

# Wrocławska Trzydziestka

## WYNIKI ZAWODÓW

30 km

Organizator: Stowarzyszenie Pro-Run Wrocław

Termin: 17.07.2016

Miejsce: Wrocław

Dystans: 30 km

Miejsce Rank	Nr Bib	Nazwisko i imię Name	Miejscowość City	Kraj Nat	Drużyna Team	R-k YoB	W kategorii in Age	Sex	Czas Time	[min/km]
30 km KATEGORIA:M20										
1	232	ŚLĘZAK Piotr	WROCLAW	POL		89	M20/1	(M)3	01:58:06	03.56
2	94	SMOLAK Dawid	OLEŚNICA	POL		89	M20/2	(M)14	02:14:02	04.28
3	125	KUŻBIŃSKI Wojtek	BIENIEC 86	POL		93	M20/3	(M)17	02:14:57	04.29
4	5000	PIETRZAK Grzegorz	KEPNO	POL		97	M20/4	(M)23	02:17:56	04.35
5	68	LAMPERSKI Marcin	RAWICZ	POL		92	M20/5	(M)27	02:18:31	04.37
6	50	KOWALSKI Marcin	PERZÓW	POL		89	M20/6	(M)32	02:20:45	04.41
7	155	RZEPKA Marcin	WROCLAW	POL		88	M20/7	(M)36	02:23:56	04.47
8	19	MROCZKOWSKI Karol	WROCLAW	POL		90	M20/8	(M)39	02:25:01	04.50
9	51	SALIŃSKI Dominik	RADOMSKO	POL		87	M20/9	(M)49	02:30:40	05.01
10	61	ZAMYŚLÓWSKI Piotr	SKAWINA	POL		90	M20/10	(M)58	02:33:28	05.06
11	197	PAWLUK Bartosz	OLEŚNICA	POL		89	M20/11	(M)62	02:34:32	05.09
12	97	DŹUGAJ Mateusz	MYSLAKÓW	POL		95	M20/12	(M)63	02:35:34	05.11
13	85	KOZICZAK Michał	WROCLAW	POL		88	M20/13	(M)67	02:36:58	05.13
14	79	MICHALSKI Krystian	WROCLAW	POL		91	M20/14	(M)83	02:45:17	05.30
15	190	KULIŚ Jarosław	RADOMSKO	POL		91	M20/15	(M)90	02:48:32	05.37
16	180	KLATKA Maciej	LEGNICA	POL		92	M20/16	(M)94	02:49:52	05.39
17	214	CHODOROWSKI Grzegorz	WROCLAW	POL		87	M20/17	(M)97	02:52:35	05.45
18	98	FRAĆKOWIAK Dominik	ŚMIGIEL	POL		88	M20/18	(M)98	02:52:44	05.45
19	157	DYDYNA Dawid	ZIELONA GÓRA	POL		92	M20/19	(M)100	02:53:18	05.46
20	95	TUREK Mariusz	GOSZCZ	POL		89	M20/20	(M)115	03:01:51	06.03
21	57	BERGER Damian	LISIEC	POL		89	M20/21	(M)119	03:03:03	06.06
22	2	KUZIEL Bartosz	STRONIE ŚLĄSKIE	POL		90	M20/22	(M)123	03:06:02	06.12
23	70	JUSIK Bartosz	LUBON	POL		88	M20/23	(M)126	03:08:54	06.17
24	153	DAWIDOWICZ Marcin	OŁAWA	POL		87	M20/24	(M)137	03:16:27	06.32
25	209	KMIECIK Grzegorz	WAŁBRZYCH	POL		91	M20/25	(M)143	03:21:23	06.42
26	133	LESZCZYŃSKI Karol	ANNOPOL	POL		91	M20/26	(M)144	03:22:32	06.45

### 30 km KATEGORIA:M30

1	194	PELC Paweł	WROCLAW	POL		78	M30/1	(M)2	01:56:23	03.52
2	229	SICIARZ Marcin	OŁAWA	POL		78	M30/2	(M)4	01:58:16	03.56
3	185	GRAD Łukasz	LEGNICA	POL		83	M30/3	(M)7	02:08:28	04.16
4	149	GRZEGOREK Łukasz	WOJNOWICE	POL		79	M30/4	(M)8	02:08:52	04.17
5	204	PONTUS Robert	OLEŚNICA	POL		85	M30/5	(M)10	02:12:51	04.25
6	106	WÓJCIK Rafał	WROCLAW	POL		77	M30/6	(M)13	02:13:49	04.27
7	126	GEŚIAK Arkadiusz	WIELUŃ	POL		84	M30/7	(M)15	02:14:24	04.28
8	168	STAWIARZ Paweł	WROCLAW	POL		86	M30/8	(M)18	02:15:06	04.30
9	107	PRZYKUCKI Tomasz	MROZÓW	POL		81	M30/9	(M)20	02:16:03	04.32
10	159	BIEŃKO Sylwester	WROCLAW	POL		78	M30/10	(M)21	02:16:15	04.32
11	146	SKRZYPCZAK Tomasz	WROCLAW	POL		85	M30/11	(M)24	02:17:58	04.35
12	90	MAREK Krupa	WROCLAW	POL		86	M30/12	(M)26	02:18:27	04.36
13	142	PODKÓWKA Sławek	BOLKÓW	POL		80	M30/13	(M)29	02:20:11	04.40
14	224	POSŁUSZNY Paweł	WROCLAW	POL		79	M30/14	(M)31	02:20:35	04.41
15	187	STĘPIEŃ Marcin	WROCLAW	POL		82	M30/15	(M)40	02:25:56	04.51
16	192	OBAL Marcin	ZDUNY	POL		82	M30/16	(M)42	02:26:58	04.53
17	116	MELNYK Ivan	WROCLAW	UKR		86	M30/17	(M)43	02:26:59	04.53
18	206	PAŹDZIERNIK Michał	OŁAWA	POL		86	M30/18	(M)44	02:28:07	04.56
19	3	BRODA Dominik	WROCLAW	POL		86	M30/19	(M)46	02:28:32	04.57

Miejsce Rank	Nr Bib	Nazwisko i imię Name	Miejscowość City	Kraj Nat	Drużyna Team	R-k YoB	W kategorii in Age	Sex	Czas Time	[min/km]
20	112	BACHORSKI Remigiusz	CIOŚANIEC	POL		84	M30/20	(M)47	02:28:43	04.57
21	101	POLAŃSKI Bartosz	MIRKÓW	POL		82	M30/21	(M)48	02:29:22	04.58
22	111	GOLA Tomasz	WROCLAW	POL		80	M30/22	(M)50	02:30:54	05.01
23	7	BATOR Michał	NADOLICE WIELKIE	POL		84	M30/23	(M)54	02:31:26	05.02
24	71	DĄBROWSKI Andrzej	WROCLAW	POL		85	M30/24	(M)55	02:31:32	05.03
25	212	SKRZEK Marcin	WROCLAW	POL		80	M30/25	(M)57	02:31:43	05.03
26	74	HOTAŁA Piotr	WROCLAW	POL		79	M30/26	(M)59	02:33:44	05.07
27	119	KRĘŻEL Marek	WROCLAW	POL		84	M30/27	(M)65	02:36:11	05.12
28	213	BANDURA Robert	WROCLAW	POL		83	M30/28	(M)66	02:36:47	05.13
29	145	AKUTKO Sebastian	WROCLAW	POL		77	M30/29	(M)72	02:38:10	05.16
30	230	KOPEĆ Bartłomiej	WROCLAW	POL		79	M30/30	(M)73	02:38:28	05.16
31	37	RUSOŁ Tomasz	WROCLAW	POL		83	M30/31	(M)75	02:39:15	05.18
32	198	GARNCAREK Michał	OLEŚNICA	POL		82	M30/32	(M)76	02:39:46	05.19
33	45	DŁUGOKĘCKI David	WROCLAW	POL		82	M30/33	(M)77	02:39:57	05.19
34	148	DYM Grzegorz	LUBIN	POL		79	M30/34	(M)78	02:40:38	05.21
35	36	KULESA Krzysztof	WROCLAW	POL		83	M30/35	(M)79	02:40:57	05.21
36	186	MIERZWA Sławomir	MIRKÓW	POL		81	M30/36	(M)81	02:42:18	05.24
37	76	STAŃCZYK Bartosz	WROCLAW	POL		82	M30/37	(M)86	02:47:20	05.34
38	32	PASZKOWSKI Marcin	WROCLAW	POL		80	M30/38	(M)92	02:49:18	05.38
39	156	NOWAK Jarosław	WROCLAW	POL		77	M30/39	(M)93	02:49:38	05.39
40	72	HORBACZ Krystian	LIGOTA PIĘKNA	POL		79	M30/40	(M)95	02:50:45	05.41
41	231	WÓJKOWSKI Kamil	WROCLAW	POL		80	M30/41	(M)103	02:54:37	05.49
42	166	STELMASZEK Grzegorz	IWINY	POL		82	M30/42	(M)104	02:54:39	05.49
43	193	CIEMNY Kamil	WROCLAW	POL		82	M30/43	(M)106	02:55:01	05.50
44	174	STRUMIŃSKI Kamil	WROCLAW	POL		83	M30/44	(M)107	02:55:02	05.50
45	222	WIECZOREK Sebastian	WROCLAW	POL		77	M30/45	(M)110	02:57:40	05.55
46	181	ŁAZARSKI Jarosław	WROCLAW	POL		81	M30/46	(M)111	02:58:27	05.56
47	96	MADZIARSKI Marek	ŻERNIKI WROCLAWSKIE	POL		82	M30/47	(M)112	02:58:41	05.57
48	102	TOMCZAK Piotr	WROCLAW	POL		80	M30/48	(M)113	03:00:20	06.00
49	122	IGNACIK Rafał	ZĄBKOWICE ŚL.	POL		78	M30/49	(M)117	03:02:49	06.05
50	42	WOJAKOWSKI Łukasz	GROBLICE	POL		81	M30/50	(M)120	03:05:29	06.10
51	30	SŁOWIK Rafał	WROCLAW	POL		80	M30/51	(M)129	03:09:45	06.19
52	29	BAJER Grzegorz	OLEŚNICA	POL		84	M30/52	(M)134	03:13:08	06.26
53	167	WERBLIŃSKI Daniel	WROCLAW	POL		82	M30/53	(M)135	03:15:54	06.31
54	161	RZECZKOWSKI Paweł	WROCLAW	POL		83	M30/54	(M)136	03:15:57	06.31
55	52	JACYSZYN Jacek	NYSA	POL		80	M30/55	(M)138	03:16:40	06.33
56	218	OLEJARCZYK Tomasz	WROCLAW	POL		82	M30/56	(M)139	03:16:54	06.33
57	131	HAS Artur	IWINY	POL		78	M30/57	(M)140	03:17:33	06.35
58	81	CYWIŃSKI Bartłomiej	WROCLAW	POL		77	M30/58	(M)141	03:18:06	06.36
59	22	NAJOWICZ Łukasz	OŁAWA	POL		81	M30/59	(M)142	03:21:09	06.42
60	132	CZEREMAŃSKI Krzysztof	KĘDZIERZYN-KOŹLE	POL		84	M30/60	(M)147	03:25:44	06.51
61	14	PTAK Arkadiusz	WILKSZYN	POL		79	M30/61	(M)149	03:28:11	06.56
62	221	JASION Mateusz	WROCLAW	POL		85	M30/62	(M)150	03:34:56	07.09
63	182	LASOTA Rafał 'walles'	WROCLAW	POL		79	M30/63	(M)151	03:36:19	07.12

### 30 km KATEGORIA:M40

1	227	GRONOSTAJ Grzegorz	WROCLAW	POL		74	M40/1	(M)1	01:48:20	03.36
2	67	KORZEŃ Artur	OŁAWA	POL		76	M40/2	(M)5	02:06:21	04.12
3	135	WIŚNIEWSKI Sławomir	WROCLAW	POL		73	M40/3	(M)6	02:07:35	04.15
4	77	ŚCISŁO Przemysław	POLKOWICE	POL		71	M40/4	(M)9	02:11:20	04.22
5	99	KARCZYŃSKI Dariusz	OLEŚNICA	POL		76	M40/5	(M)11	02:12:51	04.25
6	80	RAČKI Dariusz	WAŁBRZYCH	POL		70	M40/6	(M)12	02:13:45	04.27
7	191	DĄBROWSKI Roman	WROCLAW	POL		70	M40/7	(M)16	02:14:48	04.29
8	115	KOWNACKI Jacek	WROCLAW	POL		72	M40/8	(M)19	02:15:19	04.30
9	49	TYCZKOWSKI Mariusz	WROCLAW	POL		67	M40/9	(M)22	02:16:50	04.33
10	223	NOLBERT Adam	WROCLAW	POL		70	M40/10	(M)25	02:17:59	04.35
11	8	JAKOBSZE Wojciech	MARCINKOWICE	POL		74	M40/11	(M)28	02:18:53	04.37
12	226	SZPITER Tomasz	ZŁOTORYJA	POL		69	M40/12	(M)33	02:21:05	04.42
13	41	PODWÓRNY Jan	WROCLAW	POL		71	M40/13	(M)34	02:22:06	04.44

Miejsce Rank	Nr Bib	Nazwisko i imię Name	Miejscowość City	Kraj Nat	Drużyna Team	R-k YoB	W kategorii in Age Sex	Czas Time	[min/km]
14	202	ROKITA Andrzej	ŚRODA ŚLĄSKA	POL		67	M40/14 (M)35	02:23:37	04.47
15	87	WAWRZYŃIAK Hubert	WROCLAW	POL		71	M40/15 (M)37	02:24:07	04.48
16	179	ZAJĄCZKOWSKI Sławomir	PIECOWICE	POL		75	M40/16 (M)38	02:24:36	04.49
17	211	HEŁMECKI Darek	WILCZYCE	POL		71	M40/17 (M)41	02:25:57	04.51
18	173	MARTOWSKI Maciej	WROCLAW	POL		76	M40/18 (M)51	02:30:58	05.01
19	144	HRUSZOWIEC Paweł	WOŁÓW	POL		72	M40/19 (M)52	02:31:07	05.02
20	176	DYLAŁAK Roman	SYCÓW	POL		75	M40/20 (M)53	02:31:22	05.02
21	235	BORKOWSKI Adam		POL		74	M40/21 (M)56	02:31:37	05.03
22	215	ŁOBOS Mariusz	WAŁBRZYCH	POL		70	M40/22 (M)60	02:33:50	05.07
23	138	GŃIADEK Daniel	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE	POL		76	M40/23 (M)64	02:35:50	05.11
24	63	JĘDRYCH Dariusz	WROCLAW	POL		70	M40/24 (M)69	02:37:44	05.15
25	91	HERNER Tomasz	TRZEBNICA	POL		76	M40/25 (M)70	02:37:44	05.15
26	172	JARENTOWSKI Mariusz	WOLICA	POL		76	M40/26 (M)74	02:38:42	05.17
27	93	KUBICKI Tomasz	OLEŚNICA	POL		69	M40/27 (M)82	02:43:34	05.27
28	201	LIPNICKI Tomasz	WROCLAW	POL		70	M40/28 (M)84	02:45:18	05.30
29	6	LISS Rafał	WROCLAW	POL		76	M40/29 (M)87	02:47:23	05.34
30	104	DOLIŃSKI Wojciech	RADWANICE	POL		75	M40/30 (M)88	02:47:31	05.35
31	113	MANCHIA Paolo	WROCLAW	POL		74	M40/31 (M)89	02:48:32	05.37
32	184	BEDNARCZYK Bogdan	WROCLAW	POL		67	M40/32 (M)91	02:48:59	05.37
33	225	DUDEK Krzysztof	UDANIN	POL		74	M40/33 (M)101	02:54:09	05.48
34	154	BARTOSZEWSKI Grzegorz	DLUGOŁĘKA	POL		76	M40/34 (M)102	02:54:33	05.49
35	234	RODAK Jarosław	WAŁBRZYCH	POL		74	M40/35 (M)105	02:54:43	05.49
36	105	PIETRZAK Jerzy	WROCLAW	POL		70	M40/36 (M)108	02:55:43	05.51
37	163	LASKOWSKI Krzysztof	OSTRÓW WLKP	POL		69	M40/37 (M)109	02:56:42	05.53
38	110	CAPY Thierry	BIELANY WROCLAWSKIE	FRA		71	M40/38 (M)118	03:02:57	06.05
39	12	OSADNIK Ryszard	ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE	POL		72	M40/39 (M)121	03:05:37	06.11
40	58	JAZŁOWIECKI Marek	WROCLAW	POL		76	M40/40 (M)122	03:05:51	06.11
41	38	LEŚNIAK Adam	OLEŚNICA	POL		70	M40/41 (M)125	03:07:47	06.15
42	15	PALUSZCZAK Roman	MARCINKOWICE	POL		71	M40/42 (M)128	03:09:41	06.19
43	169	KOWALCZYK Jarosław	WAŁBRZYCH	POL		76	M40/43 (M)132	03:11:52	06.23
44	207	POCZTA Dariusz	ZDUNY	POL		73	M40/44 (M)148	03:27:26	06.54
45	28	SZCZEPANIAK Tomasz	WILCZYCE	POL		74	M40/45 (M)152	03:38:20	07.16

### 30 km KATEGORIA:M50











1	44	ŁACIŃSKI Bogusław	SIECHNICE	POL		61	M50/1 (M)30	02:20:30	04.41
2	60	ŁUKASIK Leszek	OLAWA	POL		59	M50/2 (M)45	02:28:28	04.56
3	195	ODO Robert	DALESZYCE	POL		65	M50/3 (M)61	02:34:17	05.08
4	233	GERUS Wiesław	WROCLAW	POL		65	M50/4 (M)71	02:38:00	05.16
5	196	BRYŃSKI Dariusz	ZIELONA GÓRA	POL		63	M50/5 (M)80	02:41:59	05.23
6	35	BARAŃSKI Andrzej	WROCLAW	POL		60	M50/6 (M)85	02:46:38	05.33
7	48	BOGDANOWICZ Andrzej	WROCLAW	POL		64	M50/7 (M)96	02:52:27	05.44
8	17	WARWAS Artur	WROCLAW	POL		66	M50/8 (M)114	03:01:45	06.03
9	158	LECHOWSKI Jan	JELCZ-LASKOWICE	POL		58	M50/9 (M)116	03:02:03	06.04
10	40	LEŚNIK Wojciech	WROCLAW	POL		63	M50/10 (M)124	03:06:15	06.12
11	109	JASICKI Henryk	OLAWA	POL		61	M50/11 (M)127	03:09:40	06.19
12	20	MAŁAS Piotr	WROCLAW	POL		66	M50/12 (M)130	03:09:49	06.19
13	220	ŁADOŃSKI Ryszard	WROCLAW	POL		57	M50/13 (M)146	03:23:26	06.46

### 30 km KATEGORIA:M60












1	124	TASAREK Ryszard	NYSA	POL		52	M60/1 (M)68	02:37:39	05.15
2	217	WINTER Bogusław	KROTOSZYCE	POL		53	M60/2 (M)99	02:52:56	05.45
3	141	KORALEWSKI Janusz	WROCLAW	POL		56	M60/3 (M)131	03:11:19	06.22
4	78	MITROSZ Andrzej	WROCLAW	POL		56	M60/4 (M)133	03:11:53	06.23
5	59	FLORCZAK Zdzisław	WROCLAW	POL		52	M60/5 (M)145	03:23:12	06.46

### 30 km KATEGORIA:K20








1	162	SKOCZEŃ Marta	WYSOKA	POL		87	K20/1 (K)2	02:37:53	05.15
2	171	SZYMAŃSKA Brygida	JAROSZÓW	POL		90	K20/2 (K)3	02:38:31	05.17
3	143	SIEMIENIEC Marta	WROCLAW	POL		90	K20/3 (K)5	02:43:00	05.26
4	228	SAP Patrycja	GLIWICE	POL		90	K20/4 (K)12	02:52:19	05.44

Miejsce Rank	Nr Bib	Nazwisko i imię Name	Miejscowość City	Kraj Nat	Drużyna Team	R-k YoB	W kategorii in Age	(K) Sex	Czas Time	[min/km]
5	4	GAJDUK Ilona	WROCLAW	 POL		91	K20/5	(K)13	02:52:30	05.45
6	208	SAKOWSKA Agnieszka	WARSZAWA	 POL		88	K20/6	(K)20	02:59:08	05.58
7	121	BURACZYŃSKA Sandra	KŁODZKO	 POL		91	K20/7	(K)21	02:59:58	05.59
8	123	OCZAK-STACH Dorota	WROCLAW	 POL		89	K20/8	(K)25	03:03:16	06.06
9	152	KNARA Ada	OLAWA	 POL		89	K20/9	(K)27	03:14:40	06.29
10	86	MACIEJEWSKA Katarzyna	WROCLAW	 POL		88	K20/10	(K)28	03:14:50	06.29
11	13	DYMAŁA Paulina	MIĘDZYBÓRZ	 POL		87	K20/11	(K)31	03:24:19	06.48
12	151	STACH Małgorzata	WROCLAW	 POL		87	K20/12	(K)32	03:34:58	07.09
13	84	ZYBAŁA Joanna	ŁĄKOCINY	 POL		89	K20/13	(K)33	03:35:58	07.11
14	210	NOWICKA Dagmara	WROCLAW	 POL		91	K20/14	(K)34	03:36:47	07.13




### 30 km KATEGORIA:K30

1	43	PAWLUS Violetta	SIECHNICE	 POL		78	K30/1	(K)1	02:26:21	04.52
2	75	HOTAŁA Anna	WROCLAW	 POL		82	K30/2	(K)4	02:40:46	05.21
3	103	CHOROMAŃSKA Anna	WYSOKA	 POL		82	K30/3	(K)10	02:49:33	05.39
4	82	FILARSKA Małgorzata	WROCLAW	 POL		81	K30/4	(K)15	02:54:40	05.49
5	118	GASZCZYŃSKA Agnieszka	OSTRÓW WLKP	 POL		79	K30/5	(K)16	02:55:46	05.51
6	160	KOWALCZYK Monika	WROCLAW	 POL		78	K30/6	(K)18	02:57:00	05.54
7	1	WYSTĘPEK Daria	WROCLAW	 POL		86	K30/7	(K)22	03:00:29	06.00
8	140	KRAKOWCZYK Joanna	KARWIANY	 POL		79	K30/8	(K)23	03:01:44	06.03
9	199	KLUWAK Aneta	WROCLAW	 POL		84	K30/9	(K)24	03:03:01	06.06
10	219	BOGALIŃSKA Katarzyna	WROCLAW	 POL		86	K30/10	(K)26	03:06:23	06.12
11	9	DYMAŁA Natalia	MIĘDZYBÓRZ	 POL		85	K30/11	(K)30	03:24:15	06.48

### 30 km KATEGORIA:K40

1	108	WRÓBLEWSKA-CWENAR Dorota	WROCLAW	 POL		71	K40/1	(K)6	02:46:24	05.32
2	5	LISS Magdalena	WROCLAW	 POL		75	K40/2	(K)7	02:47:34	05.35
3	114	SZCZERBAL Agnieszka	POZNAŃ	 POL		75	K40/3	(K)8	02:47:55	05.35
4	69	BRODAŁA Agnieszka	WROCLAW	 POL		76	K40/4	(K)14	02:52:44	05.45
5	65	ŻARCZYŃSKA Agnieszka	MARCINKOWICE	 POL		73	K40/5	(K)17	02:56:21	05.52
6	21	TOMCZAK Anna	WROCLAW	 POL		76	K40/6	(K)29	03:15:55	06.31
7	11	SZCZEPANIAK Agnieszka	WILCZYCE	 POL		76	K40/7	(K)35	03:38:58	07.17

### 30 km KATEGORIA:K50

1	47	BOGDANOWICZ Maria	WROCLAW	 POL		66	K50/1	(K)9	02:49:18	05.38
2	88	BERDOWSKA Izabela	WROCLAW	 POL		66	K50/2	(K)11	02:50:38	05.41
3	175	FRANEK Katarzyna	WROCLAW	 POL		66	K50/3	(K)19	02:58:45	05.57