

ZiMNaR 2011

Gliwice, 23.01.2011; godz. 10:30 (Canicross) i 10:31 (Bieg oraz Nordick Walking)

Dystans 6 km, start/meta Decathlon Gliwice



Miejsce	NR Startowy	Imię	Nazwisko	Miejscowość ZiMNaRa	Miejscowość	Klub Sportowy	Płeć	Rocznik	Kategoria	Rodzaj	Dystans [km]	czas generalny	średnio na 1 km	M-ce w kat.
36	79	Kamila	Kolonko	Gliwice	Chorzów	Marathon Club Chorzów	K	1995	K16	Bieg	6	00:38:01	00:06:20	1
3	56	Anna	Posmysz	Gliwice	Cianowice	K.U. AZS.UJ Kraków	K	1984	K20	Bieg	6	00:25:43	00:04:17	1
16	81	Justyna	Kolonko	Gliwice	Chorzów	Marathon Club Chorzów	K	1975	K30	Bieg	6	00:29:53	00:04:59	1
39	60	Ilona	Pielot	Gliwice	Chorzów	MCC	K	1974	K30	Bieg	6	00:42:18	00:07:03	2
32	29	Małgorzata	Lange	Gliwice	Chorzów	-	K	1966	K40	Bieg	6	00:34:59	00:05:50	1
33	80	Jonatan	Kolonko	Gliwice	Chorzów	Marathon Club Chorzów	M	1998	M16	Bieg	6	00:36:55	00:06:09	1
34	116	Jakub	Maliszewski	Gliwice	Gliwice	-	M	1983	M20	Bieg	6	00:37:38	00:06:16	1
1	115	Marcin	Wiącek	Gliwice	Tarnowskie Góry	Byledobiec Anin	M	1978	M30	Bieg	6	00:24:27	00:04:04	1
6	93	Tomasz	Kulpok	Gliwice	Ruda Śląska	-	M	1980	M30	Bieg	6	00:26:13	00:04:22	2
7	38	Krzysztof	Giza	Gliwice	Zabrze	-	M	1978	M30	Bieg	6	00:26:22	00:04:24	3
14	58	Michał	Świąć	Gliwice	Gliwice	-	M	1978	M30	Bieg	6	00:28:42	00:04:47	4
17	82	Tomasz	Czosnowski	Gliwice	Gliwice	-	M	1980	M30	Bieg	6	00:30:04	00:05:01	5
18	25	Krzysztof	Wolny	Gliwice	Miasteczko Śląskie	-	M	1981	M30	Bieg	6	00:30:12	00:05:02	6
19	36	Jacek	Rusin	Gliwice	Zabrze	-	M	1980	M30	Bieg	6	00:30:28	00:05:05	7
20	71	Kłopot	Grzegorz	Gliwice	Gliwice	-	M	1978	M30	Bieg	6	00:30:36	01:08:46	9
21	92	Paweł	Schmidt	Gliwice	Gliwice	-	M	1979	M30	Bieg	6	00:30:36	00:05:06	8
22	26	Adam	Janecki	Gliwice	Gliwice	-	M	1979	M30	Bieg	6	00:31:43	00:05:17	10
24	114	Arkadiusz	Sopel	Gliwice	Pyskowice	-	M	1972	M30	Bieg	6	00:32:05	00:05:21	11
28	111	Krzysztof	Piss	Gliwice	Gliwice	www.kafelkowanie.gliwice.pl	M	1973	M30	Bieg	6	00:32:52	00:05:29	12
30	112	Maciej	Mazur	Gliwice	Pyskowice	-	M	1979	M30	Bieg	6	00:34:17	00:05:43	13
2	44	Arkadiusz	Dziewior	Gliwice	Gliwice	www.kafelkowanie.gliwice.pl	M	1971	M40	Bieg	6	00:25:18	00:04:13	1
4	78	Mirosław	Kolonko	Gliwice	Chorzów	Marathon Club Chorzów	M	1970	M40	Bieg	6	00:26:03	00:04:21	2
15	31	Ryszard	Górecki	Gliwice	Gliwice	-	M	1965	M40	Bieg	6	00:29:11	00:04:52	3
8	64	Piotr	Pacula	Gliwice	Gliwice	MaratonyPolskie.pl TEAM	M	1959	M50	Bieg	6	00:27:06	00:04:31	1
9	37	Czesław	Pelc	Gliwice	Rybnik	Pędziwiatr Gliwice	M	1957	M50	Bieg	6	00:27:10	00:04:32	2
10	16	Marian	Mahoń	Gliwice	Zawada Wiejska	WKB META Lubliniec	M	1953	M50	Bieg	6	00:27:26	00:04:34	3
11	69	Leszek	Markowski	Gliwice	Tarnowskie Góry	Pasja	M	1953	M50	Bieg	6	00:27:33	00:04:36	4
26	20	Andrzej	Florecki	Gliwice	Gliwice	-	M	1955	M50	Bieg	6	00:32:47	00:05:28	5
29	96	Jerzy	Orlik	Gliwice	Gliwice	-	M	1959	M50	Bieg	6	00:33:18	00:05:33	6
35	32	Bogusław	Maliszewski	Gliwice	Gliwice	-	M	1954	M50	Bieg	6	00:37:48	00:06:18	7
13	77	Andrzej	Strzelczyk	Gliwice	Pyskowice	-	M	1951	M60	Bieg	6	00:28:23	00:04:44	1
25	19	Paweł	Kontny	Gliwice	Gliwice	Sośnica	M	1944	M60	Bieg	6	00:32:24	00:05:24	2
31	12	Marian	Ciesiołka	Gliwice	Bytom	-	M	1949	M60	Bieg	6	00:34:58	00:05:50	3

23	42	Marzka	Janerka - Morof	Gliwice	Chorzów	-	K	1978	K30	Cani	6	00:31:57	00:05:20	1
----	----	--------	-----------------	---------	---------	---	---	------	-----	------	---	----------	----------	---

12	41	Artur	Moroń	Gliwice	Chorzów	-	M	1974	M30	Cani	6	00:27:40	00:04:37	1
41	104	Tomasz	Waszkiewicz	Gliwice	Dąbrowa Górnicza	Prestor Team	M	1974	M30	Cani	6	00:44:19	00:07:23	2
27	57	Jacek	Olszewski	Gliwice	Czekanów	-	M	1964	M40	Cani	6	00:32:50	00:05:28	1
5	94	Aleksy	Szablicki	Gliwice	Katowice	-	M	1960	M50	Cani	6	00:26:08	00:04:21	1
42	13	Ewelina	Roszkowska	Gliwice	Ruda Śląska	-	K	1990	K20	NW	6	00:45:23	00:07:34	1
43	15	Danuta	Połomska	Gliwice	Zawada Wiejska	-	K	1953	K50	NW	6	00:45:26	00:07:34	1
45	28	Teresa	Sznajder	Gliwice	Rybnik	Forma Wodzisław Śląski	K	1954	K50	NW	6	00:50:20	00:08:23	2
46	9	Grażyna	Mielcarek	Gliwice	Bytom	-	K	1957	K50	NW	6	00:52:15	00:08:43	3
47	110	Bożena	Szablicka	Gliwice	Katowice	-	K	1960	K50	NW	6	00:52:33	00:08:45	4
38	14	Krzysztof	Duda	Gliwice	Mikołów	Amator	M	1975	M30	NW	6	00:42:17	00:07:03	1
40	11	Adrian	Szczęsny	Gliwice	Bytom	Bytom	M	1980	M30	NW	6	00:42:50	00:07:08	2
44	6	Mariusz	Masiarek	Gliwice	Gliwice	-	M	1971	M40	NW	6	00:45:26	00:07:34	1
37	10	Leszek	Mielcarek	Gliwice	Bytom	-	M	1955	M50	NW	6	00:38:01	00:06:20	1

STATYSTYKA :

a) startu 47

w tym :

a) Biega 33

b) Nordi 8

Canicross 5

c) Kobie 11

d) średn. 00:33:59

e) średnia na 1 km :

Razem 00:07:03

Bieg 00:07:06

Nordick 00:07:51

f) temperatura : -3 stopni, bezwietrznie, bardzo dobry stan trasy bez śniegu i lodu