

PODSUMOWANIE WYNIKÓW MAŁEGO GP POWIATU NOWOTOMYSKIEGO 2023

MIEJSCE	IMIĘ	NAZWISKO	PŁEĆ	KLUB	KATEGORIA WIEKOWA	Porażyn	Kuślin	Strzyżewo	Nowy Tomysł	Przyłek	Lwówek	Cicha Góra	suma 5 najlepszych	średnia 5 najlepszych	ilość biegów
						10.12.2022	07.01.2023	21.01.2023	04.02.2023	25.02.2023	18.03.2023	01.04.2023	czasów	czasów	
1	Robert	Nowak	M		M20		0:17:53	0:17:05	0:17:25	0:17:29	0:18:00	0:17:33	01:27:25	00:17:29	6
2	Mateusz	Ceglarek	M	#FEIFERTEAM	M20	0:18:13	0:17:49	0:17:14	0:17:53	0:17:29	0:18:00	0:17:33	01:28:29	00:17:42	5
3	Szymon	Gularek	M	TEAM BEROTU	M40	0:19:51	0:18:51	0:18:19	0:18:34	0:18:12	0:18:27	0:18:05	01:31:37	00:18:19	7
4	Tomasz	Końka	M	TEAM BEROTU	M40	0:18:21	0:18:46	0:18:20	0:18:31	0:18:22	0:18:53	0:18:53	01:32:20	00:18:28	6
5	Tomasz	Ziemek	M	TEAM BEROTU	M40	0:18:50	0:19:03	0:18:23	0:19:02	0:18:26	0:18:55	0:20:54	01:33:36	00:18:43	7
6	Piotr	Marciniak	M	TEAM BEROTU	M30	0:18:46	0:18:50	0:18:55	0:18:50	0:18:20			01:33:41	00:18:44	5
7	Rafał	Grabski	M	TEAM BEROTU	M30	0:18:22	0:18:37		0:19:07	0:18:57	0:19:38	0:20:18	01:34:41	00:18:56	6
8	Hubert	Kukawa	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M40	0:19:09	0:19:30	0:19:09		0:18:52	0:19:06	0:19:03	01:35:19	00:19:04	6
9	Przemysław	Nowak	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M40	0:19:47	0:19:19	0:19:01	0:19:17	0:19:22	0:19:14	0:18:57	01:35:48	00:19:10	7
10	Szymon	Kuraś	M	NKB CHYŻY NOWY TOMYSŁ	M40	0:19:35	0:19:47	0:19:18		0:19:10	0:19:33	0:19:13	01:36:49	00:19:22	6
11	Sławomir	Skotarek	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M50	0:19:42	0:19:37	0:19:27	0:19:55	0:19:35	0:19:18		01:37:39	00:19:32	6
12	Arkadiusz	Dolecki	M		M40	0:19:54	0:20:05	0:19:53		0:20:18	0:20:43	0:20:13	01:40:23	00:20:05	6
13	Stawomir	Kaniuk	M	GRODZISKI KLUB BIEGACZA	M50		0:20:59	0:20:06	0:20:20	0:20:08	0:20:38	0:20:00	01:41:12	00:20:14	6
14	Dariusz	Ruta	M		M50	0:19:46	0:20:34	0:20:03	0:20:13	0:21:09		0:21:41	01:41:45	00:20:21	6
15	Emilia	Perz	K		K30			0:20:35	0:20:22	0:20:07	0:20:35	0:20:11	01:41:50	00:20:22	5
16	Bartosz	Nowaczyk	M	TEAM BEROTU	M30		0:20:51	0:20:54	0:20:37	0:20:16		0:20:52	01:43:30	00:20:42	5
17	Marcin	Woś	M		M30	0:23:07	0:21:52	0:21:17	0:20:19	0:20:05	0:20:48		01:44:21	00:20:52	6
18	Robert	Kurek	M		M50	0:20:39	0:21:17	0:20:41	0:20:49	0:22:48	0:21:58	0:21:26	01:44:52	00:20:58	7
19	Sebastian	Sternal	M	GRODZISKI KLUB BIEGACZA	M40	0:21:23	0:21:39	0:20:40	0:20:53	0:20:33	0:21:34		01:45:03	00:21:01	6
20	Mariusz	Piątas	M		M40	0:20:43		0:21:48	0:21:20	0:20:59		0:20:35	01:45:25	00:21:05	5
21	Honorata	Janowicz	K	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	K20	0:21:31	0:21:43	0:21:21	0:21:19	0:21:19	0:21:51	0:21:34	01:47:04	00:21:25	7
22	Łukasz	Jarnut	M	ROZBIEGANI LWÓWEK	M30		0:21:42	0:23:45	0:20:48	0:21:13	0:21:25		01:48:53	00:21:47	5
23	Tomasz	Ciółko	M		M40		0:22:46	0:22:14	0:21:49	0:21:50	0:22:05	0:21:31	01:49:29	00:21:54	6
24	Urszula	Woźniak	K		K50	0:21:40	0:21:59	0:21:49	0:21:58	0:22:18		0:22:11	01:49:37	00:21:55	6
25	Andrzej	Szymkowiak	M		M60	0:21:19	0:21:40			0:22:34	0:22:53	0:21:49	01:50:15	00:22:03	5
26	Jolanta	Krajewska	K		K40	0:21:51	0:22:06	0:22:16		0:22:26	0:22:04		01:50:43	00:22:09	5
27	Maciej	Woźniak	M		M50	0:23:43	0:22:58	0:22:44	0:23:02	0:23:04	0:23:38		01:55:26	00:23:05	6
28	Leszek	Kiersztan	M	ROZBIEGANI LWÓWEK	M50	0:26:03	0:23:04		0:23:34	0:23:02	0:23:32	0:22:24	01:55:36	00:23:07	6
29	Marzenna	Perz	K		K50	0:23:32	0:23:35	0:22:58	0:23:06	0:22:39		0:26:05	01:55:50	00:23:10	6
30	Magdalena	Końka	K	TEAM BEROTU	K30	0:23:35	0:23:41	0:23:04	0:23:16	0:22:46			01:56:22	00:23:16	5
31	Marek	Kąkol	M	KLUB SZALONEGO MORSA SIERAKÓW	M40		0:25:04	0:23:51	0:23:12	0:23:21	0:23:22	0:22:44	01:56:30	00:23:18	6
32	Maciej	Witkowski	M	ŁODYGA ATHLETIC TEAM	M30	0:24:47	0:25:14	0:22:51	0:22:55	0:21:54			01:57:41	00:23:32	5
33	Paweł	Jarnut	M	ROZBIEGANI LWÓWEK	M30		0:24:29	0:21:07	0:24:19	0:23:57	0:24:32		01:58:24	00:23:41	5
34	Paweł	Walentowski	M	TKKF ŁĄBĘDŹ ZBĄSZYŃ	M40	0:24:28	0:25:00	0:29:01	0:27:45	0:25:11	0:23:38	0:22:47	02:01:04	00:24:13	7
35	Andrzej	Nowak	M	KĄKOLEWO BIEGA	M40	0:24:05	0:24:44	0:24:08	0:24:36	0:24:20	0:25:00	0:24:18	02:01:27	00:24:17	7
36	Sylwia	Karalus	K	BUKOWSKI KLUB BIEGACZA	K40	0:24:16	0:25:57	0:24:50	0:24:35	0:24:42	0:24:39	0:24:56	02:03:02	00:24:36	7
37	Kinga	Walentowska	K	TKKF ŁĄBĘDŹ ZBĄSZYŃ	K40	0:24:28	0:24:59	0:24:18		0:24:30	0:25:05	0:24:30	02:03:20	00:24:40	5
38	Tadeusz	Kwiatkowski	M	WOLSZYŃSKI KLUB BIEGOWY	M70		0:25:02	0:24:23	0:24:49	0:24:32		0:24:55	02:03:41	00:24:44	5
39	Krzysztof	Menet	M		M40		0:25:01	0:25:04		0:24:34	0:25:19	0:24:31	02:04:29	00:24:54	5
40	Krzysztof	Jena	M	TEAM POSTĘP PNIEWY	M60	0:25:20	0:25:15	0:25:44	0:25:28	0:25:46	0:24:45	0:24:20	02:05:08	00:25:02	7
41	Katarzyna	Wechman	K		K30	0:28:29	0:25:53	0:25:10	0:25:20	0:25:03	0:25:40	0:25:01	02:06:14	00:25:15	7
42	Marta	Paluszak	K		K30	0:26:00		0:25:42	0:24:51	0:24:57	0:25:55	0:25:12	02:06:37	00:25:19	6
43	Zbigniew	Janowicz	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M60	0:29:01	0:26:25	0:28:06	0:24:56	0:25:00	0:25:40	0:24:58	02:06:59	00:25:24	7
44	Robert	Szypura	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M50	0:24:24	0:25:43	0:26:18	0:27:18	0:25:49	0:26:50	0:25:37	02:07:51	00:25:34	7
45	Krzysztof	Kroma	M	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	M40	0:24:32	0:36:28	0:25:30	0:26:15	0:26:23	0:26:23	0:26:21	02:09:01	00:25:48	6
46	Aleksandra	Sokalla	K		K40	0:26:17	0:26:36		0:25:40	0:26:02	0:25:44	0:25:59	02:09:42	00:25:56	6
47	Wojciech	Górczak	M	BUKOWSKI KLUB MORSA	M50	0:26:45	0:27:25	0:25:41	0:25:59	0:25:57		0:25:55	02:10:17	00:26:03	6
48	Daniel	Kardzis	M		M40	0:26:20	0:26:35		0:25:42	0:26:04	0:26:35	0:26:11	02:10:52	00:26:10	6
49	Justyna	Kąkol	K	KLUB SZALONEGO MORSA SIERAKÓW	K40		0:28:57	0:26:23	0:26:22	0:26:14	0:26:48	0:25:09	02:10:56	00:26:11	6
50	Patrycja	Starosta-Trela	K	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	K30	0:26:50	0:26:12		0:26:40	0:25:48	0:27:15	0:26:14	02:11:44	00:26:21	6
51	Remigiusz	Kaczmarczyk	M	NIGHT RUNNERS	M40	0:27:20	0:29:24	0:25:45	0:25:53	0:28:20	0:27:34	0:25:41	02:12:13	00:26:27	7
52	Katarzyna	Szypura	K	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	K50	0:27:41	0:27:42	0:26:51	0:27:17	0:26:39	0:26:49	0:25:37	02:13:13	00:26:39	7
53	Lidia	Kaczmarek	K	KLUB SZALONEGO MORSA SIERAKÓW	K40		0:28:58	0:27:23	0:26:41	0:27:22	0:27:02	0:25:44	02:14:12	00:26:50	6
54	Justyna	Nowak	K		K40	0:27:08		0:26:35	0:27:41	0:26:22	0:27:09	0:27:07	02:14:21	00:26:52	6
55	Jarosław	Pukacki	M	RUNNING TEAM PRZYŁĘK	M40	0:28:13	0:28:09		0:26:57	0:27:14	0:26:37	0:26:12	02:15:09	00:27:02	6
56	Piotr	Bartkowiak	M	GRODZISKI KLUB BIEGACZA	M40	0:26:28	0:27:08	0:26:32	0:27:08		0:28:26		02:15:42	00:27:08	5
57	Krzysztof	Lehmann	M	PHOENIX CONTACT	M30	0:27:12	0:28:31		0:27:08	0:26:50	0:27:48	0:27:16	02:16:14	00:27:15	6
58	Agnieszka	Jarnót	K	NKB CHYŻY	K40	0:28:45		0:27:34	0:27:09	0:27:01	0:28:21	0:26:53	02:16:58	00:27:24	6
59	Grzegorz	Nahaczewski	M		M40	0:28:45		0:27:35	0:27:11	0:27:03		0:26:54	02:17:28	00:27:30	5
60	Piotr	Fabian	M		M50		0:27:55	0:26:53	0:27:55	0:27:31	0:27:36	0:28:09	02:17:50	00:27:34	6
61	Paulina	Rybak	K	TKKF ŁĄBĘDŹ ZBĄSZYŃ	K30		0:27:44	0:29:15	0:27:44	0:26:36	0:27:12	0:27:18	02:18:05	00:27:37	5
62	Monika	Kaczmarek	K	NKB CHYŻY NOWY TOMYSŁ	K40		0:28:47		0:27:39	0:27:44	0:27:57	0:27:34	02:19:41	00:27:56	5
63	Zbigniew	Batura	M		M30	0:28:33	0:30:35		0:29:14	0:26:58	0:28:31	0:26:31	02:19:47	00:27:57	6

64	Hanna	Michalszczak	K		K50	0:27:20	0:29:23	0:28:20	0:29:00	0:28:32	0:30:03	0:27:55	02:21:07	00:28:13	7
65	Małgorzata	Sokółka	K		K40		0:28:50	0:28:31	0:27:59		0:28:43	0:28:12	02:22:15	00:28:27	5
66	Olga	Janelt	K	PHOENIX CONTACT	K30		0:30:01	0:28:53	0:27:00	0:27:33		0:28:50	02:22:17	00:28:27	5
67	Marcin	Zajac	M		M40		0:28:51	0:28:33	0:28:00		0:28:45	0:28:13	02:22:22	00:28:28	5
68	Ryszard	Maciejewski	M	GRODZISKI KLUB BIEGACZA	M40	0:26:08	0:31:43	0:27:38	0:29:30		0:28:08		02:23:07	00:28:37	5
69	Olga	Cichowlas	K	SP OPALENICA	K20	0:32:17	0:30:52		0:28:39	0:28:27	0:28:04	0:27:35	02:23:37	00:28:43	6
70	Sylwia	Kurek	K		K40	0:29:08	0:29:51	0:28:34	0:29:30	0:28:41	0:29:50	0:29:19	02:25:12	00:29:02	7
71	Patrycja	Galas-Kaczmarek	K	LS PLUS RECYKLING TEAM	K40	0:29:21	0:29:26			0:29:34	0:29:15	0:27:43	02:25:19	00:29:04	5
72	Monika	Czekala	K	KĄKOLEWO BIEGA	K40	0:29:01		0:28:59		0:29:52	0:29:10	0:29:09	02:26:11	00:29:14	5
73	Tomasz	Klorek	M		M30	0:31:22	0:31:06	0:28:49	0:27:50		0:28:15		02:27:22	00:29:28	5
74	Weronika	Cichowlas	K	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	K30	0:32:29	0:31:41			0:28:48	0:28:09	0:27:36	02:28:43	00:29:45	5
75	Filip	Blażejewski	M		M20	0:31:04		0:30:39		0:29:14	0:28:55	0:28:52	02:28:44	00:29:45	5
76	Ewa	Nowak	K	KĄKOLEWO BIEGA	K40	0:29:37	0:29:50	0:29:56	0:30:46	0:30:19	0:32:14	0:30:36	02:30:18	00:30:04	7
77	Maria	Stępień	K	OPALENICKI KLUB BIEGACZA	K60	0:30:25	0:30:46		0:30:34	0:30:26	0:35:30	0:30:20	02:32:31	00:30:30	6
78	Andrzej	Kaczmarek	M	KLUB SZALONEGO MORSA SIERAKÓW	M50		0:32:56	0:30:21	0:30:05	0:32:28	0:31:05	0:30:39	02:34:38	00:30:56	6
79	Violeta	Papierz	K		K50		0:37:02	0:36:57	0:35:13	0:35:18	0:33:41	0:30:08	02:51:17	00:34:15	6
80	Magdalena	Nowacka	K		K30		0:37:04	0:36:58	0:35:14	0:35:19	0:34:13	0:33:55	02:55:39	00:35:08	6