Tomasz		Lęczajsk	"Mężczyźni OPEN Bieg10km – "	219	01:15:57.19

V KURPIOWSKI BIEG MORSA ORAZ NORDIC WALKING  
Serafin 12.03.2023r.

Mężczyźni OPEN  
Dystans **10km**

**Sr. prędkość**

"16.63 km/h"  
"16.35 km/h"  
"15.94 km/h"  
"15.75 km/h"  
"15.38 km/h"  
"13.75 km/h"  
"13.64 km/h"  
"13.47 km/h"  
"13.47 km/h"  
"13.41 km/h"  
"13.12 km/h"  
"12.97 km/h"  
"12.89 km/h"  
"12.76 km/h"  
"12.75 km/h"  
"12.74 km/h"  
"12.67 km/h"  
"12.60 km/h"  
"12.37 km/h"  
"12.27 km/h"  
"12.00 km/h"  
"11.89 km/h"  
"11.82 km/h"  
"11.72 km/h"  
"11.48 km/h"  
"11.48 km/h"  
"11.15 km/h"  
"10.99 km/h"  
"10.91 km/h"

V KURPIOWSKI BIEG MORSA ORAZ NORDIC WALKING  
Serafin 12.03.2023r.

Mężczyźni OPEN  
Dystans **10km**

"10.87 km/h"  
"10.87 km/h"  
"10.78 km/h"  
"10.68 km/h"  
"10.56 km/h"  
"7.90 km/h"