

VI Bieg Tarnowski – Leśna Draka

Wyniki - Bieg 10 km

Organizator: **Stowarzyszenie „Biegamy-Pomagamy”**

Data: **20.11.2022**

Miasto: **Tarnów Opolski**

Dystans: **10 km**



TIMESPORT

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
1	7	POL	BARON Kamil	1997	Jasiona	Silesia Ring	0:16:22 (1)	35:42	03:34	1° Open M	1° M
2	135	POL	KOKOT Daniel	1992	Ozimek	Rajspport Active	0:16:22 (2)	36:43	03:40	2° Open M	2° M
3	305	POL	STRZELCZAK Michał	1990	Opole	Eurovent Athletics	0:17:25 (4)	37:28	03:45	3° Open M	3° M
4	52	POL	DOMERECKI Krzysztof	1983	Suchodaniec	Stajniak Team	0:17:06 (3)	37:53	03:47	1° M30-39	4° M
5	270	POL	RUSZAŁA Paweł	1992	Kąty Opolskie	PGE Elektrownia Opole	0:17:57 (5)	37:56	03:47	2° M30-39	5° M
6	262	POL	REJMAN Krzysztof	1986	Łowkowice		0:17:58 (6)	38:15	03:49	3° M30-39	6° M
7	69	POL	GLENSK Arkadiusz	1995	Daniec	CYKLOFAN Opole	0:18:12 (8)	38:17	03:50	1° M16-29	7° M
8	116	POL	KAMPA Paweł	1992	Tarnów Opolski		0:18:03 (7)	39:11	03:55	4° M30-39	8° M
9	159	POL	KUBAT Dariusz	1997	Głuchołazy		0:18:14 (9)	39:31	03:57	2° M16-29	9° M
10	96	POL	HRYCAJ Marcin	1977	Opole	KB Odra Opole	0:18:15 (10)	39:37	03:58	1° M40-49	10° M
11	233	POL	OSSOWSKI Arkadiusz	1978	Głogówek		0:18:18 (12)	40:07	04:01	2° M40-49	11° M
12	155	POL	KRĘCICHWOST Kamil	1997	Kędzierzyn-Koźle	Adam Cibis Running Team	0:18:15 (11)	40:12	04:01	3° M16-29	12° M
13	130	POL	KLYSZCZ Michał	1994	Otmice	Izbicko w biegu	0:18:51 (13)	40:21	04:02	4° M16-29	13° M
14	335	POL	WACŁAWCZYK Rafał	1989	Zakrzów	Sąsiedzi teaM	0:18:54 (14)	40:25	04:02	5° M30-39	14° M
15	81	POL	GRZEGORZAK Michał	1991	Mechnice		0:19:18 (17)	40:58	04:06	6° M30-39	15° M
16	94	POL	HOLONA Wojciech	1967	Rybnik	Akmb Pedziwiatr Gliwice	0:19:16 (16)	41:12	04:07	1° M50-59	16° M
17	249	POL	POLACZEK Daniel	1993	Otmice	Izbicko w biegu	0:18:54 (15)	41:35	04:10	5° M16-29	17° M
18	376	POL	KRAWCZUK Mateusz	1986	Opole		0:19:24 (18)	41:40	04:10	7° M30-39	18° M
19	83	POL	GRZYB Krzysztof	1972	Gogolin	Iron Man	0:19:25 (19)	41:41	04:10	2° M50-59	19° M
20	32	POL	CHAMALA Krzysztof	1983	Luboszyce	Weegree	0:19:31 (21)	42:10	04:13	8° M30-39	20° M
21	79	POL	GROMEK Grzegorz	1980	Tarnów Opolski	CYKLOFAN Opole	0:19:28 (20)	42:12	04:13	3° M40-49	21° M
22	294	POL	STAŃCZYK Przemek	1985	Grudynia Wielka	AntonTeam	0:19:56 (22)	42:39	04:16	9° M30-39	22° M
23	239	POL	PATOLA Mateusz	1992	Tarnów Opolski		0:20:20 (29)	43:04	04:19	10° M30-39	23° M
24	53	POL	DROŻAK Tomasz	1980	Opole		0:19:56 (23)	43:12	04:19	4° M40-49	24° M
25	171	POL	LOS Patryk	1981	Krapkowice	LosTeam	0:20:11 (24)	43:12	04:19	5° M40-49	25° M
26	101	POL	JADASZ Anna	1987	Gogolin	Gogolin Biega	0:20:15 (25)	43:13	04:19	1° Open K	1° K
27	92	POL	HENDEL Mirela	1998	Krośnica	Izbicko w biegu	0:20:17 (27)	43:15	04:19	2° Open K	2° K
28	183	POL	MAKOŚ Artur	1981	Kamień Śląski	Silesia Ring	0:20:28 (31)	43:29	04:21	6° M40-49	26° M
29	312	POL	SZATKA Beata	1978	Gogolin	DYCUŚ TEAM	0:20:17 (28)	43:45	04:23	3° Open K	3° K
30	240	POL	PAWLAK Zbigniew	1980	Opole	BLAZA TEAM	0:20:27 (30)	43:54	04:23	7° M40-49	27° M
31	145	POL	KOSICKI Arkadiusz	1975	Gogolin	Domex Trade Team	0:20:16 (26)	44:04	04:25	8° M40-49	28° M

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
32	191	POL	MATEJA Łukasz	1994	Łąki Kozielskie	Huleki	0:20:32 (32)	44:24	04:26	6° M16-29	29° M
33	283	POL	SMIECH Marek	1982	Większyce	Reh- Medica	0:20:54 (36)	44:28	04:27	9° M40-49	30° M
34	340	POL	WEIS Mariusz	1976	Toszek		0:21:06 (44)	44:37	04:28	10° M40-49	31° M
35	97	POL	HULKIEWICZ Marek	1971	Opole		0:20:58 (37)	44:38	04:28	3° M50-59	32° M
36	281	POL	SKÓRA Dominik	1998	Tarnów Opolski		0:21:03 (40)	44:45	04:28	7° M16-29	33° M
37	320	POL	SZYMAŃSKI Paweł	1987	Tarnów Opolski		0:20:46 (34)	44:46	04:29	11° M30-39	34° M
38	77	POL	GÓRNY Robert	1976	Ozimek	Tim jest Tim	0:20:51 (35)	44:46	04:29	11° M40-49	35° M
39	177	POL	ŁUPIŃSKI Przemysław	1984	Opole	KB Odra Opole	0:21:03 (41)	44:55	04:29	12° M30-39	36° M
40	22	POL	BRONIAK Grzegorz	1980	Gogolin	OKR BIKE TEAM	0:21:03 (39)	44:58	04:30	12° M40-49	37° M
41	57	POL	DZIEMBA Krzysztof	1971	Tarnów Opolski		0:20:59 (38)	44:59	04:30	4° M50-59	38° M
42	330	POL	TOMICZEK Damian	1998	Tarnów Opolski		0:21:04 (42)	44:59	04:30	8° M16-29	39° M
43	164	POL	LACH Adam	2004	Tarnów Opolski		0:21:48 (55)	45:11	04:31	9° M16-29	40° M
44	243	POL	PIERUSZKA Piotr	1979	Dębska Kuźnia	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:21:05 (43)	45:29	04:33	13° M40-49	41° M
45	26	POL	BUHL Sebastian	1974	Dębie	UKMWP	0:21:07 (45)	45:33	04:34	14° M40-49	42° M
46	34	POL	CHOJNA Wojciech	1992	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:22:08 (60)	46:04	04:37	13° M30-39	43° M
47	133	POL	KOJ Dawid	1984	Kadłub		0:21:09 (46)	46:07	04:37	14° M30-39	44° M
48	221	POL	NICPOŃ Dominik	1980	Krapkowice		0:21:29 (48)	46:09	04:37	15° M40-49	45° M
49	246	POL	PIWOWARCZYK Grzegorz	1976	Głuchołazy	Victoria Głuchołazy	0:21:42 (52)	46:11	04:37	16° M40-49	46° M
50	150	POL	KOWALSKI Grzegorz	1989	Strzelec Opolskiego	Strzeleccy Biegacze	0:20:45 (33)	46:11	04:37	15° M30-39	47° M
51	370	POL	OBLICKI Przemysław	1989	Opole	Team Ozimek	0:21:59 (58)	46:25	04:38	16° M30-39	48° M
52	29	POL	BURDA Grzegorz	1974	Opole	Cyklofan	0:21:38 (50)	46:30	04:39	17° M40-49	49° M
53	226	POL	NOWAK Marcin	1983	Ozimek	Tim jest Tim	0:22:00 (59)	46:32	04:39	17° M30-39	50° M
54	174	POL	LUKASEK Arkadiusz	1979	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:21:20 (47)	46:34	04:40	18° M40-49	51° M
55	16	POL	BIEDRON Bernard	1962	Żelazna	Wieczorne Bieganie W Opolu	0:21:58 (57)	46:37	04:40	1° M60+	52° M
56	306	POL	STUPAK Ada	1990	Tarnów Opolski	KB Odra Opole	0:21:37 (49)	46:51	04:41	1° K30-39	4° K
57	323	POL	SZYPULSKI Dariusz	1973	Opole	SKS Chmielowice	0:21:42 (51)	47:02	04:42	19° M40-49	53° M
58	59	POL	FONFARA Edward	1964	Jemielnica	Dyszka Dla Serca	0:22:22 (69)	47:10	04:43	5° M50-59	54° M
59	129	POL	KLYSSEK Piotr	1983	Suchodaniec	Rodzinka.pl	0:22:39 (79)	47:16	04:44	18° M30-39	55° M
60	17	POL	BLAUT Piotr	1983	Kąty Opolskie	ODRA Kąty Opolskie	0:21:53 (56)	47:17	04:44	19° M30-39	56° M
61	25	POL	BRZDAK Tomasz	1977	Tarnów Opolski		0:21:45 (53)	47:22	04:44	20° M40-49	57° M
62	47	POL	CZYŻ Grzegorz	1972	Krapkowice	TS Iron Man	0:22:31 (71)	47:22	04:44	6° M50-59	58° M
63	67	POL	GAWLIK Sandra	1985	Strzelce Opolskie	Strzeleccy Biegacze	0:22:10 (64)	47:23	04:44	2° K30-39	5° K
64	357	POL	ZAGÓRSKI Paweł	1971	Branice	Branice	0:22:31 (70)	47:24	04:44	7° M50-59	59° M
65	99	POL	ILNICKA Monika	1988	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:22:08 (61)	47:25	04:44	3° K30-39	6° K
66	308	POL	SUSLIK Dawid	1992	Kamionek		0:22:32 (74)	47:32	04:45	20° M30-39	60° M
67	80	POL	GROT Andrzej	1976	Opole		0:22:32 (73)	47:45	04:47	21° M40-49	61° M

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
68	10	POL	BARSKA Agnieszka	1979	Gogolin	Dyczuś Team	0:22:14 (67)	47:47	04:47	1° K40-49	7° K
69	140	POL	KOMADA Mateusz	1991	Opole		0:22:35 (78)	47:55	04:47	21° M30-39	62° M
70	316	POL	SZNURA Piotr	1991	Jemielnica	LKS Jemielnica	0:24:42 (141)	48:01	04:48	22° M30-39	63° M
71	42	POL	CZEKAJ Justyna	1998	Kędzierzyn-Koźle	Adam Cibis Running Team	0:22:13 (66)	48:01	04:48	1° K16-29	8° K
72	227	POL	OGRODNIK Antoni	1971	Opole		0:22:10 (63)	48:05	04:49	8° M50-59	64° M
73	343	POL	WIESZALA-KAJPUST Sand	1988	Krapkowice		0:22:45 (83)	48:06	04:49	4° K30-39	9° K
74	333	POL	URBANOWSKI Piotr	1989	Ozimek		0:22:55 (88)	48:06	04:49	23° M30-39	65° M
75	160	POL	KUJAWA Krystian	1981	Opole		0:22:52 (86)	48:07	04:49	22° M40-49	66° M
76	100	POL	IWONKA Iwona	1984	Opole	KB ODRA OPOLE	0:22:55 (87)	48:07	04:49	5° K30-39	10° K
77	244	POL	PIETREK Daniel	1976	Kosorowice	Uniwersytet Opolski	0:22:59 (91)	48:09	04:49	23° M40-49	67° M
78	232	POL	OPOLSKI Mateusz	1991	Dąbrowa	Sprinter Prądy	0:22:14 (68)	48:10	04:49	24° M30-39	68° M
79	90	POL	HELLMANN Piotr	1977	Jemielnica	Dyszka dla Serca	0:22:09 (62)	48:13	04:49	24° M40-49	69° M
80	225	POL	NOWAK Katarzyna	1983	Ozimek	Tim jest Tim	0:22:33 (76)	48:15	04:49	6° K30-39	11° K
81	137	POL	KOLASA Piotr	1980	Tarnów Opolski		0:22:11 (65)	48:20	04:50	25° M40-49	70° M
82	223	POL	NIKRAWIEC Dariusz	1979	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:22:32 (72)	48:23	04:50	26° M40-49	71° M
83	157	POL	KRZAK Mariusz	1989	Kąty Opolskie		0:22:33 (75)	48:28	04:51	25° M30-39	72° M
84	196	POL	MICHALIK Grzegorz	1980	Krapkowice	TS Iron Man	0:22:45 (84)	48:30	04:51	27° M40-49	73° M
85	354	POL	WYSADA Katarzyna	1989	Tarnów Opolski		0:22:44 (82)	48:33	04:51	7° K30-39	12° K
86	345	POL	WIŚNIEWSKI Mariusz	1977	Dąbrowa		0:22:39 (80)	48:36	04:52	28° M40-49	74° M
87	310	POL	SZAFORZ Jolanta	1996	Opole		0:22:40 (81)	48:39	04:52	2° K16-29	13° K
88	287	POL	SOKOŁOWSKI Marcin	1984	Opole		0:22:57 (89)	48:43	04:52	26° M30-39	75° M
89	311	POL	SZANGULEIT Mateusz	1990	Strzelce Opolskie	TS Iron Man	0:22:46 (85)	48:56	04:53	27° M30-39	76° M
90	73	POL	GOLISZEWSKI Kamil	1994	Opole		0:23:29 (103)	49:01	04:54	10° M16-29	77° M
91	302	POL	STRZAŁEK-KAWA Zuzanna	1985	Kamień Śląski		0:23:24 (100)	49:07	04:55	8° K30-39	14° K
92	118	POL	KARDASZ Bogdan	1964	Tułowice		0:23:04 (94)	49:08	04:55	9° M50-59	78° M
93	19	POL	BOBROWSKA Małgorzata	1977	Krapkowice	W wodzie urodzona	0:23:10 (96)	49:09	04:55	2° K40-49	15° K
94	169	POL	LATOSIŃSKI Marek	1990	Niwki		0:23:46 (117)	49:19	04:56	28° M30-39	79° M
95	208	POL	MIKA Krzysztof	1974	Otmice	Izbicko w Biegu	0:23:00 (92)	49:22	04:56	29° M40-49	80° M
96	238	POL	PASTUCHA Marek	1960	Krapkowice		0:23:11 (97)	49:24	04:56	2° M60+	81° M
97	110	POL	JAWOREK Piotr	1964	Obrowiec	JAWORTEAM	0:23:00 (93)	49:27	04:56	10° M50-59	82° M
98	220	POL	NATOŃSKI Piotrek	1979	Opole		0:23:31 (105)	49:34	04:58	30° M40-49	83° M
99	268	POL	RUP Krzysztof	1976	Opole	Blues Brothers	0:23:37 (114)	49:40	04:58	31° M40-49	84° M
100	70	POL	GŁĄB Daria	1991	Prudnik		0:23:32 (106)	49:45	04:58	9° K30-39	16° K
101	264	POL	ROSICKA Joanna	1998	Opole		0:23:31 (104)	49:52	04:59	3° K16-29	17° K
102	315	POL	SZŁAPA Stefan	1962	Borycz	Izbicko w biegu	0:23:36 (111)	49:57	05:00	3° M60+	85° M
103	269	POL	RUSAKOWICZ Sylwia	1981	Krapkowice	GarageGym Krapkowice	0:23:33 (108)	50:05	05:01	3° K40-49	18° K

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
104	307	POL	SUŁKOWSKI Marcin	1982	Krapkowice	GarageGym Krapkowice	0:22:58 (90)	50:07	05:01	32° M40-49	86° M
105	146	POL	KOSUBEK Adrian	1995	Chorula	OKR BIKE TEAM	0:23:27 (101)	50:07	05:01	11° M16-29	87° M
106	161	POL	KULAWIAK Grzegorz	1989	Opole		0:23:53 (121)	50:08	05:01	29° M30-39	88° M
107	142	POL	KOPREK Dominik	1996	Tarnów Opolski		0:23:48 (118)	50:09	05:01	12° M16-29	89° M
108	51	POL	DOBOSZ Patryk	1990	Tarnów Opolski		0:23:08 (95)	50:32	05:03	30° M30-39	90° M
109	365	POL	ORZEŁ Grzegorz	1979	Szczepanek	Gmina Strzelce Opolskie	0:23:36 (112)	50:34	05:04	33° M40-49	91° M
110	24	POL	BRYCHCY Wioleta	1971	Gliwice	Akmb Pedziwiatr Gliwice	0:23:35 (109)	50:35	05:04	1° K50-59	19° K
111	126	POL	KLYSSEK Krzysztof	1977	Żędowice	rodzinka.pl	0:23:55 (122)	50:44	05:04	34° M40-49	92° M
112	367	POL	CELAREK Janusz	1960	Siemianowice Śląskie	Lecymy Wartko	0:24:14 (129)	50:45	05:05	4° M60+	93° M
113	3	POL	ADAMUS Kamil	1986	Ozimek	Wieczorne bieganie w Opolu	0:21:46 (54)	50:51	05:05	31° M30-39	94° M
114	217	POL	MYTNIK Michał	1981	Tarnów Opolski		0:24:10 (125)	50:51	05:05	35° M40-49	95° M
115	37	POL	CICHOŃ Sebastian	1976	Jemielnica	Dyszka dla Serca	0:23:32 (107)	50:54	05:05	36° M40-49	96° M
116	35	POL	CHOJNACKI Tomasz	1982	Bieustrzynnik		0:23:21 (99)	50:58	05:06	37° M40-49	97° M
117	362	POL	ZAWADA Stanisław	1956	Grodków		0:23:44 (116)	51:08	05:07	5° M60+	98° M
118	261	POL	RACZKOWSKI Albert	1972	Brzeg	Kotwica Brzeg	0:23:52 (120)	51:10	05:07	11° M50-59	99° M
119	115	POL	KAMELA Daniel	2004	Tarnów Opolski		0:22:34 (77)	51:10	05:07	13° M16-29	100° M
120	182	POL	MAKIEWICZ Piotr	1989	Opole	KB Odra Opole	0:24:24 (136)	51:10	05:07	32° M30-39	101° M
121	120	POL	KARPIEL Katarzyna	1994	Głuchołazy		0:23:17 (98)	51:15	05:07	4° K16-29	20° K
122	168	POL	LATOSINSKI Marcin	1982	Dębie		0:24:20 (133)	51:24	05:08	38° M40-49	102° M
123	209	POL	MIKA Paweł	2003	Otmice	Izbicko w Biegu	0:23:36 (113)	51:29	05:09	14° M16-29	103° M
124	21	POL	BOJCZUK Mateusz	1988	Tarnów Opolski	10 Brygada Logistyczna	0:23:28 (102)	51:31	05:09	33° M30-39	104° M
125	378	POL	SZYWALSKI Oskar	1982	Dąbrówka Górna	Cyklofan	0:24:08 (123)	51:37	05:10	39° M40-49	105° M
126	55	POL	DYBAŚ Dorota	1992	Kamień Śląski	Dyczuś Team	0:24:10 (126)	51:42	05:10	10° K30-39	21° K
127	148	POL	KOWALCZYK Piotr	1968	Gogolin	WOODHAUSE	0:23:35 (110)	51:42	05:10	12° M50-59	106° M
128	187	POL	MARCINKIEWICZ Paweł	1969	Opole	Uniwersytet Opolski	0:24:18 (132)	51:44	05:10	13° M50-59	107° M
129	84	POL	GULBA Stan	1966	Strzelce Opolskie	fenix Jemielnica	0:24:08 (124)	51:49	05:11	14° M50-59	108° M
130	219	POL	NARODOWICZ Błażej	1995	Kępa	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:23:44 (115)	51:49	05:11	15° M16-29	109° M
131	154	POL	KRAWCZYK Marta	1970	Zawadzkie	Zawadzkie Biegnie	0:24:10 (127)	51:57	05:12	2° K50-59	22° K
132	109	POL	JASTRZĘBSKI Leszek	1954	Prudnik	RUNNERS TEAM NYSA	0:24:44 (144)	52:12	05:13	6° M60+	110° M
133	134	POL	KOKOSZKA Kamil	1995	Strzelce Opolskie		0:24:22 (134)	52:14	05:13	16° M16-29	111° M
134	64	POL	GARCARZ Łukasz	1981	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:24:17 (131)	52:31	05:15	40° M40-49	112° M
135	250	POL	POLAK Krzysztof	1970	Opole	CLIRO	0:25:12 (152)	52:39	05:16	15° M50-59	113° M
136	371	POL	SKÓRA Leszek	1975	Izbicko	Izbicko w biegu	0:25:21 (157)	52:45	05:17	41° M40-49	114° M
137	260	POL	PYTEL Roman	1979	Otmice	Izbicko w biegu	0:25:08 (151)	52:51	05:17	42° M40-49	115° M
138	263	POL	RETKIEWICZ Robert	1968	Krapkowice	Siera	0:24:48 (145)	52:53	05:17	16° M50-59	116° M
139	358	POL	ZAJDEL Dariusz	1961	Zawadzkie	Zawadzkie Biegnie	0:24:12 (128)	52:59	05:18	7° M60+	117° M

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
140	38	POL	CYRIS Anna	1982	Jaryszow		0:23:49 (119)	53:00	05:18	4° K40-49	23° K
141	136	POL	KOLASA Joanna	1984	Tarnów Opolski		0:24:14 (130)	53:02	05:18	11° K30-39	24° K
142	76	POL	GORCZYCA Samanta	1991	Kędzierzyn-Koźle		0:24:56 (146)	53:03	05:18	12° K30-39	25° K
143	280	POL	SKÓRA Dawid	1995	Ligota Czamborowa	Izbicko w Biegu	0:24:37 (138)	53:26	05:20	17° M16-29	118° M
144	331	POL	TROJNIAK Daria	1987	Prudnik		0:25:13 (153)	53:30	05:21	13° K30-39	26° K
145	292	POL	STANEK Jakub	1996	Nysa		0:24:57 (147)	53:36	05:22	18° M16-29	119° M
146	350	POL	WITKOWSKI Tadeusz	1956	Nakło	Sągorsi	0:24:37 (139)	53:39	05:22	8° M60+	120° M
147	141	POL	KOMENDERA Adam	1988	Opole		0:25:03 (150)	53:40	05:22	34° M30-39	121° M
148	186	POL	MALEK Maciej	1984	Walidrogi		0:25:46 (167)	53:41	05:22	35° M30-39	122° M
149	98	POL	HYLLA Mateusz	1988	Tarnów Opolski		0:25:30 (162)	53:53	05:23	36° M30-39	123° M
150	222	POL	NIEDWOROK Mariusz	1983	Otmice	Jaskinia Niedzwiedzia	0:25:15 (154)	53:53	05:23	37° M30-39	124° M
151	203	POL	MICHOŃ Tomasz	1988	Tarnów Opolski		0:24:33 (137)	54:00	05:24	38° M30-39	125° M
152	74	POL	GOŁĘBIEWSKI Kornel	1984	Opole	Skarabeusz Old School Gym	0:25:42 (166)	54:00	05:24	39° M30-39	126° M
153	293	POL	STANKIEWICZ Marcin	1990	Gąsiorowice		0:24:24 (135)	54:07	05:25	40° M30-39	127° M
154	277	POL	SKAŁKOWSKA Aniela	1991	Jemielnica	LKS Jemielnica	0:24:42 (142)	54:15	05:25	14° K30-39	27° K
155	342	POL	WIESNER Marta	1993	Opole	Rise Opole	0:25:16 (155)	54:17	05:26	5° K16-29	28° K
156	23	POL	BROSZ Przemysław	1975	Opole		0:25:59 (173)	54:24	05:26	43° M40-49	128° M
157	72	POL	GOLIŃSKI Krzysztof	1975	Biała Prudnicka		0:25:41 (165)	54:27	05:26	44° M40-49	129° M
158	88	POL	HAŁAJKO Jarek	1982	Opole	Wieczne Bieganie w Opolu	0:25:27 (161)	54:30	05:27	45° M40-49	130° M
159	62	POL	GACKA Łukasz	1981	Tarnów Opolski		0:25:34 (163)	54:30	05:27	46° M40-49	131° M
160	151	POL	KOWOHL Adrian	1973	Krapkowice		0:24:41 (140)	54:38	05:28	47° M40-49	132° M
161	41	POL	CZECH Jan	1974	Tarnów Opolski		0:25:39 (164)	54:40	05:28	48° M40-49	133° M
162	170	POL	LEWANDOWSKA Beata	1969	Brzeg	Kotwica Brzeg	0:25:21 (159)	54:43	05:28	3° K50-59	29° K
163	190	POL	MASZKOWSKI Jacek	1962	Polska Nowa Wieś		0:25:25 (160)	54:56	05:29	9° M60+	134° M
164	377	POL	ROZŁUCKA Agnieszka	1979	Opole		0:26:01 (174)	54:58	05:30	5° K40-49	30° K
165	197	POL	MICHALSKI Witold	1977	Branice		0:25:52 (172)	54:58	05:30	49° M40-49	135° M
166	166	POL	LANGERT Sławomir	1983	Prudnik		0:24:43 (143)	55:08	05:31	41° M30-39	136° M
167	332	POL	TRZOP Mirosław	1985	Gogolin	Gogolin Biega	0:25:00 (148)	55:16	05:32	42° M30-39	137° M
168	71	POL	GŁÓWKA Mirek	1973	Opole	mmklima.pl	0:26:19 (178)	55:28	05:33	50° M40-49	138° M
169	36	POL	CHUDZICKA-GŁÓWKA Mag	1975	Opole	MMKLIMA	0:26:20 (179)	55:28	05:33	6° K40-49	31° K
170	111	POL	JELEŃ Zbigniew	1988	Opole		0:25:02 (149)	55:35	05:34	43° M30-39	139° M
171	351	POL	WOJTKOWIAK Piotr	1981	Opole		0:25:48 (170)	55:54	05:35	51° M40-49	140° M
172	14	POL	BĘBEN Jerzy	1956	Gogolin Miasto	Dyczuś Team	0:25:48 (169)	55:54	05:35	10° M60+	141° M
173	60	POL	FRAK Adam	1977	Schodnia	TeamOzimek	0:27:24 (189)	56:12	05:37	52° M40-49	142° M
174	184	POL	MAKOŚ Katarzyna	1984	Kamień Śląski	Silesia Ring	0:25:48 (171)	56:15	05:37	15° K30-39	32° K
175	44	POL	CZEPIEL Łukasz	1979	Opole	Dla siebie	0:26:16 (176)	56:38	05:40	53° M40-49	143° M

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
176	355	POL	WYSADA Maria	1986	Olszowa	Dyszka dla serca	0:26:21 (180)	56:42	05:40	16° K30-39	33° K
177	237	POL	PASTUCHA Anna	1958	Krapkowice		0:26:32 (183)	56:43	05:40	1° K60+	34° K
178	2	POL	ADAMSKA Beata	1998	Otmice	Izbicko w biegu	0:27:16 (186)	56:46	05:41	6° K16-29	35° K
179	211	POL	MIKA Tomek	1991	Izbicko	Izbicko w Biegu	0:25:21 (156)	56:49	05:41	44° M30-39	144° M
180	210	POL	MIKA Paweł	1981	Izbicko	Izbicko w Biegu	0:25:21 (158)	56:50	05:41	54° M40-49	145° M
181	339	POL	WAWER Marcin	1984	Gogolin	Bieg Opolski	0:27:40 (191)	57:03	05:42	45° M30-39	146° M
182	1	POL	ADAMIETZ Marek	1976	Krasiejów	Team Ozimek	0:27:24 (190)	57:04	05:43	55° M40-49	147° M
183	112	POL	JESZKE Arkadiusz	1981	Strzelce Opolskie		0:26:37 (184)	57:04	05:43	56° M40-49	148° M
184	375	POL	FRAK Sławomir	1981	Ozimek	Team Ozimek	0:27:23 (188)	57:05	05:43	57° M40-49	149° M
185	301	POL	STODTKO Małgorzata	1985	Tarnów Opolski		0:26:31 (182)	57:18	05:44	17° K30-39	36° K
186	313	POL	SZENDERA Robert	1976	Opole	LEWICA	0:25:47 (168)	57:27	05:44	58° M40-49	150° M
187	78	POL	GRABOWSKA Zuzanna	1996	Krośnica	Izbicko w biegu	0:27:16 (185)	57:53	05:47	7° K16-29	37° K
188	286	POL	SOBONKIEWICZ Leszek	1984	Opole		0:26:02 (175)	58:02	05:48	46° M30-39	151° M
189	189	POL	MARKIEWICZ Wiesław	1957	Kaly	Gmina Murów	0:27:19 (187)	58:05	05:49	11° M60+	152° M
190	344	POL	WINTER Natalia	1999	Opole		0:26:16 (177)	58:20	05:50	8° K16-29	38° K
191	324	POL	SZYROKI Mariusz	1987	Głogówek	challenge accepted	0:28:03 (199)	58:42	05:52	47° M30-39	153° M
192	61	POL	GABOR Piotr	1988	Zakrzów		0:26:29 (181)	58:53	05:53	48° M30-39	154° M
193	303	POL	STRZAŁKA Malwina	1986	Tarnów Opolski	brak	0:27:52 (194)	58:54	05:53	18° K30-39	39° K
194	224	POL	NOGA Katarzyna	1976	Opole	Wieczne bieganie w Opolu	0:27:52 (195)	59:48	05:59	7° K40-49	40° K
195	304	POL	STRZAŁKOWSKA Urszula	1986	Opole		0:27:51 (192)	59:55	05:59	19° K30-39	41° K
196	266	POL	RÓŻYCZKA Klaudia	1983	Smolarnia	Z bieganiem mi do twarzy	0:27:51 (193)	1:00:02	06:00	20° K30-39	42° K
197	8	POL	BARON Marcin	1982	Przywory	Clilo Opole	0:29:00 (208)	1:00:20	06:02	59° M40-49	155° M
198	363	POL	ZELMANOWICZ-SZŁAPA E	1974	Izbicko	Izbicko w biegu	0:28:14 (200)	1:00:25	06:02	8° K40-49	43° K
199	369	POL	KARCZYŃSKA Justyna	1982	Opole	Wieczne Bieganie W Opolu	0:29:23 (212)	1:00:29	06:03	9° K40-49	44° K
200	139	POL	KOŁODEŃSKI Paweł	1989	Opole	RunHub	0:28:01 (197)	1:00:29	06:03	49° M30-39	156° M
201	348	POL	WITKOWSKA Daria	1994	Opole	RunHub	0:28:01 (198)	1:00:32	06:03	9° K16-29	45° K
202	65	POL	GARUS-SARAMAK Agniesz	1978	Kędzierzyn-Koźle		0:28:28 (204)	1:01:00	06:06	10° K40-49	46° K
203	68	POL	GEBAUER Rafał	1981	Kamień Śląski		0:28:26 (203)	1:01:07	06:07	60° M40-49	157° M
204	272	POL	SABRAMOWICZ Piotr	1952	Opole	Izbicko w biegu	0:28:53 (207)	1:01:07	06:07	12° M60+	158° M
205	215	POL	MUSIELOK-WEIS Ewa	1973	Toszek	-	0:27:55 (196)	1:01:09	06:07	11° K40-49	47° K
206	334	POL	URBAŃCZYK Krzysztof	1993	Otmice	Izbicko w biegu	0:28:20 (202)	1:01:39	06:10	19° M16-29	159° M
207	138	POL	KOLEK Roman	1962	Jemielnica	Dyszka dla Serca	0:28:39 (205)	1:02:06	06:13	13° M60+	160° M
208	39	POL	CZAJA Bożena	1958	Rybnik		0:29:00 (209)	1:02:16	06:14	2° K60+	48° K
209	93	POL	HOINKA Aleksandra	1982	Prudnik	TRUCHTY PRUDNIK	0:28:46 (206)	1:02:21	06:14	12° K40-49	49° K
210	364	POL	ZIENKIEWICZ Agnieszka	1979	Osiny	Wieczne Bieganie w Opolu	0:29:23 (211)	1:02:27	06:14	13° K40-49	50° K
211	87	POL	HAJDUGA Łukasz	1981	Dębska Kuźnia	Wieczne Bieganie w Opolu	0:29:23 (213)	1:02:27	06:14	61° M40-49	161° M

Miejsce	Nr.	Kraj	Nazwisko, Imię	Rok	Miasto	Klub	4,9 km	Czas	Tempo min/km	Kat. Wiek.	K/M
212	28	POL	BURDA Elżbieta	1974	Opole		0:29:37 (214)	1:02:58	06:18	14° K40-49	51° K
213	85	POL	GUMIENIUK Magdalena	1978	Opole		0:29:38 (215)	1:02:58	06:18	15° K40-49	52° K
214	167	POL	LATACZ Hania	1987	Dobieszowice	O świcie	0:30:18 (216)	1:03:17	06:20	21° K30-39	53° K
215	147	POL	KOWALCZYK Bartłomiej	1990	Ozimek		0:28:15 (201)	1:03:34	06:22	50° M30-39	162° M
216	325	POL	SZYWAŁA Michał	1982	Luboszyce		0:30:28 (218)	1:03:48	06:23	62° M40-49	163° M
217	252	POL	PRIMKE Beata	1970	Opole	WIECZORNE BIEGANIE W OPOLU	0:29:06 (210)	1:04:26	06:26	4° K50-59	54° K
218	40	POL	CZAJA Tadeusz	1954	Rybnik		0:30:23 (217)	1:04:44	06:28	14° M60+	164° M
219	248	POL	POLACZEK Aneta	1982	Krasiejów		0:30:38 (219)	1:05:55	06:35	16° K40-49	55° K
220	91	POL	HELLMANN Wioletta	1979	Jemielnica	Dyszka dla serca	0:30:52 (221)	1:06:19	06:38	17° K40-49	56° K
221	241	POL	PAWŁOWICZ Marta	1980	Dąbrowka Górna		0:30:45 (220)	1:06:19	06:38	18° K40-49	57° K
222	259	POL	PYTEL Anna	1979	Otmice	Izbicko w biegu	0:31:15 (222)	1:06:22	06:38	19° K40-49	58° K
223	202	POL	MICHOŃ Justyna	1991	Tarnów Opolski		0:31:44 (225)	1:07:12	06:43	22° K30-39	59° K
224	54	POL	DUTKIEWICZ-GAJOS Rena	1956	Nysa	Fit-Boxing CTP Nysa	0:32:41 (230)	1:08:18	06:50	3° K60+	60° K
225	213	POL	MOCHNACZ Joanna	1971	Opole	CLIRO	0:31:30 (224)	1:09:11	06:55	5° K50-59	61° K
226	285	POL	SOBERA-BARON Beata	1983	Przywory	Cliro running	0:31:28 (223)	1:09:11	06:55	23° K30-39	62° K
227	322	POL	SZYPULSKA Katarzyna	1976	Opole	SKS Chmielowice	0:31:49 (227)	1:09:26	06:56	20° K40-49	63° K
228	158	POL	KRZYŻOWSKI Tomasz	1962	Ozimek	Active Team	0:32:28 (229)	1:09:43	06:58	15° M60+	165° M
229	231	POL	OLIWA Violetta	1964	Ozimek	Ative Team Ozimek	0:32:24 (228)	1:09:47	06:59	6° K50-59	64° K
230	106	POL	JANICZEK Barbara	1981	Opole	Wieczorne Bieganie w Opolu	0:31:46 (226)	1:10:01	07:00	21° K40-49	65° K
231	291	POL	SOWIŃSKI Adam	1958	Opole	Opole biega	0:33:50 (232)	1:10:20	07:02	16° M60+	166° M
232	175	POL	ŁADYGA Mariusz	1989	Węgry	Zdążyć przed limitem czasu	0:32:56 (231)	1:10:22	07:02	51° M30-39	167° M
233	12	POL	BEDNARCZYK Wiesław	1956	Brzeg	Kotwica Brzeg	0:33:50 (233)	1:13:01	07:18	17° M60+	168° M
234	124	POL	KLIMCZYŃSKI Rafał	1982	Tarnów Opolski		0:34:33 (234)	1:17:10	07:43	63° M40-49	169° M
235	50	POL	DAJCZAK Joanna	1991	Opole	Wieczorne bieganie w Opolu	0:35:05 (235)	1:17:19	07:44	24° K30-39	66° K

DSQ (1)

DSQ	121	POL	KAWECKI Marian	1949	Branice	K.B. Branice		DSQ			
-----	-----	-----	----------------	------	---------	--------------	--	------------	--	--	--