

VIII Sokołowska RUNda

Wyniki - Bieg 5.4 km

Organizator: **Be Alive**
Data: **01.09.2024**
Miasto: **Niewiadoma**
Dystans: **5,4 km**



Miejsce	Nr startowy	Nar.	Imię, nazwisko	Rok ur.	Klub	Miasto	Czas	Tempo min/km	Kat. wiekowa	By cat.
1	182	POL	STELMACH Tomasz	1982		Przewóz Nurski	19:36	03:38	1° M	1° M40
2	196	POL	ŻELAZKO Marcin	1982	Żelazny Squad	Karczew	20:11	03:44	2° M	2° M40
3	23	POL	GREGORCZUK Mateusz	2004		Sokołów Podlaski	20:16	03:45	3° M	1° M20
4	149	POL	DOMAŃSKI Piotr	1997		Sokołów Podlaski	21:21	03:57	4° M	2° M20
5	59	POL	MALISZEWSKI Mariusz	1986	Sokołów Podlaski	Sokołów Podlaski	22:42	04:12	5° M	1° M30
6	164	POL	KŁOPOTOWSKA-SAWA Mar	1996		Siemiatycze	23:04	04:16	1° K	1° K20
7	22	POL	GÓRZKOWSKI Jacek	1971	Biegacze	Wilga	23:16	04:19	6° M	1° M50
8	136	POL	ŻABOKLICKI Patryk	1996	Sokół Sokołów Podlaski	Walerów	23:19	04:19	7° M	3° M20
9	80	POL	POGORZELSKI Paweł	1976		Sokołów Podlaski	23:27	04:20	8° M	3° M40
10	49	POL	KRASUSKI Sławomir	1968	Nowa-M	Sokołów Podlaski	23:59	04:26	9° M	2° M50
11	5	POL	BEZLER Krzysztof	1997		Podkupientyn	24:26	04:31	10° M	4° M20
12	104	POL	STAWINOGA Paweł	1986		Siedlce	24:32	04:32	11° M	2° M30
13	126	POL	WOŹNIAK Damian	1986		Jabłonna Lacka	24:40	04:34	12° M	3° M30
14	91	POL	ROMASZEWSKI Paweł	1993		Biała Podlaska	24:42	04:34	13° M	4° M30
15	12	POL	CHUDZIK Kamil	2001	Dzikie Trzmielce	Poszewka	24:53	04:37	14° M	5° M20
16	63	POL	MAZURCZAK Marcin	1990		Sokołów Podlaski	25:36	04:44	15° M	5° M30
17	65	POL	MICHALUK Damian	1979	Sha-Le-Ni	Łosice	26:06	04:50	16° M	4° M40
18	162	POL	KĘPKA Sebastian	1985		Biała Podlaska	26:06	04:50	17° M	6° M30
19	163	POL	KŁOPOTOWSKA Monika	1994		Siemiatycze	26:56	04:59	2° K	1° K30
20	139	POL	ADAMCZUK Karol	2003		Sabnie	26:58	04:59	18° M	6° M20
21	145	POL	CHOMA Marek	1976	Pędzące Leniwce	Skrzeszew	27:06	05:01	19° M	5° M40
22	32	POL	JAROSZ Tomasz	1974		Sokołów Podlaski	27:10	05:02	20° M	3° M50
23	185	POL	TUREK Michał	1983		Skórzec	27:13	05:02	21° M	6° M40
24	50	POL	KROCHMAL Konrad	1989	Osp Nieciecz	Nieciecz	27:39	05:07	22° M	7° M30
25	20	POL	GAWĘŁ Szymon	1984		Wierzbie Górne	27:40	05:07	23° M	7° M40
26	58	POL	LIPIŃSKA Monika	1989	Siedlce	Siedlce	27:41	05:08	3° K	2° K30
27	57	POL	KUROWICKA Małgorzata	1982	OSP NIECIECZ	Nieciecz Włościańska	27:50	05:09	4° K	1° K40
28	184	POL	SWORCZUK Ireneusz	1960	Niezrzeszony	Szachy	27:52	05:10	24° M	1° M60
29	132	POL	ZAWISTOWSKI Karol	1985	Grupa Biegaczy Skórzec Biega	Skorzec	27:57	05:11	25° M	8° M30
30	115	POL	TALAGA Maciej	1988	Młodzieżowy Klub Szermierki Dawnej Szampierz	Żółwin	27:59	05:11	26° M	9° M30
31	122	POL	TYMIŃSKA Beata	1998		Kosów Lacki	28:01	05:11	5° K	2° K20

Miejsce	Nr startowy	Nar.	Imię, nazwisko	Rok ur.	Klub	Miasto	Czas	Tempo min/km	Kat. wiekowa	By cat.
32	2	POL	ARTYSZUK Mirosław	1960		Warszawa	28:13	05:14	27° M	2° M60
33	60	POL	MARKOWSKI Jarosław	1985		Siedlce	28:18	05:14	28° M	10° M30
34	31	POL	JARCZYŃSKA-DOMINIK Jolę	1976	Aktywni Węgrów	Węgrów	28:19	05:14	6° K	2° K40
35	76	POL	PIOTROWICZ Piotr	1982		Sokołów Podlaski	28:22	05:15	29° M	8° M40
36	74	POL	ODOWSKI Adrian	1988		Węże	28:35	05:17	30° M	11° M30
37	45	POL	KOŻUCHOWSKA Ola	1982		Siedlce	28:42	05:19	7° K	3° K40
38	39	POL	KOMINEK Tomasz	1995	Walhalla Fight Club	Rojków 26	28:43	05:19	31° M	7° M20
39	51	POL	KRUPA Marek	1976	Aktywni Węgrów	Węgrów	28:47	05:20	32° M	9° M40
40	175	POL	PIEKARSKI Krzysztof	1973		Sokołów Podlaski	28:47	05:20	33° M	4° M50
41	192	POL	ZAPAŁOWSKA Jolanta	1961	Slow Jogging Siedlce/Aktywni Węgrów	Siedlce	28:51	05:20	8° K	1° K60
42	121	POL	TUROS Marek	1969		Warszawa	28:56	05:22	34° M	5° M50
43	72	POL	MRÓZ Artur	1978	Pędzące Leniwce	Sokołów Podlaski	28:56	05:22	35° M	10° M40
44	52	POL	KRUPA Paulina	2003	Aktywni Węgrów	Węgrów	29:02	05:23	9° K	3° K20
45	16	POL	DARIUSZ Robakowski	2001	Nieciecz	Sabnie	29:08	05:24	36° M	8° M20
46	144	POL	CHOMA Grażyna	1978	Pędzące Leniwce	Skrzeszew	29:10	05:24	10° K	4° K40
47	180	POL	SITEK Arkadiusz	1976	Aktywni Węgrów	Węgrów	29:14	05:25	37° M	11° M40
48	198	POL	JASIENCZUK Marzena	1982		Sokołów Podlaski	29:46	05:31	11° K	5° K40
49	147	POL	DEONIZIAK Marcin	1998		Suchodół Szlachecki	29:47	05:31	38° M	9° M20
50	24	POL	GROMEK Agata	2007		Krypy	29:49	05:31	12° K	4° K20
51	177	POL	REJOWSKA Agnieszka	1982	NoWi Siedlce	Sokołów Podlaski	29:56	05:32	13° K	6° K40
52	161	POL	KARPIŃSKI Marian	1974	Klub Aktywnych Parkrun Skórzec	Skórzec	30:14	05:36	39° M	6° M50
53	84	POL	RADZKA Sylwia	1975	Slow Jogging Siedlce	Siedlce	30:16	05:36	14° K	7° K40
54	166	POL	KOSIOREK Klaudia	1998		Węgrów	30:33	05:40	15° K	5° K20
55	108	POL	SYROWIEC Karol	1982		Siedlce	30:35	05:40	40° M	12° M40
56	160	POL	KARLIUKA Sergii	1988		Siedlce	30:55	05:44	41° M	12° M30
57	4	POL	BELNIAK Mirosława	1959		Łuków	30:56	05:44	16° K	2° K60
58	197	POL	FLAŻYŃSKI Wiesław	1955		Sokołów Podlaski	30:57	05:44	42° M	3° M60
59	194	POL	ZBIEĆ Janusz	1956	DARFIK Team	Siedlce	31:02	05:45	43° M	4° M60
60	93	POL	SAKWA Alina	1962	ActiveSports Warszawa	Warszawa	31:08	05:46	17° K	3° K60
61	46	POL	KRAKOWSKA Małgorzata	1978	Pędzące Leniwce	Sokołów Podlaski	31:16	05:47	18° K	8° K40
62	1	POL	ARCZEWSKI Łukasz	1998		Jabłonna Lacka	31:35	05:51	44° M	10° M20
63	151	POL	GÓRZKOWSKI Paweł	1978		Wilga	31:47	05:53	45° M	13° M40
64	6	POL	BIELIŃSKI Kamil	1996		Sokołów Podlaski	32:03	05:56	46° M	11° M20
65	200	POL	PETRUSHOVA Daria	1989		Sokolow Podlaski	32:24	06:00	19° K	3° K30
66	141	POL	BANASIUK Piotr	1993		Sokołów Podlaski	32:37	06:02	47° M	13° M30
67	116	POL	TOCZKO Barbara	1983		Sokołów Podlaski	33:01	06:07	20° K	9° K40
68	90	POL	ROMASZEWSKI Grzegorz	1973		Biała Podlaska	33:07	06:08	48° M	7° M50

Miejsce	Nr startowy	Nar.	Imię, nazwisko	Rok ur.	Klub	Miasto	Czas	Tempo min/km	Kat. wiekowa	By cat.
69	82	POL	PRZESMYCKI Adam	1969		Mokobody	33:22	06:11	49° M	8° M50
70	47	POL	KRAKOWSKI Daniel	1975	Pędzące Leniwcce	Sokołów Podlaski	33:46	06:15	50° M	14° M40
71	48	POL	KRAKOWSKI Karol	1973	Pędzące Leniwcce/SP 6 Sokołów Podlaski	Sokołów Podlaski	34:59	06:29	51° M	9° M50
72	157	POL	JÓŹWIAK Magda	1980	G4 Siedlce	Siedlce	35:40	06:36	21° K	10° K40
73	21	POL	GAWRYLUK Ola	2003		Sokołów Podlaski	36:00	06:40	22° K	6° K20
74	156	POL	JÓŹWIAK Kamil	1984	Siedlce	Siedlce	36:29	06:46	52° M	15° M40
75	148	POL	DOMAGAŁA Izabela	1996		Kosów Lacki	36:51	06:49	23° K	7° K20
76	140	ROU	ARRIENS Simona	1980	WITC	Warszawa	37:02	06:52	24° K	11° K40
77	165	POL	KOMOSA Ewa	1990	Pędzące Leniwcce	Sokołów Podlaski	37:03	06:52	25° K	4° K30
78	124	POL	WILCZYŃSKA Katarzyna	1985	SZYBKIE WILKI	Siedlce	37:13	06:53	26° K	5° K30
79	101	POL	SMOLEWSKI Łukasz	1989		Legionowo	37:20	06:55	53° M	14° M30
80	118	POL	TOMCZUK Maciej	1991	Najkotsze z kotów	Sokołów Podlaski	37:44	06:59	54° M	15° M30
81	88	POL	ROMANIAK Anna	1976	Zbucki Ruch	Tarcze	38:32	07:08	27° K	12° K40
82	34	POL	JASZCZUK Daniel	1978	Zbucki Ruch	Zbuczyn	38:33	07:08	55° M	16° M40
83	99	POL	SKULIMOWSKI Marek	2002		Węgrów	38:35	07:09	56° M	12° M20
84	71	POL	MROCZEK Łukasz	1983	MROCZEK	Sokołów Podlaski	38:48	07:11	57° M	17° M40
85	70	POL	MROCZEK Aneta	1990	Mroczek	Kupientyn	38:49	07:11	28° K	6° K30
86	77	POL	PIOTROWSKA Patrycja	1988	Czasem Trzeba	Sokołów Podlaski	39:11	07:16	29° K	7° K30
87	153	POL	GRĄDZKI Tomasz	1995		Sokołów Podlaski	39:15	07:16	58° M	13° M20
88	152	POL	GRĄDZKA Gabriela	1996		Sokołów Podlaski	39:16	07:16	30° K	8° K20
89	13	POL	CHUDZIK Piotr	2007	Dzikie Trzmielce	Węgrow	39:52	07:23	59° M	14° M20
90	134	POL	ZDUŃCZYK Łukasz	1984	Bojco	Warszawa	40:18	07:28	60° M	18° M40
91	168	POL	MARIA Szot	1970	NW Człapski Team	Brzyska	44:54	08:19	31° K	1° K50
92	96	POL	SIKORSKI Jacek	1991		Sokołów Podlaski	45:10	08:22	61° M	16° M30