

# Pokonaj Twierdzą 21 km

Organizator: IBIS sc  
 Data: 01-10-2017  
 Dystans: 21km  
 Miejscowość: Kłodzko

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	Czas startu	tempo min/km	tempo km/h	P1	P2	Czas netto	Wynik	M	K
1	76	MARCJANEK ŁUKASZ	SZCZYTNA	SZCZYTNA BIEGA	Polska	1989	M20	1	00:00:00	4:25	13,6	00:22:45	01:10:25	01:32:39	01:32:39	1	
2	67	KULCZEWSKI ŁUKASZ	WROCŁAW	KB VAMOS AMIGOS WROCŁAW	Polska	1980	M30	1	00:00:00	4:30	13,4	00:23:23	01:11:39	01:34:22	01:34:22	2	
3	52	JANUSZ RYSZARD	SZCZYTNA	SZCZYTNA BIEGA	Polska	1964	M50	1	00:00:00	4:37	13,0	00:23:36	01:13:46	01:36:53	01:36:53	3	
4	70	LUDWINIAK ADAM	KŁODZKO	POPE TEAM	Polska	1985	M30	2	00:00:02	4:38	12,9	00:24:20	01:14:39	01:37:24	01:37:26	4	
5	83	MYSZCZYŹYŃ ŁUKASZ	KUDOWA ZDRÓJ	ANTRACYT	Polska	1981	M30	3	00:00:00	4:40	12,9	00:24:11	01:14:41	01:37:50	01:37:50	5	
6	47	HYTEL PAWEŁ	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1981	M30	4	00:00:01	4:47	12,5	00:25:23	01:16:41	01:40:32	01:40:33	6	
7	157	ULIASZ JERZY	BYSTRZYCA KŁODZKA		Polska	1969	M40	1	00:00:00	4:53	12,3	00:25:13	01:18:20	01:42:30	01:42:30	7	
8	118	STANEK BARTOSZ	ŚMIGIEL	ŚMIGIEL	Polska	1988	M20	2	00:00:02	4:54	12,2	00:24:55	01:18:01	01:42:51	01:42:53	8	
9	128	TOMAKA MACIEJ	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1986	M30	5	00:00:00	4:55	12,2	00:25:27	01:19:11	01:43:10	01:43:10	9	
10	153	WCISŁO ADAM	KŁODZKO		Polska	1973	M40	2	00:00:00	4:57	12,1	00:23:58	01:18:09	01:43:57	01:43:57	10	
11	122	STOPA RAFAŁ	BRZEG	JW 2697 BRZEG	Polska	1979	M30	6	00:00:00	4:59	12,0	00:25:33	01:18:52	01:44:35	01:44:35	11	
12	88	NIEKRAŚ LIDIA	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1979	K30	1	00:00:00	5:00	12,0	00:25:28	01:19:57	01:44:50	01:44:50		1
13	174	DERENCZ MICHAŁ	TŁUMACZÓW		Polska	1980	M30	7	00:00:01	5:00	12,0	00:25:48	01:20:36	01:45:03	01:45:04	12	
14	165	DRUŻKIEWICZ KORNEL	KŁODZKO		Polska	1990	M20	3	00:00:02	5:02	11,9	00:25:29	01:20:21	01:45:45	01:45:47	13	
15	123	SULIMA GRZEGORZ	STRZEGOM	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	Polska	1967	M50	2	00:00:00	5:04	11,8	00:25:39	01:20:58	01:46:22	01:46:22	14	
16	28	DURKALEC JAGODA	BOLKOW		Polska	1992	K20	1	00:00:00	5:10	11,6	00:25:42	01:21:42	01:48:28	01:48:28		2
17	80	MICHAŁKIEWICZ WOJCIECH	WROCŁAW	PRO-RUN	Polska	1968	M40	3	00:00:02	5:10	11,6	00:26:11	01:22:46	01:48:37	01:48:39	15	
18	16	BUGAJSKI ANTONI	WROCŁAW		Polska	1970	M40	4	00:00:11	5:11	11,6	00:28:10	01:24:30	01:48:33	01:48:44	16	
19	43	HERBINGER MACIEJ	WROCŁAW		Polska	1978	M30	8	00:00:02	5:12	11,5	00:26:43	01:23:36	01:49:07	01:49:09	17	
20	113	SMALEC MAKSYMILIAN	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE		Polska	1982	M30	9	00:00:11	5:15	11,4	00:27:16	01:24:34	01:49:58	01:50:09	18	
21	7	BARTCZAK ADRIAN	KŁODZKO		Polska	1992	M20	4	00:00:03	5:15	11,4	00:26:16	01:23:55	01:50:13	01:50:16	19	
22	54	JAROSZ ANNA	KŁODZKO		Polska	1991	K20	2	00:00:01	5:15	11,4	00:27:08	01:24:14	01:50:21	01:50:22		3
23	154	KOWAL TOMASZ	KŁODZKO		Polska	1987	M30	10	00:00:00	5:17	11,4	00:25:31	01:23:07	01:50:49	01:50:49	20	
24	170	JĘDRYCHOWSKI BARTŁOMIEJ	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1983	M30	11	00:00:01	5:18	11,3	00:27:15	01:23:56	01:51:07	01:51:08	21	
25	106	ROZNERSKA DAGMARA	RĘKÓW		Polska	1985	K30	2	00:00:04	5:20	11,2	00:27:42	01:24:56	01:52:04	01:52:08		4
26	77	MARKOWSKI PIOTR	NOWA RUDA	22BPG	Polska	1974	M40	5	00:00:04	5:22	11,2	00:27:33	01:25:59	01:52:46	01:52:50	22	
27	105	RODAK ZBIGNIEW	STRZEGOM	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	Polska	1983	M30	12	00:00:03	5:24	11,1	00:27:25	01:26:46	01:53:14	01:53:17	23	
28	4	AKUTKO SEBASTIAN	WROCŁAW		Polska	1977	M40	6	00:00:08	5:24	11,1	00:27:00	01:26:51	01:53:13	01:53:21	24	
29	102	PROSZAK SEBASTIAN	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1972	M40	7	00:00:01	5:24	11,1	00:26:44	01:25:19	01:53:28	01:53:29	25	
30	55	JAWORSKI MATEUSZ	LUBIN	BIEGAJĄCA KASTA MIEDZIOWEGO MIAST	Polska	1988	M20	5	00:00:01	5:25	11,1	00:27:08	01:26:21	01:53:48	01:53:49	26	
31	61	KIERSKI ADAM	BIELAWA	LIW LEWANT	Polska	1973	M40	8	00:00:07	5:26	11,0	00:28:02	01:26:42	01:53:57	01:54:04	27	
32	141	WŁODARCZYK WOJCIECH	MIŁOSZYCE	KB HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE	Polska	1977	M40	9	00:00:04	5:27	11,0	00:28:23	01:26:35	01:54:13	01:54:17	28	
33	41	GRYGIEL LESZEK	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1969	M40	10	00:00:02	5:28	11,0	00:26:24	01:27:19	01:54:36	01:54:38	29	
34	53	JAROSŁAWSKI MARCIN	JELCZ-LASKOWICE	KLUB BIEGACZA HARCOWNIK	Polska	1981	M30	13	00:00:06	5:28	11,0	00:29:22	01:27:20	01:54:44	01:54:50	30	
35	30	DYM GRZEGORZ	LUBIN	MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1979	M30	14	00:00:01	5:30	10,9	00:27:30	01:26:28	01:55:31	01:55:32	31	
36	38	GOŁĘBIEWSKA ANNA	KŁODZKO		Polska	1980	K30	3	00:00:01	5:32	10,9	00:27:41	01:26:59	01:56:02	01:56:03		5
37	48	JABŁOŃSKI PAWEŁ	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1977	M40	11	00:00:04	5:32	10,8	00:28:38	01:28:30	01:56:11	01:56:15	32	
38	131	TWARÓG ZBIGNIEW	STRZEGOM	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	Polska	1952	M60	1	00:00:03	5:33	10,8	00:28:40	01:28:25	01:56:39	01:56:42	33	
39	158	NESTEREWICZ JAN	KŁODZKO		Polska	1954	M60	2	00:00:08	5:34	10,8	00:27:49	01:27:18	01:56:47	01:56:55	34	
40	1	ADAMCZYK PIOTR	WROCŁAW		Polska	1988	M20	6	00:00:02	5:35	10,8	00:26:33	01:29:14	01:57:08	01:57:10	35	
41	19	CHORZĘPA MARCIN	JELCZ-LASKOWICE		Polska	1987	M30	15	00:00:05	5:35	10,7	00:27:48	01:27:20	01:57:19	01:57:24	36	
42	75	MANIECKI MACIEJ	WROCŁAW		Polska	1984	M30	16	00:00:02	5:36	10,7	00:28:20	01:27:22	01:57:37	01:57:39	37	

# Pokonaj Twierdzą 21 km

Organizator: IBIS sc  
Data: 01-10-2017  
Dystans: 21km  
Miejscowość: Kłodzko

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	Czas startu	tempo min/km	tempo km/h	P1	P2	Czas netto	Wynik	M	K
43	68	KUPIEC MARIUSZ	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1975	M40	12	00:00:01	5:37	10,7	00:27:50	01:29:18	01:57:46	<b>01:57:47</b>	38	
44	62	KIMMEL MARIUSZ	KOMORNIKI	KTTK KOMORZANKA	Polska	1969	M40	13	00:00:10	5:37	10,7	00:27:55	01:29:57	01:57:43	<b>01:57:53</b>	39	
45	169	SURYNKOWSKI MICHAŁ	BYSTRZYCA KŁODZKA		Polska	1982	M30	17	00:00:00	5:37	10,7	00:27:21	01:29:12	01:58:06	<b>01:58:06</b>	40	
46	9	BASZCZYŚYŃ ARTUR	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1985	M30	18	00:00:00	5:38	10,7	00:27:15	01:27:03	01:58:14	<b>01:58:14</b>	41	
47	37	GOLAŃSKI JANUSZ	OLDRZYSZOWICE		Polska	1972	M40	14	00:00:10	5:40	10,6	00:29:39	01:29:59	01:58:40	<b>01:58:50</b>	42	
48	171	JAROSZ DAWID	BYSTRZYCA KŁODZKA		Polska	1988	M20	7	00:00:08	5:40	10,6	00:27:43	01:29:53	01:58:59	<b>01:59:07</b>	43	
49	116	STACHOWIAK WIESŁAW	WROCŁAW	NIGHT RUNNERS	Polska	1976	M40	15	00:00:03	5:41	10,6	00:29:10	01:30:17	01:59:12	<b>01:59:15</b>	44	
50	111	SKRZYPEK PAWEŁ	POLANICA ZDRÓJ		Polska	1985	M30	19	00:00:03	5:41	10,6	00:28:38	01:29:31	01:59:18	<b>01:59:21</b>	45	
51	14	BORUKAŁO JAROSŁAW	KŁODZKO		Polska	1967	M50	3	00:00:01	5:42	10,5	00:29:23	01:30:47	01:59:35	<b>01:59:36</b>	46	
52	92	OPALIŃSKA-KLUSEK MAŁGORZA	OBORNIKI ŚLĄSKIE		Polska	1981	K30	4	00:00:03	5:43	10,5	00:28:49	01:30:49	01:59:58	<b>02:00:01</b>		6
53	17	CHŁADZYŃSKI PIOTR	WROCŁAW	OLD BOXING CLUB	Polska	1971	M40	16	00:00:06	5:45	10,4	00:29:20	01:31:32	02:00:37	<b>02:00:43</b>	47	
54	104	RAJCA BARTŁOMIEJ	WROCŁAW	SAMOTWÓR TEAM	Polska	1975	M40	17	00:00:06	5:45	10,4	00:29:33	01:30:53	02:00:37	<b>02:00:43</b>	48	
55	29	DURKALEC EWELINA	BOLKÓW		Polska	1983	K30	5	00:00:00	5:45	10,4	00:28:50	01:31:03	02:00:48	<b>02:00:48</b>		7
56	124	SUROWIK PAWEŁ	KŁODZKO		Polska	1973	M40	18	00:00:03	5:46	10,4	00:29:35	01:30:40	02:00:54	<b>02:00:57</b>	49	
57	164	WIŚNIEWSKI JACEK	NOWA RUDA	NOWA RUDA BIEGA	Polska	1976	M40	19	00:00:04	5:47	10,4	00:28:17	01:29:20	02:01:29	<b>02:01:33</b>	50	
58	175	GLIŃSKI RADOSŁAW	WROCŁAW		Polska	1985	M30	20	00:00:04	5:48	10,3	00:27:34	01:32:09	02:01:45	<b>02:01:49</b>	51	
59	40	GRABIŃSKI WALDEMAR	ROGOŹNO	ROGOZIŃSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1973	M40	20	00:00:09	5:49	10,3	00:30:19	01:32:31	02:02:01	<b>02:02:10</b>	52	
60	127	TOKARSKI JOACHIM	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1978	M30	21	00:00:05	5:52	10,2	00:30:50	01:34:06	02:03:04	<b>02:03:09</b>	53	
61	59	KALAMARZ KRZYSIEK	WAWRZEŃCZYCE		Polska	1974	M40	21	00:00:12	5:52	10,2	00:28:53	01:32:01	02:03:00	<b>02:03:12</b>	54	
62	22	CZUBAK MARCIN	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1969	M40	22	00:00:03	5:52	10,2	00:30:20	01:34:19	02:03:14	<b>02:03:17</b>	55	
63	56	JAWORSKI GRZEGORZ	DZIERŻONIÓW	LIW LEWANT	Polska	1982	M30	22	00:00:13	5:53	10,2	00:28:37	01:31:07	02:03:20	<b>02:03:33</b>	56	
64	20	CHORZEPA ADAM	SZCZYTNA	NO TEAM	Polska	1966	M50	4	00:00:03	5:55	10,2	00:29:32	01:34:16	02:04:05	<b>02:04:08</b>	57	
65	85	NAPIERAŁA ANDRZEJ	GOSTYŃ	MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1958	M50	5	00:00:24	5:55	10,1	00:29:43	01:35:18	02:03:57	<b>02:04:21</b>	58	
66	26	DROZDOWSKI ADRIAN	BIELAWA		Polska	1982	M30	23	00:00:12	5:56	10,1	00:30:18	01:34:39	02:04:17	<b>02:04:29</b>	59	
67	149	ZIENKIEWICZ DARIUSZ	OPOLE	KLUB DARKI	Polska	1976	M40	23	00:00:05	5:56	10,1	00:31:37	01:36:23	02:04:40	<b>02:04:45</b>	60	
68	162	DUDZIK JACEK	BYSTRZYCA KŁODZKA	LKS ISKRA JASZKOWA	Polska	1955	M60	3	00:00:04	5:57	10,1	00:29:47	01:34:49	02:04:53	<b>02:04:57</b>	61	
69	25	DONAJ ADAM	KOŚCIAN		Polska	1974	M40	24	00:00:15	5:58	10,1	00:30:59	01:35:46	02:04:54	<b>02:05:09</b>	62	
70	160	KOZIEŁ TOMASZ	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1979	M30	24	00:00:05	5:58	10,1	00:30:19	01:34:16	02:05:16	<b>02:05:21</b>	63	
71	74	MAJOCH ANNA	KŁODZKO	GVT	Polska	1976	K40	1	00:00:06	5:59	10,0	00:29:15	01:34:06	02:05:26	<b>02:05:32</b>		8
72	121	STEFAŃCZYK PRZEMYSŁAW	STĘPIN		Polska	1989	M20	8	00:00:08	6:00	10,0	00:27:57	01:33:36	02:05:43	<b>02:05:51</b>	64	
73	172	ŚLIMAK SYLWESTER	BISKUPÓW		Polska	1973	M40	25	00:00:12	6:00	10,0	00:28:39	01:34:07	02:05:41	<b>02:05:53</b>	65	
74	5	AKUTKO DAWID	KŁODZKO		Polska	1993	M20	9	00:00:09	6:01	10,0	00:29:15	01:34:58	02:06:15	<b>02:06:24</b>	66	
75	45	HOWORSKI GRZEGORZ	STARA ŁOMNICA		Polska	1976	M40	26	00:00:02	6:02	9,9	00:31:20	01:35:41	02:06:36	<b>02:06:38</b>	67	
76	49	JANICKI ANDRZEJ	LEWIN BRZEŃSKI	JANICCY	Polska	1980	M30	25	00:00:07	6:03	9,9	00:29:49	01:36:36	02:06:52	<b>02:06:59</b>	68	
77	35	GAWRYŚ SZYMON	SZCZYTNA	TECHNIKUM LEŚNE MILICZ	Polska	2001	M16	1	00:00:05	6:03	9,9	00:29:45	01:38:06	02:07:04	<b>02:07:09</b>	69	
78	129	TROJAN PAWEŁ	SZCZYTNA	SZCZYTNA BIEGA	Polska	1984	M30	26	00:00:05	6:03	9,9	00:30:24	01:36:56	02:07:06	<b>02:07:11</b>	70	
79	167	BOCZULA KRZYSZTOF	BIELAWA	WKB PIAST WROCŁAW	Polska	1962	M50	6	00:00:13	6:04	9,9	00:31:50	01:37:23	02:07:01	<b>02:07:14</b>	71	
80	44	HETMAŃSKI FILIP	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1978	M30	27	00:00:06	6:04	9,9	00:30:52	01:37:16	02:07:15	<b>02:07:21</b>	72	
81	95	PAWELEC MARIUSZ	KUDOWA ZDRÓJ	KUDOWSCY MIŁOŚNICZY BIEGANIA	Polska	1980	M30	28	00:00:06	6:04	9,9	00:30:52	01:37:15	02:07:15	<b>02:07:21</b>	73	
82	10	BERENDOWICZ TOMASZ	OPOLE	DARKI	Polska	1975	M40	27	00:00:05	6:04	9,9	00:31:37	01:36:50	02:07:24	<b>02:07:29</b>	74	
83	156	DEREŃ BEATA	STARA ŁOMNICA		Polska	1992	K20	3	00:00:07	6:07	9,8	00:31:52	01:37:41	02:08:29	<b>02:08:36</b>		9
84	18	CHORKOWY BARTOSZ	OPOLE		Polska	1973	M40	28	00:00:12	6:08	9,8	00:31:53	01:37:49	02:08:31	<b>02:08:43</b>	75	

# Pokonaj Twierdzą 21 km

Organizator: IBIS sc  
Data: 01-10-2017  
Dystans: 21km  
Miejscowość: Kłodzko

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	Czas startu	tempo min/km	tempo km/h	P1	P2	Czas netto	Wynik	M	K
85	134	WIERZBICKA BEATA	KŁODZKO		Polska	1982	K30	6	00:00:08	6:08	9,8	00:31:26	01:38:45	02:08:37	<b>02:08:45</b>		10
86	148	ZIELINSKI BOGUMIŁ	MIEROSZÓW	GRUPA BIEGOWA MIWEROSZOW	Polska	1963	M50	7	00:00:18	6:08	9,8	00:31:28	01:38:19	02:08:36	<b>02:08:54</b>	76	
87	146	WYSOCKI PIOTR	SYCÓW		Polska	1986	M30	29	00:00:06	6:09	9,7	00:29:11	01:33:32	02:09:10	<b>02:09:16</b>	77	
88	89	NIESPODZIANA ANNA	ROGOŻNO	ROGOZIŃSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1982	K30	7	00:00:09	6:11	9,7	00:31:10	01:37:56	02:09:32	<b>02:09:41</b>		11
89	117	STADNICKI ROBERT	LUBIN	BIEGAJĄCA KASTA MIEDZIOWEGO MIAST	Polska	1971	M40	29	00:00:01	6:13	9,7	00:30:29	01:39:19	02:10:24	<b>02:10:25</b>	78	
90	84	NAPIERAŁA TADEUSZ	GLOGÓW	TEGES	Polska	1960	M50	8	00:00:16	6:13	9,7	00:30:38	01:38:31	02:10:09	<b>02:10:25</b>	79	
91	78	MAZUREK MICHAŁ	KŁODZKO		Polska	1975	M40	30	00:00:05	6:14	9,6	00:26:52	01:33:30	02:10:54	<b>02:10:59</b>	80	
92	34	GAJEWSKI JACEK	PACZKÓW		Polska	1993	M20	10	00:00:11	6:16	9,6	00:32:00	01:36:41	02:11:22	<b>02:11:33</b>	81	
93	133	WIECZOREK KRZYSZTOF	KŁODZKO		Polska	1986	M30	30	00:00:07	6:16	9,6	00:28:40	01:34:50	02:11:39	<b>02:11:46</b>	82	
94	3	AKUTKO PAWEŁ	KŁODZKO		Polska	1984	M30	31	00:00:08	6:17	9,6	00:28:33	01:37:42	02:11:44	<b>02:11:52</b>	83	
95	126	ŚWISTUŃ EUGENIUSZ	KRAPKOWICE		Polska	1999	M16	2	00:00:11	6:17	9,6	00:31:24	01:39:59	02:11:45	<b>02:11:56</b>	84	
96	82	MUCHA KATARZYNA	WROCŁAW	FITNESS ACADEMY RUNNING TEAM	Polska	1966	K50	1	00:00:34	6:18	9,5	00:33:09	01:40:34	02:11:52	<b>02:12:26</b>		12
97	8	BARWIŃSKI JAROSŁAW	JELCZ LASKOWICE	KB HARCOWNIK JELCZ LASKOWICE	Polska	1977	M40	31	00:00:05	6:20	9,5	00:31:45	01:40:22	02:12:45	<b>02:12:50</b>	85	
98	173	BURACZYŃSKA SANDRA	KŁODZKO		Polska	1991	K20	4	00:00:10	6:20	9,5	00:32:02	01:41:46	02:12:45	<b>02:12:55</b>		13
99	81	MRZYGLÓD MAGDALENA	WROCŁAW		Polska	1971	K40	2	00:00:19	6:20	9,5	00:33:09	01:41:18	02:12:42	<b>02:13:01</b>		14
100	87	NEUMANN JACEK	RADKÓW		Polska	1964	M50	9	00:00:10	6:21	9,4	00:31:45	01:39:23	02:13:17	<b>02:13:27</b>	86	
101	120	STAWARZ PAWEŁ	OLEŚNICA	KB LUPUS OLEŚNICA	Polska	1969	M40	32	00:00:12	6:21	9,4	00:32:42	01:40:58	02:13:18	<b>02:13:30</b>	87	
102	152	FĄFROWICZ KAZIMIERZ	KŁODZKO		Polska	1954	M60	4	00:00:08	6:23	9,4	00:32:04	01:40:51	02:14:04	<b>02:14:12</b>	88	
103	125	SUROWIK KAROLINA	KŁODZKO		Polska	1982	K30	8	00:00:07	6:24	9,4	00:33:03	01:41:21	02:14:23	<b>02:14:30</b>		15
104	27	DUNDZIAK KRZYSZTOF	WIELUŃ	PO BIEGU PIWKO	Polska	1990	M20	11	00:00:10	6:26	9,3	00:30:33	01:40:48	02:14:48	<b>02:14:58</b>	89	
105	23	DĄBROWSKI IRENEUSZ	OPOLE	RAJSPOORT ACTIVE	Polska	1970	M40	33	00:00:10	6:26	9,3	00:34:11	01:42:58	02:14:49	<b>02:14:59</b>	90	
106	69	LIPSKI PRZEMYSŁAW	KĘDZIERZYN-KOŻŁE	START KŁODNICA	Polska	1975	M40	34	00:00:14	6:27	9,3	00:30:55	01:42:05	02:15:04	<b>02:15:18</b>	91	
107	130	TRZEPACZ DOROTA	OLEŚNICA		Polska	1973	K40	3	00:00:13	6:27	9,3	00:32:31	01:41:48	02:15:12	<b>02:15:25</b>		16
108	31	DZIMIRA PAWEŁ	KŁODZKO		Polska	1983	M30	32	00:00:11	6:27	9,3	00:31:50	01:42:03	02:15:18	<b>02:15:29</b>	92	
109	115	SOWA GRZEGORZ	KŁODZKO	22BPG	Polska	1986	M30	33	00:00:10	6:27	9,3	00:31:50	01:41:59	02:15:22	<b>02:15:32</b>	93	
110	13	BŁOŃSKI MAREK	KŁODZKO		Polska	1981	M30	34	00:00:10	6:28	9,3	00:32:21	01:39:38	02:15:46	<b>02:15:56</b>	94	
111	24	DEPTALA ADRIAN	SMOLEC		Polska	1978	M30	35	00:00:02	6:29	9,3	00:31:27	01:41:24	02:16:06	<b>02:16:08</b>	95	
112	21	CZAJA PAWEŁ	LEWIN BRZESKI		Polska	1971	M40	35	00:00:10	6:29	9,2	00:33:08	01:43:07	02:16:05	<b>02:16:15</b>	96	
113	109	SERAFIN IWONA	LEWIN BRZESKI		Polska	1976	K40	4	00:00:10	6:29	9,2	00:33:08	01:43:06	02:16:05	<b>02:16:15</b>		17
114	66	KUKURYK KRZYSZTOF	NOWA RUDA	NOWA RUDA BIEGA	Polska	1979	M30	36	00:00:04	6:30	9,2	00:33:11	01:43:16	02:16:25	<b>02:16:29</b>	97	
115	108	SAJDAK MARCIN	NOWA RUDA		Polska	1984	M30	37	00:00:09	6:31	9,2	00:31:51	01:42:05	02:16:32	<b>02:16:41</b>	98	
116	166	JANCZAK ANGELIKA	LEGNICA		Polska	1973	K40	5	00:00:09	6:31	9,2	00:33:15	01:43:19	02:16:32	<b>02:16:41</b>		18
117	155	DEREŃ AGATA	STARA ŁOMNICA		Polska	1990	K20	5	00:00:07	6:32	9,2	00:32:10	01:43:22	02:17:02	<b>02:17:09</b>		19
118	140	WŁODARCZYK JAROSŁAW	KŁODZKO		Polska	1979	M30	38	00:00:08	6:38	9,0	00:32:11	01:44:30	02:19:18	<b>02:19:26</b>	99	
119	147	ZAUCHA MARTA	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1982	K30	9	00:00:07	6:40	9,0	00:33:07	01:44:57	02:19:57	<b>02:20:04</b>		20
120	39	GOŁĘBIEWSKI SEBASTIAN	KŁODZKO		Polska	1980	M30	39	00:00:07	6:43	8,9	00:32:33	01:45:00	02:20:46	<b>02:20:53</b>	100	
121	136	WILK MARIUSZ	PYSKOWICE		Polska	1966	M50	10	00:00:01	6:44	8,9	00:31:59	01:46:56	02:21:23	<b>02:21:24</b>	101	
122	12	BIAŁAS-SOBCZAK IZABELA	KUDOWA-ZDRÓJ		Polska	1976	K40	6	00:00:05	6:44	8,9	00:33:31	01:46:44	02:21:25	<b>02:21:30</b>		21
123	60	KAPŁON STANISŁAW	KŁODZKO	LKS ISKRA JASZKOWA	Polska	1956	M60	5	00:00:13	6:45	8,9	00:31:56	01:45:59	02:21:36	<b>02:21:49</b>	102	
124	177	WITKA PATRYK	NOWA RUDA		Polska	1983	M30	40	00:00:00	6:47	8,8	00:29:19	01:40:30	02:22:37	<b>02:22:37</b>	103	
125	110	SKOROBHATY MARCIN	KŁODZKO		Polska	1986	M30	41	00:00:13	6:49	8,8	00:32:30	01:45:38	02:22:49	<b>02:23:02</b>	104	
126	57	JEDNORÓG DOROTA	OLEŚNICA	KB LUPUS OLEŚNICA	Polska	1971	K40	7	00:00:12	6:50	8,8	00:33:25	01:48:05	02:23:21	<b>02:23:33</b>		22

Tomasz Zwiejski  
tomek.zwiejski@sts-timing.pl

# Pokonaj Twierdzą 21 km

Organizator: IBIS sc  
Data: 01-10-2017  
Dystans: 21km  
Miejscowość: Kłodzko

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	Czas startu	tempo min/km	tempo km/h	P1	P2	Czas netto	Wynik	M	K
127	137	WIŚNIEWSKI ŁUKASZ	ŚCINAWICA	KOLKATEAM NOWARUDA	Polska	1985	M30	42	00:00:03	6:51	8,8	00:30:17	01:43:17	02:23:43	<b>02:23:46</b>	105	
128	2	ADAMSKI ADAM	BIERUTÓW		Polska	1961	M50	11	00:00:13	6:51	8,8	00:33:30	01:48:49	02:23:35	<b>02:23:48</b>	106	
129	168	LASKOWSKI DARIUSZ			Polska	1971	M40	36	00:00:07	6:53	8,7	00:30:26	01:44:55	02:24:35	<b>02:24:42</b>	107	
130	135	WIERZBIKI DAWID	WROCLAW		Polska	1999	M16	3	00:00:11	6:55	8,7	00:29:55	01:47:04	02:24:58	<b>02:25:09</b>	108	
131	114	SOBKOWIAK EDYTA	POZNAN	KTTK KOMORZANKA	Polska	1965	K50	2	00:00:10	6:55	8,7	00:34:16	01:48:23	02:25:03	<b>02:25:13</b>		23
132	33	FONFERKO DARIA	STRZEGOM	STRZEGOMSKA DWUNASTKA	Polska	1982	K30	10	00:00:07	6:56	8,7	00:33:28	01:52:13	02:25:27	<b>02:25:34</b>		24
133	163	KORZENIOWSKI PAWEŁ	KŁODZKO		Polska	1981	M30	43	00:00:08	7:01	8,6	00:32:33	01:49:26	02:27:12	<b>02:27:20</b>	109	
134	99	PODULKA MAŁGORZATA	KŁODZKO		Polska	1986	K30	11	00:00:09	7:04	8,5	00:34:17	01:50:21	02:28:12	<b>02:28:21</b>		25
135	142	WNUK GRZEGORZ	KŁODZKO	KŁODZKO PRZYTWIERDZA BIEGANIE	Polska	1973	M40	37	00:00:06	7:05	8,5	00:31:31	01:49:04	02:28:38	<b>02:28:44</b>	110	
136	100	PREISS GRZEGORZ	WROCLAW		Polska	1976	M40	38	00:00:09	7:08	8,4	00:32:37	01:50:07	02:29:32	<b>02:29:41</b>	111	
137	42	HAŁKA JAN	WROCLAW		Polska	1972	M40	39	00:00:18	7:09	8,4	00:34:38	01:52:39	02:29:42	<b>02:30:00</b>	112	
138	107	ROZNERSKI ŁUKASZ	RĘKÓW		Polska	1984	M30	44	00:00:04	7:09	8,4	00:33:52	01:52:02	02:30:06	<b>02:30:10</b>	113	
139	51	JANOWICZ ANNA	SZALEJOW DOLNY		Polska	1968	K40	8	00:00:09	7:10	8,4	00:34:13	01:52:23	02:30:22	<b>02:30:31</b>		26
140	98	PIETRZAK GRZEGORZ	WROCLAW		Polska	1974	M40	40	00:00:04	7:10	8,4	00:33:36	01:54:15	02:30:34	<b>02:30:38</b>	114	
141	97	PIETRZAK ANNA	WROCLAW		Polska	1977	K40	9	00:00:04	7:10	8,4	00:35:36	01:54:19	02:30:34	<b>02:30:38</b>		27
142	71	ŁUCZAK KAROLINA	NYSA		Polska	1985	K30	12	00:00:11	7:12	8,3	00:36:20	01:54:36	02:30:52	<b>02:31:03</b>		28
143	72	ŁUCZAK MARCIN	NYSA		Polska	1986	M30	45	00:00:11	7:12	8,3	00:36:20	01:54:35	02:30:52	<b>02:31:03</b>	115	
144	103	PUZIO KLAUDIA	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE		Polska	1991	K20	6	00:00:19	7:17	8,2	00:34:50	01:53:43	02:32:47	<b>02:33:06</b>		29
145	36	GŁOGOWSKI ADAM	WROCLAW	JEŻOZWIERZE GROUP	Polska	1981	M30	46	00:00:06	7:20	8,2	00:33:29	01:54:51	02:34:02	<b>02:34:08</b>	116	
146	32	FALBA ANDRZEJ	KĘDZIERZYN - KOŹLE	DZIKIE ŻÓWIE	Polska	1975	M40	41	00:00:14	7:25	8,1	00:34:10	01:51:30	02:35:30	<b>02:35:44</b>	117	
147	73	MADEJ ANITA	BOGUSZYN		Polska	1994	K20	7	00:00:09	7:26	8,1	00:35:59	01:55:48	02:35:47	<b>02:35:56</b>		30
148	63	KOLWICZ ANNA	WAŁBRZYCH		Polska	1969	K40	10	00:00:13	7:37	7,9	00:36:16	01:59:21	02:39:51	<b>02:40:04</b>		31
149	64	KOLWICZ PATRYK	WAŁBRZYCH		Polska	1994	M20	12	00:00:13	7:37	7,9	00:36:16	01:59:30	02:39:51	<b>02:40:04</b>	118	
150	65	KONOPKA ANDRZEJ	WROCLAW		Polska	1986	M30	47	00:00:17	7:39	7,8	00:36:19	01:59:44	02:40:14	<b>02:40:31</b>	119	
151	112	SMAL JAN	WROCLAW		Polska	1994	M20	13	00:00:07	7:54	7,6	00:35:27	02:09:30	02:45:42	<b>02:45:49</b>	120	
152	6	ALEKSIUK DARIUSZ	KŁODZKO		Polska	1973	M40	42	00:00:10	8:03	7,5	00:33:08	02:02:08	02:48:43	<b>02:48:53</b>	121	
153	86	NAPIERAŁA KATARZYNA	WROCLAW	TEGES	Polska	1971	K40	11	00:00:15	9:17	6,5	00:42:46	02:24:54	03:14:47	<b>03:15:02</b>		32
154	90	NOWICKI ANDRZEJ	WROCLAW	ZJEDNOCZENI ZWYCIĘŻAMY	Polska	1970	M40	43	00:00:14	9:34	6,3	00:49:46	02:34:19	03:20:38	<b>03:20:52</b>	122	
155	93	OWSIANA ANITA	OPORÓWKO	GEMUSTUDIO.COM	Polska	1987	K30	13	00:00:16	9:48	6,1	00:45:56	02:33:49	03:25:38	<b>03:25:54</b>		33
156	94	OWSIANY KRZYSZTOF	OPORÓWKO	GEMUSTUDIO.COM	Polska	1983	M30	48	00:00:17	9:48	6,1	00:45:56	02:33:48	03:25:37	<b>03:25:54</b>	123	