

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM

Organizator: Fundacja MARATONY GÓRSKIE
Data: 2022-04-10
Miejsce: Kudowa-Zdrój
Dystans: 10 km
Klasyfikacja wg czasów brutto.



KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	KOZIOŁ DAMIAN	5169	MARCINSWIERTEAM	ZŁOTY STOK	POL	M-30	1	M 1	00:27:24	00:46:10.90	00:46:12.20	4:37	13
2	ZAMIELSKI PAWEŁ	5082	PRZEDWOJEWSKI TEAM	WAŁBRZYCH	POL	M-20	1	M 2	00:27:08	00:46:26.10	00:46:27.10	4:38	12.9
3	BRZEZIŃSKI DARIUSZ	5156	OSPG JODŁA	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	2	M 3	00:28:23	00:48:39.05	00:48:41.60	4:51	12.3
4	TOMASIAK ADAM	5166	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-20	2	M 4	00:29:12	00:49:36.45	00:49:37.75	4:57	12.1
5	KOTLAREK DAWID	5054	SOBAS TEAM / VEGE RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	M-40	1	M 5	00:29:06	00:49:57.55	00:49:59.15	4:59	12
6	BEDNARZ KRZYSIEK	5026	PRZEDWOJEWSKITEAM	LUBSZA	POL	M-40	2	M 6	00:29:30	00:50:03.70	00:50:04.85	5:00	12
7	JAKUBCZYK DARIUSZ	5178	WOŹNIAKRUNNING TEAM		POL	M-40	3	M 7	00:29:42	00:50:15.60	00:50:16.60	5:01	11.9
8	GUSTAW ŁUKASZ	5177	KUDOWIANKA RUN		POL	M-30	3	M 8	00:30:22	00:51:15.80	00:51:17.80	5:07	11.7
9	DUL KAROLINA	5152		JELEŃ GÓRA	POL	K-20	1	K 1	00:30:17	00:51:43.45	00:51:45.25	5:10	11.6
10	MASTYGA ANDRZEJ	5093	ANDREA TEAM	CHARBIELIN	POL	M-40	4	M 9	00:30:46	00:52:21.95	00:52:23.45	5:14	11.5
11	DUDEK MONIKA	5151		ZIĘBICE	POL	K-30	1	K 2	00:30:50	00:52:41.60	00:52:43.20	5:16	11.4
12	GRAF REMIGIUSZ	5059	TURBO RUN LESZNO	LESZNO	POL	M-50	1	M 10	00:31:02	00:53:01.60	00:53:03.85	5:18	11.3
13	PRYSTASZ KRZYSZTOF	5117	ROSKOSZNYTEAM	OŁAWA	POL	M-40	5	M 11	00:31:01	00:53:03.20	00:53:04.90	5:18	11.3
14	CYBULSKI MARIUSZ	5111	SAINT-GOBAIN SQUAD, ADRUNALINETEAM, BIEGAJ Z MANKIEM	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-40	6	M 12	00:31:27	00:53:08.20	00:53:09.65	5:18	11.3
15	PRZYBYSZEWSKI ŁUKASZ	5173		BIELAWA	POL	M-40	7	M 13	00:32:05	00:53:09.40	00:53:11.95	5:18	11.3
16	KARCZEWSKA JOANNA	5122	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	SUWAŁKI	POL	K-40	1	K 3	00:32:33	00:54:51.05	00:54:53.10	5:29	10.9
17	OLECHNOWICZ ROBERT	5055		WROCŁAW	POL	M-50	2	M 14	00:33:03	00:55:19.00	00:55:19.00	5:31	10.8
18	KRAWCZYŻYŃSKI PAWEŁ	5103		DUSZNIKI ZDRÓJ	POL	M-40	8	M 15	00:33:06	00:55:27.25	00:55:33.90	5:32	10.8
19	ZIĘTARSKI ROBERT	5187	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	M-40	9	M 16	00:32:52	00:55:36.70	00:55:40.15	5:33	10.8
20	DOBRAŚ ZDZIŚŁAW	5186	NOWA RUDA BIEGA		POL	M-60	1	M 17	00:33:03	00:55:41.85	00:55:43.15	5:34	10.8
21	KURZAWIAK GRZEGORZ	5125	KUDOWIANAK RUN	KARŁÓW	POL	M-40	10	M 18	00:33:17	00:56:05.30	00:56:08.15	5:36	10.7
22	HOTAŁA SYLWIA	5017	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA ZDRÓJ	POL	K-30	2	K 4	00:33:32	00:56:05.65	00:56:08.20	5:36	10.7
23	SĘDZIK PIOTR	5154	APPLOVER ULTRA TEAM	WROCŁAW (WROCŁAW-PSIE POLE)	POL	M-20	3	M 19	00:33:26	00:56:36.10	00:56:37.70	5:39	10.6
24	KAMIŃSKI ARTUR	5092		NOWY ŚWIĘTÓW	POL	M-40	11	M 20		00:56:43.00	00:56:43.00	5:40	10.6
25	CICHY KRZYSZTOF	5037	GÓRAL Z MAZUR RUNNING TEAM	POZNAŃ	POL	M-50	3	M 21	00:33:52	00:57:01.50	00:57:03.90	5:42	10.5
26	PĘCZAR ANETA	5107	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	K-20	2	K 5	00:33:38	00:57:05.85	00:57:07.95	5:42	10.5
27	SASIN DOMINIKA	5118	ŻELAZNA ŚWIDNICA	ŚWIDNICA	POL	K-20	3	K 6	00:33:43	00:57:18.55	00:57:23.85	5:43	10.5
28	MIELCUCZ KAMILA	5109	#BIEGAJZESŁAWKIEM	POZNAŃ	POL	K-20	4	K 7	00:34:29	00:57:21.75	00:57:24.60	5:44	10.5
29	BAHRANOWSKA-KILIAN MARIA	5148	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	KRAKÓW	POL	K-20	5	K 8	00:34:16	01:00:58.50	01:01:00.50	6:05	9.8
30	SZOKA KRZYSZTOF	5019		SZCZYTNA	POL	M-20	4	M 22	00:36:38	01:01:26.40	01:01:30.05	6:08	9.8
31	MASTERNAK ŁUKASZ	5115		PRZYTOK	POL	M-30	4	M 23	00:37:01	01:01:37.05	01:01:41.50	6:09	9.7
32	KUCZYŃSKI ZBIGNIEW	5168	KGHM ZGRUN	GŁOGÓW	POL	M-60	2	M 24	00:36:32	01:02:20.90	01:02:22.05	6:14	9.6
33	MOSSAKOWSKI RAFAŁ	5171	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AWL	PULTUSK	POL	M-20	5	M 25	00:37:55	01:02:40.35	01:02:45.25	6:16	9.6
34	DULĘBA ŁUKASZ	5158	DZIUBEK	KUDOWA ZDRÓJ	POL	M-40	12	M 26	00:37:54	01:03:25.70	01:03:30.70	6:20	9.5
35	ZIMNY TOMASZ	5045		SZCZECIN	POL	M-60	3	M 27	00:38:10	01:04:25.15	01:04:26.45	6:26	9.3
36	SZABLŃSKI ARTUR	5001		KOWARY	POL	M-50	4	M 28	00:37:55	01:04:45.55	01:04:56.10	6:28	9.3
37	ŚLADCZYK DOMINIK	5180	MKST ITF		POL	M-30	5	M 29	00:41:20	01:04:52.35	01:05:05.30	6:29	9.2
38	RESSEL JOANNA	5174	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA ZDRÓJ	POL	K-30	3	K 9	00:38:21	01:05:04.45	01:05:07.45	6:30	9.2
39	FANAŁO WOJCIECH	5114		ZIELONA GÓRA	POL	M-30	6	M 30	00:38:49	01:05:54.70	01:05:59.10	6:35	9.1
40	ZAJĄC ALEKSANDER	5183			POL	M-30	7	M 31	00:40:34	01:07:01.05	01:07:13.70	6:42	9
41	CHOMICZ-SZABLŃSKA ANNA	5002		KOWARY	POL	K-40	2	K 10	00:39:41	01:07:26.25	01:07:35.90	6:44	8.9
42	KRYSTOSIAK MATEUSZ	5160		ŚWIDNICA	POL	M-20	6	M 32	00:40:22	01:07:30.40	01:07:37.90	6:45	8.9
43	HONSA TOMASZ	5150	MOCNA GRUPA CEZARA	WROCŁAW	POL	M-30	8	M 33	00:40:35	01:07:36.90	01:07:43.50	6:45	8.9
44	MAZIAREK ADELA	5021		NIEMODLIN	POL	K-40	3	K 11	00:39:50	01:07:53.10	01:07:55.45	6:47	8.8

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
45	PRAŻANOWSKI MARIUSZ	5101		ŁÓDŹ	POL	M-50	5	M 34	00:40:15	01:08:08.25	01:08:12.90	6:48	8.8
46	WRÓBLEWSKI JAROSŁAW	5190	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	M-40	13	M 35	00:41:24	01:08:29.30	01:08:37.50	6:50	8.8
47	GULAJSKI RAFAŁ	5185	OSIEM		POL	M-40	14	M 36	00:41:17	01:08:35.50	01:08:40.50	6:51	8.7
48	MOSÓR MARIUSZ	5062		KLUCZE	POL	M-50	6	M 37	00:39:02	01:08:39.75	01:08:45.80	6:51	8.7
49	PAWLIKOWSKA ANNA	5159		WROCLAW	POL	K-40	4	K 12	00:41:09	01:08:45.60	01:08:52.60	6:52	8.7
50	ZAPOTOCZNY MARIUSZ	5147		WROCLAW	POL	M-40	15	M 38	00:42:06	01:08:52.30	01:09:01.90	6:53	8.7
51	BARANIECKA JUSTYNA	5167	BIEGAM BO LUBIE GŁOGÓW	67-200	POL	K-40	5	K 13	00:40:11	01:08:57.75	01:09:02.50	6:53	8.7
52	WÓJCIK KAMILA	5189	STRONE BIEGA		POL	K-40	6	K 14	00:41:31	01:09:15.20	01:09:18.80	6:55	8.7
53	PARASZCZUK DOMINIKA	5030	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	K-40	7	K 15	00:41:45	01:09:30.20	01:09:34.45	6:57	8.6
54	PIETRZAK MACIEJ	5096		WARSZAWA	POL	M-40	16	M 39	00:42:06	01:10:09.45	01:10:20.65	7:00	8.6
55	TOKARSKI JOACHIM	5145	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-40	17	M 40	00:39:18	01:11:06.50	01:11:11.70	7:06	8.4
56	JURDZIAK KAROLINA	5034		WROCLAW	POL	K-40	8	K 16	00:41:21	01:11:08.80	01:11:13.15	7:06	8.4
57	MADZIA ALEKSANDRA	5191	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-30	4	K 17	00:42:44	01:11:44.90	01:11:48.35	7:10	8.4
58	APTOWICZ PAWEŁ	5170	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AKADEMII WOJSK ŁĄDOWYCH	IŁAWA	POL	M-20	7	M 41	00:41:51	01:11:51.20	01:11:56.50	7:11	8.4
59	MARTAN IWONA	5146		WROCLAW	POL	K-40	9	K 18	00:43:06	01:12:00.10	01:12:10.60	7:12	8.3
60	ZALEWSKI RADOŚLAW	5075		KARWIANY	POL	M-30	9	M 42	00:44:33	01:12:01.25	01:12:14.65	7:12	8.3
61	KORDOWSKI WOJCIECH	5157		KIELCE	POL	M-40	18	M 43	00:42:05	01:12:23.05	01:12:23.05	7:14	8.3
62	MRÓZ URSZULA	5188	STRONE BIEGA		POL	K-60	1	K 19	00:42:29	01:12:23.55	01:12:27.35	7:14	8.3
63	SZYMAŃSKI GRZEGORZ	5104	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	M-40	19	M 44	00:42:22	01:12:38.60	01:12:42.45	7:15	8.3
64	SURDACKI PIOTR	5119		SZCZECIN	POL	M-40	20	M 45	00:42:36	01:12:39.35	01:12:48.75	7:15	8.3
65	ŻYGIEŁO MONIKA	5042	CH10	CHOSZCZCZO	POL	K-40	10	K 20	00:42:37	01:12:39.55	01:12:48.95	7:15	8.3
66	ZACHARA KATARZYNA	5192	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-40	11	K 21	00:42:57	01:12:53.20	01:12:56.80	7:17	8.2
67	SIKORA MAREK	5029	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	M-40	21	M 46	00:43:31	01:12:58.00	01:13:02.70	7:17	8.2
68	BONIEC ALEKSANDER	5127	NADLEŚNICTWO LIPINKI	ŻARY	POL	M-60	4	M 47	00:43:01	01:13:30.15	01:13:33.30	7:21	8.2
69	ŁYCZEK RAFAŁ	5083	JA I MÓJ BRZUCH	DZIERŻONIÓW	POL	M-30	10	M 48	00:44:23	01:13:23.55	01:13:37.25	7:20	8.2
70	HEJNA MAŁGORZATA	5073	SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	1	K 22	00:44:17	01:14:20.70	01:14:22.50	7:26	8.1
71	GMEREK EWELINA	5084		POZNAŃ	POL	K-40	12	K 23	00:44:33	01:14:58.05	01:15:05.60	7:29	8
72	MAZIAREK MICHAŁ	5072		NIEMODLIN	POL	M-40	22	M 49	00:44:03	01:15:21.80	01:15:27.85	7:32	8
73	CZARNECKI RAFAŁ	5163		ŁAMBINOWICE	POL	M-40	23	M 50	00:45:35	01:15:35.35	01:15:50.20	7:33	7.9
74	NARKUN TOMASZ	5149	WIG20TUDEMUN	GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	M-40	24	M 51	00:44:48	01:16:47.75	01:16:53.65	7:40	7.8
75	SĘDZIK MIKOŁAJ	5193			POL	M-20	8	M 52	00:46:38	01:17:07.40	01:17:18.00	7:42	7.8
76	CHORAŻYCZEWSKI MICHAŁ	5050	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	OBORNICKI	POL	M-40	25	M 53	00:44:02	01:17:26.35	01:17:30.00	7:44	7.7
77	JASTRZĄBEK MAREK	5124	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	ROŻNOWO	POL	M-40	26	M 54	00:44:02	01:17:26.70	01:17:30.05	7:44	7.7
78	SĘDZIK JACEK	5155	VILLA MEDICA	WROCLAW	POL	M-50	7	M 55	00:45:58	01:17:36.05	01:17:46.25	7:45	7.7
79	-----	5043	KB ZDYSZAAANI CHOCIANÓW	CHOCIANÓW	POL	K-40	13	K 24	00:46:53	01:17:44.85	01:17:53.90	7:46	7.7
80	CIEKAŃSKA JOANNA	5098		LESZNO	POL	K-40	14	K 25	00:45:47	01:18:13.35	01:18:19.55	7:49	7.7
81	MROCKOWSKI DOMINIK	5039		KATOWICE	POL	M-20	9	M 56	00:46:48	01:18:20.85	01:18:29.35	7:50	7.7
82	SZYCH KATARZYNA	5013	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	2	K 26	00:47:02	01:18:20.80	01:18:29.65	7:50	7.7
83	LATOS JOANNA	5172		ZIELONA GÓRA	POL	K-40	15	K 27	00:47:01	01:18:58.65	01:19:04.25	7:53	7.6
84	MARCINKOWSKI MARCIN	5165		KAŁY	POL	M-30	11	M 57	00:47:18	01:18:56.25	01:19:07.35	7:53	7.6
85	BROŻYNA MAGDA	5014		WARSZAWA	POL	K-40	16	K 28	00:47:34	01:19:20.90	01:19:28.05	7:56	7.6
86	SZPIŁA JAROSŁAW	5162		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-50	8	M 58	00:47:14	01:20:44.40	01:20:57.40	8:04	7.4
87	MISIAK URSZULA	5052		WROCLAW	POL	K-30	5	K 29	00:47:30	01:21:09.95	01:21:18.75	8:06	7.4
88	FRĄCKOWIAK ELŻBIETA	5181		ŚREM	POL	K-40	17	K 30	00:48:24	01:21:47.65	01:21:59.25	8:10	7.3
89	LESZCZUK PATRYCJA	5139		WARSZAWA	POL	K-30	6	K 31	00:48:24	01:21:51.95	01:22:02.75	8:11	7.3
90	MAJCHRZAK GALADYK HELENA	5123		LEWIN KŁODZKI	POL	K-40	18	K 32	00:49:27	01:21:56.95	01:22:04.70	8:11	7.3
91	URBANIAK IZABELA	5136	UKS ARKADY	RASKÓW	POL	K-40	19	K 33	00:48:53	01:22:07.55	01:22:16.60	8:12	7.3
92	PIETRASIK ANDRZEJ	5041		STAROGARD GDAŃSKI	POL	M-30	12	M 59	00:48:38	01:22:17.65	01:22:25.25	8:13	7.3
93	LIŚKIEWICZ MARZENA	5047		PŁOCHOCIN	POL	K-40	20	K 34	00:49:24	01:22:32.80	01:22:41.60	8:15	7.3
94	KUCHCINSKA DIANA	5097		WSCHOWA	POL	K-40	21	K 35	00:48:32	01:22:50.95	01:22:57.45	8:17	7.2
95	PLUCIENNICZAK BARBARA	5132		LATCHORZEW	POL	K-40	22	K 36	00:49:24	01:23:06.70	01:23:11.20	8:18	7.2
96	GOLEBIEWSKA MAŁGORZATA	5028	RUN TEAM RYDZYNA	KŁODA	POL	K-40	23	K 37	00:47:29	01:23:12.70	01:23:18.05	8:19	7.2
97	NADOLNA KARINA	5179	RUN TEAM RYDZYNA		POL	K-40	24	K 38	00:47:31	01:23:12.50	01:23:18.10	8:19	7.2
98	SZERMENT MAGDALENA	5061		GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	K-40	25	K 39	00:50:37	01:23:24.45	01:23:31.90	8:20	7.2
99	LESZCZYNA MAGDALENA	5066	ZRYW	PARZYMIECZY	POL	K-40	26	K 40	00:48:49	01:23:41.35	01:23:44.50	8:22	7.2
100	BOKSZA ROBERT	5070		TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M-40	27	M 60	00:49:32	01:24:13.00	01:24:13.00	8:25	7.1

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
101	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	5105	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	K-50	3	K 41	00:49:51	01:24:49.45	01:24:53.50	8:28	7.1
102	PIEPRZYCKA AGATA	5046	#BIEGAJLESZNO	RYDZYNA	POL	K-40	27	K 42	00:48:55	01:25:18.45	01:25:18.45	8:31	7
103	KUBUJ KAROLINA	5116		LEWIN KŁODZKI	POL	K-20	6	K 43	00:49:16	01:25:23.15	01:25:33.35	8:32	7
104	KRYSZEWSKI ARTUR	5110		POZNAŃ	POL	M-30	13	M 61	00:50:20	01:25:38.05	01:25:42.85	8:33	7
105	KORSAK AGATA	5113		BEZRZECZE	POL	K-30	7	K 44	00:50:23	01:25:55.75	01:26:05.95	8:35	7
106	BUDZISZEWSKA MONIKA	5067	ZRYW	PARZYMIECHY	POL	K-40	28	K 45	00:50:57	01:27:00.70	01:27:03.55	8:42	6.9
107	JANIK EWA	5140		LESZNO	POL	K-40	29	K 46	00:50:13	01:26:57.75	01:27:04.15	8:41	6.9
108	KACZMAREK ANNA	5120		ŚWIEBODZIN	POL	K-30	8	K 47	00:51:23	01:27:08.95	01:27:14.70	8:42	6.9
109	ADAMIAK PIOTR	5141	BIEGAM Z IDEA KUCHNI	WARSZAWA	POL	M-40	28	M 62	00:49:46	01:27:39.35	01:27:48.20	8:45	6.8
110	ŚMIEJCZAK DAMIAN	5135		WROCŁAW	POL	M-30	14	M 63	00:51:49	01:27:44.05	01:27:54.75	8:46	6.8
111	KOBUS-DUNAJ LIDIA	5137		ZĄBKI	POL	K-30	9	K 48	00:50:16	01:27:54.90	01:28:02.05	8:47	6.8
112	HULBOJ MARLENA	5044	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	K-30	10	K 49	00:49:52	01:28:08.00	01:28:13.60	8:48	6.8
113	PARADA MAGDALENA	5078		WOLANY	POL	K-40	30	K 50	00:53:13	01:28:17.10	01:28:29.60	8:49	6.8
114	LIPSKA AGATA	5143		KARGOWA	POL	K-50	4	K 51	00:52:29	01:28:24.15	01:28:37.30	8:50	6.8
115	WASYLUK AGNIESZKA	5142		NOWA SÓL	POL	K-50	5	K 52	00:52:32	01:28:26.00	01:28:37.85	8:50	6.8
116	WOREK SYLWIA	5074		LIPIE	POL	K-40	31	K 53	00:50:47	01:28:37.35	01:28:40.20	8:51	6.8
117	KOZŁOWSKA MAGDALENA	5064		KONIN	POL	K-40	32	K 54	00:53:12	01:30:00.45	01:30:08.20	9:00	6.7
118	CZARNECKA AGNIESZKA	5164		ŁAMBINOWICE	POL	K-40	33	K 55	00:52:58	01:30:31.10	01:30:40.05	9:03	6.6
119	ANTKOWIAK JOANNA	5036	BIEGAJ LESZNO	LESZNO	POL	K-40	34	K 56	00:54:36	01:30:53.85	01:30:57.90	9:05	6.6
120	ANTKOWIAK JOACHIM	5088	#BIEGAJLESZNO	LESZNO	POL	M-40	29	M 64	00:54:31	01:30:54.30	01:30:59.00	9:05	6.6
121	ZIÓŁEK TERESA	5121	STAY INSANE	MEŁGIEW	POL	K-60	2	K 57	00:54:19	01:30:58.75	01:31:09.05	9:05	6.6
122	DOMOSŁAWSKI PAWEŁ	5057		WROCŁAW	POL	M-60	5	M 65	00:53:12	01:31:11.35	01:31:19.10	9:07	6.6
123	WASYLUK TOMASZ	5144		NOWA SÓL	POL	M-50	9	M 66	00:54:27	01:31:25.30	01:31:37.00	9:08	6.6
124	CISICKA DARIA	5071		NAMYSŁÓW	POL	K-30	11	K 58	00:54:37	01:31:32.05	01:31:40.40	9:09	6.6
125	MOSÓR LILLA	5063	LISY PUSTYNI	KLUCZE	POL	K-50	6	K 59	00:53:10	01:31:40.10	01:31:45.90	9:10	6.5
126	STOBIŃSKA KAMILA	5049		WARSZAWA	POL	K-40	35	K 60	00:52:39	01:33:14.10	01:33:22.65	9:19	6.4
127	MIKOŁAJEWICZ BEATA	5080	FZCJ	LESZNO	POL	K-40	36	K 61	00:53:21	01:33:28.65	01:33:40.05	9:20	6.4
128	SOJA-WAWRYSZEWICZ AGATA	5051		WROCŁAW	POL	K-40	37	K 62	00:54:05	01:34:25.50	01:34:32.95	9:26	6.4
129	DAMEK MARIOLA	5069		WROCŁAW	POL	K-50	7	K 63	00:55:31	01:34:46.40	01:34:46.40	9:28	6.3
130	JOACHIMIAK ANNA	5112		WARSZAWA	POL	K-30	12	K 64	00:54:27	01:35:13.40	01:35:18.50	9:31	6.3
131	KLINOWSKI MIROSLAW	5106		ŚREM	POL	M-40	30	M 67	00:54:35	01:35:15.60	01:35:28.10	9:31	6.3
132	FRĄCKOWIAK JACEK	5182	WSK	ŚREM	POL	M-40	31	M 68	00:56:21	01:37:37.05	01:37:48.90	9:45	6.1
133	BIENIEK IWONA	5133	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-50	8	K 65	00:56:38	01:37:39.90	01:37:49.55	9:45	6.1
134	SZÓSTAK MARZENA	5027	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIEOSZYCE	POL	K-60	3	K 66	00:57:53	01:37:40.45	01:37:50.65	9:46	6.1
135	BŁACHNIO DOROTA	5010	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	9	K 67	00:56:54	01:37:48.10	01:37:54.80	9:46	6.1
136	MAJOS MAŁGORZATA	5007	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	10	K 68	00:56:54	01:37:47.85	01:37:55.05	9:46	6.1
137	GABERT BEATA	5009	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	11	K 69	00:56:53	01:37:47.25	01:37:55.20	9:46	6.1
138	GONERA JANINA	5016	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIEOSZYCE	POL	K-60	4	K 70	00:56:59	01:37:45.45	01:37:55.65	9:46	6.1
139	MICHNOWSKA MILENA	5184		POL	K-40	38	K 71	00:57:30	01:38:57.55	01:39:04.25	9:53	6.1	
140	BIENIEK MARTA	5134		RASZKÓW	POL	K-30	13	K 72	00:58:59	01:39:04.65	01:39:15.15	9:54	6.1
141	DUBIAŁ HALINA	5022	BABCIE BIEGAJĄ	LESZNO	POL	K-60	5	K 73	00:58:00	01:39:10.15	01:39:22.15	9:55	6.1
142	KOZAK KRYSZYNA	5020	LOB	LESZNO	POL	K-50	12	K 73	00:58:14	01:39:22.15	01:39:22.15	9:56	6
143	PISULA MAJA	5015		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	39	K 73	00:57:54	01:39:09.20	01:39:22.15	9:54	6.1
144	GAŁEK ANITA	5056		SZCZECIN	POL	K-40	40	K 76	00:56:56	01:39:23.90	01:39:31.65	9:56	6
145	KOWALIK ALEKSANDRA	5038		KATOWICE	POL	K-20	7	K 77	00:55:44	01:39:26.90	01:39:35.00	9:56	6
146	LIS AGNIESZKA	5040		CEREKWICA	POL	K-40	41	K 78	00:57:05	01:39:36.85	01:39:36.85	9:57	6
147	PRZYŁUSKA MIROSLAWA	5006	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	6	K 79	00:57:29	01:40:25.05	01:40:31.55	10:02	6
148	PARTYKA AGNIESZKA	5000	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	K-40	42	K 80	00:58:32	01:41:04.05	01:41:13.60	10:06	5.9
149	MIELNIK SYLWESTER	5128		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	15	M 69	00:58:59	01:42:50.75	01:43:03.10	10:17	5.8
150	MIELNIK NATALIA	5018		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-30	14	K 81	00:59:00	01:42:51.30	01:43:03.20	10:17	5.8
151	TOKARSKA IWONKA	5129		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	43	K 81	00:59:00	01:42:51.50	01:43:03.20	10:17	5.8
152	WITCZAK-SPERKA MARIOLA	5008	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	7	K 83	00:58:36	01:43:05.35	01:43:12.25	10:18	5.8
153	TRĘBACZ MARIANNA	5091		DĄBRÓWKA	POL	K-30	15	K 84	00:57:51	01:43:17.40	01:43:23.20	10:19	5.8
154	ADAMSKI MARZENA	5090		ŚRODA WLKP	POL	K-40	44	K 85	00:57:36	01:43:17.20	01:43:23.40	10:19	5.8
155	BOROWSKA-TOMCZYK ANNA	5032		WARSZAWA	POL	K-60	8	K 86	01:16:00	02:19:03.75	02:19:06.50	13:54	4.3

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
156	WOŹNIAK ANNA	5086		BYTOM	POL	K-40	45	K 87	01:19:51	02:24:10.30	02:24:23.75	14:25	4.2
0	KOZIOŁ DAMIAN	5169	MARCINSWIERCTEAM	ZŁOTY STOK	POL	M-30	1	M 1	00:27:24	00:46:10.90	00:46:12.20	4:37	13
1	ZAMIELSKI PAWEŁ	5082	PRZEDWOJEWSKI TEAM	WAŁBRZYCH	POL	M-20	1	M 2	00:27:08	00:46:26.10	00:46:27.10	4:38	12.9
2	BRZEZIŃSKI DARIUSZ	5156	OSPG JODŁA	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	2	M 3	00:28:23	00:48:39.05	00:48:41.60	4:51	12.3
3	TOMASIAK ADAM	5166	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-20	2	M 4	00:29:12	00:49:36.45	00:49:37.75	4:57	12.1
4	KOTLAREK DAWID	5054	SOBAS TEAM / VEGE RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	M-40	1	M 5	00:29:06	00:49:57.55	00:49:59.15	4:59	12
5	BEDNARZ KRZYSIEK	5026	PRZEDWOJEWSKI TEAM	LUBSZA	POL	M-40	2	M 6	00:29:30	00:50:03.70	00:50:04.85	5:00	12
6	JAKUBCZYK DARIUSZ	5178	WOŹNIAKRUNNING TEAM		POL	M-40	3	M 7	00:29:42	00:50:15.60	00:50:16.60	5:01	11.9
7	GUSTAW ŁUKASZ	5177	KUDOWIANKA RUN		POL	M-30	3	M 8	00:30:22	00:51:15.80	00:51:17.80	5:07	11.7
8	DUL KAROLINA	5152		JELEŃ GÓRA	POL	K-20	1	K 1	00:30:17	00:51:43.45	00:51:45.25	5:10	11.6
9	MASTYGA ANDRZEJ	5093	ANDREA TEAM	CHARBIELIN	POL	M-40	4	M 9	00:30:46	00:52:21.95	00:52:23.45	5:14	11.5
10	DUDEK MONIKA	5151		ZIĘBICE	POL	K-30	1	K 2	00:30:50	00:52:41.60	00:52:43.20	5:16	11.4
11	GRAF REMIGIUSZ	5059	TURBO RUN LESZNO	LESZNO	POL	M-50	1	M 10	00:31:02	00:53:01.60	00:53:03.85	5:18	11.3
12	PRYSTASZ KRZYSZTOF	5117	ROSKOSZNYTEAM	OŁAWA	POL	M-40	5	M 11	00:31:01	00:53:03.20	00:53:04.90	5:18	11.3
13	CYBULSKI MARIUSZ	5111	SAINT-GOBAIN SQUAD, ADRUNALINETEAM, BIEGAJ Z MANKIEM	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-40	6	M 12	00:31:27	00:53:08.20	00:53:09.65	5:18	11.3
14	PRZYBYSZEWSKI ŁUKASZ	5173		BIELAWA	POL	M-40	7	M 13	00:32:05	00:53:09.40	00:53:11.95	5:18	11.3
15	KARCZEWSKA JOANNA	5122	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	SUWAŁKI	POL	K-40	1	K 3	00:32:33	00:54:51.05	00:54:53.10	5:29	10.9
16	OLECHNOWICZ ROBERT	5055		WROCŁAW	POL	M-50	2	M 14	00:33:03	00:55:19.00	00:55:19.00	5:31	10.8
17	KRAWCZYNSZY PAWEL	5103		DUSZNIKI ZDRÓJ	POL	M-40	8	M 15	00:33:06	00:55:27.25	00:55:33.90	5:32	10.8
18	ZIĘTARSKI ROBERT	5187	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	M-40	9	M 16	00:32:52	00:55:36.70	00:55:40.15	5:33	10.8
19	DOBRAŚ ZDZISŁAW	5186	NOWA RUDA BIEGA		POL	M-60	1	M 17	00:33:03	00:55:41.85	00:55:43.15	5:34	10.8
20	KURZAWIAK GRZEGORZ	5125	KUDOWIANAK RUN	KARŁÓW	POL	M-40	10	M 18	00:33:17	00:56:05.30	00:56:08.15	5:36	10.7
21	HOTAŁA SYLWIA	5017	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA ZDRÓJ	POL	K-30	2	K 4	00:33:32	00:56:05.65	00:56:08.20	5:36	10.7
22	SĘDZIK PIOTR	5154	APPLOVER ULTRA TEAM	WROCŁAW (WROCŁAW-PSIE POLE)	POL	M-20	3	M 19	00:33:26	00:56:36.10	00:56:37.70	5:39	10.6
23	KAMIŃSKI ARTUR	5092		NOWY ŚWIĘTÓW	POL	M-40	11	M 20		00:56:43.00	00:56:43.00	5:40	10.6
24	CICHY KRZYSZTOF	5037	GÓRAL Z MAZUR RUNNING TEAM	POZNAŃ	POL	M-50	3	M 21	00:33:52	00:57:01.50	00:57:03.90	5:42	10.5
25	PEĆZAR ANETA	5107	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	K-20	2	K 5	00:33:38	00:57:05.85	00:57:07.95	5:42	10.5
26	SĄSIN DOMINIKA	5118	ŻELAZNA ŚWIDNICA	ŚWIDNICA	POL	K-20	3	K 6	00:33:43	00:57:18.55	00:57:23.85	5:43	10.5
27	MIELCUCZ KAMILA	5109	#BIEGAJZESŁAWKIEM	POZNAŃ	POL	K-20	4	K 7	00:34:29	00:57:21.75	00:57:24.60	5:44	10.5
28	BAHRANOWSKA-KILIAN MARIA	5148	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	KRAKÓW	POL	K-20	5	K 8	00:34:16	01:00:58.50	01:01:00.50	6:05	9.8
29	SZOKA KRZYSZTOF	5019		SZCZYTNA	POL	M-20	4	M 22	00:36:38	01:01:26.40	01:01:30.05	6:08	9.8
30	MASTERNAK ŁUKASZ	5115		PRZYTOK	POL	M-30	4	M 23	00:37:01	01:01:37.05	01:01:41.50	6:09	9.7
31	KUCZYŃSKI ZBIGNIEW	5168	KGHM ZGRUN	GŁOGÓW	POL	M-60	2	M 24	00:36:32	01:02:20.90	01:02:22.05	6:14	9.6
32	MOSSAKOWSKI RAFAŁ	5171	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AWL	PUŁTUSK	POL	M-20	5	M 25	00:37:55	01:02:40.35	01:02:45.25	6:16	9.6
33	DULĘBA ŁUKASZ	5158	DZIUBEK	KUDOWA ZDRÓJ	POL	M-40	12	M 26	00:37:54	01:03:25.70	01:03:30.70	6:20	9.5
34	ZIMNY TOMASZ	5045		SZCZECIN	POL	M-60	3	M 27	00:38:10	01:04:25.15	01:04:26.45	6:26	9.3
35	SZABŁOWSKI ARTUR	5001		KOWARY	POL	M-50	4	M 28	00:37:55	01:04:45.55	01:04:56.10	6:28	9.3
36	ŚLADCZYK DOMINIK	5180	MKST ITF		POL	M-30	5	M 29	00:41:20	01:04:52.35	01:05:05.30	6:29	9.2
37	RESSEL JOANNA	5174	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA ZDRÓJ	POL	K-30	3	K 9	00:38:21	01:05:04.45	01:05:07.45	6:30	9.2
38	FANAJŁO WOJCIECH	5114		ZIELONA GÓRA	POL	M-30	6	M 30	00:38:49	01:05:54.70	01:05:59.10	6:35	9.1
39	ZAJĄC ALEKSANDER	5183			POL	M-30	7	M 31	00:40:34	01:07:01.05	01:07:13.70	6:42	9
40	CHOMICZ-SZABŁOWSKA ANNA	5002		KOWARY	POL	K-40	2	K 10	00:39:41	01:07:26.25	01:07:35.90	6:44	8.9
41	KRYSTOSIAK MATEUSZ	5160		ŚWIDNICA	POL	M-20	6	M 32	00:40:22	01:07:30.40	01:07:37.90	6:45	8.9
42	HONSA TOMASZ	5150	MOCNA GRUPA CEZARA	WROCŁAW	POL	M-30	8	M 33	00:40:35	01:07:36.90	01:07:43.50	6:45	8.9
43	MAZIAREK ADELA	5021		NIEMODLIN	POL	K-40	3	K 11	00:39:50	01:07:53.10	01:07:55.45	6:47	8.8
44	PRAŻANOWSKI MARIUSZ	5101		ŁÓDŹ	POL	M-50	5	M 34	00:40:15	01:08:08.25	01:08:12.90	6:48	8.8
45	WRÓBLEWSKI JAROSŁAW	5190	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	M-40	13	M 35	00:41:24	01:08:29.30	01:08:37.50	6:50	8.8
46	GULAJSKI RAFAŁ	5185	OSIEM		POL	M-40	14	M 36	00:41:17	01:08:35.50	01:08:40.50	6:51	8.7
47	MOSÓR MARIUSZ	5062		KLUCZE	POL	M-50	6	M 37	00:39:02	01:08:39.75	01:08:45.80	6:51	8.7
48	PAWLIKOWSKA ANNA	5159		WROCŁAW	POL	K-40	4	K 12	00:41:09	01:08:45.60	01:08:52.60	6:52	8.7
49	ZAPOTOCZNY MARIUSZ	5147		WROCŁAW	POL	M-40	15	M 38	00:42:06	01:08:52.30	01:09:01.90	6:53	8.7
50	BARANIECKA JUSTYNA	5167	BIEGAM BO LUBIE GŁOGÓW	67-200	POL	K-40	5	K 13	00:40:11	01:08:57.75	01:09:02.50	6:53	8.7
51	WÓJCIK KAMILA	5189	STRONE BIEGA		POL	K-40	6	K 14	00:41:31	01:09:15.20	01:09:18.80	6:55	8.7
52	PARASZCZUK DOMINIKA	5030	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	K-40	7	K 15	00:41:45	01:09:30.20	01:09:34.45	6:57	8.6
53	PIETRZAK MACIEJ	5096		WARSZAWA	POL	M-40	16	M 39	00:42:06	01:10:09.45	01:10:20.65	7:00	8.6

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
54	TOKARSKI JOACHIM	5145	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-40	17	M 40	00:39:18	01:11:06.50	01:11:11.70	7:06	8.4
55	JURDZIAK KAROLINA	5034		WROCLAW	POL	K-40	8	K 16	00:41:21	01:11:08.80	01:11:13.15	7:06	8.4
56	MADZIA ALEKSANDRA	5191	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-30	4	K 17	00:42:44	01:11:44.90	01:11:48.35	7:10	8.4
57	APTOWICZ PAWEŁ	5170	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AKADEMII WOJSK ŁĄDOWYCH	IŁAWA	POL	M-20	7	M 41	00:41:51	01:11:51.20	01:11:56.50	7:11	8.4
58	MARTAN IWONA	5146		WROCLAW	POL	K-40	9	K 18	00:43:06	01:12:00.10	01:12:10.60	7:12	8.3
59	ZALEWSKI RADOŚLAW	5075		KARWIANY	POL	M-30	9	M 42	00:44:33	01:12:01.25	01:12:14.65	7:12	8.3
60	KORDOWSKI WOJCIECH	5157		KIELCE	POL	M-40	18	M 43	00:42:05	01:12:23.05	01:12:23.05	7:14	8.3
61	MRÓZ URSZULA	5188	STRONE BIEGA		POL	K-60	1	K 19	00:42:29	01:12:23.55	01:12:27.35	7:14	8.3
62	SZYMAŃSKI GRZEGORZ	5104	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	M-40	19	M 44	00:42:22	01:12:38.60	01:12:42.45	7:15	8.3
63	SURDACKI PIOTR	5119		SZCZECIN	POL	M-40	20	M 45	00:42:36	01:12:39.35	01:12:48.75	7:15	8.3
64	ŻYGIĘŁO MONIKA	5042	CH10	CHOSZCZNO	POL	K-40	10	K 20	00:42:37	01:12:39.55	01:12:48.95	7:15	8.3
65	ZACHARA KATARZYNA	5192	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-40	11	K 21	00:42:57	01:12:53.20	01:12:56.80	7:17	8.2
66	SIKORA MAREK	5029	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	M-40	21	M 46	00:43:31	01:12:58.00	01:13:02.70	7:17	8.2
67	BONIEC ALEKSANDER	5127	NADLEŚNICTWO LIPINKI	ŻARY	POL	M-60	4	M 47	00:43:01	01:13:30.15	01:13:33.30	7:21	8.2
68	ŁYCZEK RAFAŁ	5083	JA I MÓJ BRZUCH	DZIERŻONIÓW	POL	M-30	10	M 48	00:44:23	01:13:23.55	01:13:37.25	7:20	8.2
69	HEJNA MAŁGORZATA	5073	SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	1	K 22	00:44:17	01:14:20.70	01:14:22.50	7:26	8.1
70	GMEREK EWELINA	5084		POZNAŃ	POL	K-40	12	K 23	00:44:33	01:14:58.05	01:15:05.60	7:29	8
71	MAZIAREK MICHAŁ	5072		NIEMODLIN	POL	M-40	22	M 49	00:44:03	01:15:21.80	01:15:27.85	7:32	8
72	CZARNECKI RAFAŁ	5163		ŁAMBINOWICE	POL	M-40	23	M 50	00:45:35	01:15:35.35	01:15:50.20	7:33	7.9
73	NARKUN TOMASZ	5149	WIG20TUDEMUN	GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	M-40	24	M 51	00:44:48	01:16:47.75	01:16:53.65	7:40	7.8
74	SĘDZIK MIKOŁAJ	5193			POL	M-20	8	M 52	00:46:38	01:17:07.40	01:17:18.00	7:42	7.8
75	CHORAŻYCZEWSKI MICHAŁ	5050	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	OBORNICKI	POL	M-40	25	M 53	00:44:02	01:17:26.35	01:17:30.00	7:44	7.7
76	JASTRZĄBEK MAREK	5124	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	ROŻNOWO	POL	M-40	26	M 54	00:44:02	01:17:26.70	01:17:30.05	7:44	7.7
77	SĘDZIK JACEK	5155	VILLA MEDICA	WROCLAW	POL	M-50	7	M 55	00:45:58	01:17:36.05	01:17:46.25	7:45	7.7
78	-----	5043	KB ZDYSZAAANI CHOCIANÓW	CHOCIANÓW	POL	K-40	13	K 24	00:46:53	01:17:44.85	01:17:53.90	7:46	7.7
79	CIEKAŃSKA JOANNA	5098		LESZNO	POL	K-40	14	K 25	00:45:47	01:18:13.35	01:18:19.55	7:49	7.7
80	MROCZKOWSKI DOMINIK	5039		KATOWICE	POL	M-20	9	M 56	00:46:48	01:18:20.85	01:18:29.35	7:50	7.7
81	SZYCH KATARZYNA	5013	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	2	K 26	00:47:02	01:18:20.80	01:18:29.65	7:50	7.7
82	LATOS JOANNA	5172		ZIELONA GÓRA	POL	K-40	15	K 27	00:47:01	01:18:58.65	01:19:04.25	7:53	7.6
83	MARCINKOWSKI MARCIN	5165		KAŁY	POL	M-30	11	M 57	00:47:18	01:18:56.25	01:19:07.35	7:53	7.6
84	BROŻYNA MAGDA	5014		WARSZAWA	POL	K-40	16	K 28	00:47:34	01:19:20.90	01:19:28.05	7:56	7.6
85	SZPILA JAROSŁAW	5162		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-50	8	M 58	00:47:14	01:20:44.40	01:20:57.40	8:04	7.4
86	MISIAK URSZULA	5052		WROCLAW	POL	K-30	5	K 29	00:47:30	01:21:09.95	01:21:18.75	8:06	7.4
87	FRĄCKOWIAK ELŻBIETA	5181		ŚREM	POL	K-40	17	K 30	00:48:24	01:21:47.65	01:21:59.25	8:10	7.3
88	LESZCZUK PATRYCJA	5139		WARSZAWA	POL	K-30	6	K 31	00:48:24	01:21:51.95	01:22:02.75	8:11	7.3
89	MAJCHRZAK GAŁADYK HELENA	5123		LEWIN KŁODZKI	POL	K-40	18	K 32	00:49:27	01:21:56.95	01:22:04.70	8:11	7.3
90	URBANIAK IZABELA	5136	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-40	19	K 33	00:48:53	01:22:07.55	01:22:16.60	8:12	7.3
91	PIETRASIK ANDRZEJ	5041		STAROGARD GDAŃSKI	POL	M-30	12	M 59	00:48:38	01:22:17.65	01:22:25.25	8:13	7.3
92	LIŚKIEWICZ MARZENA	5047		PŁOCHOCIN	POL	K-40	20	K 34	00:49:24	01:22:32.80	01:22:41.60	8:15	7.3
93	KUCHCIŃSKA DIANA	5097		WSCHOWA	POL	K-40	21	K 35	00:48:32	01:22:50.95	01:22:57.45	8:17	7.2
94	PLUCIENNICZAK BARBARA	5132		LATCHORZEW	POL	K-40	22	K 36	00:49:24	01:23:06.70	01:23:11.20	8:18	7.2
95	GOLEBIEWSKA MAŁGORZATA	5028	RUN TEAM RYDZYNA	KŁODA	POL	K-40	23	K 37	00:47:29	01:23:12.70	01:23:18.05	8:19	7.2
96	NADOLNA KARINA	5179	RUN TEAM RYDZYNA		POL	K-40	24	K 38	00:47:31	01:23:12.50	01:23:18.10	8:19	7.2
97	SZERMENT MAGDALENA	5061		GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	K-40	25	K 39	00:50:37	01:23:24.45	01:23:31.90	8:20	7.2
98	LESZCZYNA MAGDALENA	5066	ZRYW	PARZYMIECZY	POL	K-40	26	K 40	00:48:49	01:23:41.35	01:23:44.50	8:22	7.2
99	BOKSZA ROBERT	5070		TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M-40	27	M 60	00:49:32	01:24:13.00	01:24:13.00	8:25	7.1
100	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	5105	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	K-50	3	K 41	00:49:51	01:24:49.45	01:24:53.50	8:28	7.1
101	PIEPRZYCKA AGATA	5046	#BIEGAJLESZNO	RYDZYNA	POL	K-40	27	K 42	00:48:55	01:25:18.45	01:25:18.45	8:31	7
102	KUBUJ KAROLINA	5116		LEWIN KŁODZKI	POL	K-20	6	K 43	00:49:16	01:25:23.15	01:25:33.35	8:32	7
103	KRYSZEWSKI ARTUR	5110		POZNAŃ	POL	M-30	13	M 61	00:50:20	01:25:38.05	01:25:42.85	8:33	7
104	KORSAK AGATA	5113		BEZRZECZE	POL	K-30	7	K 44	00:50:23	01:25:55.75	01:26:05.95	8:35	7
105	BUDZISZEWSKA MONIKA	5067	ZRYW	PARZYMIECZY	POL	K-40	28	K 45	00:50:57	01:27:00.70	01:27:03.55	8:42	6.9
106	JANIK EWA	5140		LESZNO	POL	K-40	29	K 46	00:50:13	01:26:57.75	01:27:04.15	8:41	6.9
107	KACZMAREK ANNA	5120		ŚWIEBODZIN	POL	K-30	8	K 47	00:51:23	01:27:08.95	01:27:14.70	8:42	6.9
108	ADAMIAK PIOTR	5141	BIEGAM Z IDEA KUCHNI	WARSZAWA	POL	M-40	28	M 62	00:49:46	01:27:39.35	01:27:48.20	8:45	6.8
109	ŚMIEJCZAK DAMIAN	5135		WROCLAW	POL	M-30	14	M 63	00:51:49	01:27:44.05	01:27:54.75	8:46	6.8

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
110	KOBUS-DUNAJ LIDIA	5137		ZĄBKI	POL	K-30	9	K 48	00:50:16	01:27:54.90	01:28:02.05	8:47	6.8
111	HULBOJ MARLENA	5044	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	K-30	10	K 49	00:49:52	01:28:08.00	01:28:13.60	8:48	6.8
112	PARADA MAGDALENA	5078		WOLANY	POL	K-40	30	K 50	00:53:13	01:28:17.10	01:28:29.60	8:49	6.8
113	LIPSKA AGATA	5143		KARGOWA	POL	K-50	4	K 51	00:52:29	01:28:24.15	01:28:37.30	8:50	6.8
114	WASYLUK AGNIESZKA	5142		NOWA SÓL	POL	K-50	5	K 52	00:52:32	01:28:26.00	01:28:37.85	8:50	6.8
115	WOREK SYLWIA	5074		LIPIE	POL	K-40	31	K 53	00:50:47	01:28:37.35	01:28:40.20	8:51	6.8
116	KOZŁOWSKA MAGDALENA	5064		KONIN	POL	K-40	32	K 54	00:53:12	01:30:00.45	01:30:08.20	9:00	6.7
117	CZARNECKA AGNIESZKA	5164		ŁAMBINOWICE	POL	K-40	33	K 55	00:52:58	01:30:31.10	01:30:40.05	9:03	6.6
118	ANTKOWIAK JOANNA	5036	BIEGAJ LESZNO	LESZNO	POL	K-40	34	K 56	00:54:36	01:30:53.85	01:30:57.90	9:05	6.6
119	ANTKOWIAK JOACHIM	5088	#BIEGAJLESZNO	LESZNO	POL	M-40	29	M 64	00:54:31	01:30:54.30	01:30:59.00	9:05	6.6
120	ZIÓŁEK TERESA	5121	STAY INSANE	MEŁGIEW	POL	K-60	2	K 57	00:54:19	01:30:58.75	01:31:09.05	9:05	6.6
121	DOMOSŁAWSKI PAWEŁ	5057		WROCŁAW	POL	M-60	5	M 65	00:53:12	01:31:11.35	01:31:19.10	9:07	6.6
122	WASYLUK TOMASZ	5144		NOWA SÓL	POL	M-50	9	M 66	00:54:27	01:31:25.30	01:31:37.00	9:08	6.6
123	CISICKA DARIA	5071		NAMYŚLÓW	POL	K-30	11	K 58	00:54:37	01:31:32.05	01:31:40.40	9:09	6.6
124	MOSÓR LILLA	5063	LISY PUSTYNI	KLUCZE	POL	K-50	6	K 59	00:53:10	01:31:40.10	01:31:45.90	9:10	6.5
125	STOBIŃSKA KAMILA	5049		WARSZAWA	POL	K-40	35	K 60	00:52:39	01:33:14.10	01:33:22.65	9:19	6.4
126	MIKOŁAJEWICZ BEATA	5080	FZCJ	LESZNO	POL	K-40	36	K 61	00:53:21	01:33:28.65	01:33:40.05	9:20	6.4
127	SOJA-WAWRYSZEWICZ AGATA	5051		WROCŁAW	POL	K-40	37	K 62	00:54:05	01:34:25.50	01:34:32.95	9:26	6.4
128	DAMEK MARIOLA	5069		WROCŁAW	POL	K-50	7	K 63	00:55:31	01:34:46.40	01:34:46.40	9:28	6.3
129	JOACHIMIAK ANNA	5112		WARSZAWA	POL	K-30	12	K 64	00:54:27	01:35:13.40	01:35:18.50	9:31	6.3
130	KLINOWSKI MIROSLAW	5106		ŚREM	POL	M-40	30	M 67	00:54:35	01:35:15.60	01:35:28.10	9:31	6.3
131	FRAŃKOWIAK JACEK	5182	WSK	ŚREM	POL	M-40	31	M 68	00:56:21	01:37:37.05	01:37:48.90	9:45	6.1
132	BIENIEK IWONA	5133	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-50	8	K 65	00:56:38	01:37:39.90	01:37:49.55	9:45	6.1
133	SZÓSTAK MARZENA	5027	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	3	K 66	00:57:53	01:37:40.45	01:37:50.65	9:46	6.1
134	BŁACHNIO DOROTA	5010	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	9	K 67	00:56:54	01:37:48.10	01:37:54.80	9:46	6.1
135	MAJOS MAŁGORZATA	5007	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	10	K 68	00:56:54	01:37:47.85	01:37:55.05	9:46	6.1
136	GABERT BEATA	5009	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	11	K 69	00:56:53	01:37:47.25	01:37:55.20	9:46	6.1
137	GONERA JANINA	5016	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	4	K 70	00:56:59	01:37:45.45	01:37:55.65	9:46	6.1
138	MICHNOWSKA MILENA	5184			POL	K-40	38	K 71	00:57:30	01:38:57.55	01:39:04.25	9:53	6.1
139	BIENIEK MARTA	5134		RASZKÓW	POL	K-30	13	K 72	00:58:59	01:39:04.65	01:39:15.15	9:54	6.1
140	DUBIAŁ HALINA	5022	BABCIE BIEGAJĄ	LESZNO	POL	K-60	5	K 73	00:58:00	01:39:10.15	01:39:22.15	9:55	6.1
141	KOZAK KRYSZYNA	5020	LOB	LESZNO	POL	K-50	12	K 73	00:58:14	01:39:22.15	01:39:22.15	9:56	6
142	PISULA MAJA	5015		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	39	K 73	00:57:54	01:39:09.20	01:39:22.15	9:54	6.1
143	GAŁEK ANITA	5056		SZCZECIN	POL	K-40	40	K 76	00:56:56	01:39:23.90	01:39:31.65	9:56	6
144	KOWALIK ALEKSANDRA	5038		KATOWICE	POL	K-20	7	K 77	00:55:44	01:39:26.90	01:39:35.00	9:56	6
145	LIS AGNIESZKA	5040		CEREKWICA	POL	K-40	41	K 78	00:57:05	01:39:36.85	01:39:36.85	9:57	6
146	PRZYŁUSKA MIROSLAWA	5006	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	6	K 79	00:57:29	01:40:25.05	01:40:31.55	10:02	6
147	PARTYKA AGNIESZKA	5000	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	K-40	42	K 80	00:58:32	01:41:04.05	01:41:13.60	10:06	5.9
148	MIELNIK SYLWESTER	5128		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	15	M 69	00:58:59	01:42:50.75	01:43:03.10	10:17	5.8
149	MIELNIK NATALIA	5018		KUDOWA-ZDROJ	POL	K-30	14	K 81	00:59:00	01:42:51.30	01:43:03.20	10:17	5.8
150	TOKARSKA IWONKA	5129		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	43	K 81	00:59:00	01:42:51.50	01:43:03.20	10:17	5.8
151	WITCZAK-SPERKA MARIOLA	5008	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	7	K 83	00:58:36	01:43:05.35	01:43:12.25	10:18	5.8
152	TRĘBACZ MARIANNA	5091		DĄBRÓWKA	POL	K-30	15	K 84	00:57:51	01:43:17.40	01:43:23.20	10:19	5.8
153	ADAMSKI MARZENA	5090		ŚRODA WLKP	POL	K-40	44	K 85	00:57:36	01:43:17.20	01:43:23.40	10:19	5.8
154	BOROWSKA-TOMCZYK ANNA	5032		WARSZAWA	POL	K-60	8	K 86	01:16:00	02:19:03.75	02:19:06.50	13:54	4.3
155	WOŹNIAK ANNA	5086		BYTOM	POL	K-40	45	K 87	01:19:51	02:24:10.30	02:24:23.75	14:25	4.2

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN KOBIEC

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	DUL KAROLINA	5152		JELEŃ GÓRA	POL	K-20	1	K 1	00:30:17	00:51:43.45	00:51:45.25	5:10	11.6
2	DUDEK MONIKA	5151		ZIĘBICE	POL	K-30	1	K 2	00:30:50	00:52:41.60	00:52:43.20	5:16	11.4
3	KARCZEWSKA JOANNA	5122	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	SUWAŁKI	POL	K-40	1	K 3	00:32:33	00:54:51.05	00:54:53.10	5:29	10.9
4	HOTAŁA SYLWIA	5017	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA ZDRÓJ	POL	K-30	2	K 4	00:33:32	00:56:05.65	00:56:08.20	5:36	10.7

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN KOBIEC c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
5	PĘCZAR ANETA	5107	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	K-20	2	K 5	00:33:38	00:57:05.85	00:57:07.95	5:42	10.5
6	SASIN DOMINIKA	5118	ŻELAZNA ŚWIDNICA	ŚWIDNICA	POL	K-20	3	K 6	00:33:43	00:57:18.55	00:57:23.85	5:43	10.5
7	MIELCUCH KAMILA	5109	#BIEGAJZESŁAWKIEM	POZNAŃ	POL	K-20	4	K 7	00:34:29	00:57:21.75	00:57:24.60	5:44	10.5
8	BAHRANOWSKA-KILIAN MARIA	5148	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	KRAKÓW	POL	K-20	5	K 8	00:34:16	01:00:58.50	01:01:00.50	6:05	9.8
9	RESSEL JOANNA	5174	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA ZDRÓJ	POL	K-30	3	K 9	00:38:21	01:05:04.45	01:05:07.45	6:30	9.2
10	CHOMICZ-SZABŁOWSKA ANNA	5002		KOWARY	POL	K-40	2	K 10	00:39:41	01:07:26.25	01:07:35.90	6:44	8.9
11	MAZIAREK ADELA	5021		NIEMODLIN	POL	K-40	3	K 11	00:39:50	01:07:53.10	01:07:55.45	6:47	8.8
12	PAWLIKOWSKA ANNA	5159		WROCLAW	POL	K-40	4	K 12	00:41:09	01:08:45.60	01:08:52.60	6:52	8.7
13	BARANIECKA JUSTYNA	5167	BIEGAM BO LUBIE GŁOGÓW	67-200	POL	K-40	5	K 13	00:40:11	01:08:57.75	01:09:02.50	6:53	8.7
14	WÓJCIK KAMILA	5189	STRONE BIEGA		POL	K-40	6	K 14	00:41:31	01:09:15.20	01:09:18.80	6:55	8.7
15	PARASZCZUK DOMINIKA	5030	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	K-40	7	K 15	00:41:45	01:09:30.20	01:09:34.45	6:57	8.6
16	JURDZIAK KAROLINA	5034		WROCLAW	POL	K-40	8	K 16	00:41:21	01:11:08.80	01:11:13.15	7:06	8.4
17	MADZIA ALEKSANDRA	5191	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-30	4	K 17	00:42:44	01:11:44.90	01:11:48.35	7:10	8.4
18	MARTAN IWONA	5146		WROCLAW	POL	K-40	9	K 18	00:43:06	01:12:00.10	01:12:10.60	7:12	8.3
19	MRÓZ URSZULA	5188	STRONE BIEGA		POL	K-60	1	K 19	00:42:29	01:12:23.55	01:12:27.35	7:14	8.3
20	ŻYGIĘŁO MONIKA	5042	CH10	CHOSZCZCZO	POL	K-40	10	K 20	00:42:37	01:12:39.55	01:12:48.95	7:15	8.3
21	ZACHARA KATARZYNA	5192	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-40	11	K 21	00:42:57	01:12:53.20	01:12:56.80	7:17	8.2
22	HEJNA MAŁGORZATA	5073	SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	1	K 22	00:44:17	01:14:20.70	01:14:22.50	7:26	8.1
23	GMIEREK EWELINA	5084		POZNAŃ	POL	K-40	12	K 23	00:44:33	01:14:58.05	01:15:05.60	7:29	8
24	-----	5043	KB ZDYSZAAANI CHOCIANÓW	CHOCIANÓW	POL	K-40	13	K 24	00:46:53	01:17:44.85	01:17:53.90	7:46	7.7
25	CIEKAŃSKA JOANNA	5098		LESZNO	POL	K-40	14	K 25	00:45:47	01:18:13.35	01:18:19.55	7:49	7.7
26	SZYCH KATARZYNA	5013	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	2	K 26	00:47:02	01:18:20.80	01:18:29.65	7:50	7.7
27	LATOS JOANNA	5172		ZIELONA GÓRA	POL	K-40	15	K 27	00:47:01	01:18:58.65	01:19:04.25	7:53	7.6
28	BROŻYNA MAGDA	5014		WARSZAWA	POL	K-40	16	K 28	00:47:34	01:19:20.90	01:19:28.05	7:56	7.6
29	MISIAK URSZULA	5052		WROCLAW	POL	K-30	5	K 29	00:47:30	01:21:09.95	01:21:18.75	8:06	7.4
30	FRĄCKOWIAK ELŻBIETA	5181		ŚREM	POL	K-40	17	K 30	00:48:24	01:21:47.65	01:21:59.25	8:10	7.3
31	LESZCZUK PATRYCJA	5139		WARSZAWA	POL	K-30	6	K 31	00:48:24	01:21:51.95	01:22:02.75	8:11	7.3
32	MAJCHRZAK GAŁADYK HELENA	5123		LEWIN KŁODZKI	POL	K-40	18	K 32	00:49:27	01:21:56.95	01:22:04.70	8:11	7.3
33	URBANIAK IZABELA	5136	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-40	19	K 33	00:48:53	01:22:07.55	01:22:16.60	8:12	7.3
34	LIŚKIEWICZ MARZENA	5047		PŁOCHOCIN	POL	K-40	20	K 34	00:49:24	01:22:32.80	01:22:41.60	8:15	7.3
35	KUCHCINSKA DIANA	5097		WSCHOWA	POL	K-40	21	K 35	00:48:32	01:22:50.95	01:22:57.45	8:17	7.2
36	PLUCIENNICZAK BARBARA	5132		LATCHORZEW	POL	K-40	22	K 36	00:49:24	01:23:06.70	01:23:11.20	8:18	7.2
37	GOLEBIEWSKA MAŁGORZATA	5028	RUN TEAM RYDZYNA	KŁODA	POL	K-40	23	K 37	00:47:29	01:23:12.70	01:23:18.05	8:19	7.2
38	NADOLNA KARINA	5179	RUN TEAM RYDZYNA		POL	K-40	24	K 38	00:47:31	01:23:12.50	01:23:18.10	8:19	7.2
39	SZERMENT MAGDALENA	5061		GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	K-40	25	K 39	00:50:37	01:23:24.45	01:23:31.90	8:20	7.2
40	LESZCZYNA MAGDALENA	5066	ZRYW	PARZYMIĘCHY	POL	K-40	26	K 40	00:48:49	01:23:41.35	01:23:44.50	8:22	7.2
41	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	5105	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	K-50	3	K 41	00:49:51	01:24:49.45	01:24:53.50	8:28	7.1
42	PIEPZYCKA AGATA	5046	#BIEGAJLESZNO	RYDZYNA	POL	K-40	27	K 42	00:48:55	01:25:18.45	01:25:18.45	8:31	7
43	KUBUJ KAROLINA	5116		LEWIN KŁODZKI	POL	K-20	6	K 43	00:49:16	01:25:23.15	01:25:33.35	8:32	7
44	KORSAK AGATA	5113		BEZRZECZE	POL	K-30	7	K 44	00:50:23	01:25:55.75	01:26:05.95	8:35	7
45	BUDZISZEWSKA MONIKA	5067	ZRYW	PARZYMIĘCHY	POL	K-40	28	K 45	00:50:57	01:27:00.70	01:27:03.55	8:42	6.9
46	JANIK EWA	5140		LESZNO	POL	K-40	29	K 46	00:50:13	01:26:57.75	01:27:04.15	8:41	6.9
47	KACZMAREK ANNA	5120		ŚWIEBODZIN	POL	K-30	8	K 47	00:51:23	01:27:08.95	01:27:14.70	8:42	6.9
48	KOBUS-DUNAJ LIDIA	5137		ZĄBKI	POL	K-30	9	K 48	00:50:16	01:27:54.90	01:28:02.05	8:47	6.8
49	HULBOJ MARLENA	5044	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	K-30	10	K 49	00:49:52	01:28:08.00	01:28:13.60	8:48	6.8
50	PARADA MAGDALENA	5078		WOLANY	POL	K-40	30	K 50	00:53:13	01:28:17.10	01:28:29.60	8:49	6.8
51	LIPSKA AGATA	5143		KARGOWA	POL	K-50	4	K 51	00:52:29	01:28:24.15	01:28:37.30	8:50	6.8
52	WASYLUK AGNIESZKA	5142		NOWA SÓL	POL	K-50	5	K 52	00:52:32	01:28:26.00	01:28:37.85	8:50	6.8
53	WOREK SYLWIA	5074		LIPIE	POL	K-40	31	K 53	00:50:47	01:28:37.35	01:28:40.20	8:51	6.8
54	KOZŁOWSKA MAGDALENA	5064		KONIN	POL	K-40	32	K 54	00:53:12	01:30:00.45	01:30:08.20	9:00	6.7
55	CZARNECKA AGNIESZKA	5164		ŁAMBINOWICE	POL	K-40	33	K 55	00:52:58	01:30:31.10	01:30:40.05	9:03	6.6
56	ANTKOWIAK JOANNA	5036	BIEGAJ LESZNO	LESZNO	POL	K-40	34	K 56	00:54:36	01:30:53.85	01:30:57.90	9:05	6.6
57	ZIÓŁEK TERESA	5121	STAY INSANE	MEŁGIEW	POL	K-60	2	K 57	00:54:19	01:30:58.75	01:31:09.05	9:05	6.6
58	CISICKA DARIA	5071		NAMYSŁÓW	POL	K-30	11	K 58	00:54:37	01:31:32.05	01:31:40.40	9:09	6.6
59	MOSÓR LILLA	5063	LISY PUSTYNI	KLUCZE	POL	K-50	6	K 59	00:53:10	01:31:40.10	01:31:45.90	9:10	6.5
60	STOBIŃSKA KAMILA	5049		WARSZAWA	POL	K-40	35	K 60	00:52:39	01:33:14.10	01:33:22.65	9:19	6.4
61	MIKOŁAJEWICZ BEATA	5080	FZCJ	LESZNO	POL	K-40	36	K 61	00:53:21	01:33:28.65	01:33:40.05	9:20	6.4

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, OPEN KOBIEC c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
62	SOJA-WAWRYSZEWICZ AGATA	5051		WROCŁAW	POL	K-40	37	K 62	00:54:05	01:34:25.50	01:34:32.95	9:26	6.4
63	DAMEK MARIOLA	5069		WROCŁAW	POL	K-50	7	K 63	00:55:31	01:34:46.40	01:34:46.40	9:28	6.3
64	JOACHIMIAK ANNA	5112		WARSZAWA	POL	K-30	12	K 64	00:54:27	01:35:13.40	01:35:18.50	9:31	6.3
65	BIENIEK IWONA	5133	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-50	8	K 65	00:56:38	01:37:39.90	01:37:49.55	9:45	6.1
66	SZÓSTAK MARZENA	5027	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	3	K 66	00:57:53	01:37:40.45	01:37:50.65	9:46	6.1
67	BŁACHNIO DOROTA	5010	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	9	K 67	00:56:54	01:37:48.10	01:37:54.80	9:46	6.1
68	MAJOS MAŁGORZATA	5007	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	10	K 68	00:56:54	01:37:47.85	01:37:55.05	9:46	6.1
69	GABERT BEATA	5009	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	11	K 69	00:56:53	01:37:47.25	01:37:55.20	9:46	6.1
70	GONERA JANINA	5016	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	4	K 70	00:56:59	01:37:45.45	01:37:55.65	9:46	6.1
71	MICHNOWSKA MILENA	5184			POL	K-40	38	K 71	00:57:30	01:38:57.55	01:39:04.25	9:53	6.1
72	BIENIEK MARTA	5134		RASZKÓW	POL	K-30	13	K 72	00:58:59	01:39:04.65	01:39:15.15	9:54	6.1
73	DUBIAŁ HALINA	5022	BABCIE BIEGAJĄ	LESZNO	POL	K-60	5	K 73	00:58:00	01:39:10.15	01:39:22.15	9:55	6.1
74	KOZAK KRYSZYNA	5020	LOB	LESZNO	POL	K-50	12	K 73	00:58:14	01:39:22.15	01:39:22.15	9:56	6
75	PISULA MAJA	5015		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	39	K 73	00:57:54	01:39:09.20	01:39:22.15	9:54	6.1
76	GAŁEK ANITA	5056		SZCZECIN	POL	K-40	40	K 76	00:56:56	01:39:23.90	01:39:31.65	9:56	6
77	KOWALIK ALEKSANDRA	5038		KATOWICE	POL	K-20	7	K 77	00:55:44	01:39:26.90	01:39:35.00	9:56	6
78	LIS AGNIESZKA	5040		CEREKWICA	POL	K-40	41	K 78	00:57:05	01:39:36.85	01:39:36.85	9:57	6
79	PRZYŁUSKA MIROSŁAWA	5006	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	6	K 79	00:57:29	01:40:25.05	01:40:31.55	10:02	6
80	PARTYKA AGNIESZKA	5000	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	K-40	42	K 80	00:58:32	01:41:04.05	01:41:13.60	10:06	5.9
81	MIELNIK NATALIA	5018		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-30	14	K 81	00:59:00	01:42:51.30	01:43:03.20	10:17	5.8
82	TOKARSKA IWONKA	5129		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	43	K 81	00:59:00	01:42:51.50	01:43:03.20	10:17	5.8
83	WITCZAK-SPERKA MARIOLA	5008	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	7	K 83	00:58:36	01:43:05.35	01:43:12.25	10:18	5.8
84	TRĘBACZ MARIANNA	5091		DĄBRÓWKA	POL	K-30	15	K 84	00:57:51	01:43:17.40	01:43:23.20	10:19	5.8
85	ADAMSKI MARZENA	5090		ŚRODA WLKP	POL	K-40	44	K 85	00:57:36	01:43:17.20	01:43:23.40	10:19	5.8
86	BOROWSKA-TOMCZYK ANNA	5032		WARSZAWA	POL	K-60	8	K 86	01:16:00	02:19:03.75	02:19:06.50	13:54	4.3
87	WOŹNIAK ANNA	5086		BYTOM	POL	K-40	45	K 87	01:19:51	02:24:10.30	02:24:23.75	14:25	4.2

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-20

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	DUL KAROLINA	5152		JELEŃ GÓRA	POL	K-20	1	K 1	00:30:17	00:51:43.45	00:51:45.25	5:10	11.6
2	PECZAR ANETA	5107	MAD RUNNERS	ŚWIDNICA	POL	K-20	2	K 5	00:33:38	00:57:05.85	00:57:07.95	5:42	10.5
3	SASIN DOMINIKA	5118	ŻELAZNA ŚWIDNICA	ŚWIDNICA	POL	K-20	3	K 6	00:33:43	00:57:18.55	00:57:23.85	5:43	10.5
4	MIELCUCZ KAMILA	5109	#BIEGAJZESŁAWKIEM	POZNAŃ	POL	K-20	4	K 7	00:34:29	00:57:21.75	00:57:24.60	5:44	10.5
5	BAHRANOWSKA-KILIAN MARIA	5148	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	KRAKÓW	POL	K-20	5	K 8	00:34:16	01:00:58.50	01:01:00.50	6:05	9.8
6	KUBUJ KAROLINA	5116		LEWIN KŁODZKI	POL	K-20	6	K 43	00:49:16	01:25:23.15	01:25:33.35	8:32	7
7	KOWALIK ALEKSANDRA	5038		KATOWICE	POL	K-20	7	K 77	00:55:44	01:39:26.90	01:39:35.00	9:56	6

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-20

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	ZAMIELSKI PAWEŁ	5082	PRZEDWOJEWSKI TEAM	WAŁBRZYCH	POL	M-20	1	M 2	00:27:08	00:46:26.10	00:46:27.10	4:38	12.9
2	TOMASIAK ADAM	5166	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-20	2	M 4	00:29:12	00:49:36.45	00:49:37.75	4:57	12.1
3	SĘDZIK PIOTR	5154	APPLOVER ULTRA TEAM	WROCŁAW (WROCŁAW-PSIE POLE)	POL	M-20	3	M 19	00:33:26	00:56:36.10	00:56:37.70	5:39	10.6
4	SZOKA KRZYSZTOF	5019		SZCZYRNA	POL	M-20	4	M 22	00:36:38	01:01:26.40	01:01:30.05	6:08	9.8
5	MOSSAKOWSKI RAFAŁ	5171	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AWL	PULŃTUSK	POL	M-20	5	M 25	00:37:55	01:02:40.35	01:02:45.25	6:16	9.6
6	KRYSTOSIAK MATEUSZ	5160		ŚWIDNICA	POL	M-20	6	M 32	00:40:22	01:07:30.40	01:07:37.90	6:45	8.9
7	APTOWICZ PAWEŁ	5170	SEKCJA BIEGÓW DŁUGODYSTANSOWYCH AKADEMII WOJSK LĄDOWYCH	IŁAWA	POL	M-20	7	M 41	00:41:51	01:11:51.20	01:11:56.50	7:11	8.4
8	SĘDZIK MIKOŁAJ	5193			POL	M-20	8	M 52	00:46:38	01:17:07.40	01:17:18.00	7:42	7.8
9	MROCKOWSKI DOMINIK	5039		KATOWICE	POL	M-20	9	M 56	00:46:48	01:18:20.85	01:18:29.35	7:50	7.7

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-30

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	DUDEK MONIKA	5151		ZIĘBICE	POL	K-30	1	K 2	00:30:50	00:52:41.60	00:52:43.20	5:16	11.4
2	HOTAŁA SYLWIA	5017	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA ZDRÓJ	POL	K-30	2	K 4	00:33:32	00:56:05.65	00:56:08.20	5:36	10.7
3	RESSEL JOANNA	5174	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA ZDRÓJ	POL	K-30	3	K 9	00:38:21	01:05:04.45	01:05:07.45	6:30	9.2
4	MADZIA ALEKSANDRA	5191	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-30	4	K 17	00:42:44	01:11:44.90	01:11:48.35	7:10	8.4
5	MISIAK URSZULA	5052		WROCŁAW	POL	K-30	5	K 29	00:47:30	01:21:09.95	01:21:18.75	8:06	7.4
6	LESZCZUK PATRYCJA	5139		WARSZAWA	POL	K-30	6	K 31	00:48:24	01:21:51.95	01:22:02.75	8:11	7.3
7	KORSAK AGATA	5113		BEZRZECZE	POL	K-30	7	K 44	00:50:23	01:25:55.75	01:26:05.95	8:35	7
8	KACZMAREK ANNA	5120		ŚWIEBODZIN	POL	K-30	8	K 47	00:51:23	01:27:08.95	01:27:14.70	8:42	6.9
9	KOBUS-DUNAJ LIDIA	5137		ZĄBKI	POL	K-30	9	K 48	00:50:16	01:27:54.90	01:28:02.05	8:47	6.8
10	HULBOJ MARLENA	5044	AKTYWNA NOWA RUDA	NOWA RUDA	POL	K-30	10	K 49	00:49:52	01:28:08.00	01:28:13.60	8:48	6.8
11	CISICKA DARIA	5071		NAMYSŁÓW	POL	K-30	11	K 58	00:54:37	01:31:32.05	01:31:40.40	9:09	6.6
12	JOACHIMIAK ANNA	5112		WARSZAWA	POL	K-30	12	K 64	00:54:27	01:35:13.40	01:35:18.50	9:31	6.3
13	BIENIEK MARTA	5134		RASZKÓW	POL	K-30	13	K 72	00:58:59	01:39:04.65	01:39:15.15	9:54	6.1
14	MIELNIK NATALIA	5018		KUDOWA-ZDROJ	POL	K-30	14	K 81	00:59:00	01:42:51.30	01:43:03.20	10:17	5.8
15	TRĘBACZ MARIANNA	5091		DĄBRÓWKA	POL	K-30	15	K 84	00:57:51	01:43:17.40	01:43:23.20	10:19	5.8

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-30

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	KOZIOŁ DAMIAN	5169	MARCINSWIERCTEAM	ZŁOTY STOK	POL	M-30	1	M 1	00:27:24	00:46:10.90	00:46:12.20	4:37	13
2	BRZEZIŃSKI DARIUSZ	5156	OSPG JODŁA	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	2	M 3	00:28:23	00:48:39.05	00:48:41.60	4:51	12.3
3	GUSTAW ŁUKASZ	5177	KUDOWIANKA RUN		POL	M-30	3	M 8	00:30:22	00:51:15.80	00:51:17.80	5:07	11.7
4	MASTERNAK ŁUKASZ	5115		PRZYTOK	POL	M-30	4	M 23	00:37:01	01:01:37.05	01:01:41.50	6:09	9.7
5	ŚLADCZYK DOMINIK	5180	MKST ITF		POL	M-30	5	M 29	00:41:20	01:04:52.35	01:05:05.30	6:29	9.2
6	FANAŁO WOJCIECH	5114		ZIELONA GÓRA	POL	M-30	6	M 30	00:38:49	01:05:54.70	01:05:59.10	6:35	9.1
7	ZAJĄC ALEKSANDER	5183			POL	M-30	7	M 31	00:40:34	01:07:01.05	01:07:13.70	6:42	9
8	HONSA TOMASZ	5150	MOCNA GRUPA CEZARA	WROCŁAW	POL	M-30	8	M 33	00:40:35	01:07:36.90	01:07:43.50	6:45	8.9
9	ZALEWSKI RADOSŁAW	5075		KARWIANY	POL	M-30	9	M 42	00:44:33	01:12:01.25	01:12:14.65	7:12	8.3
10	ŁYCZEK RAFAŁ	5083	JA I MÓJ BRZUCH	DZIERŻONIÓW	POL	M-30	10	M 48	00:44:23	01:13:23.55	01:13:37.25	7:20	8.2
11	MARCINKOWSKI MARCIN	5165		KALY	POL	M-30	11	M 57	00:47:18	01:18:56.25	01:19:07.35	7:53	7.6
12	PIETRASIK ANDRZEJ	5041		STAROGARD GDAŃSKI	POL	M-30	12	M 59	00:48:38	01:22:17.65	01:22:25.25	8:13	7.3
13	KRYSZEWSKI ARTUR	5110		POZNAŃ	POL	M-30	13	M 61	00:50:20	01:25:38.05	01:25:42.85	8:33	7
14	ŚMIEJCZAK DAMIAN	5135		WROCŁAW	POL	M-30	14	M 63	00:51:49	01:27:44.05	01:27:54.75	8:46	6.8
15	MIELNIK SYLWESTER	5128		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-30	15	M 69	00:58:59	01:42:50.75	01:43:03.10	10:17	5.8

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-40

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	KARCZEWSKA JOANNA	5122	FUNDACJA KIERUNEK ULTRA	SUWAŁKI	POL	K-40	1	K 3	00:32:33	00:54:51.05	00:54:53.10	5:29	10.9
2	CHOMICZ-SZABŁOWSKA ANNA	5002		KOWARY	POL	K-40	2	K 10	00:39:41	01:07:26.25	01:07:35.90	6:44	8.9
3	MAZIAREK ADELA	5021		NIEMODLIN	POL	K-40	3	K 11	00:39:50	01:07:53.10	01:07:55.45	6:47	8.8
4	PAWLIKOWSKA ANNA	5159		WROCŁAW	POL	K-40	4	K 12	00:41:09	01:08:45.60	01:08:52.60	6:52	8.7
5	BARANIECKA JUSTYNA	5167	BIEGAM BO LUBIE GŁOGÓW	67-200	POL	K-40	5	K 13	00:40:11	01:08:57.75	01:09:02.50	6:53	8.7
6	WÓJCIK KAMILA	5189	STRONE BIEGA		POL	K-40	6	K 14	00:41:31	01:09:15.20	01:09:18.80	6:55	8.7
7	PARASZCZUK DOMINIKA	5030	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	K-40	7	K 15	00:41:45	01:09:30.20	01:09:34.45	6:57	8.6
8	JURDZIAK KAROLINA	5034		WROCŁAW	POL	K-40	8	K 16	00:41:21	01:11:08.80	01:11:13.15	7:06	8.4
9	MARTAN IWONA	5146		WROCŁAW	POL	K-40	9	K 18	00:43:06	01:12:00.10	01:12:10.60	7:12	8.3
10	ŻYGIEŁO MONIKA	5042	CH10	CHOSZCZNO	POL	K-40	10	K 20	00:42:37	01:12:39.55	01:12:48.95	7:15	8.3
11	ZACHARA KATARZYNA	5192	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	K-40	11	K 21	00:42:57	01:12:53.20	01:12:56.80	7:17	8.2
12	GMEREK EWELINA	5084		POZNAŃ	POL	K-40	12	K 23	00:44:33	01:14:58.05	01:15:05.60	7:29	8
13	-----	5043	KB ZDYSZAAANI CHOCIANÓW	CHOCIANÓW	POL	K-40	13	K 24	00:46:53	01:17:44.85	01:17:53.90	7:46	7.7
14	CIEKAŃSKA JOANNA	5098		LESZNO	POL	K-40	14	K 25	00:45:47	01:18:13.35	01:18:19.55	7:49	7.7
15	LATOS JOANNA	5172		ZIELONA GÓRA	POL	K-40	15	K 27	00:47:01	01:18:58.65	01:19:04.25	7:53	7.6
16	BROŻYNA MAGDA	5014		WARSZAWA	POL	K-40	16	K 28	00:47:34	01:19:20.90	01:19:28.05	7:56	7.6

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-40 c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
17	FRĄCKOWIAK ELŻBIETA	5181		ŚREM	POL	K-40	17	K 30	00:48:24	01:21:47.65	01:21:59.25	8:10	7.3
18	MAJCHRZAK GALADYK HELENA	5123		LEWIN KŁODZKI	POL	K-40	18	K 32	00:49:27	01:21:56.95	01:22:04.70	8:11	7.3
19	URBANIAK IZABELA	5136	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-40	19	K 33	00:48:53	01:22:07.55	01:22:16.60	8:12	7.3
20	LISKIEWICZ MARZENA	5047		PŁOCHOCIN	POL	K-40	20	K 34	00:49:24	01:22:32.80	01:22:41.60	8:15	7.3
21	KUCHCINSKA DIANA	5097		WSCHOWA	POL	K-40	21	K 35	00:48:32	01:22:50.95	01:22:57.45	8:17	7.2
22	PEUCIENNICZAK BARBARA	5132		LATCHORZEW	POL	K-40	22	K 36	00:49:24	01:23:06.70	01:23:11.20	8:18	7.2
23	GOLEBIEWSKA MAŁGORZATA	5028	RUN TEAM RYDZYNA	KŁODA	POL	K-40	23	K 37	00:47:29	01:23:12.70	01:23:18.05	8:19	7.2
24	NADOLNA KARINA	5179	RUN TEAM RYDZYNA		POL	K-40	24	K 38	00:47:31	01:23:12.50	01:23:18.10	8:19	7.2
25	SZERMENT MAGDALENA	5061		GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	K-40	25	K 39	00:50:37	01:23:24.45	01:23:31.90	8:20	7.2
26	LESZCZYNA MAGDALENA	5066	ZRYW	PARZYMIECHY	POL	K-40	26	K 40	00:48:49	01:23:41.35	01:23:44.50	8:22	7.2
27	PIEPRZYCKA AGATA	5046	#BIEGAJLESZNO	RYDZYNA	POL	K-40	27	K 42	00:48:55	01:25:18.45	01:25:18.45	8:31	7
28	BUDZISZEWSKA MONIKA	5067	ZRYW	PARZYMIECHY	POL	K-40	28	K 45	00:50:57	01:27:00.70	01:27:03.55	8:42	6.9
29	JANIK EWA	5140		LESZNO	POL	K-40	29	K 46	00:50:13	01:26:57.75	01:27:04.15	8:41	6.9
30	PARADA MAGDALENA	5078		WOLANY	POL	K-40	30	K 50	00:53:13	01:28:17.10	01:28:29.60	8:49	6.8
31	WOREK SYLWIA	5074		LIPIE	POL	K-40	31	K 53	00:50:47	01:28:37.35	01:28:40.20	8:51	6.8
32	KOZŁOWSKA MAGDALENA	5064		KONIN	POL	K-40	32	K 54	00:53:12	01:30:00.45	01:30:08.20	9:00	6.7
33	CZARNECKA AGNIESZKA	5164		ŁAMBINOWICE	POL	K-40	33	K 55	00:52:58	01:30:31.10	01:30:40.05	9:03	6.6
34	ANTKOWIAK JOANNA	5036	BIEGAJ LESZNO	LESZNO	POL	K-40	34	K 56	00:54:36	01:30:53.85	01:30:57.90	9:05	6.6
35	STOBIŃSKA KAMILA	5049		WARSZAWA	POL	K-40	35	K 60	00:52:39	01:33:14.10	01:33:22.65	9:19	6.4
36	MIKOŁAJEWICZ BEATA	5080	FZCJ	LESZNO	POL	K-40	36	K 61	00:53:21	01:33:28.65	01:33:40.05	9:20	6.4
37	SOJA-WAWRYSZEWICZ AGATA	5051		WROCŁAW	POL	K-40	37	K 62	00:54:05	01:34:25.50	01:34:32.95	9:26	6.4
38	MICHNOWSKA MILENA	5184			POL	K-40	38	K 71	00:57:30	01:38:57.55	01:39:04.25	9:53	6.1
39	PISULA MAJA	5015		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	39	K 73	00:57:54	01:39:09.20	01:39:22.15	9:54	6.1
40	GAŁEK ANITA	5056		SZCZECIN	POL	K-40	40	K 76	00:56:56	01:39:23.90	01:39:31.65	9:56	6
41	LIS AGNIESZKA	5040		CEREKWICA	POL	K-40	41	K 78	00:57:05	01:39:36.85	01:39:36.85	9:57	6
42	PARTYKA AGNIESZKA	5000	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	JELCZ-LASKOWICE	POL	K-40	42	K 80	00:58:32	01:41:04.05	01:41:13.60	10:06	5.9
43	TOKARSKA IWONKA	5129		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	K-40	43	K 81	00:59:00	01:42:51.50	01:43:03.20	10:17	5.8
44	ADAMSKI MARZENA	5090		ŚRODA WLKP	POL	K-40	44	K 85	00:57:36	01:43:17.20	01:43:23.40	10:19	5.8
45	WOŹNIAK ANNA	5086		BYTOM	POL	K-40	45	K 87	01:19:51	02:24:10.30	02:24:23.75	14:25	4.2

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-40

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	KOTLAREK DAWID	5054	SOBAS TEAM / VEGE RUNNERS	ZIELONA GÓRA	POL	M-40	1	M 5	00:29:06	00:49:57.55	00:49:59.15	4:59	12
2	BEDNARZ KRZYSIEK	5026	PRZEDWOJEWSKITEAM	LUBSZA	POL	M-40	2	M 6	00:29:30	00:50:03.70	00:50:04.85	5:00	12
3	JAKUBCZYK DARIUSZ	5178	WOŹNIAKRUNNING TEAM		POL	M-40	3	M 7	00:29:42	00:50:15.60	00:50:16.60	5:01	11.9
4	MASTYGA ANDRZEJ	5093	ANDREA TEAM	CHARBIELIN	POL	M-40	4	M 9	00:30:46	00:52:21.95	00:52:23.45	5:14	11.5
5	PRYSTASZ KRZYSZTOF	5117	ROSKOSZNYTEAM	OŁAWA	POL	M-40	5	M 11	00:31:01	00:53:03.20	00:53:04.90	5:18	11.3
6	CYBULSKI MARIUSZ	5111	SAINT-GOBAIN SQUAD, ADRUNALINETEAM, BIEGAJ Z MANKIEM	JELCZ-LASKOWICE	POL	M-40	6	M 12	00:31:27	00:53:08.20	00:53:09.65	5:18	11.3
7	PRZYBYSZEWSKI ŁUKASZ	5173		BIELAWA	POL	M-40	7	M 13	00:32:05	00:53:09.40	00:53:11.95	5:18	11.3
8	KRAWCZYSZYN PAWEŁ	5103		DUSZNIKI ZDRÓJ	POL	M-40	8	M 15	00:33:06	00:55:27.25	00:55:33.90	5:32	10.8
9	ZIĘTARSKI ROBERT	5187	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ		POL	M-40	9	M 16	00:32:52	00:55:36.70	00:55:40.15	5:33	10.8
10	KURZAWIAK GRZEGORZ	5125	KUDOWIANAK RUN	KARŁÓW	POL	M-40	10	M 18	00:33:17	00:56:05.30	00:56:08.15	5:36	10.7
11	KAMIŃSKI ARTUR	5092		NOWY ŚWIĘTÓW	POL	M-40	11	M 20		00:56:43.00	00:56:43.00	5:40	10.6
12	DULĘBA ŁUKASZ	5158	DZIUBEK	KUDOWA ZDRÓJ	POL	M-40	12	M 26	00:37:54	01:03:25.70	01:03:30.70	6:20	9.5
13	WRÓBLEWSKI JAROSŁAW	5190	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	M-40	13	M 35	00:41:24	01:08:29.30	01:08:37.50	6:50	8.8
14	GULAJSKI RAFAŁ	5185	OSIEM		POL	M-40	14	M 36	00:41:17	01:08:35.50	01:08:40.50	6:51	8.7
15	ZAPOTOCZNY MARIUSZ	5147		WROCŁAW	POL	M-40	15	M 38	00:42:06	01:08:52.30	01:09:01.90	6:53	8.7
16	PIETRZAK MACIEJ	5096		WARSZAWA	POL	M-40	16	M 39	00:42:06	01:10:09.45	01:10:20.65	7:00	8.6
17	TOKARSKI JOACHIM	5145	KUDOWIANKA RUN	KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-40	17	M 40	00:39:18	01:11:06.50	01:11:11.70	7:06	8.4
18	KORDOWSKI WOJCIECH	5157		KIELCE	POL	M-40	18	M 43	00:42:05	01:12:23.05	01:12:23.05	7:14	8.3
19	SZYMAŃSKI GRZEGORZ	5104	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	M-40	19	M 44	00:42:22	01:12:38.60	01:12:42.45	7:15	8.3
20	SURDACKI PIOTR	5119		SZCZECIN	POL	M-40	20	M 45	00:42:36	01:12:39.35	01:12:48.75	7:15	8.3
21	SIKORA MAREK	5029	BBL GŁOGÓW	GŁOGÓW	POL	M-40	21	M 46	00:43:31	01:12:58.00	01:13:02.70	7:17	8.2

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-40 c.d.

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
22	MAZIAREK MICHAŁ	5072		NIEMODLIN	POL	M-40	22	M 49	00:44:03	01:15:21.80	01:15:27.85	7:32	8
23	CZARNECKI RAFAŁ	5163		ŁAMBINOWICE	POL	M-40	23	M 50	00:45:35	01:15:35.35	01:15:50.20	7:33	7.9
24	NARKUN TOMASZ	5149	WIG20TUDEMUN	GORZÓW WIELKOPOLSKI	POL	M-40	24	M 51	00:44:48	01:16:47.75	01:16:53.65	7:40	7.8
25	CHORAŻYCZEWSKI MICHAŁ	5050	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	OBORNICKI	POL	M-40	25	M 53	00:44:02	01:17:26.35	01:17:30.00	7:44	7.7
26	JASTRZĄBEK MAREK	5124	OBORNICKI KLUB LEKKOATLETYCZNY	ROŻNOWO	POL	M-40	26	M 54	00:44:02	01:17:26.70	01:17:30.05	7:44	7.7
27	BOKSZA ROBERT	5070		TOMASZÓW MAZOWIECKI	POL	M-40	27	M 60	00:49:32	01:24:13.00	01:24:13.00	8:25	7.1
28	ADAMIAK PIOTR	5141	BIEGAM Z IDEA KUCHNI	WARSZAWA	POL	M-40	28	M 62	00:49:46	01:27:39.35	01:27:48.20	8:45	6.8
29	ANTKOWIAK JOACHIM	5088	#BIEGAJLESZNO	LESZNO	POL	M-40	29	M 64	00:54:31	01:30:54.30	01:30:59.00	9:05	6.6
30	KLINOWSKI MIROSLAW	5106		ŚREM	POL	M-40	30	M 67	00:54:35	01:35:15.60	01:35:28.10	9:31	6.3
31	FRĄCKOWIAK JACEK	5182	WSK	ŚREM	POL	M-40	31	M 68	00:56:21	01:37:37.05	01:37:48.90	9:45	6.1

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-50

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	HEJNA MAŁGORZATA	5073	SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	1	K 22	00:44:17	01:14:20.70	01:14:22.50	7:26	8.1
2	SZYCH KATARZYNA	5013	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	2	K 26	00:47:02	01:18:20.80	01:18:29.65	7:50	7.7
3	SZYMAŃSKA AGNIESZKA	5105	RNB TEAM POLANICA ZDRÓJ	POLANICA-ZDRÓJ	AFG	K-50	3	K 41	00:49:51	01:24:49.45	01:24:53.50	8:28	7.1
4	LIPSKA AGATA	5143		KARGOWA	POL	K-50	4	K 51	00:52:29	01:28:24.15	01:28:37.30	8:50	6.8
5	WASYLUK AGNIESZKA	5142		NOWA SÓL	POL	K-50	5	K 52	00:52:32	01:28:26.00	01:28:37.85	8:50	6.8
6	MOSÓR LILLA	5063	LISY PUSTYNI	KLUCZE	POL	K-50	6	K 59	00:53:10	01:31:40.10	01:31:45.90	9:10	6.5
7	DAMEK MARIOLA	5069		WROCŁAW	POL	K-50	7	K 63	00:55:31	01:34:46.40	01:34:46.40	9:28	6.3
8	BIENIEK IWONA	5133	UKS ARKADY	RASZKÓW	POL	K-50	8	K 65	00:56:38	01:37:39.90	01:37:49.55	9:45	6.1
9	BŁACHNIO DOROTA	5010	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	9	K 67	00:56:54	01:37:48.10	01:37:54.80	9:46	6.1
10	MAJOS MAŁGORZATA	5007	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	10	K 68	00:56:54	01:37:47.85	01:37:55.05	9:46	6.1
11	GABERT BEATA	5009	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-50	11	K 69	00:56:53	01:37:47.25	01:37:55.20	9:46	6.1
12	KOZAK KRYSZYNA	5020	LOB	LESZNO	POL	K-50	12	K 73	00:58:14	01:39:22.15	01:39:22.15	9:56	6

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-50

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	GRAF REMIGIUSZ	5059	TURBO RUN LESZNO	LESZNO	POL	M-50	1	M 10	00:31:02	00:53:01.60	00:53:03.85	5:18	11.3
2	OLECHNOWICZ ROBERT	5055		WROCŁAW	POL	M-50	2	M 14	00:33:03	00:55:19.00	00:55:19.00	5:31	10.8
3	CICHY KRZYSZTOF	5037	GÓRAL Z MAZUR RUNNING TEAM	POZNAŃ	POL	M-50	3	M 21	00:33:52	00:57:01.50	00:57:03.90	5:42	10.5
4	SZABŁOWSKI ARTUR	5001		KOWARY	POL	M-50	4	M 28	00:37:55	01:04:45.55	01:04:56.10	6:28	9.3
5	PRAŻANOWSKI MARIUSZ	5101		ŁÓDŹ	POL	M-50	5	M 34	00:40:15	01:08:08.25	01:08:12.90	6:48	8.8
6	MOSÓR MARIUSZ	5062		KLUCZE	POL	M-50	6	M 37	00:39:02	01:08:39.75	01:08:45.80	6:51	8.7
7	SĘDZIK JACEK	5155	VILLA MEDICA	WROCŁAW	POL	M-50	7	M 55	00:45:58	01:17:36.05	01:17:46.25	7:45	7.7
8	SZPIŁA JAROSŁAW	5162		KUDOWA-ZDRÓJ	POL	M-50	8	M 58	00:47:14	01:20:44.40	01:20:57.40	8:04	7.4
9	WASYLUK TOMASZ	5144		NOWA SÓL	POL	M-50	9	M 66	00:54:27	01:31:25.30	01:31:37.00	9:08	6.6

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, K-60

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	MRÓZ URSZULA	5188	STRONE BIEGA		POL	K-60	1	K 19	00:42:29	01:12:23.55	01:12:27.35	7:14	8.3
2	ZIÓLEK TERESA	5121	STAY INSANE	MEŁGIEW	POL	K-60	2	K 57	00:54:19	01:30:58.75	01:31:09.05	9:05	6.6
3	SZÓSTAK MARZENA	5027	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	3	K 66	00:57:53	01:37:40.45	01:37:50.65	9:46	6.1
4	GONERA JANINA	5016	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	MIŁOSZYCE	POL	K-60	4	K 70	00:56:59	01:37:45.45	01:37:55.65	9:46	6.1
5	DUBIAŁ HALINA	5022	BABCIE BIEGAJA	LESZNO	POL	K-60	5	K 73	00:58:00	01:39:10.15	01:39:22.15	9:55	6.1
6	PRZYŁUSKA MIROSLAWA	5006	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	6	K 79	00:57:29	01:40:25.05	01:40:31.55	10:02	6
7	WITCZAK-SPERKA MARIOLA	5008	RAZ SZCZECIN	SZCZECIN	POL	K-60	7	K 83	00:58:36	01:43:05.35	01:43:12.25	10:18	5.8
8	BOROWSKA-TOMCZYK ANNA	5032		WARSZAWA	POL	K-60	8	K 86	01:16:00	02:19:03.75	02:19:06.50	13:54	4.3

KUDOWSKA DZIESIĄTKA 10 KM, M-60

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5.3km	Netto	Brutto	min/km	km/h
1	DOBRAS ZDZISŁAW	5186	NOWA RUDA BIEGA		POL	M-60	1	M 17	00:33:03	00:55:41.85	00:55:43.15	5:34	10.8
2	KUCZYŃSKI ZBIGNIEW	5168	KGHM ZGRUN	GŁOGÓW	POL	M-60	2	M 24	00:36:32	01:02:20.90	01:02:22.05	6:14	9.6
3	ZIMNY TOMASZ	5045		SZCZECIN	POL	M-60	3	M 27	00:38:10	01:04:25.15	01:04:26.45	6:26	9.3
4	BONIEC ALEKSANDER	5127	NADLEŚNICTWO LIPINKI	ŻARY	POL	M-60	4	M 47	00:43:01	01:13:30.15	01:13:33.30	7:21	8.2
5	DOMOSŁAWSKI PAWEŁ	5057		WROCLAW	POL	M-60	5	M 65	00:53:12	01:31:11.35	01:31:19.10	9:07	6.6