

# 6 Nocny Bieg Policz się z Cukrzycą

Athletics Team Prusice, Gmina Prusice, GOKIS Prusice, PCF Prusice · niedziela, 29 stycznia 2023



## Wyniki końcowe - Open M - 5 km · 3 stron

Poz.	Numer	Nazwsko, imię	Klub	Płeć	Kat. wiek.	Poz. Kat. wiek.	Wynik	Różnica	Tempo	Czas netto
1	146	WIELGUS ARKADIUSZ	ATHLETICS TEAM PRUSICE	M	M20	Open 1°	16:05.536	-	03:13	0:16:04.583
2	141	RATAJCZAK MICHAŁ		M	M30	Open 2°	16:21.739	+ 16.203	03:16	0:16:20.333
3	110	TOMOWIAK RAFAŁ	SZYMANOWSKITEAM	M	M30	Open 3°	17:26.228	+ 1:20.692	03:29	0:17:26.228
4	138	NAGLAK HUBERT	WATACHA	M	M20	1°	17:28.147	+ 1:22.611	03:29	0:17:25.037
5	160	FRANCZAK MARIUSZ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	1°	17:56.874	+ 1:51.338	03:35	0:17:55.327
6	137	WNUCZEK RAFAŁ	RAFALINHO RUNNIG TEAM	M	M30	1°	18:09.468	+ 2:03.932	03:38	0:18:07.140
7	29	PUCHAŁA RADOSŁAW	KB SOBÓTKA	M	M40	2°	18:13.473	+ 2:07.937	03:38	0:18:09.701
8	113	SKORUPA JACEK	EUFORIA BIEGACZA	M	M40	3°	18:25.356	+ 2:19.820	03:41	0:18:22.006
9	157	JĘDRYCHOWSKI PIOTR	KB SOBÓTKA	M	M40	4°	18:33.905	+ 2:28.369	03:43	0:18:31.295
10	125	JARECKI IRENEUSZ	ATHLETICS TEAM PRUSICE	M	M50	1°	18:35.397	+ 2:29.861	03:43	0:18:33.756
11	122	SIEKIRKA TOMASZ		M	M30	2°	19:06.145	+ 3:00.609	03:49	0:19:03.129
12	40	FABRYKOWSKI ADRIAN	AKS BUKOWE	M	M30	3°	19:13.344	+ 3:07.808	03:50	0:19:09.759
13	84	MIERZWA MICHAŁ		M	M30	4°	19:13.941	+ 3:08.405	03:50	0:19:11.519
14	102	CZERW KONRAD	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	5°	19:28.749	+ 3:23.213	03:53	0:19:24.383
15	57	KLEMENS MICHAŁ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	6°	19:29.047	+ 3:23.511	03:54	0:19:29.047
16	46	KASPRZAK KRZYSZTOF	SPEED ŻÓŁWIK	M	M50	2°	19:31.893	+ 3:26.357	03:54	0:19:29.174
17	126	SZKLARZ MICHAŁ	ŚWIDNICKA GRUPA BIEGOWA	M	M20	2°	19:34.524	+ 3:28.988	03:55	0:19:31.648
18	140	KRASICKI MICHAŁ	RUNNIN-GYM	M	M40	7°	19:43.258	+ 3:37.722	03:56	0:19:38.705
19	71	HYS DAMIAN	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	8°	20:15.089	+ 4:09.553	04:03	0:20:11.145
20	41	PESZKO RAFAŁ	DĄBROWSKI TEAM	M	M20	3°	20:20.876	+ 4:15.340	04:04	0:20:16.323
21	3	BURA KRYSZTIAN	#BIEGAJLESZNO	M	M30	5°	20:25.852	+ 4:20.316	04:05	0:20:22.867
22	111	WIĘCKOWSKI TOMASZ	OBORYGENI	M	M50	3°	20:32.260	+ 4:26.724	04:07	0:20:26.447
23	118	SICIAK ŁUKASZ	ORLA KORZEŃSKO	M	M40	9°	20:32.965	+ 4:27.429	04:07	0:20:28.553
24	10	LEKOSZ HUBERT	STARY SIELEC TEAM	M	M20	4°	20:48.990	+ 4:43.454	04:10	0:20:43.022
25	89	POSŁUSZNY MARIUSZ		M	M50	4°	21:06.713	+ 5:01.177	04:13	0:21:00.745
26	130	ZEMBATY MAREK		M	M40	10°	21:35.959	+ 5:30.423	04:19	0:21:30.724
27	61	LISOWSKI BARTOSZ		M	M30	6°	21:44.681	+ 5:39.145	04:21	0:21:41.034
28	158	KRÓL KAMIL	OŚ RACING TEAM	M	M30	7°	21:46.615	+ 5:41.079	04:21	0:21:46.615
29	82	PAWLICKI STANISŁAW		M	M60	1°	21:48.824	+ 5:43.288	04:22	0:21:46.527
30	9	OPAŁKA TOMASZ	ATHLETICS TEAM PRUSICE	M	M50	5°	22:01.917	+ 5:56.381	04:24	0:21:57.973
31	43	HERNER TOMASZ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	11°	22:06.320	+ 6:00.784	04:25	0:22:00.852
32	107	KUCZYŃSKI ZBIGNIEW	KGHM ZG RUN	M	M+70	1°	22:26.354	+ 6:20.818	04:29	0:22:23.932
33	152	ART PAWEŁ		M	M40	12°	22:37.243	+ 6:31.707	04:31	0:22:21.295
34	109	CIEŚLAK MARIUSZ	KB VAMOS AMIGOS/IPA WROCŁAW	M	M50	6°	22:40.027	+ 6:34.491	04:32	0:22:32.946
35	1	PIZIEWICZ DOMINIK		M	M40	13°	22:57.612	+ 6:52.076	04:35	0:22:49.622
36	56	NUREK KRZYSZTOF	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M20	5°	22:58.304	+ 6:52.768	04:35	0:22:53.115
37	21	NIEWIADOMSKI PAWEŁ	IPA WROCŁAW	M	M20	6°	23:18.605	+ 7:13.069	04:40	0:23:11.524
38	45	KAPUT PAWEŁ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	14°	23:20.790	+ 7:15.254	04:40	0:23:12.065
39	39	ROZNERSKI ŁUKASZ	KB SOBÓTKA	M	M30	8°	23:22.932	+ 7:17.396	04:40	0:23:12.222
40	91	PIASECKI ZYGMUNT	FC WOŁÓW	M	M40	15°	23:24.969	+ 7:19.433	04:41	0:23:01.221

# 6 Nocny Bieg Policz się z Cukrzycą

Athletics Team Prusice, Gmina Prusice, GOKIS Prusice, PCF Prusice · niedziela, 29 stycznia 2023



## Wyniki końcowe - Open M - 5 km · 3 stron

Poz.	Numer	Nazwsko, imię	Klub	Płeć	Kat. wiek.	Poz. Kat. wiek.	Wynik	Różnica	Tempo	Czas netto
41	154	KASPRZYK ŁUKASZ	MIAMI VICE	M	M40	16°	23:26.158	+ 7:20.622	04:41	0:23:10.210
42	136	GEISLER MIROSŁAW	MIAMI VICE	M	M40	17°	23:26.767	+ 7:21.231	04:41	0:23:09.491
43	149	WARDZIAK WOJCIECH		M	M30	9°	23:30.933	+ 7:25.397	04:42	0:23:22.302
44	70	GOLEC GRZEGORZ	MŁYNARZE Z NADOLIC	M	M40	18°	23:33.176	+ 7:27.640	04:43	0:23:18.731
45	145	JEDRYCHOWSKI MACIEK	MIAMI VICE	M	M40	19°	23:35.374	+ 7:29.838	04:43	0:23:17.099
46	64	SKRZYPEK TOMASZ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M50	7°	23:39.329	+ 7:33.793	04:44	0:23:32.954
47	8	WRÓBEL WOJTEK	SZCZYTKOWICE W BIEGU	M	M40	20°	23:45.129	+ 7:39.593	04:45	0:23:32.216
48	81	PAWLICKI MICHAŁ		M	M30	10°	23:46.665	+ 7:41.129	04:45	0:23:32.846
49	6	NAWROT TOMASZ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	21°	23:47.775	+ 7:42.239	04:46	0:23:44.128
50	131	ZIĘBACZEWSKI ARKADIUSZ	WIECZORNE BIEGANIE WE WROCŁAWIU	M	M40	22°	23:48.322	+ 7:42.786	04:46	0:23:38.487
51	51	CZAJA MACIEJ	ATHLETICS TEAM PRUSICE	M	M40	23°	24:00.942	+ 7:55.406	04:48	0:23:49.155
52	27	GALANT JAREK	STARY SIELEC TEAM	M	M30	11°	24:09.774	+ 8:04.238	04:50	0:24:03.399
53	114	MIERNIK PRZEMYSŁAW	CROSS FIRMUS	M	M30	12°	24:10.322	+ 8:04.786	04:50	0:24:01.566
54	69	BIELECKI GRZEGORZ	HAPPY SCHOOL	M	M40	24°	24:14.617	+ 8:09.081	04:51	0:24:04.782
55	117	PIJOREK MARCEL	AKS BUKOWE	M	M30	13°	24:34.503	+ 8:28.967	04:55	0:24:22.575
56	68	GŁOWACKI TOMASZ	MŁYNARZE Z NADOLIC	M	M40	25°	24:36.894	+ 8:31.358	04:55	0:24:22.622
57	48	KIRCUŃ PAWEŁ		M	M40	26°	24:37.394	+ 8:31.858	04:55	0:24:28.184
58	65	KRZEMIEŃ SŁAWOMIR	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	27°	24:40.679	+ 8:35.143	04:56	0:24:31.501
59	120	NOGA MARCIN	ZHP POWIATU TRZEBNICKIEGO	M	M20	7°	24:41.179	+ 8:35.643	04:56	0:24:30.751
60	62	POLAK ŁUKASZ	OBORYGENI	M	M40	28°	24:43.112	+ 8:37.576	04:56	0:24:30.199
61	17	KUCZYŃSKI RAFAŁ	#BIEGAJLESZNO	M	M50	8°	24:45.115	+ 8:39.579	04:57	0:24:35.031
62	139	MIŚTA GRZEGORZ	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	29°	24:48.354	+ 8:42.818	04:58	0:24:42.588
63	96	KOWALSKI BARTOSZ		M	M30	14°	24:51.144	+ 8:45.608	04:58	0:24:41.903
64	66	SIERADZKI KONRAD	2 WOJSKOWY SZPITAL POŁOWY	M	M40	30°	24:56.932	+ 8:51.396	04:59	0:24:44.770
65	98	KOSTECKI TOMASZ	KROŚCINA WIELKA	M	M30	15°	24:57.589	+ 8:52.053	04:59	0:24:38.334
66	28	CISZEWSKI PAWEŁ		M	M20	8°	25:02.027	+ 8:56.491	05:01	0:24:50.817
67	2	HOŁDYŃSKI MIROSŁAW	WKB META LUBLINIEC	M	M60	2°	25:02.275	+ 8:56.739	05:01	0:24:51.534
68	55	LIPIEŃ PIOTR		M	M20	9°	25:02.573	+ 8:57.037	05:01	0:24:56.760
69	147	SOCHACKI GRZEGORZ	ATLAS RUNINNG TEAM	M	M30	16°	25:04.830	+ 8:59.294	05:01	0:24:52.933
70	156	ŁUGOWSKI BARTOSZ		M	M30	17°	25:21.450	+ 9:15.914	05:04	0:25:09.663
71	105	ZAJĄC RONALD	RONI	M	M40	31°	25:28.997	+ 9:23.461	05:05	0:25:15.538
72	59	KAPUT PIOTR	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	32°	25:34.196	+ 9:28.660	05:07	0:25:26.787
73	79	JARCZEWSKI ŁUKASZ		M	M30	18°	25:40.256	+ 9:34.720	05:08	0:25:25.295
74	153	RASZKA KRZYSZTOF	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M40	33°	25:45.874	+ 9:40.338	05:09	0:25:40.265
75	108	BUCA MAREK		M	M50	9°	25:46.702	+ 9:41.166	05:09	0:25:34.477
76	135	JANA CZESŁAW		M	M40	34°	25:49.253	+ 9:43.717	05:10	0:25:37.325
77	53	ZIELIŃSKI TOMASZ		M	M40	35°	26:26.708	+ 10:21.172	05:17	0:26:04.119
78	74	STEFANOWICZ RADOSŁAW		M	M40	36°	26:34.223	+ 10:28.687	05:19	0:26:19.184
79	33	RATAJCZAK DAWID		M	M30	19°	26:36.939	+ 10:31.403	05:19	0:26:23.292
80	93	ZALESKI PIOTR	DTR BIEGA / MARIO TEAM	M	M50	10°	26:49.585	+ 10:44.049	05:22	0:26:42.976

# 6 Nocny Bieg Policz się z Cukrzycą

Athletics Team Prusice, Gmina Prusice, GOKIS Prusice, PCF Prusice · niedziela, 29 stycznia 2023



## Wyniki końcowe - Open M - 5 km · 3 stron

Poz.	Numer	Nazwsko, imię	Klub	Płeć	Kat. wiek.	Poz. Kat. wiek.	Wynik	Różnica	Tempo	Czas netto
81	134	TRZASKACZ TOMASZ	OBORYGENI	M	M40	37°	28:19.486	+ 12:13.950	05:40	0:28:05.870
82	35	BIELAWSKI JAN	START ŚCINAWA	M	M50	11°	28:24.601	+ 12:19.065	05:41	0:28:12.064
83	37	BEKACZ STANISŁAW	START ŚCINAWA	M	M60	3°	28:24.880	+ 12:19.344	05:41	0:28:14.295
84	30	MAZUR MICHAŁ	KB SOBÓTKA	M	M40	38°	28:29.348	+ 12:23.812	05:42	0:28:20.138
85	112	CŁAPKA MARIUSZ	ORLA KORZEŃSKO	M	M40	39°	28:32.471	+ 12:26.935	05:43	0:28:27.049
86	143	PALUCH ADRIAN		M	M40	40°	28:34.395	+ 12:28.859	05:43	0:28:17.701
87	132	FRYDECKI SŁAWOMIR		M	M60	4°	28:40.634	+ 12:35.098	05:44	0:28:28.159
88	5	WASILUK DARIUSZ		M	M40	41°	29:25.925	+ 13:20.389	05:53	0:29:18.156
89	121	NOWAK KAROL	WOŁÓW BIEGA	M	M60	5°	29:36.117	+ 13:30.581	05:55	0:29:10.758
90	15	ZNAMIEC MARCIN		M	M40	42°	29:47.036	+ 13:41.500	05:58	0:29:28.886
91	127	PASŁAWSKI BARTŁOMIEJ		M	M40	43°	29:50.242	+ 13:44.706	05:58	0:29:31.234
92	144	BASIEWICZ WOJCIECH	MIAMI VICE	M	M40	44°	29:52.135	+ 13:46.599	05:58	0:29:33.501
93	83	REGIEC SŁAWOMIR	KROŚCINA WIELKA	M	M30	20°	30:10.871	+ 14:05.335	06:02	0:29:51.475
94	129	WOSIK RADOSŁAW	KB SUKCES ŻMIGRÓD	M	M30	21°	31:02.657	+ 14:57.121	06:13	0:30:57.825
95	116	KRZESAK JAN	KB SUKCES ŻMIGRÓD	M	M+70	2°	31:32.338	+ 15:26.802	06:19	0:31:13.657
96	103	WOJDYŁA MIECZYŚLAW	BIEGAM BO LUBIĘ	M	M50	12°	31:59.358	+ 15:53.822	06:24	0:31:39.805
97	22	SZCZEPIŃSKI MARCIN		M	M30	22°	32:13.727	+ 16:08.191	06:26	0:32:06.694
98	80	RACZYŃSKI MARCIN	RACE CHALLENGE CLUB	M	M40	45°	32:15.462	+ 16:09.926	06:27	0:32:00.263
99	86	ŁASZKIEWICZ PIOTR	ATHLETICS TEAM PRUSICE	M	M60	6°	32:30.977	+ 16:25.441	06:30	0:32:18.471
100	104	ADAMSKI RAFAŁ	PARKRUN WROCŁAW	M	M50	13°	33:11.659	+ 17:06.123	06:38	0:32:53.587
101	4	CHLIWA RYSZARD		M	M30	23°	33:17.345	+ 17:11.809	06:40	0:32:50.690
102	77	SZAŁAJKO JERZY	DUCH GÓR	M	M60	7°	34:15.952	+ 18:10.416	06:51	0:33:57.193
103	99	WANAT WACŁAW	PARK RUN WROCŁAW	M	M+70	3°	35:33.043	+ 19:27.507	07:07	0:35:09.608
104	148	MAMIAK TOMASZ	WROCŁAW	M	M40	46°	36:17.412	+ 20:11.876	07:16	0:36:10.585
105	115	BALA WITOLD	KB SUKCES ŻMIGRÓD	M	M60	8°	36:18.783	+ 20:13.247	07:16	0:36:01.021
106	150	STAROWICZ MACIEJ	M&MS TEAM	M	M40	47°	36:53.106	+ 20:47.570	07:23	0:36:41.959
107	63	SEKUŁA DANIEL		M	M20	10°	41:18.257	+ 25:12.721	08:16	0:41:05.751
108	18	GŁOGOWSKI ADAM	NOA	M	M40	48°	44:56.900	+ 28:51.364	08:59	0:44:33.746
109	52	SUSDORF KRZYSZTOF	NIEZRZESZONA	M	M60	9°	44:57.025	+ 28:51.489	08:59	0:44:34.011
110	106	WIERZEJSKI HENRYK	NIEZRZESZONY	M	M60	10°	53:57.822	+ 37:52.286	10:47	0:53:36.090