

Carrefour Bieg Trzech Wzgórz 2020

WYNIKI ZAWODÓW

Organizator: Stowarzyszenie Pro-Run Wrocław

Termin: 07.03.2021

Miejsce: Wrocław

Dystans: 10 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]
10 km - seria 49min i szybciej - K40 [0]										
1	5354	GÓROWSKA Katarzyna	WROCLAW		POL	81	K40/1	(K)4	00:46:53	04.41
2	138	SULMA Agnieszka	WROCLAW		POL WKBPIASTWROCLAW	81	K40/2	(K)7	00:47:38	04.45
3	5317	TRZASKACZ Dorota	TRZEBNICA		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	80	K40/3	(K)9	00:51:59	05.11
10 km - seria 49min i szybciej - K30 [0]										
1	78	CZERW Anna	TRZEBNICA		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	89	K30/1	(K)2	00:40:22	04.02
2	81	WIECZOREK Ewelina	TRZEBNICA		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	89	K30/2	(K)3	00:42:55	04.17
3	163	ZAJĄC-SOBCZAK Marta	TRZEBNICA		POL DĄBROWSKI TEAM	82	K30/3	(K)5	00:47:08	04.42
4	91	IWAN Kaja	BOLESŁAWIEC		POL	90	K30/4	(K)6	00:47:35	04.45
5	54	BRODZIAK Agnieszka	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	85	K30/5	(K)11	00:52:17	05.13
6	98	BRANDT Arleta	BOLESŁAWIEC		POL	91	K30/6	(K)12	00:55:01	05.30
7	24	SUPKOWSKA Katarzyna	BIELANY WROCLAWSKIE		POL	84	K30/7	(K)13	01:02:45	06.16
10 km - seria 49min i szybciej - K20 [0]										
1	147	SŁĘZAK Sylwia	CZĘSTOCHOWA		POL CKS BUDOWLANI CZĘSTOCHOWA	95	K20/1	(K)1	00:37:41	03.46
2	135	PIOTROWSKA Aleksandra	MILICZ		POL SSW TEAM KROŚNICE	01	K20/2	(K)8	00:49:02	04.54
3	62	KUCZKOWSKA Marta	WROCLAW		POL WATAHA	94	K20/3	(K)10	00:52:14	05.13
10 km - seria 49min i szybciej - M60 [0]										
1	137	JAZ Zygmunt	WROCLAW		POL	61	M60/1	(M)43	00:44:12	04.25
2	5379	HOŁOWNIA Ryszard	WROCLAW		POL DREAM TEAM	59	M60/2	(M)64	00:52:02	05.12
10 km - seria 49min i szybciej - M50 [0]										
1	146	KOŁODZIEJCZYK Jarosław	CZĘSTOCHOWA		POL ZABIEGANI CZĘSTOCHOWA	70	M50/1	(M)12	00:38:59	03.53
2	5387	Kuriata Robert	WIERUSZÓW		POL MKS SIECHNICE	66	M50/2	(M)16	00:39:29	03.56
3	177	GRZEGOREK Grzegorz	KĄTY WROCLAWSKIE		POL KLUB BIEGACZA KĄTY WROCLAWSKIE	71	M50/3	(M)29	00:41:51	04.11
4	101	GRAF Remigiusz	LESZNO		POL TURBO RUN LESZNO	69	M50/4	(M)34	00:42:44	04.16
5	49	PODWÓRNY Jan	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	71	M50/5	(M)38	00:43:34	04.21
6	29	ŁUSZCZ Janusz	WROCLAW		POL	62	M50/6	(M)61	00:51:20	05.08
7	180	PIOTROWICZ Krzysztof			POL CARREFOUR BOREK	68	M50/7	(M)66	00:53:45	05.22
10 km - seria 49min i szybciej - M40 [0]										
1	145	ANTCZAK Robert	RACIBRZ		POL VICTORIA RACIBÓRZ	81	M40/1	(M)2	00:36:25	03.38
2	50	KRASULAK Daniel	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	81	M40/2	(M)3	00:37:20	03.44
3	17	NIEPOKÓJ Patryk	WROCLAW		POL	79	M40/3	(M)4	00:37:29	03.44
4	149	OSKULSKI Robert	KOWARY		POL SMS KOWARY, KOWARY BIEGAJA	73	M40/4	(M)11	00:38:58	03.53
5	154	HUTYRA Marcin	WROCLAW		POL 140MINUT.PL	78	M40/5	(M)14	00:39:05	03.54
6	42	FRANCZAK Mariusz	KSIĘGINICE		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	77	M40/6	(M)22	00:40:19	04.01
7	5324	FIELEK Piotr	WROCLAW		POL ZAKOCHAJ SIĘ W BIEGANIU	72	M40/7	(M)24	00:40:46	04.04
8	118	POSŁUSZNY Mariusz	GŁOSKA		POL AKB ESEMAS	72	M40/8	(M)26	00:40:57	04.05
9	61	LITKA Krzysztof	WROCLAW		POL PZU SPORT TEAM	77	M40/9	(M)30	00:42:15	04.13
10	8	ZĄBEK Łukasz	WROCLAW		POL 140MINUT.PL	78	M40/10	(M)32	00:42:17	04.13
11	79	CZERW Konrad	TRZEBNICA		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	79	M40/11	(M)36	00:42:57	04.17
12	107	NOWAKOWSKI Marek	GÓRA		POL	75	M40/12	(M)37	00:43:23	04.20
13	168	CISŁO Krzysztof	WYSOKA		POL 140MINUT.PL	81	M40/13	(M)39	00:43:37	04.21
14	76	LATAŁA Eryk	SKOROSZYCE		POL ATHLETICS NYSA	74	M40/14	(M)42	00:43:46	04.22
15	48	KOLAWA Piotr	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	76	M40/15	(M)45	00:44:30	04.27
16	80	RASZKA Krzysztof	MILICZ		POL RUNNING TEAM MILICZ	75	M40/16	(M)47	00:45:06	04.30
17	5318	SZCZEPAŃSKI Sławomir	WROCLAW		POL GALVARINO WROCLAW	80	M40/17	(M)54	00:47:03	04.42
18	105	SZCZYGIELSKI Bartłomiej	WROCLAW		POL AMATOR	73	M40/18	(M)55	00:47:14	04.43

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]
19	27	MIELCZAREK Tomasz	WROCLAW		POL	75	M40/19	(M)57	00:47:43	04.46
20	166	WYDRO Piotr	WROCLAW		POL KB VAMOS AMIGOS WROCLAW	80	M40/20	(M)58	00:48:19	04.49
21	93	SOWINSKI Mariusz	KĄTY WROCLAWSKIE		POL GNIECHOWICE	75	M40/21	(M)59	00:48:59	04.53
22	120	WOJCIECHOWSKI Kamil	GÓRA		POL	79	M40/22	(M)60	00:50:59	05.05
23	53	BABULA Przemysław	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	74	M40/23	(M)62	00:51:41	05.10
24	9	RESPONDEK Dariusz	WROCLAW		POL	74	M40/24	(M)69	00:55:01	05.30
25	58	DORNIAK Jarosław	WROCLAW		POL PZU SPORT TEAM	72	M40/25	(M)72	11:02:50	66.17

10 km - seria 49min i szybciej - M30 [0]

1	129	GRABOWSKI Karol	CZĘSTOCHOWA		POL	86	M30/1	(M)1	00:34:49	03.28
2	16	CZARNOTA Dariusz	WYSOKA (GM.		POL	89	M30/2	(M)5	00:37:32	03.45
3	5363	LEŚNIAK Jakub	SZKARADOWO		POL	88	M30/3	(M)9	00:38:00	03.48
4	155	DĄBROWSKI Andrzej	WROCLAW		POL 140MINUT.PL	85	M30/4	(M)10	00:38:49	03.52
5	5380	OWCZAREK Andrzej	TRZEBNICA - KSIĘGINICE		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	82	M30/5	(M)13	00:39:04	03.54
6	85	BUBLIS Grzegorz	WROCLAW		POL KAMIENNOGÓRSKA GRUPA BIEGOWA	83	M30/6	(M)17	00:39:33	03.57
7	5329	TERENIUK Przemysław	TRZEBNICA		POL DTR BIEGA / MARIO TEAM	86	M30/7	(M)18	00:39:46	03.58
8	5	ANDRZEJEWSKI Drogosz	LUBIN		POL RUNATTACK	86	M30/8	(M)19	00:40:08	04.00
9	113	PRZYBYŚLAWSKI Kamil	WROCLAW		POL 140MINUT.PL	82	M30/9	(M)21	00:40:12	04.01
10	67	CHODOROWSKI Krzysztof	WROCLAW		POL PRZEDWOJEWSKI TEAM	85	M30/10	(M)23	00:40:25	04.02
11	10	MIERZWA Michał	PRUSICE		POL ELITARNI MMA TEAM	84	M30/11	(M)25	00:40:48	04.04
12	22	IZDEBSKI Przemysław	WROCLAW		POL	87	M30/12	(M)28	00:41:33	04.09
13	175	SWATOWSKI Tomasz	KĄTY WROCLAWSKIE		POL KLUB BIEGACZA KĄTY WROCLAWSKIE	85	M30/13	(M)31	00:42:16	04.13
14	5364	SZCZEPAŃSKI Grzegorz	WAŁBRZYCH		POL MAD RUNNERS	86	M30/14	(M)33	00:42:40	04.16
15	126	KURZAWSKI Michał	WROCLAW		POL SZYBKI KURZ	85	M30/15	(M)35	00:42:48	04.16
16	5347	LUBAŃSKI Mateusz	DŁUGOŁĘKA		POL	91	M30/16	(M)40	00:43:37	04.21
17	1	GAŚSIOROWSKI Krzysztof	WROCLAW		POL OIRP WROCLAW / MAŁAPANEW OZIMEK	90	M30/17	(M)41	00:43:43	04.22
18	51	ZYBURA Jakub	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	82	M30/18	(M)44	00:44:28	04.26
19	90	AUGUSTYNIAK Jakub	ŚLĘZA		POL	82	M30/19	(M)46	00:44:35	04.27
20	23	SUPKOWSKI Michał	BIELANY WROCLAWSKIE		POL	84	M30/20	(M)49	00:45:35	04.33
21	59	ADAMIAK Igor	ŻMIGRÓD		POL	89	M30/21	(M)50	00:46:14	04.37
22	92	SIERPOWSKI Krzysztof	RAWICZ		POL	84	M30/22	(M)52	00:46:27	04.38
23	5394	Janicki Zbigniew			POL	90	M30/23	(M)56	00:47:25	04.44
24	5340	KRUK Michał	WROCLAW		POL DOCHODZIMY W 1,59 :)	88	M30/24	(M)67	00:53:57	05.23
25	5439	Głębocki Grzegorz			POL	84	M30/25	(M)68	00:54:48	05.28
26	95	WOLNY Rafał	WROCLAW		POL GALVARINO WROCLAW	86	M30/26	(M)70	00:55:55	05.35
27	174	GARNCZAREK Marcin	SIECHNICE		POL	83	M30/27	(M)71	00:56:19	05.37

10 km - seria 49min i szybciej - M20 [0]

1	96	WIELGUS Arkadiusz	OBORNIKI SŁĄSKIE		POL KS.ROŚCISŁAWICE	98	M20/1	(M)6	00:37:50	03.47
2	3	MAKOWIECKI Damian	LUBSKO		POL WŚCIEKLE DZIKI	95	M20/2	(M)7	00:37:56	03.47
3	30	STREICH Tomasz	WROCLAW		POL	92	M20/3	(M)8	00:37:57	03.47
4	127	KACZMARCZYK Przemysław	ROLANTOWICE		POL 140MINUT.PL	93	M20/4	(M)20	00:40:10	04.01
5	75	PYTEL Piotr	GŁUCHOŁAZY		POL WKK WIERUSZÓW WIŚNIEWSKI MTB TEAM	01	M20/5	(M)27	00:41:07	04.06
6	132	ROPA Łukasz	KROŚNICE		POL SSW TEAM KROŚNICE	93	M20/6	(M)48	00:45:35	04.33
7	5395	Kucharski Jakub			POL	93	M20/7	(M)51	00:46:15	04.37
8	5378	WENCEL Daniel	MIEJSKA GÓRKA		POL ZA SZYBCY ZA WŚCIEKLI KADETT DRIFT	93	M20/8	(M)53	00:46:37	04.39
9	5374	CHORYLEK Jan	BOLESŁAWIEC		POL TENIS POD SOSNAM- OSIECZÓW TEAM	98	M20/9	(M)63	00:51:45	05.10
10	104	RATAJCZAK Mateusz	RAWICZ		POL KILOMETRY POMOCY	95	M20/10	(M)65	00:52:13	05.13

10 km - seria 50min i wolniej - K60 [0]

1	131	URBAŃSKA-KRAWCZYK Izabela	KAMIENIEC		POL ZAKOCHAJ SIĘ W BIEGANIU	58	K60/1	(K)35	01:22:46	08.16
---	-----	---------------------------	-----------	--	-----------------------------	----	-------	-------	----------	-------

10 km - seria 50min i wolniej - K50 [0]

1	115	WESOŁOWSKA Urszula	WROCLAW		POL	71	K50/1	(K)10	00:56:47	05.40
2	5382	FRYDECKA Elżbieta	ŻRÓDŁA		POL AKB ESEMAS	62	K50/2	(K)12	00:57:56	05.47
3	169	LUBAŃSKA Alicja	BUKOWICE		POL	68	K50/3	(K)19	01:02:12	06.13
4	100	SZUSZCZYŃSKA Agnieszka	MIRKÓW		POL	71	K50/4	(K)34	01:12:01	07.12

10 km - seria 50min i wolniej - K40 [0]

1	20	MICHALIK Anna	WROCLAW		POL WYBIERZ	81	K40/1	(K)5	00:55:27	05.32
2	114	POŚLUSZNA Anna	GŁOSKA		POL AKB ESEMAS	74	K40/2	(K)11	00:57:49	05.46

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]
3	142	JAMRÓZ Mariola	WROCLAW		POL CARREFOUR FUTURA TEAM	73	K40/3	(K)13	00:57:58	05.47
4	6	KOZAK Ewa	DŁUGOŁĘKA		POL KOZAKI	79	K40/4	(K)15	00:58:24	05.50
5	143	NAZAREWSKA Kamila	WROCLAW		POL 4WSK	81	K40/5	(K)20	01:02:25	06.14
6	152	GALKIEWICZ Irena	WROCLAW		POL LITWIN SPORTS	74	K40/6	(K)21	01:03:56	06.23
7	47	SIKORSKA Benigna	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	78	K40/7	(K)24	01:05:11	06.31
8	111	KRZYMIŃSKA-SOLKA Ewa	KIELCZÓW		POL	77	K40/8	(K)25	01:05:14	06.31
9	110	SEMICZEK Lidia	KIELCZÓW		POL POWSTAŃCY Z KANAPY	80	K40/9	(K)26	01:05:19	06.31
10	41	SONDEJ Edyta	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	81	K40/10	(K)29	01:09:35	06.57
11	13	KUBERO Honorata	LUBIN		POL PINK WOLVES	75	K40/11	(K)33	01:11:16	07.07

10 km - seria 50min i wolniej - K30 [0]

1	161	RAPCZYŃSKA Natalia	ŚWIEBODZICE		POL	86	K30/1	(K)1	00:53:19	05.19
2	156	MAJER Agnieszka	KAMIENNA GÓRA		POL	90	K30/2	(K)2	00:54:22	05.26
3	5342	GRUDZIEN-JURKOWSKA Małgorzata	ZABKOWICE SL.		POL	83	K30/3	(K)4	00:55:10	05.31
4	64	BRYCKA Anna	SADKÓW		POL SPORTOWY UMYSŁ	88	K30/4	(K)6	00:55:44	05.34
5	125	MALESZKA Kinga	WROCLAW		POL GRUPA BIEGOWA MELO-ŚMIACZ	85	K30/5	(K)7	00:55:53	05.35
6	158	KUTYCKA-KUREK Elżbieta	WROCLAW		POL CHOJRAK TEAM WROCLAW	83	K30/6	(K)8	00:55:59	05.35
7	160	GAŚIEWSKA Lidia	WROCLAW		POL AKTYWNA NOWA RUDA	86	K30/7	(K)14	00:58:02	05.48
8	5383	ROMPAŁA Paula	WROCLAW		POL	87	K30/8	(K)16	00:59:01	05.54
9	102	GRĘBOWIEC Patrycja	KĄTY WROCLAWSKIE		POL BRAK	90	K30/9	(K)17	00:59:03	05.54
10	44	WIELICZKO Dagmara	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	86	K30/10	(K)18	01:00:50	06.05
11	97	TRELA Magdalena	SMOLEC		POL GONIĘ STAREGO	84	K30/11	(K)22	01:04:15	06.25
12	124	SOBIERALSKA Magdalena	WROCLAW		POL	88	K30/12	(K)28	01:09:35	06.57
13	66	ONYSKO Viktoriia	WROCLAW		POL	88	K30/13	(K)30	01:09:42	06.58
14	37	JAKIMIUK Dorota	WROCLAW		POL WROCLAW MARATHON TEAM	88	K30/14	(K)31	01:09:51	06.59
15	36	KLECZ Agnieszka	ŁANY		POL	85	K30/15	(K)32	01:10:45	07.04
16	153	SZYDELKO Małgorzata	WROCLAW		POL	83	K30/16	(K)36	01:24:38	08.27

10 km - seria 50min i wolniej - K20 [0]

1	103	RZEŹNIK Paulina	WIERUSZÓW		POL	92	K20/1	(K)3	00:54:43	05.28
2	108	MAJZELES Estera	WROCLAW		POL	93	K20/2	(K)9	00:56:35	05.39
3	117	SKORACKA Anna	ŚMIGIEL		POL RUN VEGAN!	92	K20/3	(K)23	01:04:26	06.26
4	43	NIERZEWSKA Patrycja	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	04	K20/4	(K)27	01:08:23	06.50

10 km - seria 50min i wolniej - M70 [0]

1	72	WANAT Wacław			POL	46	M70/1	(M)77	01:07:46	06.46
---	----	--------------	--	--	-----	----	-------	-------	----------	-------

10 km - seria 50min i wolniej - M60 [0]

1	5337	BARAN Bogdan	WROCLAW		POL PRO-RUN	59	M60/1	(M)33	00:52:50	05.17
2	165	FRYDECKI Sławomir	ŻRÓDŁA		POL AKB ESEMAS	60	M60/2	(M)43	00:55:16	05.31
3	134	POWAŁA Janusz	LUBIN		POL JIL	60	M60/3	(M)53	00:57:28	05.44
4	71	FLORCZAK Zdzisław			POL	52	M60/4	(M)55	00:58:21	05.50
5	5381	MITROSZ Andrzej	WROCLAW		POL BRAT ALBERT TEAM	56	M60/5	(M)57	00:58:32	05.51

10 km - seria 50min i wolniej - M50 [0]

1	116	WESOŁOWSKI Maciej	WROCLAW		POL	70	M50/1	(M)10	00:48:30	04.51
2	5357	SKOWRONSKI Bogusław	WROCLAW		POL	66	M50/2	(M)42	00:55:08	05.30
3	119	KOŁODZIEJ Zenon	WIELUŃ		POL DIABEŁ WIDORADZKI	62	M50/3	(M)72	01:05:50	06.35
4	35	KLECZ Sławomir	WROCLAW		POL GUGU&LORD	71	M50/4	(M)79	01:10:38	07.03

10 km - seria 50min i wolniej - M40 [0]

1	164	KIŃCZYK Tomasz	OLAWA		POL BIEGAJ OLAWO	80	M40/1	(M)2	00:43:37	04.21
2	83	PAWLAK Daniel	KŁODZKO		POL LKS ISKRA JASZKOWA	79	M40/2	(M)3	00:44:56	04.29
3	140	DWORNICZAK Maciej	KSIĘGINICE		POL CARREFOUR FUTURA TEAM	75	M40/3	(M)6	00:46:54	04.41
4	162	FRĄCKOWIAK Krzysztof	WROCLAW		POL ILE JESZCZE DO METY?	74	M40/4	(M)11	00:48:39	04.51
5	5361	WALCZAK Tomasz	WROCLAW		POL	77	M40/5	(M)12	00:49:02	04.54
6	11	ŁANDWIJT Marcin	KONSTANTYNÓW ŁÓDZKI		POL EVERRUN	73	M40/6	(M)13	00:49:03	04.54
7	157	LEWIŃSKI Jan	WROCLAW		POL PODATKI TO KRADZIEŻ	81	M40/7	(M)16	00:49:41	04.58
8	7	KOZAK Bartosz	DŁUGOŁĘKA		POL KOZAKI	78	M40/8	(M)19	00:50:10	05.01
9	5388	SZKUDLARSKI Tomasz	WROCLAW		POL BIEGAJ Z MAŃKIEM	72	M40/9	(M)21	00:50:40	05.04
10	5362	SOWIŃSKI Robert	BORÓW		POL GVT	77	M40/10	(M)25	00:51:00	05.06



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]
11	32	NIEĆ Bartłomiej	WROCLAW		POL	73	M40/11	(M)26	00:51:34	05.09
12	5335	KURZAJ Arkadiusz	DZIERŻONIÓW		POL HATA SPORT TEAM	81	M40/12	(M)28	00:51:53	05.11
13	159	WIKAR Krzysztof	WROCLAW		POL	78	M40/13	(M)29	00:51:57	05.11
14	109	SEMICZEK Adam	KIELCZÓW		POL POWSTAŃCY Z KANAPY	75	M40/14	(M)32	00:52:12	05.13
15	133	KISIECKI Marcin	WROCLAW		POL GRAFSTAR	81	M40/15	(M)34	00:53:10	05.19
16	34	ŁUSIEWICZ Lucjan	WROCLAW		POL	78	M40/16	(M)36	00:53:30	05.21
17	5371	KOLENKIEWICZ Marcin	WROCLAW		POL X-RUN	73	M40/17	(M)37	00:53:45	05.22
18	31	NIERZEWSKI Michał	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	80	M40/18	(M)40	00:54:37	05.27
19	52	ZIĘTEK Krzysztof	OSTRÓW WIELKOPOLSKI		POL ADIDAS RUNNERS WARSAW	73	M40/19	(M)41	00:54:42	05.28
20	106	OGONOWSKI Michał	JELCZ-LASKOWICE		POL MEDYK ŁOMŻA	80	M40/20	(M)44	00:55:35	05.33
21	179	KUREK Tomasz	WROCLAW		POL CHOJRAK TEAM WROCLAW	80	M40/21	(M)47	00:56:03	05.36
22	33	POKORNY Tomasz	WROCLAW		POL ZAKOCHAJ SIĘ W BIEGANIU	72	M40/22	(M)48	00:56:11	05.37
23	26	MICHALSKI Grzegorz	WROCLAW		POL CAFFEDELMONDO.PL	78	M40/23	(M)58	00:58:46	05.52
24	12	FLANK Paweł	SIECHNICE		POL ZABIEGANE DZIARY	74	M40/24	(M)61	00:59:43	05.58
25	25	JABŁOŃSKI Artur	WROCLAW		POL WKSM JETRIDERS	72	M40/25	(M)63	01:00:33	06.03
26	121	ZIĘBA Wojciech	WROCLAW		POL	80	M40/26	(M)68	01:04:38	06.27
27	99	KUREK Daniel	WROCLAW		POL	79	M40/27	(M)69	01:04:43	06.28
28	171	SKOWRON Tomasz	TRZEBNICA		POL SSW TEAM KROŚNICE	79	M40/28	(M)70	01:05:20	06.32
29	2	KOIS Robert	WROCLAW		POL	73	M40/29	(M)71	01:05:49	06.34

10 km - seria 50min i wolniej - M30 [0]

1	86	ADAMCZEWSKI Sebastian	WROCLAW		POL KLUB TENISOWY KORTY LESZNO	88	M30/1	(M)4	00:44:56	04.29
2	5343	ADAMOWICZ Maciej	WROCLAW		POL CAMPUS DOMASŁAWICE TEAM	82	M30/2	(M)5	00:46:13	04.37
3	19	TROJANOWSKI Kamil	MILICZ		POL	84	M30/3	(M)9	00:47:48	04.46
4	150	PACKI Michał	WIELUŃ		POL WIELUŃ BIEGA	91	M30/4	(M)14	00:49:08	04.54
5	151	KOSCIELNIAK Piotr	WROCLAW		POL	82	M30/5	(M)15	00:49:38	04.57
6	68	BARYSKI Maciej	WROCLAW		POL	83	M30/6	(M)17	00:49:43	04.58
7	167	RAPCZYŃSKI Daniel	ŚWIEBODZICE		POL KS REKIN ŚWIEBODZICE	84	M30/7	(M)18	00:49:55	04.59
8	4	BIELAK Piotr	WROCLAW		POL	87	M30/8	(M)20	00:50:35	05.03
9	176	KRUK Paweł	WROCLAW		POL	82	M30/9	(M)22	00:50:47	05.04
10	69	ARKUSZYŃSKI Jakub	WROCLAW		POL TIME4RUNNING	91	M30/10	(M)23	00:50:51	05.05
11	5349	KLESZCZ Tomek	WROCLAW		POL KLESZCZE TRZY	82	M30/11	(M)24	00:50:52	05.05
12	88	PIESZAK Marcin	WROCLAW		POL CAMPUS DOMASŁAWICE TEAM	82	M30/12	(M)27	00:51:42	05.10
13	21	PASCHKE Marcin	WYSOKA		POL	87	M30/13	(M)30	00:51:57	05.11
14	130	KAMZOL Marcin	ODOLANÓW		POL	88	M30/14	(M)31	00:52:12	05.13
15	82	KOWALCZYK Michał	WROCLAW		POL	85	M30/15	(M)35	00:53:22	05.20
16	170	GIEROŃ Konrad	WROCLAW		POL SAMEKONIE	87	M30/16	(M)38	00:54:29	05.26
17	84	RYMUT Szymon	WROCLAW		POL	88	M30/17	(M)39	00:54:35	05.27
18	70	BARTYZEL Arkadiusz	WILCZYCE		POL WKSM JETRIDERS	83	M30/18	(M)49	00:56:13	05.37
19	5389	PRZEBIERAŁA Paweł	WROCLAW		POL	84	M30/19	(M)50	00:56:15	05.37
20	5348	POGODA Filip	KIELCZÓW		POL	85	M30/20	(M)51	00:56:17	05.37
21	89	SKRZYPCZYK Artur	WROCLAW		POL POZYCZKIPRYWATNE.ORG	84	M30/21	(M)52	00:57:26	05.44
22	77	ŁAPIŃSKI Maciej	WROCLAW		POL	82	M30/22	(M)56	00:58:25	05.50
23	5384	ROMPAŁA Norbert	WROCLAW		POL	88	M30/23	(M)59	00:58:55	05.53
24	40	NAZARKIEWICZ Kamil	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	82	M30/24	(M)62	00:59:45	05.58
25	5330	JARLACZYK Michał	WROCLAW		POL	82	M30/25	(M)64	01:00:49	06.04
26	45	WIELICZKO Rafał	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	86	M30/26	(M)65	01:00:54	06.05
27	172	HUTNIK Wojciech	WYSOKA		POL APTENEO RUNNING TEAM	85	M30/27	(M)66	01:01:12	06.07
28	15	MANIAK Grzegorz	WROCLAW		POL	83	M30/28	(M)73	01:06:06	06.36
29	148	SZYDELKO Dawid	WROCLAW		POL	82	M30/29	(M)75	01:06:48	06.40
30	122	GLOMBIK Tomasz	KIELCZÓW		POL	86	M30/30	(M)76	01:06:55	06.41

10 km - seria 50min i wolniej - M20 [0]

1	55	SZKLARZ Michał	WIERZBNA		POL WIERZBIANKA WIERZBNA	97	M20/1	(M)7	00:46:55	04.41
2	5366	KACPRZAK Grzegorz	GRYFÓW ŚLĄSKI		POL GKS GRYF	93	M20/2	(M)8	00:47:29	04.44
3	123	KOŁODZIEJ Mateusz	WIELUŃ		POL DIABEŁ WIDORADZKI	92	M20/3	(M)45	00:55:48	05.34
4	5386	BANAŚ Szymon	ŻMIGRÓD		POL PINGWINKI	04	M20/4	(M)46	00:56:01	05.36
5	38	RUTKOWSKI Mikołaj	WROCLAW		POL	92	M20/5	(M)54	00:58:08	05.48
6	56	MARSZALEK Filip	WROCLAW		POL SIZZURP	95	M20/6	(M)67	01:02:41	06.16

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]
7	46	LAŃCZAK Robert	WROCLAW		POL CARREFOUR BOREK	92	M20/7	(M)74	01:06:09	06.36
8	14	KOZŁOWSKI Paweł	LUBIN		POL PINK WOLVES	96	M20/8	(M)78	01:10:29	07.02