

IX Półmaraton o Puchar Grupy Cichy-Zasada - 2022-07-23

Półmaraton 21 km

Msc.	Nr.	Imię i nazwisko	Msc. Kat.	Klub	Miejscowość	Wyniki	tempo	M	K	okr.1	okr.2	kat.Pracownik	kat.Gmina
Półmaraton 21 km													
1.	442	Filip Jańczak	M30-39		Środa Wlkp	1:12:49	3:27 min/km	1.		0:36:11	0:36:37		
2.	438	Marcin Zagórny	M30-39	Rakieta kosmos	Radnica	1:17:06	3:39 min/km	2.		0:37:48	0:39:18		
3.	303	Maciej Soloch	M30-39	WRONIECKI KLUB BIEGACZA	Wronki	1:18:54	3:44 min/km	3.		0:37:49	0:41:05		
4.	405	krzysztof Roćko	M30-39		Czapla	1:26:25	4:05 min/km	4.		0:42:59	0:43:26		
5.	369	Krzysztof Sikorski	M40-49	Międzyrzeckie Gazele	Międzyrzecz	1:26:25	4:05 min/km	5.		0:42:57	0:43:28		
6.	318	Błażej Drobnik	1. M30-39	OPALENICKI KLUB	Opalenica	1:27:32	4:08 min/km	6.		0:43:25	0:44:07		
7.	352	Piotr Rodzewicz	1. M40-49		Łekno	1:28:18	4:11 min/km	7.		0:42:18	0:45:59		
8.	343	Tomasz Głow	1. M50-59		Szamotuły	1:29:52	4:15 min/km	8.		0:44:32	0:45:19		
9.	403	Artur Szymoniak	2. M40-49	Naramocie Biegają	Poznań	1:30:06	4:16 min/km	9.		0:44:13	0:45:52		
10.	382	Leszek Zabagło	2. M50-59	BBL Gorzów Wielkopolski	Gorzów Wielkopolski	1:30:24	4:17 min/km	10.		0:44:33	0:45:51		
11.	411	Sławomir skotarek	3. M50-59	JESTEŚMY MARMITE	Opalenica	1:31:24	4:19 min/km	11.		0:44:54	0:46:30		
12.	323	Bartosz Grzempowski	2. M30-39	1983	Sieraków	1:31:38	4:20 min/km	12.		0:45:07	0:46:30		
13.	439	Mateusz Krawczuk	3. M30-39		Opole	1:32:24	4:22 min/km	13.		0:46:04	0:46:19		
14.	316	Marcin Kucharski	4. M30-39		Kwilcz	1:33:29	4:25 min/km	14.		0:45:32	0:47:56		
15.	441	Katarzyna Chojnacka	K30-39		Środa Wlkp	1:33:35	4:26 min/km	1.		0:47:16	0:46:18		
16.	447	Krystian Krupa	5. M30-39	Eitalia.pl	Poznań	1:33:36	4:26 min/km	15.		0:46:24	0:47:11		
17.	414	Paweł Melonek	4. M50-59	Grodziski klub biegacza	Grodzisk Wielkopolski	1:34:26	4:28 min/km	16.		0:47:24	0:47:02		
18.	353	Wojtek Pażucha	3. M40-49		Lusówko	1:35:14	4:30 min/km	17.		0:47:53	0:47:20		
19.	387	Marcin Hirsch	6. M30-39	Grupa Cichy-Zasada	Plewiska	1:35:38	4:31 min/km	18.		0:46:43	0:48:54	1. M	
20.	308	Mateusz Młynarczyk	1. M18-29		Jasionna	1:36:02	4:33 min/km	19.		0:47:02	0:48:59		
21.	407	Andrzej Lewandowski	4. M40-49		Wiry	1:36:31	4:34 min/km	20.		0:47:14	0:49:17		
22.	394	Bogusław Podlas	5. M40-49	Pakoślaw	Kamionki	1:37:02	4:36 min/km	21.		0:46:53	0:50:09		
23.	348	LESZEK ŚWITAL	6. M40-49	Morsy Margonin	Margonin	1:37:07	4:36 min/km	22.		0:48:50	0:48:17		
24.	324	Maciej Pachowicz	7. M40-49		Długa Goślina	1:37:57	4:38 min/km	23.		0:48:17	0:49:39		
25.	389	Jacek Ratajczak	8. M40-49		Kałądek	1:38:12	4:39 min/km	24.		0:47:26	0:50:46		
26.	328	Dariusz Sitek	9. M40-49	Puszczykowo/KGB Mosina	Puszczykowo	1:38:20	4:39 min/km	25.		0:47:37	0:50:42		
27.	320	Marcin Kurek	10. M40-49	e-automatyk Marcin Kurek	Gruszczyn	1:38:30	4:40 min/km	26.		0:46:18	0:52:12		
28.	409	Marcelina Czajka	K18-29		Jankowice	1:38:40	4:40 min/km	2.		0:49:14	0:49:26		
29.	351	Jolanty Rybarczyk	1. M60-69		Pniewy	1:38:50	4:41 min/km	27.		0:47:26	0:51:23		
30.	380	Marcin Król	7. M30-39	Pro 366	Słupca	1:39:23	4:42 min/km	28.		0:50:07	0:49:15		
31.	364	Wiesław Garbarek	2. M60-69	TKKF Trucht Jarocin	Jarocin	1:39:41	4:43 min/km	29.		0:49:45	0:49:55		
32.	416	Romuald Janas	11. M40-49		Międzychód	1:39:49	4:43 min/km	30.		0:49:12	0:50:36		
33.	368	Przemysław Majorek	2. M18-29		Międzychód	1:39:51	4:44 min/km	31.		0:49:15	0:50:36		
34.	341	Piotr Piechota	8. M30-39	Kulasy	Opalenica	1:40:29	4:45 min/km	32.		0:49:11	0:51:18		
35.	429	Krystian Moryl	12. M40-49		Otusz	1:40:44	4:46 min/km	33.		0:50:12	0:50:31		
36.	315	Jarosław Wojczyński	13. M40-49	Hansa-Flex	Piaskowo	1:40:48	4:46 min/km	34.		0:49:01	0:51:46		
37.	393	Katarzyna Paczkowska	K30-39		Kiekrz	1:40:50	4:46 min/km	3.		0:49:32	0:51:17		

IX Półmaraton o Puchar Grupy Cichy-Zasada - 2022-07-23

Półmaraton 21 km

Msc.	Nr.	Imię i nazwisko	Msc. Kat.	Klub	Miejscowość	Wyniki	tempo	M	K	okr.1	okr.2	kat.Pracownik	kat.Gmina
Półmaraton 21 km													
38.	413	Waldemar Sówka	5. M50-59	Ultra Banda	Stajkowo	1:41:31	4:48 min/km	35.		0:49:44	0:51:46		
39.	430	Paweł WEBER	14. M40-49	REHAU Crossactive	Psarskie	1:41:40	4:49 min/km	36.		0:50:43	0:50:56		
40.	346	Mariusz Wieliński	9. M30-39		Obrzycko	1:42:02	4:50 min/km	37.		0:49:24	0:52:38		
41.	444	Przemysław Szafran	15. M40-49		Wronki	1:42:08	4:50 min/km	38.		0:50:44	0:51:23		
42.	345	Maciej Majewski	6. M50-59	lub wybierz z listy	Poznań	1:42:36	4:51 min/km	39.		0:49:40	0:52:55		
43.	422	Paweł Wawrzyniak	16. M40-49	Runner's Power	Śrem	1:42:42	4:52 min/km	40.		0:48:54	0:53:48		
44.	326	Przemysław Kaczmarek	17. M40-49	Sieraków Wielkopolski	Sieraków	1:42:43	4:52 min/km	41.		0:51:41	0:51:01		
45.	400	Piotr Kuczyński	3. M60-69	NKB Chyży Nowy Tomyśl	Poznań	1:42:48	4:52 min/km	42.		0:52:04	0:50:43		
46.	445	Jan Migdał	4. M60-69	TKKF ŁABĘDŹ ZBAŚZYŃ	Zbąszynek	1:42:51	4:52 min/km	43.		0:51:57	0:50:54		
47.	342	Mirosław Tworek	7. M50-59	Run4Fun	Czerwieńsk	1:42:53	4:52 min/km	44.		0:50:15	0:52:38		
48.	443	Przemysław Klimasek	18. M40-49		Poznań	1:43:05	4:53 min/km	45.		0:46:48	0:56:16		
49.	367	Mikołaj Piechowiak	10. M30-39	Druzyna Szpiku	Pniewy	1:43:27	4:54 min/km	46.		0:51:56	0:51:31		
50.	392	Łukasz Maczyszyn	11. M30-39	Kropiówkowo.pl	Kaźmierz	1:44:03	4:55 min/km	47.		0:50:28	0:53:35		
51.	379	Łukasz Dobkiewicz	12. M30-39	Biegacze PMI	Kwilcz	1:44:06	4:56 min/km	48.		0:51:54	0:52:12		
52.	391	Filip Wieczorek	13. M30-39		Piła	1:44:52	4:58 min/km	49.		0:53:59	0:50:53		
53.	311	Robert Szymański	19. M40-49		Gorzów Wlkp.	1:45:18	4:59 min/km	50.		0:52:31	0:52:46		
54.	361	Zbigniew Bombała	8. M50-59	Wroniecki Klub Biegacza	Nowa Wieś	1:46:14	5:02 min/km	51.		0:51:52	0:54:22		
55.	338	Piotr Musielak	9. M50-59	Pbg	Poznań	1:46:20	5:02 min/km	52.		0:52:13	0:54:07		
56.	356	Roman Budych	20. M40-49	Wroniecki Klub Biegacza	Wronki	1:46:36	5:03 min/km	53.		0:52:52	0:53:43		
57.	378	Krzysztof Kielian	14. M30-39	Aktywnie w Pniewach	Pniewy	1:47:09	5:04 min/km	54.		0:54:23	0:52:46		
58.	390	adam Koper	21. M40-49		Skórka	1:47:14	5:04 min/km	55.		0:53:59	0:53:14		
59.	333	Maciej Pokusa	22. M40-49		Suchy Las	1:47:38	5:06 min/km	56.		0:52:38	0:55:00		
60.	334	Maciej Kurzawa	23. M40-49		Wronki, Pow.	1:47:51	5:06 min/km	57.		0:52:22	0:55:29		
61.	354	Mateusz Witkowski	15. M30-39		Silna	1:48:05	5:07 min/km	58.		0:55:02	0:53:02		
62.	358	Leszek Kawalec	5. M60-69		Jasienica	1:48:12	5:07 min/km	59.		0:53:13	0:54:59		
63.	305	Dominika Cejba	K18-29	KB SZAMOTUŁY	Gąsawy	1:48:18	5:08 min/km		4.	0:54:04	0:54:14		
64.	435	Edward Gołębiowski	1. M70-69	TKKF Płomień Pobiedziska	Pobiedziska	1:48:24	5:08 min/km	60.		0:51:57	0:56:27		
65.	327	Marek Prech	10. M50-59	Altom Gniezno	Leszno	1:49:12	5:10 min/km	61.		0:55:25	0:53:47		
66.	302	Liliana Żmija	K30-39	FSD RUN DREZDENKO	Zwierzyn	1:49:19	5:10 min/km		5.	0:55:43	0:53:36		
67.	321	Krzysztof Góra	16. M30-39	Wroniecki Klub Biegacza	Wronki	1:49:20	5:10 min/km	62.		0:56:39	0:52:41		
68.	418	Dariusz Gruszka	11. M50-59		Murowana Goślina	1:50:01	5:12 min/km	63.		0:54:58	0:55:03		
69.	360	Anna Czajka	1. K30-39	TARNOWO PODGÓRNE	Rozalińska 3/2	1:50:39	5:14 min/km		6.	0:53:18	0:57:20		
70.	336	Leszek Grocholewski	12. M50-59	MOTOR LUBOŃ TEAM	Luboń	1:51:03	5:15 min/km	64.		0:55:41	0:55:21		
71.	344	Agnieszka Siwczak	2. K30-39	Wkurw_team	Warszawa	1:51:46	5:17 min/km		7.	0:54:58	0:56:47		
72.	374	Ania Kaźmierczak-Molik	3. K30-39	MMA DEVIL MIĘDZYCHÓD	Sieraków	1:51:49	5:18 min/km		8.	0:55:37	0:56:12		
73.	357	Agnieszka Goździcka	1. K40-49	Strzelecka Biegająca	Strzelce Krajeńskie	1:52:02	5:18 min/km		9.	0:55:26	0:56:36		
74.	335	Norbert Kardacz	24. M40-49		Podrzewie	1:52:06	5:18 min/km	65.		0:57:11	0:54:55		

IX Półmaraton o Puchar Grupy Cichy-Zasada - 2022-07-23

Półmaraton 21 km

Msc.	Nr.	Imię i nazwisko	Msc. Kat.	Klub	Miejscowość	Wyniki	tempo	M	K	okr.1	okr.2	kat.Pracownik	kat.Gmina
Półmaraton 21 km													
75.	446	Mieczysław Przyborowski	6. M60-69	Remet Team	Poznań	1:52:19	5:19 min/km	66.		0:54:53	0:57:25		
76.	432	Wiesław Fidecki	2. M70-69	niezrzeszony	Poznań	1:52:46	5:20 min/km	67.		0:56:11	0:56:34		
77.	434	Tadeusz Razik	3. M70-69	brak	Rawicz	1:52:52	5:21 min/km	68.		0:55:36	0:57:16		
78.	307	Tomasz Molik	25. M40-49		Międzychód	1:53:01	5:21 min/km	69.		0:55:18	0:57:42		
79.	350	Artur Grzywaczyk	13. M50-59	Maratończyk Poznań	Suchy Las	1:53:14	5:22 min/km	70.		0:54:28	0:58:45		
80.	399	Jacek Andrzejewski	14. M50-59	KOŚCIAN TEAM	Kościan	1:53:18	5:22 min/km	71.		0:58:43	0:54:34		
81.	417	Dariusz Zieliński-Wronka	15. M50-59		Swarzędz	1:53:24	5:22 min/km	72.		0:55:44	0:57:39		
82.	322	Roman Bzdziel	16. M50-59	BIEGACZE JÓZEFA NOJI	Piłka	1:54:08	5:24 min/km	73.		0:53:30	1:00:37		
83.	331	Maciej Kucza	17. M50-59		Pniewy	1:55:09	5:27 min/km	74.		0:57:11	0:57:57		
84.	415	Jakub Grzempowski	26. M40-49		Czapury	1:55:29	5:28 min/km	75.		0:54:02	1:01:27		
85.	337	ANDRZEJ DRGAS	7. M60-69	MOTOR LUBOŃ TEAM	Luboń	1:55:40	5:28 min/km	76.		0:56:10	0:59:29		
86.	423	Marcin Kłoczko	17. M30-39		Lubon	1:55:41	5:29 min/km	77.		0:53:26	1:02:15		
87.	419	Marcin Kowczyk	27. M40-49		Poznań	1:55:58	5:29 min/km	78.		0:58:09	0:57:49		
88.	306	Monika Jeziorecka-Borucka	4. K30-39	Aktywnie w Pniewach	Podrzewie	1:56:01	5:29 min/km		10.	0:56:02	0:59:58		
89.	396	Jakub Nolka	18. M30-39		Grodzisk Wielkopolski	1:56:20	5:30 min/km	79.		0:58:37	0:57:43		
90.	310	Artur Dubert	28. M40-49		Poznan	1:56:50	5:32 min/km	80.		0:59:23	0:57:26		
91.	366	Aleksander Krychowski	8. M60-69		Poznań	1:56:57	5:32 min/km	81.		0:57:06	0:59:51		
92.	340	Krzysztof Bąk	18. M50-59		Wronki	1:57:07	5:33 min/km	82.		0:57:25	0:59:41		
93.	424	Maciej Szynglewski	19. M50-59	QUEY POZNAŃ	Poznań	1:57:30	5:34 min/km	83.		0:59:23	0:58:06		
94.	325	Piotr Nawrot	29. M40-49	gRUNwald Team Poznań	Plewiska	1:58:38	5:37 min/km	84.		1:04:29	0:54:08		
95.	349	Marcin Jasiński	30. M40-49	Slow Motion Team	Rogoźno	1:58:43	5:37 min/km	85.		0:55:15	1:03:27		
96.	425	Dawid Wargin	3. M18-29		Wronki	1:59:04	5:38 min/km	86.		0:59:09	0:59:54		
97.	370	Jakub Glapa	19. M30-39		Grodzisk Wielkopolski	1:59:17	5:39 min/km	87.		0:58:37	1:00:40		
98.	363	Michał Klimczak	20. M30-39		Poznań	1:59:29	5:39 min/km	88.		0:59:30	0:59:58		
99.	339	Błażej Niewiada	21. M30-39		Szamotuly	2:00:25	5:42 min/km	89.		0:59:07	1:01:18		
100.	440	Elwira Kosicka	2. K40-49	Biegacze Józefa Noji	Pęckowo	2:01:08	5:44 min/km		11.	0:58:32	1:02:35		
101.	359	marta skoczylas	3. K40-49		Poznań	2:01:11	5:44 min/km		12.	1:00:11	1:00:59		
102.	449	Mirosław Kornacki	31. M40-49		Stargard	2:01:12	5:44 min/km	90.		0:58:13	1:02:59		
103.	448	Rafał Ogrodowczyk	32. M40-49		Mierzyn	2:02:26	5:48 min/km	91.		1:01:44	1:00:42		
104.	329	Adrian Jarmużyk	22. M30-39		Bolewice	2:03:46	5:52 min/km	92.		1:03:46	0:59:59		
105.	309	Sławomir Starosta	33. M40-49	Aktywnie w Pniewach	Ostroróg	2:04:16	5:53 min/km	93.		0:56:16	1:08:00		
106.	428	Adrian Badziński	23. M30-39		Opalenica	2:04:23	5:53 min/km	94.		0:57:05	1:07:18		
107.	347	Anna Woźniczka	5. K30-39	Aktywnie w Pniewach	Pniewy	2:04:46	5:54 min/km		13.	1:02:40	1:02:05		
108.	420	Sarmad Kadoury	34. M40-49		Turek	2:06:30	5:59 min/km	95.		1:00:58	1:05:32		
109.	436	Mirosław Szulc	4. M70-69	Luboński Klub Biegacza	Luboń	2:07:07	6:01 min/km	96.		1:01:56	1:05:10		
110.	406	Dariusz Górzny	20. M50-59		Chomęcice	2:07:48	6:03 min/km	97.		1:01:05	1:06:42		
111.	314	Darek Kosiorek	21. M50-59		Poznań	2:08:05	6:04 min/km	98.		0:59:10	1:08:55		

IX Półmaraton o Puchar Grupy Cichy-Zasada - 2022-07-23

Półmaraton 21 km

Msc.	Nr.	Imię i nazwisko	Msc. Kat.	Klub	Miejscowość	Wyniki	tempo	M	K	okr.1	okr.2	kat.Pracownik	kat.Gmina
Półmaraton 21 km													
112.	372	Stefan Czajkowski	4.	M18-29	Team APK	Kowanowko	2:08:43	6:06 min/km	99.	1:01:40	1:07:03		
113.	371	Jadwiga Duda	1.	K60-69		Szamotuły	2:10:00	6:09 min/km	14.	1:03:38	1:06:22		
114.	388	Dawid Sawczyn	24.	M30-39	Grupa Cichy-Zasada	Dopiewiec	2:10:47	6:11 min/km	100.	0:58:02	1:12:44	2. M	
115.	402	Natalia Plewa	4.	K40-49		Oborniki	2:11:22	6:13 min/km	15.	1:03:25	1:07:56		
116.	404	Katarzyna Mantyk	5.	K40-49		Oborniki	2:11:33	6:14 min/km	16.	1:03:26	1:08:06		
117.	317	Tomasz Kabaciński	25.	M30-39	Wroniecki Klub Biegacza	Wronki	2:12:01	6:15 min/km	101.	1:01:28	1:10:32		
118.	398	Maria Szewczyk	2.	K60-69	brak	Kościan	2:13:50	6:20 min/km	17.	1:06:13	1:07:37		
119.	397	Hanna Szymańska	6.	K40-49	Pozytywni biegacze	Skórka	2:17:47	6:31 min/km	18.	1:07:24	1:10:22		
120.	386	Łukasz Witula	26.	M30-39	TKKF ŁABĘDŹ ZBĄSZYŃ	Zbąszyń	2:17:49	6:31 min/km	102.	1:02:34	1:15:14		
121.	377	Agnieszka Jarnót	7.	K40-49	NKB CHYŻY	Nowy Tomyśl	2:20:16	6:38 min/km	19.	1:06:55	1:13:21		
122.	376	Grzegorz Nahaczewski	35.	M40-49		Nowy Tomyśl	2:20:16	6:38 min/km	103.	1:06:55	1:13:21		
123.	412	Monika Kraft	6.	K30-39	Aktywnie w Pniewach	Pniewy	2:21:37	6:42 min/km	20.	1:08:48	1:12:49		
124.	427	Tomasz Kaźmierczak	36.	M40-49	Lusowo	Lusowo	2:22:40	6:45 min/km	104.	1:05:08	1:17:31		
125.	410	Danuta Pawlik	1.	K50-59		Skórzewo	2:24:45	6:51 min/km	21.	1:09:50	1:14:55		
126.	330	Maria Stępień	3.	K60-69	Aktywnie w Pniewach	Pniewy	2:27:01	6:58 min/km	22.	1:09:58	1:17:03		
127.	426	Patrycja Starosta-Trela	7.	K30-39	Aktywnie w Pniewach/ Follow	Pniewy	2:27:01	6:58 min/km	23.	1:09:11	1:17:50		

Liczba zawodników: 127