

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M20



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	47	Nosarzewski Konrad	Stupsk	Konrad Nosarzewski Badania Dieta Trening	1991	M20		03:21	17.8	16:45	33:40	33:40
2	67	Sokół Krzysztof	Olsztyn	Konrad Nosanewski	1996	M20		03:37	16.5	17:41	36:18	36:18
3	97	Guzowski Denis	Ustka		1995	M20		03:41	16.2	17:53	36:55	36:56
4	87	Wrotny Mariusz	Mława		1991	M20		04:00	15	20:10	39:57	40:01
5	14	Czajkowski Kamil	Raciąż		1995	M20		04:00	15	19:53	40:05	40:07
6	15	Degner Damian	Płock	Active Runners Płock	1995	M20		04:14	14.2	21:06	42:19	42:20
7	1	Adamiak Arkadiusz	Ciechanów	5 MBOT	1998	M20		04:27	13.5	21:12	44:33	44:36
8	37	Kwiatkowski Marcin	Mława	Biegam bo lubię - Mława	1991	M20		04:29	13.4	22:27	44:48	44:54
9	9	Burdyński Przemysław	Nidzica	Nidzica Biega	1990	M20		04:33	13.2	22:48	45:22	45:31
10	45	Milan Grzegorz	Olsztyn		1992	M20		04:57	12.1	24:18	49:22	49:37
11	93	Lis Krystian	Stare Kosiny		1991	M20		05:07	11.7	25:03	51:05	51:15

Wyniki wersja z: 13.10.2019 13:22:39

Data: 13.10.2019 12:00:00

Miejscowość: Mława

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie, Klub  
Pływacki Płetwal Mława

Dystans: 10 km

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: K20



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	10	Chełchowska Ewa	Olsztyn	BRBK - biegli w podatkach	1992	K20		05:24	11.1	25:50	53:57	54:05
2	4	Białobrzaska Aleksandra	Szydłówek	Policja	1993	K20		06:01	10	29:31	01:00:09	01:00:16

Wyniki wersja z: 13.10.2019 13:22:39

Data: 13.10.2019 12:00:00

Miejscowość: Mława

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie, Klub  
Pływacki Płetwal Mława

Dystans: 10 km

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: K50



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	66	Sokołowska Anna	Mława		1967	K50		05:05	11.8	25:04	50:54	51:00

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: K30



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	25	Kaczanowska Monika	Działdowo	UKS	1988	K30		04:13	14.2	20:59	42:15	42:17
2	57	Piekacz Małgorzata	Mława	n	1984	K30		04:45	12.6	23:24	47:26	47:32
3	34	Kucka Monika	Mława	BBL Mława	1980	K30		05:10	11.6	25:17	51:42	51:46
4	84	Wojciechowska Michalina	Iłowo Osada		1980	K30		05:15	11.4	25:22	52:30	52:36
5	36	Kuczalska Magdalena	Mława	Konrad Nosarzewski Badania Dieta Trening	1983	K30		05:43	10.5	27:58	57:13	57:18
6	50	Olszewska Monika	Mława		1985	K30		06:11	9.7	30:05	01:01:40	01:01:50

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: K40



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	85	Wojciechowska Beata	Żurominek	Biegam bo muszę inaczej się uduszę	1975	K40		04:59	12	25:05	49:49	49:57
2	5	Białorucka Wioletta	Ciechanów	Mazovia ProActiv Ciechanów	1976	K40		05:01	11.9	25:05	50:06	50:13
3	72	Szemplińska Agnieszka	Windyki		1976	K40		05:08	11.7	24:53	51:18	51:24
4	21	Humen Agnieszka	Mława	Konrad Nosarzewski Badania Dieta Trening	1978	K40		05:24	11.1	25:29	54:04	54:08
5	90	Wysocka Iwona	Mława	BBL Mława	1979	K40		05:52	10.2	28:56	58:34	58:44

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M30



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	17	Flaga Przemysław	Barczewo	URWIS BIEGA	1983	M30		03:31	17.1	17:27	35:05	35:06
2	61	Ruta Damian	Warszawa		1989	M30		03:35	16.7	17:48	35:53	35:54
3	24	Jegliński Łukasz	Mława	Twister Team	1988	M30		03:49	15.7	19:10	37:51	38:11
4	23	Januszewski Karol	Olsztyn	4 Warmińsko- Mazurska Brygada Obrony Terytorialnej	1983	M30		03:53	15.4	19:36	38:56	38:59
5	58	Piotrkowski Adam	Mława	BBL MŁAWA	1982	M30		03:53	15.4	19:30	38:59	39:00
6	29	Kotlenga Przemysław	Ilawa	S4H	1980	M30		03:59	15.1	20:01	39:49	39:50
7	71	Szarmacher Sebastian	Działdowo		1983	M30		04:02	14.9	19:47	40:20	40:21
8	48	Nowak Grzegorz	Żuromin	Biegam Bo Lubię	1983	M30		04:19	13.9	21:50	43:14	43:19
9	99	Ziębicki Przemysław	Mława	bbl mława	1983	M30		04:21	13.8	21:29	43:28	43:33
10	54	Osowski Adam	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1982	M30		04:24	13.6	21:56	43:59	44:01
11	13	Cieślewski Piotr	Mława		1982	M30		04:26	13.5	22:26	44:17	44:28
12	20	Guzowski Miłosz	Ilowo-Osada		1987	M30		04:30	13.3	22:11	45:07	45:10
13	80	Widział Sławomir	Chomranice		1989	M30		04:31	13.2	22:17	45:09	45:19
14	75	Tomiko Michał	Mława	LG Running Team	1980	M30		04:36	13	23:05	45:51	46:02
15	32	Krejckant Marcin	Ząbki		1982	M30		04:39	12.9	23:48	46:30	46:38
16	11	Chmiel Michał	Mława	LG Running Team	1981	M30		04:42	12.8	23:04	46:49	47:00
17	82	Wiśniewski Łukasz	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1982	M30		04:43	12.7	22:54	47:12	47:15
18	28	Konopka Marcin	Działdowo		1981	M30		04:43	12.7	22:53	47:13	47:17
19	60	Rodrigo Francisc	Mława	Spain	1985	M30		04:45	12.6	23:47	47:29	47:34
20	98	Jablonowski Paweł	Mława	Fightin Dreamers	1989	M30		04:45	12.6	23:03	47:30	47:38
21	30	Kowalski Łukasz	Ciechanów	---	1983	M30		04:50	12.4	23:42	48:15	48:21
22	65	Skierkowski Karol	Mława		1985	M30		04:56	12.1	24:29	49:24	49:29
23	49	Nowoczyński Piotr	Mława	BBL MŁAWA	1987	M30		04:59	12	25:05	49:48	49:56
24	89	Wyroda Damian	Mława	Policja	1988	M30		05:00	12	24:34	50:01	50:08
25	3	Barnaś Paweł	Mława	LG Running Team	1981	M30		05:02	11.9	25:04	50:14	50:21
26	46	Nikolajuk Robert	Olsztyn		1982	M30		05:08	11.7	26:39	51:01	51:22
27	100	Wojtkowski Marcin	Mława		1982	M30		05:13	11.5	25:49	52:09	52:16
28	83	Wiśniewski Jarosław	Mława		1986	M30		05:23	11.1	25:44	53:46	53:55
29	39	Lipiński Oskar	Kraków	Mławiaki w Krakowie	1989	M30		05:39	10.6	26:56	56:24	56:32
30	77	Tworek Marcin	Ciechanów	Supersonic Runner Legs	1985	M30		05:42	10.5	27:43	56:55	57:03
31	35	Kucki Kamil	Narzym		1984	M30		05:54	10.2	28:25	58:47	58:58
32	51	Olszewski Paweł	Mława		1982	M30		06:11	9.7	30:05	01:01:40	01:01:50

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M40



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	27	Kasprowicz Marcin	Działdowo	UKS MOSiR Działdowo	1979	M40		03:33	16.8	17:59	35:36	35:38
2	79	Tyburski Mariusz	Czernice Borowe		1976	M40		03:53	15.4	19:22	38:55	38:57
3	22	Jabłoński Paweł	Nidzica	Nidzica Biega	1976	M40		03:58	15.1	19:41	39:41	39:43
4	42	Macugowski Adam	Mława	BIEGam Bo Lubię Ząbki TEAM	1979	M40		03:59	15	20:09	39:55	39:57
5	96	Lubas Lubomir	Warszawa	Lubas Team	1974	M40		04:04	14.7	20:00	40:43	40:46
6	38	Kwieciński Sebastian	Mława		1977	M40		04:11	14.3	20:12	41:48	41:50
7	69	Stróziński Mariusz	Łódź		1972	M40		04:15	14.1	21:04	42:31	42:35
8	19	Grzywacz Jarosław	Mława		1971	M40		04:18	13.9	21:31	43:04	43:08
9	43	Macugowski Mariusz	Mława	KB TKKF Promyk Ciechanów	1975	M40		04:25	13.5	21:49	44:13	44:18
10	40	Lipka Tomasz	Ostróda	Klub Morsów Zmarzłak - Ostróda	1972	M40		04:38	12.9	23:08	46:13	46:20
11	6	Bienkowski Jarosław	Płock	Biegaj z Dymkiem	1974	M40		04:39	12.9	22:33	46:29	46:31
12	95	Rębowski Andrzej	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	1975	M40		04:42	12.7	23:49	47:00	47:04
13	55	Oszczęda Arkadiusz	Nidzica	Nidzica biega	1979	M40		04:44	12.6	23:21	47:21	47:30
14	31	Kowalski Mariusz	Mława		1979	M40		04:45	12.6	23:11	47:20	47:32
15	63	Rykowski Tomasz	Stare Kosiny		1975	M40		04:46	12.6	23:29	47:40	47:46
16	44	Maranowski Marek	Mława		1973	M40		05:00	12	24:32	49:54	50:00
17	16	Filipowicz Albert	Tyrowo	Albert biega	1972	M40		05:01	11.9	25:27	50:00	50:14
18	146	Kuligowski Adam	Mława		1973	M40		05:12	11.5	25:28	51:51	52:02
19	70	Stypik Robert	Ostróda	BBL Ostróda	1976	M40		05:19	11.3	25:44	53:05	53:15
20	86	Wojciechowski Rafał	Łowo-Osada		1979	M40		05:21	11.2	25:30	53:23	53:31
21	12	Chyl Bogusław	Mława	bbl mława	1976	M40		05:25	11	27:03	54:09	54:20
22	52	Osowiecki Mariusz	Stupsk Mazowiecki		1975	M40		05:37	10.7	27:15	56:03	56:10
23	91	Zakrzewski Maciej	Mława		1979	M40		06:11	9.7	30:18	01:01:44	01:01:50
DNF	78	Tyburczy Fryderyk	Grudziądz		1978	M40			0	20:59		

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M50



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	7	Bojarowski Piotr	Dąbrówno	Team Kopec	1967	M50		04:18	13.9	21:14	43:00	43:03
2	74	Tarnowski Witold	Ciechanów	KB TKKF Promyk Ciechanów	1961	M50		04:28	13.4	21:44	44:43	44:45
3	94	Jegliński Jan	Mława	Tuistek TEAM	1963	M50		04:29	13.4	22:22	44:41	44:51
4	2	Adamiak Robert	Ciechanów	CURTIS	1969	M50		04:46	12.6	23:10	47:38	47:42
5	73	Szlachta Jacek	Dunaj		1966	M50		04:52	12.3	23:33	48:36	48:42
6	62	Rykaczewski Piotr	Strzegowo		1968	M50		04:53	12.3	23:46	48:43	48:49
7	59	Pyszniowski Piotr	Głinojeck		1965	M50		04:53	12.3	24:07	48:50	48:57
8	81	Więckowski Wojciech	Mława		1968	M50		05:00	12	24:43	49:48	50:00
9	68	Sowiński Bogdan	Nidzica	Nidzica Biega	1962	M50		05:31	10.9	27:25	55:03	55:13
10	88	Wrotny Dariusz	Mława		1964	M50		06:00	10	29:39	59:58	01:00:09



Wyniki wersja z: 13.10.2019 13:22:41

Data: 13.10.2019 12:00:00

Miejscowość: Mława

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie, Klub

Pływacki Płetwal Mława

Dystans: 10 km

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M10



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	33	Kubit Marcin	Mława		2000	M10		03:53	15.4	19:30	38:52	38:54
2	64	Sendzicki Aleksander	Działdowo	Rozbiegane Działdowo	2003	M10		04:14	14.1	21:04	42:25	42:29
3	53	Osowiecki Mariusz	Stupsk Mazowiecki	bbl mława	2001	M10		04:34	13.1	22:28	45:42	45:45

## Mławska 10 - Bieg Główny

Klasyfikacja: M60 i starsi



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	Kat. dod.	Tempo min/km	Tempo km/h	5km	Czas netto	Wynik (brutto)
1	8	Boniewski Lech	Glinojeck	SP Glinojeck	1958	M60 i starsi		04:37	13	22:58	46:08	46:12
2	92	Zapadka Stanisław	Mrągowo	Klub Biegacza Mrągowo	1955	M60 i starsi		04:50	12.4	23:48	48:21	48:26
3	26	Kaczmarczyk Jerzy	Mława		1957	M60 i starsi		05:04	11.8	24:57	50:43	50:47
4	18	Grzebski Jerzy	Mława	G&G	1959	M60 i starsi		05:06	11.8	24:27	50:48	51:03
5	76	Tomkowicz Andrzej	Regimin		1959	M60 i starsi		05:10	11.6	24:43	51:37	51:47