

Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
Kategoria: K 19-29													
1	83	WOJCIECHOWSKA	ELŻBIETA	K	1983	K 19-29		1:50:44	8,67 [km/h]	06:55 [min/km]	0:26:57	0:58:19	1:26:14
2	80	FICNER	ANNA	K	1985	K 19-29	BRAK	2:00:47	7,95 [km/h]	07:33 [min/km]	0:28:54	1:02:06	1:32:36
3	135	ROMAŃCZUK	MONIKA	K	1983	K 19-29		2:07:42	7,52 [km/h]	07:59 [min/km]	0:30:15	1:05:33	1:37:52
4	93	PŁOCIŃSKA	SANDRA	K	1989	K 19-29		2:21:06	6,80 [km/h]	08:49 [min/km]	0:33:49	1:13:56	1:49:11
5	137	GOLEC	JOANNA	K	1987	K 19-29	NORDIC WALKING FAN TEAM	2:25:42	6,59 [km/h]	09:06 [min/km]	0:34:28	1:15:03	1:52:01
6	133	GIL	MONIKA	K	1988	K 19-29	NORDIC WALKING FAN TEAM	2:26:25	6,56 [km/h]	09:09 [min/km]	0:34:35	1:15:03	1:52:05
Kategoria: K 30-39													
1	120	MRÓZ	KATARZYNA	K	1974	K 30-39	UKS DRAGON JANOWIEC WLKP.	1:58:41	8,09 [km/h]	07:25 [min/km]	0:29:18	1:02:05	1:32:02
2	90	WITYK-SZUMNA	PAULINA	K	1979	K 30-39	ŚCINAWSKA GRUPA NORDIC WALKING	2:03:15	7,79 [km/h]	07:42 [min/km]	0:29:06	1:04:07	1:35:25
3	69	ŚWIERCZ	AGNIESZKA	K	1973	K 30-39	ŚCINAWSKA GRUPA NORDIC WALKING	2:05:23	7,66 [km/h]	07:50 [min/km]	0:29:40	1:05:18	1:37:37
4	103	JAROSZ	AGNIESZKA	K	1978	K 30-39	NYSA	2:08:41	7,46 [km/h]	08:03 [min/km]	0:30:44	1:06:56	1:39:57
5	132	WAŚNIEWSKA	KAROLINA	K	1980	K 30-39		2:09:07	7,44 [km/h]	08:04 [min/km]	0:30:52	1:07:21	1:40:12
6	115	BANACH	JOANNA	K	1975	K 30-39	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:11:42	7,29 [km/h]	08:14 [min/km]	0:32:39	1:09:42	1:42:21
7	85	PŁOCIENIAK	KATARZYNA	K	1978	K 30-39		2:22:05	6,76 [km/h]	08:53 [min/km]	0:33:51	1:13:20	1:48:58
8	110	SŁUPIŃSKA	MAGDALENA	K	1974	K 30-39	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:22:12	6,75 [km/h]	08:53 [min/km]	0:34:41	1:14:18	1:50:57



Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Pł eć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
Kategoria: K 40-49													
1	122	DEKIERT-ADAMSKA	MAŁGORZATA	K	1970	K 40-49		2:04:22	7,72 [km/h]	07:46 [min/km]	0:30:48	1:07:12	1:37:57
2	89	JĘDRASIAK	RENATA	K	1963	K 40-49	NORDIC DEX WBIN	2:07:28	7,53 [km/h]	07:58 [min/km]	0:30:50	1:07:20	1:39:14
3	123	AUGUSTYN	KATARZYNA	K	1967	K 40-49		2:08:43	7,46 [km/h]	08:03 [min/km]	0:31:27	1:08:32	1:40:54
4	101	KARASIEWICZ	IRENA	K	1963	K 40-49	HYDRO-MAL BRANIEWO	2:14:21	7,15 [km/h]	08:23 [min/km]	0:31:38	1:10:25	1:44:49
5	108	KUSZA	JOLANTA	K	1963	K 40-49	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:14:53	7,12 [km/h]	08:26 [min/km]	0:32:12	1:10:35	1:44:27
6	88	OWSIAK	BEATA	K	1969	K 40-49	SWO-BODY	2:17:26	6,99 [km/h]	08:35 [min/km]	0:32:42	1:11:07	1:46:35
7	112	FALKOWSKA	BEATA	K	1965	K 40-49	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:18:55	6,91 [km/h]	08:41 [min/km]	0:32:57	1:12:09	1:47:03
8	109	KRAKOWIAK	MAŁGORZATA	K	1965	K 40-49	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:19:35	6,88 [km/h]	08:43 [min/km]	0:32:54	1:12:51	1:48:20
9	100	KOTAS	KATARZYNA	K	1965	K 40-49	AKN RATRAK CZĘSTOCHOWA	2:27:08	6,52 [km/h]	09:12 [min/km]	0:35:11	1:16:42	1:54:06
10	114	KUJAWSKA-ŁUCZAK	MAGDALENA	K	1964	K 40-49	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:28:53	6,45 [km/h]	09:18 [min/km]	0:36:20	1:18:41	1:55:59
11	139	RYBA	MAŁGORZATA	K	1966	K 40-49	NORDIC WALKING FAN TEAM	2:46:36	5,76 [km/h]	10:25 [min/km]	0:39:19	1:24:06	2:05:34
12	125	WITKOWSKA	BEATA	K	1968	K 40-49	ŁÓDŹ	2:46:36	5,76 [km/h]	10:25 [min/km]	0:39:00	1:25:00	2:07:00
pk	105	PAKOSZ	IRENA	K	1966	K 40-49	GÓRNIK JANUSZKOWICE	1:59:16	8,05 [km/h]	07:27 [min/km]	0:29:26	1:03:44	1:33:48
Kategoria: K 50-59													
1	113	KASPRZYK	LILIANNA	K	1960	K 50-59	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	2:09:29	7,41 [km/h]	08:06 [min/km]	0:31:16	1:08:31	1:41:08
2	121	DZIERGAS	BOGUSŁAWA	K	1958	K 50-59		2:13:09	7,21 [km/h]	08:19 [min/km]	0:32:15	1:10:39	1:44:12
3	156	SEGIET	ANNA	K	1954	K 50-59		2:17:07	7,00 [km/h]	08:34 [min/km]	0:33:02	1:12:49	1:47:23
4	117	PRASEK	LUCYNA	K	1956	K 50-59	BODY IN MOTION SOPOT	2:19:17	6,89 [km/h]	08:42 [min/km]	0:32:11	1:11:56	1:47:57
5	159	STAGROWSKA	JADWIGA	K	1954	K 50-59	NORDIC WALKING FAN TEAM	2:25:55	6,58 [km/h]	09:07 [min/km]	0:35:52	1:18:03	1:54:50
6	127	JÓŹWIAK	BOŻENA	K	1957	K 50-59	KATOWICE	2:28:47	6,45 [km/h]	09:18 [min/km]	0:33:30	1:15:50	1:54:26
Kategoria: K 60 i więcej													
1	149	KURZAWSKA	JOLANTA	K	1949	K 60 i więcej	NORDIC OSIR LUBIN	2:11:23	7,31 [km/h]	08:12 [min/km]	0:30:46	1:09:01	1:42:46
2	87	MRÓZ	DANUTA	K	1951	K 60 i więcej	UKS DRAGON JANOWIEC WLKP.	2:14:56	7,11 [km/h]	08:26 [min/km]	0:31:56	1:11:09	1:45:09
3	151	ZAWADZKA	MARIA	K	1951	K 60 i więcej	NORDIC OSIR LUBIN	2:25:47	6,59 [km/h]	09:06 [min/km]	0:36:15	1:18:16	1:54:32



Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Pł eć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
Kategoria: M 19-29													
1	144	SKOWRON	BARTŁOMIEJ	M	1988	M 19-29	AZS WAT WARSZAWA	1:52:54	8,50 [km/h]	07:04 [min/km]	0:26:03	1:21:48	1:52:54
2	99	KUSAJ	MATEUSZ	M	1991	M 19-29	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	1:55:53	8,28 [km/h]	07:15 [min/km]	0:26:29	0:54:36	1:24:22
3	141	KOWALCZYK	BOLESŁAW	M	1985	M 19-29	SZEWCZE	2:01:54	7,88 [km/h]	07:37 [min/km]	0:28:38	0:59:51	1:30:48
4	134	KUSZNERCZUK	JACEK	M	1983	M 19-29		2:07:39	7,52 [km/h]	07:59 [min/km]	0:29:38	1:00:25	1:33:01
5	142	SPITALNIAK	MARCIN	M	1959	M 19-29	NORDIC WALKING FAN TEAM	2:23:16	6,72 [km/h]	08:57 [min/km]	0:33:11	1:09:32	1:48:25
Kategoria: M 30-39													
1	107	DAWIDZIUK	MACIEJ	M	1979	M 30-39	PSNW	1:40:45	9,53 [km/h]	06:18 [min/km]	0:24:35	0:51:31	1:17:29
1	95	BRZESKI	TOMASZ	M	1972	M 30-39	VISEGRADMARATHON RYTRO	1:40:45	9,53 [km/h]	06:18 [min/km]	0:24:35	0:51:31	1:17:29
3	73	PALUCH	MICHAŁ	M	1981	M 30-39	OPEN2BE CIESZYN	1:53:40	8,45 [km/h]	07:06 [min/km]	0:27:40	0:57:39	1:26:14
4	81	KUBIAK	TOMASZ	M	1975	M 30-39	T.G.SOKÓŁ INOWROCŁAW	1:53:59	8,42 [km/h]	07:08 [min/km]	0:28:05	0:58:20	1:26:54
5	118	WARUSZEWSKI	KAROL	M	1976	M 30-39	TCZEW	2:04:09	7,73 [km/h]	07:46 [min/km]	0:29:46	1:02:18	1:33:23
6	71	JUST	RAFAŁ	M	1974	M 30-39	GIMNAZJUM NR 13 WROCŁAW	2:22:03	6,76 [km/h]	08:53 [min/km]	0:35:41	1:12:10	1:47:47



Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Pł eć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
Kategoria: M 40-49													
1	104	DORS	GRZEGORZ	M	1962	M 40-49	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	1:48:09	8,88 [km/h]	06:45 [min/km]	0:26:22	0:54:56	1:21:28
2	153	LUBIATOWSKI	IRENEUSZ	M	1966	M 40-49	NORDIC OSIR LUBIN	1:52:07	8,56 [km/h]	07:01 [min/km]	0:26:53	0:56:24	1:24:36
3	76	ŻEBROWSKI	PIOTR	M	1964	M 40-49	FLOTA GDYNIA	1:53:04	8,49 [km/h]	07:04 [min/km]	0:27:03	0:56:55	1:25:50
4	106	SZPITER	TOMASZ	M	1969	M 40-49	OLAWS ZŁOTORYJA	1:54:59	8,35 [km/h]	07:11 [min/km]	0:27:04	0:57:38	1:26:50
5	129	KOPANKIEWICZ	PAWEŁ	M	1963	M 40-49	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	1:56:28	8,24 [km/h]	07:17 [min/km]	0:27:47	0:58:49	1:28:38
6	77	SZMYT	DARIUSZ	M	1963	M 40-49		2:00:11	7,99 [km/h]	07:31 [min/km]	0:27:46	1:00:13	1:30:56
7	145	WOKOTRUB	LESZEK JERZY	M	1968	M 40-49	KOLEKCJONERÓW ZNACZKÓW Z GRENLANDII	2:06:45	7,57 [km/h]	07:56 [min/km]	0:31:16	1:04:21	1:36:32
8	74	MASIAREK	MARIUSZ	M	1971	M 40-49	GLIWICE	2:10:11	7,37 [km/h]	08:08 [min/km]	0:31:49	1:05:18	1:37:56
9	96	SZYDŁOWSKI	GRZEGORZ	M	1964	M 40-49	BEL-POL	2:10:39	7,35 [km/h]	08:10 [min/km]	0:30:35	1:04:47	1:38:02
10	70	BEŁDOWSKI	DARIUSZ	M	1962	M 40-49		2:12:17	7,26 [km/h]	08:16 [min/km]	0:30:42	1:07:04	1:40:41
11	82	WOŹNIAK	ARTUR	M	1967	M 40-49	TOWARZYSTWO GIMNASTYCZNE "SOKÓŁ" GNIEWKOWO	2:12:42	7,23 [km/h]	08:18 [min/km]	0:30:23	1:05:29	1:39:01
12	124	WITKOWSKI	JACEK	M	1968	M 40-49		2:15:44	7,07 [km/h]	08:29 [min/km]	0:31:58	1:08:01	1:42:36
13	158	JACH	SŁAWOMIR	M	1966	M 40-49		2:16:01	7,06 [km/h]	08:30 [min/km]	0:32:54	1:08:24	1:42:52
14	138	KULKA	MACIEJ	M	1963	M 40-49	PUMA Z BIEGIEM POZNAŃ	2:16:15	7,05 [km/h]	08:31 [min/km]	0:34:12	1:09:51	1:43:47
15	152	NABOROWSKI	MATEUSZ	M	1964	M 40-49	ECOBREND	2:20:19	6,84 [km/h]	08:46 [min/km]	0:35:04	1:12:04	1:47:14
16	157	NAPIERAŁSKI	WALDEMAR	M	1963	M 40-49		2:24:02	6,67 [km/h]	09:00 [min/km]	0:32:54	1:09:55	1:46:48

Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Pł eć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
Kategoria: M 50-59													
1	147	HELWICH	STEFAN	M	1956	M 50-59	MKS WIELEN	1:55:27	8,32 [km/h]	07:13 [min/km]	0:27:03	0:58:18	1:27:37
2	97	BIERKUS	MIROSLAW	M	1956	M 50-59	KSM PRZYLESIE KOSZALIN	2:00:38,1	7,96 [km/h]	07:32 [min/km]	0:27:20	0:58:20	1:28:47
3	150	NOWAK	MARIAN	M	1961	M 50-59	OSIR LUBIN	2:00:38,3	7,96 [km/h]	07:32 [min/km]	0:29:06	1:01:36	1:32:14
4	116	DZIEDZIC	KAZIMIERZ	M	1956	M 50-59	Fundacja Jasiek Mela	2:03:25	7,78 [km/h]	07:43 [min/km]	0:28:27	1:01:53	1:33:28
5	79	WAKSZYŃSKI	BOGDAN	M	1954	M 50-59	KALISKA	2:04:12	7,73 [km/h]	07:46 [min/km]	0:29:15	1:02:38	1:33:53
6	78	BRODNICKI	HENRYK	M	1957	M 50-59	INDYWIDUALNIE	2:05:47	7,63 [km/h]	07:52 [min/km]	0:31:09	1:06:04	1:36:57
7	91	SALA	MIECZYSLAW	M	1961	M 50-59		2:06:43	7,58 [km/h]	07:55 [min/km]	0:31:32	1:05:17	1:36:39
8	146	KNITTER	KRZYSZTOF	M	1955	M 50-59	KB KOSYNIER WRZEŚNIA	2:08:03	7,50 [km/h]	08:00 [min/km]	0:30:12	1:04:37	1:37:37
9	86	JASIAK	ANDRZEJ	M	1961	M 50-59	ZESPÓŁ SZKÓŁ GÓRA	2:10:14	7,37 [km/h]	08:08 [min/km]	0:29:42	1:05:22	1:38:21
10	136	ZAWADZKI	ANDRZEJ	M	1960	M 50-59	NORDIC OSIR LUBIN	2:14:56	7,11 [km/h]	08:26 [min/km]	0:31:20	1:07:40	1:42:09
11	143	FIREWICZ	WALDEMAR	M	1959	M 50-59		2:19:14	6,89 [km/h]	08:42 [min/km]	0:33:21	1:10:26	1:45:27
Kategoria: M 60 i więcej													
1	84	SKRZYPSKI	MARIAN	M	1950	M 60 i więcej	KRS TKKF"JASTRZĄB"RUDA ŚLĄSKA	1:59:55	8,01 [km/h]	07:29 [min/km]	0:29:08	1:02:05	1:32:31
2	148	KUBICKI	BERNARD	M	1951	M 60 i więcej	NORDIC OSIR LUBIN	2:02:34	7,83 [km/h]	07:40 [min/km]	0:29:14	1:02:48	1:33:45
3	75	MAJNA	KAZIMIERZ	M	1951	M 60 i więcej	GDYNIA	2:08:06	7,49 [km/h]	08:01 [min/km]	0:30:24	1:05:19	1:37:50
4	155	SEGIET	TEODOR	M	1951	M 60 i więcej		2:08:40	7,46 [km/h]	08:03 [min/km]	0:31:22	1:06:49	1:39:11
5	126	ŚCIBISZ	BOGDAN	M	1943	M 60 i więcej	TKKF SATURN CZELADŹ	2:13:23	7,20 [km/h]	08:20 [min/km]	0:30:35	1:06:15	1:41:07
6	130	PUPECKI	EUGENIUSZ	M	1951	M 60 i więcej	NIE ZRZESZONY	2:17:22	6,99 [km/h]	08:35 [min/km]	0:30:40	1:06:49	1:42:37
7	102	PIKSA	KAZIMIERZ	M	1949	M 60 i więcej	G.U.K.S. ODRA BRZEG	2:18:10	6,95 [km/h]	08:38 [min/km]	0:32:59	1:10:33	1:45:29
8	140	KOWALCZYK	MARIAN	M	1938	M 60 i więcej	SZEWCE	2:19:24	6,89 [km/h]	08:42 [min/km]	0:31:10	1:09:02	1:44:48
9	128	ROSIŃSKI	MARIAN	M	1948	M 60 i więcej	BRAK	2:20:49	6,82 [km/h]	08:48 [min/km]	0:31:40	1:09:09	1:45:14
10	111	CHMIEL	ANDRZEJ	M	1948	M 60 i więcej		2:25:07	6,62 [km/h]	09:04 [min/km]	0:33:28	1:12:07	1:48:54
11	131	KACZMAREK	LEON	M	1946	M 60 i więcej	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	2:27:19	6,52 [km/h]	09:12 [min/km]	0:33:20	1:11:23	1:53:07
12	160	JANKOWSKI	HENRYK	M	1946	M 60 i więcej	TKKF SATURN CZELAD?	2:37:40	6,09 [km/h]	09:51 [min/km]	0:34:48	1:16:40	1:57:37



Dystans: 16 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Rok ur	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km	4 km	8 km	12 km
NIEUKOŃCZYLI													
DNF	72	STÓS	KINGA	K	1983	K 19-29	OPEN2walk BIELSKO BIAŁA				0:31:44	1:15:24	
DNF	92	ŁAWNICZEK	AGNIESZKA	K	1976	K 30-39							
DNF	98	KOZIK	RAFAŁ	M	1982	M 19-29	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW						
DNF	119	TORCHAŁA	ANDRZEJ	M	1961	M 50-59	AKTYWNI NW GASZYN				0:29:22	1:05:05	1:42:24
DNF	154	GRYGOROWICZ	BOGDAN	M	1949	M 60 i więcej	NORDIC OSIR LUBIN				0:29:13	1:02:46	1:36:06