

VII Pokonaj Focha 22.09.2019 Skawina

Biegi główne

Wyniki w kat. wiekowych Bieg na 10 000 m

Miej.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok	Płeć	Klub	Miasto	Okr.	Brutto	Netto
-------	----	-----------------	-----	------	------	--------	------	--------	-------

Bieg na 10 000 m

Kobiety

kat.1990-2001

1.	470	Bugno, Marcelina	1990	K		Skawina	4	44:19.82	44:13.93	-
2.	786	Woźniak, Maria	1990	K	Skawina Biega	Skawina	4	47:59.76	47:52.92	+03:38.99
3.	420	Biera, Agnieszka	1990	K	Skawina Biega	Skawina	4	51:04.85	50:58.48	+06:44.55
4.	496	Wiśniewska, Małgorzata	1990	K		Kraków	4	1:03:27.00	1:03:10.10	+18:56.17

kat.1980-1989

1.	468	Plaziak-Kowalska,	1983	K	2K	Libertow	4	42:21.54	42:17.69	-
2.	445	Sliwa, Agnieszka	1986	K		Libertów	4	45:23.39	45:16.08	+02:58.38
3.	487	Nazim, Agnieszka	1985	K	Skawina Biega	Skawina	4	46:07.88	46:01.29	+03:43.59
4.	485	Szmigiel, Agnieszka	1988	K		Kraków	4	47:40.81	47:32.94	+05:15.25
5.	431	Kapółka, Agata	1983	K	Skawina Biega	Skawina	4	48:07.18	47:59.69	+05:42.00
6.	533	Bigoś, Monika	1981	K		Kraków	4	50:55.67	50:46.24	+08:28.55
7.	474	Janik, Paulina	1987	K		Radziszów	4	53:35.95	53:23.46	+11:05.77
8.	414	Zając, Ilona	1982	K	Skawina Biega	Rzozów	4	53:57.68	53:50.65	+11:32.95
9.	415	Tylek, Agata	1980	K	Skawina Biega	Mogilany	4	54:58.80	54:53.19	+12:35.49
10.	497	Przesór, Barbara	1982	K	Zadyszka Oświęcim	Brzezinka	4	55:29.39	55:21.99	+13:04.30
11.	594	Maj, Kinga	1988	K	Nsg group	Krakow	4	55:58.38	55:42.91	+13:25.21
12.	426	Wyrzykowska, Katarzyna	1985	K	Skawina Biega	Skawina	4	56:41.90	56:28.21	+14:10.51
13.	417	Babiuch, Magda	1983	K	Skawina Biega	Wielkie Drogi	4	58:30.86	58:16.84	+15:59.14
14.	830	Żarnowska, Barbara	1985	K	Skawina Biega		4	1:01:27.98	1:01:14.46	+18:56.76
15.	781	Bruzda, Iwona	1981	K	CKiS Skawina	SkawinaSkawina	4	1:01:40.63	1:01:24.42	+19:06.73
16.	817	Młodzaianowska, Anna	1987	K			4	1:03:10.97	1:02:56.88	+20:39.18

kat.1970-1979

1.	374	Gut, Marzena	1977	K			4	44:13.33	44:06.74	-
2.	401	Garstecka, Joanna	1977	K	Skawina Biega	Skawina	4	45:01.41	44:56.25	+00:49.50
3.	643	Trzebunia, Alicja	1979	K	TG Sokół Zakopane	Zakopane	4	45:43.29	45:34.08	+01:27.34
4.	687	Maciążka, Anna	1978	K	Optima Skawina	Kraków	4	53:05.90	52:45.63	+08:38.88
5.	542	Klimek, Beata	1979	K		Kraków	4	53:33.15	53:09.79	+09:03.05
6.	430	Śliwa, Anna	1976	K	Skawina Biega	Jurczyce	4	53:20.82	53:13.38	+09:06.64
7.	838	Kajmak, Beata	1975	K			4	55:27.05	55:19.94	+11:13.20
8.	368	Nowotny, Klaudiusz	1975	K			4	56:11.26	56:07.13	+12:00.38
9.	715	Suchańska-Drechny, Marta	1979	K	Skawina Biega	Rzozów	4	58:30.92	58:16.83	+14:10.09
10.	481	Podolecka-Serwin,	1974	K		Niepołomice	4	59:03.27	58:52.65	+14:45.91
11.	769	Kuśnierz, Joanna	1973	K		Kraków	4	1:00:00.21	59:38.24	+15:31.50
12.	412	Kajdas, Beata	1975	K		Mogilany	4	59:54.43	59:48.40	+15:41.66

kat.1960-1969

1.	366	Bajolek, Alexandra	1968	K			4	58:55.14	58:36.10	-
2.	617	Sitarz, Magdalena	1964	K		Kraków	4	1:08:27.95	1:08:12.26	+09:36.15

Mężczy

kat.1990-2001

1.	513	Kowalski, Aleksander	1992	M		Wola	4	38:49.74	38:46.65	-
2.	508	Kluska, Michał	1992	M	Team Kluska	Wola	4	41:54.81	41:48.21	+03:01.55
3.	787	Kuraś, Tomasz	1991	M	FRAPOL	Kraków	4	42:46.32	42:42.93	+03:56.27
4.	736	Gargula, Michał	1992	M	MikeyBiega	Rzozów	4	43:44.50	43:37.58	+04:50.93
5.	491	Kosieradzki, Łukasz	1991	M		Kraków	4	44:32.46	44:22.29	+05:35.63
6.	483	Sekuła, Dawid	1991	M	OCRTraining.pl	Skawina	4	45:12.37	45:01.70	+06:15.05
7.	662	Cichoń, Konrad	1997	M		Skawina	4	48:19.29	48:11.20	+09:24.55
8.	761	Scąber, Dawid	1992	M	Poka & Herki	Kraków	4	49:55.43	49:50.01	+11:03.36
9.	757	Nowakowski, Krzysztof	1998	M		Skawina	4	50:51.20	50:39.35	+11:52.69

VII Pokonaj Focha 22.09.2019 Skawina

Biegi główne

Wyniki w kat. wiekowych Bieg na 10 000 m

Miej.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok	Płeć	Klub	Miasto	Okr.	Brutto	Netto
kat.1980-1989									
1.	852	Augustyński, Sylwester	1981	M			4	33:48.83	33:46.51 -
2.	525	Starzak, Paweł	1983	M	Inka Running Team	Skawina	4	36:29.08	36:26.47 +02:39.95
3.	565	Kowalczyk, Roman	1982	M	Lajkonik	Skawina	4	38:19.23	38:15.02 +04:28.51
4.	418	Szydlowski, Bartek	1987	M	Skawina Biega	Skawina	4	38:41.17	38:37.10 +04:50.59
5.	467	Janik, Dariusz	1986	M		Radziszów	4	39:10.29	38:57.80 +05:11.29
6.	675	Adamczak, Krzysztof	1982	M		Kraków	4	41:13.06	41:04.21 +07:17.70
7.	469	Kowalski, Krzysztof	1980	M	2K	Libertow	4	41:18.90	41:14.69 +07:28.18
8.	744	Oleś, Artur	1980	M		Leńcze	4	42:59.99	42:51.26 +09:04.75
9.	455	Oramus, Paweł	1987	M	Skawina Biega	Gołuchowice	4	43:22.58	43:15.19 +09:28.68
10.	746	Michałowski, Maciek	1984	M	ITMBW Kraków	Kraków	4	43:32.01	43:27.96 +09:41.44
11.	608	Wójcik, Mateusz	1980	M	Skawina Biega	Skawina	4	44:01.21	43:55.62 +10:09.11
12.	756	Radwański, Marcin	1988	M		Zakrzów	4	44:08.79	44:02.85 +10:16.34
13.	728	Szela, Tomasz	1987	M	Nankatsu	Kraków	4	46:21.32	46:11.55 +12:25.04
14.	702	Chwesiuk, Paweł	1981	M	PaWie	Kraków	4	46:26.87	46:21.76 +12:35.24
15.	557	Gądek, Paweł	1983	M		Skawina	4	46:41.87	46:35.22 +12:48.71
16.	639	Nowotarski, Kamil	1988	M		Zator- Laskowa	4	47:52.54	47:41.86 +13:55.35
17.	504	Kuś, Marek	1982	M		Skawina	4	48:10.53	47:59.48 +14:12.97
18.	650	Jargus, Tomasz	1982	M	podolsze.pl	Podolsze	4	48:43.35	48:33.34 +14:46.83
19.	842	Ożóg, Robert	1980	M	Skawina Biega		4	48:54.94	48:47.85 +15:01.34
20.	747	Robustelli, Salvatore	1987	M	ITMBW Kraków	Krakow	4	48:59.46	48:55.19 +15:08.68
21.	657	Zajac, Krzysztof	1986	M	Grana	Kraków	4	49:46.90	49:42.09 +15:55.58
22.	855	Beška, Marcin	1982	M			4	49:57.38	49:44.59 +15:58.08
23.	409	Pocięgiel, Michał	1982	M	Skawina Biega	Radziszów	4	50:06.28	49:49.23 +16:02.72
24.	471	Bugno, Andrzej	1989	M		Skawina	4	52:42.73	52:26.09 +18:39.58
25.	442	Listopad, Marcin	1984	M	Lorenz	Kraków	4	55:31.01	55:15.01 +21:28.50
kat.1970-1979									
1.	576	Makowiec, Robert	1975	M	LKS BURZYN	Tuchów	4	35:49.30	35:46.45 -
2.	845	Morawa, Mateusz	1979	M			4	36:47.20	36:42.93 +00:56.47
3.	405	Orłowicz, Marcin	1978	M	Mafia O	Kraków	4	37:49.73	37:46.82 +02:00.36
4.	779	Szkodziński, Tomasz	1979	M	SD Team	Kraków	4	38:11.55	38:08.30 +02:21.84
5.	376	Gut, Paweł	1978	M			4	39:26.10	39:20.99 +03:34.53
6.	677	Herba, Konrad	1979	M		Kraków	4	39:55.59	39:50.95 +04:04.50
7.	591	Szymula, Norbert	1977	M	Skawina Biega	Skawina	4	41:14.45	41:08.78 +05:22.32
8.	706	Arhamowicz, Krzysztof	1977	M		Skawina	4	41:37.54	41:34.10 +05:47.65
9.	731	Pierzynka, Rafał	1974	M		Kraków	4	42:15.08	42:09.58 +06:23.13
10.	740	Gąsior, Krzysztof	1977	M	Lajkonik	Psary	4	43:36.45	43:29.43 +07:42.98
11.	416	Tylek, Krzysztof	1977	M	Skawina Biega	Mogilany	4	44:10.47	44:05.44 +08:18.98
12.	638	Pawlik, Krzysztof	1977	M	Grana	Kraków	4	44:38.09	44:33.65 +08:47.19
13.	729	Kowalczyk, Marcin	1979	M		Gołuchowice	4	46:01.75	45:54.45 +10:07.99
14.	767	Stolarski, Sławomir	1976	M	WM TRISELF	Kraków	4	46:46.86	46:43.35 +10:56.89
15.	745	Drechny, Bartosz	1979	M	Skawina Biega	Rzozów	4	47:49.91	47:34.31 +11:47.85
16.	653	Magiera, Paweł	1979	M		Skawina	4	47:56.27	47:43.21 +11:56.75
17.	854	Sokół, Bogusław	1976	M			4	48:01.67	47:47.06 +12:00.60
18.	673	Paluch, Mariusz	1976	M	Biegam bo Lubię	Skawina	4	48:14.50	48:05.69 +12:19.24
19.	649	Adamaszek, Łukasz	1973	M		Skawina	4	48:26.89	48:10.57 +12:24.11
20.	413	Garstecki, Michał	1976	M	Skawina Biega	Skawina	4	48:26.24	48:20.76 +12:34.30
21.	580	Sowa, Grzegorz	1976	M		Kraków	4	51:29.03	51:05.92 +15:19.47
22.	479	Duszyk, Grzegorz	1974	M		.Kraków	4	52:08.32	51:56.87 +16:10.41
23.	463	Kościelny, Artur	1972	M	Skawina Biega	Radziszów	4	52:21.43	52:05.94 +16:19.49
24.	689	Maciążka, Piotr	1979	M	Optima Skawina	Kraków	4	53:06.14	52:45.57 +16:59.11
25.	637	Świadek, Grzegorz	1974	M		Skawina	4	53:00.57	52:52.82 +17:06.36
26.	464	Ślęzyk, Marcin	1974	M		KRAKÓW	4	53:41.18	53:23.06 +17:36.60
27.	768	Kuśnierz, Kryspin	1976	M		Kraków	4	56:30.39	56:09.36 +20:22.90
28.	495	Bajor, Rafał	1975	M	Rebellion of Free	Żory	4	56:33.88	56:20.55 +20:34.09
29.	515	Chodowiec, Maciej	1970	M	Pokonaj Focha	Skawina	4	58:35.08	58:13.55 +22:27.09
30.	645	Battek, Mirosław	1973	M	Z@dyszka	Skawina	4	59:13.07	58:52.93 +23:06.47
31.	644	Chachuła, Grzegorz	1973	M		Kopanka	4	1:03:00.66	1:02:44.75 +26:58.30
32.	652	Brożek, Janusz	1979	M	HauteC	Skawina	4	1:03:54.41	1:03:36.77 +27:50.31

VII Pokonaj Focha 22.09.2019 Skawina

Biegi główne

Wyniki w kat. wiekowych Bieg na 10 000 m

Miej.	Nr	Nazwisko i Imię	Rok	Płeć	Klub	Miasto	Okr.	Brutto	Netto
-------	----	-----------------	-----	------	------	--------	------	--------	-------

kat.1960-1969

1.	714	Mielec, Andrzej	1969	M	Niepołomice Biegają	Węgrzce Wielkie	4	35:55.43	35:52.26	-
2.	766	Pudzisz, Ryszard	1967	M	Niezrzeszony	Łudźmierz	4	38:14.48	38:10.49	+02:18.22
3.	534	Opryszek, Bogusław	1968	M	ITMBW Kraków	Kraków	4	38:29.86	38:26.55	+02:34.29
4.	509	Kluska, Zbigniew	1969	M	Team Kluska	Woła	4	38:44.92	38:39.24	+02:46.98
5.	754	Gondek, Dariusz	1966	M	Salt Runners Bochnia	Borek	4	44:00.36	43:53.71	+08:01.44
6.	589	Różak, Stanisław	1960	M		Wołowice	4	45:41.74	45:37.43	+09:45.17
7.	777	Urbaniec, Wojciech	1966	M	CKiS Skawina	Kraków	4	47:12.67	46:50.50	+10:58.24
8.	432	Dywan, Andrzej	1968	M	MPEC SA KRAKÓW	Kraków	4	48:17.00	47:59.48	+12:07.21
9.	564	Bobak, Bogdan	1966	M		Skawina	4	48:18.50	48:03.65	+12:11.39
10.	457	Grabowski, Jan	1964	M	Skawina Biega	Gołuchowice	4	49:59.84	49:51.87	+13:59.60
11.	488	Spyrka, Adam	1968	M	MPEC SA KRAKÓW	Kraków	4	50:54.74	50:37.10	+14:44.84
12.	751	Połetek, Artur	1968	M	UP KR 49	Kraków	4	51:06.34	50:42.83	+14:50.56
13.	616	Pawelec, Andrzej	1964	M		Kraków	4	50:57.65	50:44.00	+14:51.74
14.	663	Kubisztal, Andrzej	1964	M	Kudelski Cukiernia	Tarnów	4	52:21.87	52:10.46	+16:18.20

kat.1950-1959

1.	762	Pierzynka, Zbigniew	1951	M		Kraków	4	38:53.85	38:50.57	-
2.	798	Behounek, Leszek	1959	M	Sokół Zakopane	Zakopane	4	39:53.09	39:49.78	+00:59.20
3.	807	Nowotny, Marian	1950	M	Niepołomice Biegają	Damienice	4	54:07.11	53:53.87	+15:03.29
4.	808	Patrzyk, Tadeusz	1951	M		Skawina	4	59:21.28	59:12.03	+20:21.46
5.	810	Urbaniec, Andrzej	1956	M		Sucha Beskidzka	4	59:48.07	59:37.97	+20:47.40

kat.1949 i starsi

1.	800	Cholewa, Jan	1948	M		Sucha Beskidzka	4	49:13.57	49:03.88	-
----	-----	--------------	------	---	--	-----------------	---	----------	----------	---

Number of records: 120