

21km – Bieg Zielonych Sznurowadź

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
1	1253	ORZEŁ MICHAŁ	Adidas Runners Warsaw	LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	1	03:39	16.44	00:09:01	00:38:52	01:16:59	01:17:00	1	
2	1220	GROCHMAL PAWEŁ	LubelskiBiegacz.pl TEAM	LUBLIN	POLSKA	1977	M40-49	1	03:40	16.38	00:09:01	00:38:53	01:17:16	01:17:16	2	
3	1002	POLAK KRZYSZTOF	MULTIMEDIA RUNNERS PUŁAWY	PUŁAWY	POLSKA	1978	M40-49	2	03:42	16.21	00:09:01	00:38:54	01:18:05	01:18:06	3	
4	1254	JAGIEŁO MICHAŁ	Husaria Race Team	LUBIENIA	POLSKA	1986	M30-39	2	03:44	16.06	00:09:02	00:38:53	01:18:48	01:18:48	4	
5	1230	LOTEK KRZYSZTOF		LUBLIN	POLSKA	1990	Mdo29	1	03:45	15.99	00:09:34	00:39:57	01:19:07	01:19:09	5	
6	1212	ORŁOWSKI ANDRZEJ	POTRENUJEMY?	LUBARTÓW	POLSKA	1990	Mdo29	2	03:56	15.26	00:09:01	00:40:28	01:22:54	01:22:56	6	
7	1199	MACIEJEWSKI PIOTR		LUBLIN	POLSKA	1982	M30-39	3	03:58	15.15	00:09:40	00:41:58	01:23:31	01:23:33	7	
8	1059	ANTOŃCZAK DAMIAN	Krasnystaw Biega	ŻÓŁKIEWKA	POLSKA	1995	Mdo29	3	03:58	15.12	00:09:44	00:41:56	01:23:42	01:23:42	8	
9	1058	BORKOWSKI TOMEK	Zwoleń Biega	RADOM	POLSKA	1969	M50-59	1	03:58	15.1	00:09:56	00:42:10	01:23:49	01:23:50	9	
10	1143	KALASOUSKI YURY	Victoria	MOHYLEW	BIAŁORUŚ	1981	M30-39	4	03:59	15.05	00:09:10	00:41:40	01:24:04	01:24:06	10	
11	1103	ŚLIWIAK JAKUB		PUŁAWY	POLSKA	1993	Mdo29	4	03:59	15.05	00:09:22	00:41:22	01:24:06	01:24:08	11	
12	1030	MAKA SŁAWOMIR		OSTROŁĘKA	POLSKA	1966	M50-59	2	04:00	14.99	00:09:43	00:41:57	01:24:26	01:24:26	12	
13	1270	TICHORUK KAROL	Biegający Świdnik	ŚWIDNIK	POLSKA	1990	Mdo29	5	04:02	14.89	00:10:10	00:43:08	01:24:59	01:25:02	13	
14	1218	ILKIEWICZ ADAM	3Bro	WARSZAWA	POLSKA	1981	M30-39	5	04:02	14.88	00:09:44	00:42:18	01:25:02	01:25:04	14	
15	1331	POMORSKI RAFAŁ	Tri Family / Love the Pain	WARSZAWA	POLSKA	1983	M30-39	6	04:04	14.79	00:09:56	00:42:11	01:25:35	01:25:37	15	
16	1079	ADYNOWSKI ŁUKASZ	Grube Korzenie	LUBLIN	POLSKA	1982	M30-39	7	04:04	14.78	00:10:12	00:43:11	01:25:36	01:25:39	16	
17	1162	KRZOSEK MICHAŁ		LUBLIN	POLSKA	1985	M30-39	8	04:06	14.63	00:10:11	00:43:07	01:26:29	01:26:32	17	
18	1067	PRÓSZYŃSKI ROMUALD	PUŁAWIANIN PUŁAWY	PUŁAWY	POLSKA	1969	M50-59	3	04:07	14.6	00:09:43	00:43:18	01:26:40	01:26:43	18	
19	1256	PSIUK ANDRZEJ	Biłgoraj Biega	BIŁGORAJ	POLSKA	1982	M30-39	9	04:07	14.56	00:10:14	00:43:40	01:26:56	01:26:58	19	
20	1231	JAGNIONTKOWSKI JAROSŁAW	KRASNYSTAW BIEGA	KRASNYSTAW	POLSKA	1984	M30-39	10	04:07	14.55	00:09:59	00:43:29	01:26:58	01:27:00	20	
21	1041	POŻAK GRZEGORZ	Stay Insane	LUBARTÓW	POLSKA	1980	M30-39	11	04:08	14.51	00:10:12	00:43:10	01:27:10	01:27:14	21	
22	1259	KIEŁBASA DAMIAN	UKS Azymut Siedliska Gmina Zamość	ZAMOŚĆ	POLSKA	1987	M30-39	12	04:08	14.5	00:10:09	00:43:16	01:27:13	01:27:19	22	
23	1146	TYBUREK MICHAŁ	Stay Insane	LUBLIN	POLSKA	1979	M40-49	3	04:09	14.44	00:10:11	00:43:11	01:27:36	01:27:38	23	
24	1348	KAMOLA KAZIMIERZ	CHEMIK NOXY PUŁAWY	PUŁAWY	POLSKA	1960	M50-59	4	04:10	14.41	00:09:59	00:43:35	01:27:50	01:27:52	24	
25	1057	ANTOŃCZAK MAREK	Krasnystaw Biega	ŻÓŁKIEWKA	POLSKA	1982	M30-39	13	04:10	14.4	00:10:13	00:43:50	01:27:53	01:27:55	25	
26	1335	DĄBROWSKI ROBERT		ALEKSANDRÓW ŁÓDZKI	POLSKA	1988	M30-39	14	04:11	14.34	00:10:31	00:44:27	01:28:12	01:28:15	26	
27	1097	KURZEJEWSKI PIOTR	Bychawa Runners	BYCHAWA	POLSKA	1989	M30-39	15	04:11	14.33	00:10:13	00:43:59	01:28:14	01:28:19	27	
28	1222	KOZŁOWSKI MAREK	GRAT z biegusiem.pl	LUBLIN	POLSKA	1975	M40-49	4	04:11	14.31	00:09:43	00:42:38	01:28:23	01:28:26	28	
29	1333	DRAŻKIEWICZ MARCIN		WARSZAWA	POLSKA	1977	M40-49	5	04:14	14.18	00:10:37	00:45:11	01:29:09	01:29:16	29	
30	1306	ODZIEMCZYK SYLWESTER	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1965	M50-59	5	04:14	14.14	00:10:20	00:44:11	01:29:28	01:29:31	30	
31	1274	BYJOŚ MACIEJ		PUŁAWY	POLSKA	1986	M30-39	16	04:16	14.09	00:10:40	00:45:35	01:29:44	01:29:51	31	
32	1232	PAWŁOWSKA PAULINA	AZS UMCS LUBLIN	SIEDLCE	POLSKA	1995	Kdo29	1	04:16	14.06	00:09:58	00:44:12	01:30:01	01:30:03		1
33	1085	MARUCHA TOMASZ	Drużyna Ż	KRASNYSTAW	POLSKA	1985	M30-39	17	04:17	13.99	00:11:02	00:45:52	01:30:13	01:30:28	32	
34	1112	ŚCIUBA ANETA	Stay Insane	LUBLIN	POLSKA	1987	K30-39	1	04:17	14.02	00:10:31	00:45:14	01:30:15	01:30:17		2
35	1125	SZABAT WIESŁAW	Chemik Noxy Puławy	ANNOPOL	POLSKA	1960	M50-59	6	04:18	13.96	00:10:16	00:44:42	01:30:37	01:30:40	33	
36	1215	ZUBIK MICHAŁ	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1976	M40-49	6	04:18	13.94	00:10:11	00:44:25	01:30:46	01:30:49	34	
37	1314	ŁOŚ PIOTR	Stay Insane	LUBLIN	POLSKA	1980	M30-39	18	04:19	13.91	00:10:46	00:45:52	01:30:57	01:31:02	35	
38	1324	PODLIPNY MAREK	LW Bogdanka	WESOŁÓWKA	POLSKA	1974	M40-49	7	04:19	13.89	00:10:12	00:45:11	01:31:07	01:31:09	36	
39	1330	POMORSKA JOANNA		WARSZAWA	POLSKA	1981	K30-39	2	04:19	13.88	00:10:13	00:44:45	01:31:08	01:31:11		3
40	1066	MICHALCZEWSKI JACEK		KARCZMISKA	POLSKA	1983	M30-39	19	04:20	13.85	00:10:53	00:45:29	01:31:13	01:31:24	37	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans: 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
41	1221	GOLIAN SEBASTIAN	GRAT z biegusiem.pl	LUBLIN	POLSKA	1985	M30-39	20	04:20	13.87	00:10:26	00:45:12	01:31:13	01:31:16	38	
42	1294	KUBIT PIOTR	Krosno Glass	STRZYŻÓW	POLSKA	1984	M30-39	21	04:20	13.81	00:10:38	00:45:08	01:31:34	01:31:38	39	
43	1255	JAGIEŁO KAROL	Husaria Race Team	LUBIENIA	POLSKA	1988	M30-39	22	04:22	13.75	00:10:30	00:45:22	01:32:00	01:32:02	40	
44	1021	ZARZECZNA OLGA	PERFORMANCE MEDIA POLAND	LUBLIN	POLSKA	1987	K30-39	3	04:22	13.75	00:10:21	00:45:09	01:32:02	01:32:05		4
45	1122	DOŁŻYŃSKI KRZYSZTOF	Latające Klapki Kubota	LUBLIN	POLSKA	1986	M30-39	23	04:23	13.7	00:11:12	00:47:30	01:32:12	01:32:23	41	
46	1133	PĘDRAK TOMASZ	Kraśnik Biega	KRAŚNIK	POLSKA	1984	M30-39	24	04:23	13.66	00:10:17	00:45:18	01:32:33	01:32:39	42	
47	1124	KOPCIAŁ JAROSŁAW	Brak	RADOM	POLSKA	1988	M30-39	25	04:24	13.64	00:10:12	00:44:44	01:32:46	01:32:47	43	
48	1346	CICHORZ JACEK		PIASKI	POLSKA	1989	M30-39	26	04:25	13.59	00:10:34	00:45:51	01:33:02	01:33:10	44	
49	1196	WÓJTOWICZ PRZEMYSŁAW	OSP Wzgórze	BEŁŻYCE	POLSKA	1984	M30-39	27	04:25	13.56	00:10:33	00:45:51	01:33:12	01:33:21	45	
50	1140	SZELCHAUZ PAWEŁ	PKO Bank Polski	LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	28	04:26	13.52	00:10:58	00:46:42	01:33:29	01:33:38	46	
51	1008	CHUDZIK PIOTR		WOJCIECHÓW	POLSKA	1973	M40-49	8	04:26	13.51	00:10:58	00:46:37	01:33:31	01:33:41	47	
52	1171	BISKUP ROBERT	Góra Puławska	PUŁAWY	POLSKA	1977	M40-49	9	04:27	13.48	00:11:30	00:48:22	01:33:43	01:33:53	48	
53	1226	BIGORAJ MARCIN	SII POWER PEOPLE	LUBLIN	POLSKA	1990	Mdo29	6	04:27	13.49	00:10:33	00:46:41	01:33:46	01:33:51	49	
54	1223	KALISZEWSKI KAROL ARTUR	Baran Cycling Team	LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	29	04:27	13.47	00:10:26	00:46:14	01:33:54	01:33:58	50	
55	1224	DESSAUER WIOLETTA		LUBARTÓW	POLSKA	1975	K40-49	1	04:28	13.45	00:10:46	00:46:20	01:34:05	01:34:09		5
56	1284	GRYCIUK WALENTY		NURZEC-STACJA	POLSKA	1969	M50-59	7	04:28	13.44	00:10:17	00:45:13	01:34:07	01:34:13	51	
57	1283	CHODOWIEC EMIL		NURZEC-STACJA	POLSKA	1982	M30-39	30	04:28	13.43	00:11:06	00:47:16	01:34:08	01:34:15	52	
58	1062	OBRUSIEWICZ HUBERT	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1973	M40-49	10	04:28	13.43	00:11:13	00:47:41	01:34:10	01:34:16	53	
59	1347	KURKIEWICZ ANDRZEJ	LUBELSKI KLUB MORSOW	FRANCISZKÓW	POLSKA	1972	M40-49	11	04:28	13.42	00:10:42	00:45:51	01:34:16	01:34:19	54	
60	1325	KITLIŃSKI PIOTR	Ścieżki Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1972	M40-49	12	04:28	13.41	00:11:05	00:47:43	01:34:16	01:34:23	55	
61	1093	MITURA MAREK	intrograf team	KAMIONKA	POLSKA	1979	M40-49	13	04:29	13.4	00:10:54	00:46:14	01:34:21	01:34:28	56	
62	1319	BRODAK WALDEMAR	CHEMIK NOXY PUŁAWY	PUŁAWY	POLSKA	1955	M60+	1	04:29	13.38	00:10:31	00:45:53	01:34:30	01:34:38	57	
63	1035	SMIGIELSKI PAWEŁ		PULAWY	POLSKA	1972	M40-49	14	04:29	13.38	00:11:29	00:47:59	01:34:32	01:34:38	58	
64	1096	PANKOWSKI GRZEGORZ	Kosi Mazaki Team	WARSZAWA	POLSKA	1982	M30-39	31	04:29	13.36	00:11:01	00:46:46	01:34:40	01:34:47	59	
65	1237	ZASIADKO MIKOŁAJ	LW Bogdanka	ŁĘCZNA	POLSKA	1970	M40-49	15	04:30	13.35	00:10:42	00:46:44	01:34:47	01:34:50	60	
66	1116	GRABOWSKI WOJCIECH		LUBLIN	POLSKA	1974	M40-49	16	04:31	13.28	00:11:29	00:48:22	01:35:10	01:35:18	61	
67	1297	KUPIEC STANISŁAW	DSS ORLETA	DĘBLIN	POLSKA	1967	M50-59	8	04:31	13.26	00:10:59	00:47:22	01:35:22	01:35:26	62	
68	1091	MOSKWA MARIUSZ	intrograf team	LUBLIN	POLSKA	1983	M30-39	32	04:32	13.23	00:11:46	00:47:35	01:35:24	01:35:42	63	
69	1265	AUGUSTYNIAK ŁUKASZ	Biegający Świdnik	JACKÓW	POLSKA	1992	Mdo29	7	04:32	13.21	00:10:11	00:44:10	01:35:49	01:35:51	64	
70	1286	SKOWRONEK KRYSZTOF	Giuseppe Team	LUBLIN	POLSKA	1985	M30-39	33	04:34	13.17	00:11:28	00:48:23	01:36:01	01:36:08	65	
71	1084	GAJEK GRZEGORZ	wieś tańczy i biega	CZÓŁNA	POLSKA	1979	M40-49	17	04:34	13.15	00:11:35	00:49:12	01:36:06	01:36:15	66	
72	1022	ZABORSKI ŁUKASZ	LUBELSKIE STOWARZYSZENIE BIEGOWE	LUBLIN	POLSKA	1986	M30-39	34	04:34	13.12	00:10:56	00:47:38	01:36:27	01:36:31	67	
73	1083	GAJEK MAGDALENA	wieś tańczy i biega	CZÓŁNA	POLSKA	1974	K40-49	2	04:35	13.1	00:11:35	00:49:13	01:36:28	01:36:37		6
74	1337	KĘDRA RAFAŁ		JANÓW LUBELSKI	POLSKA	1979	M40-49	18	04:35	13.1	00:11:20	00:48:37	01:36:28	01:36:36	68	
75	1111	PIĘTAS TOMASZ		KALINÓWKA	POLSKA	1975	M40-49	19	04:35	13.07	00:11:09	00:47:18	01:36:47	01:36:53	69	
76	1216	SOLPA ROBERT		ŚWIDNIK	POLSKA	1968	M50-59	9	04:36	13.05	00:11:07	00:47:37	01:36:50	01:37:00	70	
77	1149	RETMANIAK SYLWIA EWA	drużyna TVN	WARSZAWA	POLSKA	1987	K30-39	4	04:35	13.06	00:10:32	00:47:33	01:36:53	01:36:56		7
78	1242	SZKODA ROBERT	BUT Biłgoraj Ultra Trail	BIŁGORAJ	POLSKA	1985	M30-39	35	04:36	13.05	00:10:45	00:46:53	01:36:54	01:36:59	71	
79	1144	MAŁEK MARIUSZ	V Max Adamów	ŻELECHÓW	POLSKA	1974	M40-49	20	04:36	13.03	00:11:27	00:48:34	01:36:58	01:37:08	72	
80	1292	KOZAK SŁAWOMIR	RGB Cyku Pyku	ZAMOŚĆ	POLSKA	1975	M40-49	21	04:37	13.02	00:11:30	00:48:26	01:37:08	01:37:14	73	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadź

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans: 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
81	1203	ZATOŃSKI ZBIGNIEW	Lubelskie Stowarzyszenie Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1977	M40-49	22	04:37	13	00:11:08	00:47:49	01:37:15	01:37:23	74	
82	1086	SZELEST ROBERT		LUBLIN	POLSKA	1982	M30-39	36	04:37	12.99	00:11:35	00:49:20	01:37:17	01:37:29	75	
83	1301	RUT RUTKOWSKI DAREK	DSS Orłęta	DĘBLIN	POLSKA	1978	M40-49	23	04:38	12.97	00:11:37	00:48:46	01:37:24	01:37:36	76	
84	1053	KOBUS RADOSŁAW		LUBLIN	POLSKA	1980	M30-39	37	04:38	12.97	00:10:49	00:47:53	01:37:28	01:37:36	77	
85	1095	RYCYK GRZEGORZ	Krasnystaw Biega	KRASNYSTAW	POLSKA	1975	M40-49	24	04:38	12.97	00:11:54	00:50:20	01:37:30	01:37:35	78	
86	1151	CZYŻEWSKI IRENEUSZ		BEZEK	POLSKA	1976	M40-49	25	04:38	12.97	00:10:30	00:47:27	01:37:33	01:37:38	79	
87	1173	MACH TOMASZ	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1976	M40-49	26	04:38	12.97	00:11:09	00:47:16	01:37:34	01:37:38	80	
88	1075	GRZESZCZYK REMIGIUSZ	Multimedia Runners Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1957	M60+	2	04:38	12.96	00:11:04	00:48:35	01:37:37	01:37:41	81	
89	1043	FERENC MARCIN		ŚWIDNIK	POLSKA	1977	M40-49	27	04:38	12.93	00:11:32	00:48:50	01:37:40	01:37:53	82	
90	1272	BUCIOR ŁUKASZ	Największa Armia Świata	ŚWIDNIK	POLSKA	1998	Mdo29	8	04:38	12.92	00:09:43	00:45:34	01:37:54	01:37:57	83	
91	1187	FURMANIK EWA	Chełm Biega	ŚWIERŻE	POLSKA	1978	K40-49	3	04:39	12.9	00:10:32	00:47:26	01:38:04	01:38:06		8
92	1327	CZARNACKA KAROLINA	Lubelskie Stowarzyszenie Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1984	K30-39	5	04:40	12.89	00:11:32	00:49:11	01:38:09	01:38:14		9
93	1353	KĘPOWICZ KAMIL		NIEDRZWICA DUŻA	POLSKA	1987	M30-39	38	04:40	12.88	00:11:28	00:49:15	01:38:10	01:38:17	84	
94	1065	ADAMCZYK MARIUSZ	Bełżyce biegają	BORZECZOW	POLSKA	1971	M40-49	28	04:40	12.87	00:11:28	00:49:15	01:38:14	01:38:22	85	
95	1130	SKOCZ TOMASZ		BOCHOTNICA	POLSKA	1986	M30-39	39	04:40	12.86	00:11:37	00:49:09	01:38:22	01:38:28	86	
96	1013	WEGIERA ANDRZEJ		ABRAMOWICE PRYWATNE	POLSKA	1974	M40-49	29	04:41	12.81	00:11:09	00:47:20	01:38:46	01:38:50	87	
97	1108	WAWRZYŃIAK DAMIAN	Aktywni Kamieńsk / Rozbiegajmy Radomsko	RADOMSKO	POLSKA	1984	M30-39	40	04:43	12.71	00:12:30	00:51:53	01:39:17	01:39:34	88	
98	1287	CIOTUCHA PAWEŁ	Multimedia Runners Puławy	KOŃSKOWOLA	POLSKA	1986	M30-39	41	04:43	12.74	00:10:34	00:46:04	01:39:17	01:39:22	89	
99	1009	JANKOWSKI TOMASZ		LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	42	04:43	12.73	00:11:34	00:49:14	01:39:19	01:39:25	90	
100	1266	GRABOWSKI SEBASTIAN		URZĘDÓW	POLSKA	1981	M30-39	43	04:43	12.72	00:11:08	00:47:37	01:39:20	01:39:31	91	
101	1047	STEFANIAK JAROSŁAW		PODWIERZBIE	POLSKA	1975	M40-49	30	04:44	12.68	00:11:33	00:49:10	01:39:30	01:39:49	92	
102	1078	DUDZIK MACIEJ	Wieś Tańczy i Biega	LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	44	04:44	12.69	00:11:20	00:48:15	01:39:38	01:39:46	93	
103	1010	MACIĄG MATEUSZ	Bychawa Runners	NIEDRZWICA DUŻA	POLSKA	1985	M30-39	45	04:44	12.68	00:11:51	00:50:20	01:39:39	01:39:50	94	
104	1154	JURKOWSKI DARIUSZ	Bychawa Runners	LUBLIN	POLSKA	1988	M30-39	46	04:44	12.68	00:11:51	00:50:20	01:39:40	01:39:51	95	
105	1261	WÓJCIK PAWEŁ		NOWA WÓLKA	POLSKA	1974	M40-49	31	04:44	12.67	00:11:13	00:48:30	01:39:43	01:39:53	96	
106	1185	SZTOBRYN GRZEGORZ	Multimedia Runners Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1984	M30-39	47	04:45	12.62	00:11:04	00:49:20	01:40:12	01:40:17	97	
107	1246	MALINOWSKI TOMASZ	Klub Sportowy. Za Brama	KRAŚNIK	POLSKA	1981	M30-39	48	04:47	12.56	00:12:03	00:50:54	01:40:36	01:40:49	98	
108	1145	ZARZYCKI MARIUSZ	nie ma letko	NATALIN	POLSKA	1976	M40-49	32	04:47	12.54	00:11:21	00:48:41	01:40:49	01:40:59	99	
109	1026	POLSKI ADRIAN	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1992	Mdo29	9	04:48	12.51	00:12:03	00:00:00	01:40:57	01:41:12	100	
110	1090	WYRWISZ DAMIAN	intrograf team	LUBLIN	POLSKA	1977	M40-49	33	04:48	12.49	00:11:56	00:49:17	01:41:02	01:41:19	101	
111	1264	BĄK MARCIN	LUBLIN BIEGA	LUBLIN	POLSKA	1979	M40-49	34	04:48	12.49	00:11:42	00:50:25	01:41:17	01:41:21	102	
112	1163	TADASIEWICZ DOROTA		PUŁAWY	POLSKA	1975	K40-49	4	04:49	12.47	00:11:32	00:49:44	01:41:28	01:41:32		10
113	1238	OSIŃSKA MONIKA	Biegacze Pomagacze	ŁUKÓW	POLSKA	1977	K40-49	5	04:49	12.45	00:11:11	00:49:22	01:41:30	01:41:39		11
114	1351	SOCHA MARCIN	lubartowbiega.pl	LUBARTÓW	POLSKA	1980	M30-39	49	04:50	12.43	00:12:12	00:51:33	01:41:35	01:41:51	103	
115	1198	BIELAK MICHAŁ		ŚWIDNIK	POLSKA	1992	Mdo29	10	04:50	12.42	00:12:02	00:50:48	01:41:38	01:41:56	104	
116	1179	CHLEBOWSKI PIOTR	Inspektorat Wsparcia Sił Zbrojnych	RYKI	POLSKA	1978	M40-49	35	04:50	12.41	00:11:05	00:49:43	01:41:50	01:41:59	105	
117	1303	SZMYRGAŁA KONRAD	Kraśnik Biega	KRAŚNIK	POLSKA	1978	M40-49	36	04:50	12.4	00:12:02	00:50:58	01:41:56	01:42:07	106	
118	1338	MODZELEWSKI KRZYSZTOF	Starglass Team Ostrołęka	OSTROŁĘKA	POLSKA	1966	M50-59	10	04:51	12.38	00:11:58	00:50:45	01:42:07	01:42:17	107	
119	1045	MODZELEWSKI WIESŁAW	Starglass Team	OSTROŁĘKA	POLSKA	1964	M50-59	11	04:51	12.38	00:11:58	00:50:48	01:42:07	01:42:17	108	
120	1194	PYTKA HENRYK	LUBELSKI WĘGIEL "BOGDANKA"	ŁĘCZNA	POLSKA	1965	M50-59	12	04:52	12.35	00:11:59	00:50:50	01:42:20	01:42:30	109	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans: 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
121	1210	KOWALCZYK MARTYNA	YNWA	PIONKI	POLSKA	1991	Kdo29	2	04:52	12.34	00:11:35	00:50:47	01:42:24	01:42:37		12
122	1184	CZERWINSKI SEBASTIAN	—	ŚWIDNIK	POLSKA	1973	M40-49	37	04:52	12.34	00:10:44	00:48:47	01:42:34	01:42:37	110	
123	1029	KACZKOWSKI KRZYSZTOF	WKZ KOZIENICE BBL	KOZIENICE	POLSKA	1983	M30-39	50	04:52	12.32	00:12:03	00:51:44	01:42:39	01:42:46	111	
124	1211	KOWALCZYK GRZEGORZ	YNWA	PIONKI	POLSKA	1984	M30-39	51	04:54	12.25	00:11:33	00:50:51	01:43:07	01:43:21	112	
125	1088	WILKIEWICZ DARIUSZ	Zwoleń Biega	ZWOLEŃ	POLSKA	1979	M40-49	38	04:55	12.23	00:12:04	00:51:32	01:43:27	01:43:32	113	
126	1028	SOBIESZEK SYLWIA	Zwoleń Biega	ZWOLEŃ	POLSKA	1982	K30-39	6	04:55	12.22	00:11:49	00:50:55	01:43:27	01:43:35		13
127	1099	MEŁGIEŚ MAREK	Melkomp	PIASKI	POLSKA	1979	M40-49	39	04:55	12.2	00:12:00	00:51:37	01:43:31	01:43:45	114	
128	1070	BIDA MARCIN	krasnystawbiega	KRASNYSTAW	POLSKA	1982	M30-39	52	04:55	12.2	00:12:04	00:51:35	01:43:37	01:43:45	115	
129	1129	JUREK ZBIGNIEW	Zwoleń Biega	ZWOLEŃ	POLSKA	1960	M50-59	13	04:55	12.2	00:11:48	00:50:58	01:43:39	01:43:47	116	
130	1050	WENERSKI WOJCIECH	lubelskie stowarzyszenie biegowe	LUBLIN	POLSKA	1950	M60+	3	04:56	12.16	00:11:32	00:49:43	01:43:55	01:44:07	117	
131	1046	KUNDYS PIOTR	1976	RADOM	POLSKA	1976	M40-49	40	04:58	12.1	00:11:51	00:50:18	01:44:29	01:44:35	118	
132	1072	WOLIŃSKI OSKAR		LUBARTÓW	POLSKA	1994	Mdo29	11	04:59	12.06	00:13:12	00:54:50	01:44:29	01:44:58	119	
133	1109	GRUDKA MICHAŁ		PUŁAWY	POLSKA	1995	Mdo29	12	04:59	12.06	00:13:11	00:54:22	01:44:30	01:44:59	120	
134	1150	JAWORSKI KRZYSZTOF		LEOKADIÓW	POLSKA	1978	M40-49	41	04:58	12.1	00:11:28	00:50:21	01:44:31	01:44:38	121	
135	1138	HARASIM ALEKSANDRA		LUBLIN	POLSKA	1989	K30-39	7	04:58	12.07	00:11:47	00:51:03	01:44:43	01:44:53		14
136	1315	KURYS AGNIESZKA		RADOM	POLSKA	1979	K40-49	6	04:58	12.07	00:11:44	00:50:37	01:44:47	01:44:51		15
137	1024	SMYKA MICHAŁ		CIECIERZYN	POLSKA	1995	Mdo29	13	04:59	12.04	00:12:24	00:52:48	01:44:54	01:45:07	122	
138	1001	RĘBIŚ TOMASZ		STANISŁAWICE	POLSKA	1985	M30-39	53	04:59	12.04	00:12:13	00:51:50	01:44:54	01:45:07	123	
139	1068	FRONTCZAK ARTUR	Speedy Gonzalez Run Team	LUBLIN	POLSKA	1977	M40-49	42	04:59	12.03	00:11:54	00:52:05	01:44:58	01:45:11	124	
140	1282	FILA MICHAŁ		LUBLIN	POLSKA	1988	M30-39	54	04:59	12.01	00:11:44	00:50:02	01:45:10	01:45:22	125	
141	1345	WAWRZAK DAMIAN		LUBLIN	POLSKA	1982	M30-39	55	05:00	12	00:12:20	00:52:55	01:45:12	01:45:29	126	
142	1119	WAWRZAK MICHAŁ		ZWOLEŃ	POLSKA	1977	M40-49	43	05:00	12	00:12:20	00:52:56	01:45:13	01:45:29	127	
143	1117	TARGOŃSKI TOMASZ		PUŁAWY	POLSKA	1978	M40-49	44	05:00	12	00:12:02	00:51:12	01:45:17	01:45:29	128	
144	1281	KRAWCZAK DAMIAN	Uroczna Runners	PUŁAWY	POLSKA	1984	M30-39	56	05:01	11.99	00:12:33	00:53:04	01:45:21	01:45:36	129	
145	1343	SIKORA MICHAŁ		PUŁAWY	POLSKA	1977	M40-49	45	05:01	11.96	00:12:11	00:52:54	01:45:43	01:45:51	130	
146	1312	CHMIEL PRZEMYSŁAW	Włodawa Biega	WŁODAWA	POLSKA	1986	M30-39	57	05:01	11.96	00:12:10	00:52:05	01:45:45	01:45:52	131	
147	1098	WRONA MAGDALENA	Bychawa Runners	BYCHAWA	POLSKA	1990	Kdo29	3	05:01	11.95	00:12:12	00:52:55	01:45:45	01:45:56		16
148	1208	BANASZCZYK KAMIL		LUBLIN	POLSKA	1989	M30-39	58	05:02	11.91	00:12:18	00:53:34	01:46:03	01:46:15	132	
149	1042	OSTROWSKI GRZEGORZ		WŁODAWA	POLSKA	1978	M40-49	46	05:02	11.91	00:12:10	00:52:21	01:46:06	01:46:19	133	
150	1350	MRÓZ ŁUKASZ	Piaski	WIERZCHOWISKA	POLSKA	1992	Mdo29	14	05:02	11.89	00:12:46	00:53:51	01:46:11	01:46:26	134	
151	1048	MAKARA FILIP		CHEŁM	POLSKA	1979	M40-49	47	05:03	11.88	00:11:43	00:51:31	01:46:21	01:46:32	135	
152	1136	KORZENIAK JACEK		TURKA	POLSKA	1980	M30-39	59	05:03	11.87	00:11:58	00:51:05	01:46:25	01:46:38	136	
153	1248	GMAJ DANIEL	SĄSIEDZI TEAM :)	GRÓJEC	POLSKA	1983	M30-39	60	05:05	11.81	00:12:57	00:53:44	01:46:54	01:47:12	137	
154	1110	STRUMIDŁO MIKOŁAJ	Lublin Biega	ULHÓWEK	POLSKA	1993	Mdo29	15	05:05	11.79	00:11:57	00:51:30	01:47:15	01:47:21	138	
155	1036	BŁĄŻEJCZYK ROBERT	DSS Orleta	DĘBLIN	POLSKA	1974	M40-49	48	05:06	11.76	00:12:32	00:53:42	01:47:25	01:47:36	139	
156	1344	NAJDYHOR MAREK		BIAŁA PODLASKA	POLSKA	1988	M30-39	61	05:07	11.73	00:14:17	01:00:29	01:47:25	01:47:53	140	
157	1134	LUBOWIECKI KONRAD	Biegający Świdnik	ŚWIDNIK	POLSKA	1983	M30-39	62	05:06	11.76	00:12:45	00:53:02	01:47:27	01:47:41	141	
158	1137	WIECHETEK ŁUKASZ	UMCS	LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	63	05:08	11.7	00:12:03	00:53:03	01:48:03	01:48:12	142	
159	1320	MIELCZARSKI BARTOSZ		WARSZAWA	POLSKA	1984	M30-39	64	05:08	11.68	00:11:41	00:49:48	01:48:06	01:48:20	143	
160	1225	KUCZMOWSKI TOMASZ		LUBLIN	POLSKA	1976	M40-49	49	05:09	11.66	00:12:36	00:51:56	01:48:22	01:48:35	144	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar

Data: Puławy, 17.03.2019

Dystans 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
161	1178	PITURA ELIZA	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1976	K40-49	7	05:09	11.65	00:12:02	00:50:54	01:48:25	01:48:40		17
162	1052	CHUDY EMIL		LUBLIN	POLSKA	1986	M30-39	65	05:10	11.63	00:13:17	00:56:39	01:48:33	01:48:52	145	
163	1302	MAJEWSKI SEBASTIAN	running& fucking	LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	66	05:09	11.65	00:11:43	00:50:26	01:48:35	01:48:39	146	
164	1063	GÓŹDŹ IRENEUSZ		LUBARTÓW	POLSKA	1971	M40-49	50	05:10	11.64	00:12:18	00:53:37	01:48:37	01:48:46	147	
165	1054	PSZCZOŁA IRENEUSZ	Lublin Biega	LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	67	05:10	11.6	00:12:11	00:52:58	01:48:58	01:49:08	148	
166	1329	GAJOS ANNA	Lubelskie Stowarzyszenie Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1974	K40-49	8	05:10	11.61	00:12:08	00:53:01	01:48:59	01:49:03		18
167	1156	ZDUN GRZEGORZ	Lubelska Ekpa Biegowa	LUBLIN	POLSKA	1983	M30-39	68	05:12	11.53	00:13:32	00:55:47	01:49:19	01:49:45	149	
168	1240	SOLAN ŁUKASZ		LUBLIN	POLSKA	1983	M30-39	69	05:12	11.53	00:13:31	00:55:48	01:49:19	01:49:45	150	
169	1276	MAZUREK MATEUSZ	Mazi Biega	NIEDRZWICA DUŻA	POLSKA	1989	M30-39	70	05:11	11.56	00:12:12	00:53:17	01:49:19	01:49:32	151	
170	1089	ŻEBROWSKA JOLANTA	Chemik Noxy Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1969	K50-59	1	05:11	11.56	00:12:07	00:53:36	01:49:25	01:49:31		19
171	1167	BOCIARN RADOSŁAW	Największa Armia Świata	LUBLIN	POLSKA	1975	M40-49	51	05:13	11.49	00:12:49	00:55:28	01:49:55	01:50:13	152	
172	1227	NIEMIERSKI ARTUR		LUBLIN	POLSKA	1971	M40-49	52	05:14	11.47	00:12:49	00:52:56	01:50:00	01:50:21	153	
173	1107	DĄBROWSKI ŁUKASZ	OstroBiec	OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSKI	POLSKA	1988	M30-39	71	05:14	11.46	00:14:19	00:58:21	01:50:01	01:50:29	154	
174	1127	BLICHAZ STANISŁAW	Nie Ma Letko	NIEMCE	POLSKA	1967	M50-59	14	05:14	11.44	00:13:14	00:55:25	01:50:10	01:50:37	155	
175	1277	FOLTYN ULA	Wolność Endorfinom/ Łączna Biega	LUDWIN	POLSKA	1975	K40-49	9	05:16	11.41	00:13:47	00:55:53	01:50:32	01:50:54		20
176	1217	HEJDUK MONIKA	UMCS BIEGA / LUBLIN BIEGA	LUBLIN	POLSKA	1976	K40-49	10	05:16	11.4	00:12:21	00:52:45	01:50:45	01:51:02		21
177	1234	LIPCZYŃSKI OLAF	#runFORsmile	LUBLIN	POLSKA	1979	M40-49	53	05:16	11.38	00:12:31	00:52:49	01:50:58	01:51:14	156	
178	1309	WOJCIECHOWSKI PAWEŁ	Avangarda Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1974	M40-49	54	05:16	11.39	00:13:31	00:56:52	01:50:58	01:51:11	157	
179	1332	JASIŃSKA ANNA	BIEGNE_, ŻEBY BARTEK MÓGŁ BIEGAĆ	ŚWIDNIK	POLSKA	1985	K30-39	8	05:17	11.34	00:12:45	00:55:22	01:51:23	01:51:37		22
180	1056	ADAMCZYK PIOTR	Uroczna Runners	PUŁAWY	POLSKA	1988	M30-39	72	05:17	11.34	00:12:33	00:53:22	01:51:23	01:51:39	158	
181	1161	BARTUZI ANDRZEJ		KAZIMIERZ DOLNY	POLSKA	1972	M40-49	55	05:17	11.34	00:11:57	00:52:11	01:51:26	01:51:37	159	
182	1101	ADAMCZYK ŁUKASZ		TCZÓW	POLSKA	1981	M30-39	73	05:18	11.31	00:12:37	00:54:43	01:51:41	01:51:54	160	
183	1239	DANIEL KAMIL		LUBLIN	POLSKA	1985	M30-39	74	05:18	11.31	00:13:07	00:55:40	01:51:42	01:51:55	161	
184	1005	ŻUROWSKI JACEK	CENTRUM MEDYCZNE ORTO-OPTYMIST	LUBLIN	POLSKA	1969	M50-59	15	05:19	11.3	00:12:36	00:53:56	01:51:50	01:52:01	162	
185	1014	TARGOŃSKA RENATA	biegusiem.pl	PUŁAWY	POLSKA	1976	K40-49	11	05:19	11.28	00:12:18	00:54:29	01:51:58	01:52:11		23
186	1188	MATEJA ŁUKASZ		KURÓW	POLSKA	1983	M30-39	75	05:19	11.27	00:11:06	00:48:31	01:52:06	01:52:17	163	
187	1114	KSIĄŻEK DAWID	Lublin Biega	LUBLIN	POLSKA	1987	M30-39	76	05:20	11.26	00:14:12	00:57:24	01:52:09	01:52:28	164	
188	1322	DENCIKOWSKI MAREK	KB Biała Biega	KONSTANTYNÓW	POLSKA	1974	M40-49	56	05:20	11.23	00:14:17	00:57:47	01:52:15	01:52:44	165	
189	1193	LEWCZUK NORBERT	Biegacze pomagacze	ŁOSICE	POLSKA	1983	M30-39	77	05:20	11.26	00:12:12	00:53:23	01:52:15	01:52:28	166	
190	1204	ŚLIWA ANDRZEJ	LW BOGDANKA	ŁĘCZNA	POLSKA	1966	M50-59	16	05:20	11.25	00:13:05	00:55:35	01:52:18	01:52:30	167	
191	1206	GNIADK MARCIN		RYKI	POLSKA	1981	M30-39	78	05:20	11.24	00:12:13	00:54:42	01:52:24	01:52:36	168	
192	1153	TOŁYSZ SŁAWOMIR	Borek - Chełm	CHEŁM	POLSKA	1976	M40-49	57	05:20	11.23	00:12:51	00:55:50	01:52:25	01:52:43	169	
193	1139	KOŁTUNIEWICZ ANDRZEJ	wieś tańczy i biega	LUBLIN	POLSKA	1976	M40-49	58	05:20	11.24	00:12:21	00:53:46	01:52:26	01:52:35	170	
194	1074	STRZESZEWSKI ANDRZEJ		PUŁAWY	POLSKA	1969	M50-59	17	05:20	11.23	00:12:18	00:53:26	01:52:37	01:52:42	171	
195	1102	MACHNIKOWSKI TOMASZ	GENTLEMEN	LUBARTÓW	POLSKA	1974	M40-49	59	05:21	11.21	00:12:31	00:54:17	01:52:42	01:52:56	172	
196	1077	MAJCHER BEATA	Wieś Tańczy i Biega	LUBLIN	POLSKA	1983	K30-39	9	05:23	11.15	00:13:33	00:57:04	01:53:06	01:53:29		24
197	1128	MIKINA ARTUR	pwpw sa	WARSZAWA	POLSKA	1959	M60+	4	05:22	11.17	00:12:51	00:54:55	01:53:07	01:53:20	173	
198	1252	MAŁEK MICHAŁ	EVERPROF	LUBLIN	POLSKA	1979	M40-49	60	05:23	11.16	00:13:02	00:56:00	01:53:08	01:53:28	174	
199	1071	CIESIELCZUK PAWEŁ		CHEŁM	POLSKA	1979	M40-49	61	05:23	11.15	00:13:15	00:55:42	01:53:10	01:53:30	175	
200	1262	JODEŁKA PRZEMYSŁAW		PUŁAWY	POLSKA	1989	M30-39	79	05:23	11.14	00:13:33	00:56:51	01:53:15	01:53:35	176	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans: 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
201	1308	CZERNECKI MAREK	Drużyna Jezusa	LUBLIN	POLSKA	1975	M40-49	62	05:24	11.12	00:13:01	00:56:06	01:53:35	01:53:50	177	
202	1169	BELOWSKI LESZEK	Chemik Elektrownia Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1953	M60+	5	05:24	11.12	00:11:57	00:54:50	01:53:49	01:53:53	178	
203	1175	KOWALSKI ROBERT		ŁUKÓW	POLSKA	1976	M40-49	63	05:25	11.08	00:14:01	00:58:37	01:53:52	01:54:14	179	
204	1263	RUDNICKI MAREK	Running Frogs	OTWOCK	POLSKA	1979	M40-49	64	05:26	11.06	00:14:20	00:58:30	01:53:58	01:54:30	180	
205	1189	OLESKIEWICZ GRZEGORZ	RTS Pogoń Włostowice	PUŁAWY	POLSKA	1975	M40-49	65	05:25	11.08	00:12:28	00:53:57	01:54:00	01:54:14	181	
206	1207	PYCKA SŁAWOMIR	Biegający Świdnik	ŚWIDNIK	POLSKA	1981	M30-39	80	05:25	11.08	00:12:46	00:53:53	01:54:03	01:54:17	182	
207	1307	MERESTA KONRAD	Lw Bogdanka	ŁĘCZNA	POLSKA	1988	M30-39	81	05:25	11.06	00:13:06	00:55:36	01:54:13	01:54:26	183	
208	1051	DĄBROWSKI ARKADIUSZ		LUBLIN 6	POLSKA	1977	M40-49	66	05:25	11.07	00:12:17	00:54:55	01:54:16	01:54:24	184	
209	1334	TRACZ PAWEŁ		KRAŚNIK	POLSKA	1984	M30-39	82	05:26	11.03	00:13:24	00:56:12	01:54:21	01:54:44	185	
210	1033	SZEGDA ŁUKASZ	gardonie 279	PUŁAWY	POLSKA	1982	M30-39	83	05:27	11.02	00:13:15	00:56:09	01:54:26	01:54:55	186	
211	1123	ŻUREK PIOTR	Lublin Biega	LUBLIN	POLSKA	1972	M40-49	67	05:28	10.97	00:13:32	00:57:09	01:55:05	01:55:22	187	
212	1076	KRÓL PRZEMYSŁAW		KOŃSKOWOLA	POLSKA	1988	M30-39	84	05:28	10.96	00:13:10	00:57:10	01:55:14	01:55:29	188	
213	1340	KAMIŃSKI ANDRZEJ	starglass team ostrołęka	OSTROŁĘKA	POLSKA	1966	M50-59	18	05:28	10.97	00:11:59	00:50:53	01:55:16	01:55:25	189	
214	1245	BUKOWSKI SEBASTIAN	biegusiem.pl	RYKI	POLSKA	1979	M40-49	68	05:29	10.95	00:12:45	00:55:57	01:55:19	01:55:34	190	
215	1016	GAŚCZYK JOANNA		LUBLIN	POLSKA	1979	K40-49	12	05:29	10.95	00:12:11	00:54:09	01:55:32	01:55:37		25
216	1018	MIROŚLAW RAFAŁ	KS Strażak	WOJCIECHÓW	POLSKA	1981	M30-39	85	05:29	10.94	00:12:00	00:51:31	01:55:33	01:55:43	191	
217	1012	KUICH ALEKSANDRA	SBRT Warszawa	JÓZEFOSŁAW	POLSKA	1982	K30-39	10	05:29	10.92	00:13:35	00:58:14	01:55:34	01:55:54		26
218	1285	KORNAGA MARCIN		HORYNIEC-ZDRÓJ	POLSKA	1990	Mdo29	16	05:30	10.9	00:14:10	00:58:44	01:55:43	01:56:07	192	
219	1034	WĘGLIŃSKA KATRZYNA	Avangarda Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1976	K40-49	13	05:31	10.88	00:13:31	00:57:07	01:56:07	01:56:21		27
220	1260	ZBIGNIEW KARWAN	sam	LUBLIN	POLSKA	1960	M50-59	19	05:31	10.86	00:13:32	00:56:46	01:56:09	01:56:31	193	
221	1342	BOROWSKI IGOR	Makondo Team	ZAMOŚĆ	POLSKA	1985	M30-39	86	05:32	10.83	00:12:39	00:53:47	01:56:28	01:56:54	194	
222	1236	DOMAGAŁA AGNIESZKA		ZAMOŚĆ	POLSKA	1985	K30-39	11	05:32	10.84	00:13:59	00:59:05	01:56:31	01:56:47		28
223	1152	JARZYŃKA KRZYSZTOF	Lublin	LUBLIN	POLSKA	1968	M50-59	20	05:32	10.83	00:13:34	00:58:08	01:56:36	01:56:55	195	
224	1250	CYBULSKI GRZEGORZ	Największa Armia Świata	LUBLIN	POLSKA	1975	M40-49	69	05:32	10.83	00:13:34	00:58:10	01:56:36	01:56:54	196	
225	1268	ZIARNIECKI ARKADIUSZ	Bychawa Runners	BYCHAWA	POLSKA	1980	M30-39	87	05:34	10.77	00:13:39	00:59:11	01:57:12	01:57:31	197	
226	1229	SZCZEPANIUK MARCIN		PARCZEW	POLSKA	1977	M40-49	70	05:34	10.76	00:13:25	00:56:38	01:57:17	01:57:37	198	
227	1073	JÓZEFOWICZ PIOTR	biegusiem.pl	RYKI	POLSKA	1982	M30-39	88	05:34	10.77	00:12:12	00:55:46	01:57:20	01:57:29	199	
228	1055	MAJEWSKA IZABELA	Bełżyce Biegają	BELŻYCE	POLSKA	1988	K30-39	12	05:34	10.77	00:12:13	00:55:45	01:57:20	01:57:29		29
229	1316	MADEJSKI ŁUKASZ		PIASKI	POLSKA	1986	M30-39	89	05:35	10.74	00:12:39	00:55:43	01:57:25	01:57:53	200	
230	1192	BOGUNIECKI JAKUB		LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	90	05:36	10.71	00:14:25	00:59:45	01:57:43	01:58:12	201	
231	1190	MANALOV ARTEM		APOSTOLOVO	POLSKA	1998	Mdo29	17	05:36	10.71	00:11:37	00:51:16	01:57:44	01:58:09	202	
232	1105	KOWALSKI MARCIN		LUBLIN	POLSKA	1964	M50-59	21	05:35	10.74	00:13:42	00:58:38	01:57:45	01:57:51	203	
233	1027	TELEON-POLSKA MARLENA	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1988	K30-39	13	05:36	10.72	00:13:28	00:57:44	01:57:54	01:58:03		30
234	1082	PORĘBSKI MARCIN		RADOM	POLSKA	1976	M40-49	71	05:35	10.72	00:11:51	00:51:55	01:57:55	01:58:02	204	
235	1157	KWIATKOWSKI TOMASZ	UMCS BIEGA	JASTKÓW	POLSKA	1977	M40-49	72	05:37	10.67	00:13:15	00:56:51	01:58:15	01:58:36	205	
236	1228	ZIELIŃSKA MARLENA	Biegający Świdnik	KRĘPIEC	POLSKA	1990	Kdo29	4	05:37	10.67	00:13:35	00:58:19	01:58:21	01:58:36		31
237	1115	SZCZEPANIAK JAKUB		KAZIMIERZ DOLNY	POLSKA	1984	M30-39	91	05:38	10.65	00:13:58	00:58:53	01:58:32	01:58:51	206	
238	1011	KRYSA HALINA	Lubelskie Stowarzyszenie Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1961	K50-59	2	05:38	10.64	00:13:37	00:57:27	01:58:44	01:59:01		32
239	1195	GĘBUSIA MILENA	SII POWER PEOPLE	OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSKI	POLSKA	1992	Kdo29	5	05:40	10.61	00:14:00	00:59:09	01:58:55	01:59:20		33
240	1214	ZYCHOWICZ MONIKA	Biegiem Radom!	RADOM	POLSKA	1982	K30-39	14	05:41	10.57	00:14:26	01:00:40	01:59:20	01:59:45		34

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans: 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
241	1004	NIEWCZAS BASIA		LUBARTÓW	POLSKA	1982	K30-39	15	05:41	10.56	00:13:55	00:59:02	01:59:27	01:59:50		35
242	1213	KORCZAK WINCENTY	Biegiem Radom!	JEDLONIA -LETNISKO	POLSKA	1957	M60+	6	05:41	10.55	00:14:26	01:00:43	01:59:32	01:59:57	207	
243	1118	PLEWIK MICHAŁ	Bełżyce Biegają	WOJCIECHÓW	POLSKA	1996	Mdo29	18	05:41	10.55	00:13:33	00:57:28	01:59:42	01:59:59	208	
244	1177	BORYC MONIKA	Kraśnik Biega	KRAŚNIK	POLSKA	1977	K40-49	14	05:42	10.53	00:13:57	00:59:09	01:59:55	02:00:10		36
245	1044	DEJNECKA MARTYNA		LUBARTÓW	POLSKA	1986	K30-39	16	05:41	10.54	00:11:48	01:09:56	02:00:01	02:00:07		37
246	1049	CYWKA KRZYSZTOF	Zwoleń Biega	ZWOLEŃ	POLSKA	1976	M40-49	73	05:43	10.5	00:13:58	00:59:07	02:00:16	02:00:32	209	
247	1280	DURAK KRZYSZTOF	Uroczą Runners	PUŁAWY	POLSKA	1986	M30-39	92	05:43	10.5	00:12:34	00:56:18	02:00:17	02:00:32	210	
248	1258	BEDNARZ BARTŁOMIEJ	LEGIA RUN CLUB	KRAŚNIK	POLSKA	1984	M30-39	93	05:43	10.48	00:13:47	00:58:42	02:00:21	02:00:44	211	
249	1318	WILCZAK PAWEŁ		GORLICE	POLSKA	1985	M30-39	94	05:46	10.42	00:12:39	00:54:39	02:01:02	02:01:30	212	
250	1182	MITURA WIOLETTA		PARCZEW	POLSKA	1978	K40-49	15	05:45	10.43	00:13:55	00:58:48	02:01:04	02:01:20		38
251	1181	MITURA WOJCIECH		PARCZEW	POLSKA	1974	M40-49	74	05:45	10.43	00:13:55	00:58:55	02:01:04	02:01:20	213	
252	1147	ADAMOWICZ AGNIESZKA	Srowarzyszenie Zwolen biega	CIEPIELÓW	POLSKA	1977	K40-49	16	05:46	10.42	00:13:57	00:59:08	02:01:15	02:01:31		39
253	1352	KUCHARZYK GRZEGORZ	START Lublin	LUBLIN	POLSKA	1975	M40-49	75	05:46	10.41	00:14:36	01:02:41	02:01:17	02:01:38	214	
254	1247	GMAJ KAROLINA	SĄSIĘDZI TEAM :)	GRÓJEC	POLSKA	1980	K30-39	17	05:48	10.35	00:13:35	00:58:14	02:02:01	02:02:19		40
255	1197	PIEKARSKI IRENEUSZ		PUŁAWY	POLSKA	1960	M50-59	22	05:49	10.31	00:14:00	00:59:12	02:02:23	02:02:45	215	
256	1023	LATAŃSKA IWONA	Myszę, więc biegnę	PUŁAWY	POLSKA	1970	K40-49	17	05:49	10.3	00:14:41	01:00:37	02:02:24	02:02:52		41
257	1290	KOWALSKA BEATA		PUŁAWY	POLSKA	1965	K50-59	3	05:49	10.32	00:12:58	00:57:30	02:02:40	02:02:43		42
258	1205	BUBICZ KRZYSZTOF	wkurw_team	ŚWIDNIK	POLSKA	1980	M30-39	95	05:52	10.25	00:14:02	01:02:09	02:03:07	02:03:32	216	
259	1186	TUSZKIEWICZ RADEK	Lublin Biega	TOMASZOWICE	POLSKA	1975	M40-49	76	05:54	10.17	00:13:40	00:56:54	02:03:58	02:04:28	217	
260	1020	JAKUBOWSKI ROBERT		ŚWIDNIK	POLSKA	1979	M40-49	77	05:53	10.18	00:12:30	01:10:21	02:04:21	02:04:21	218	
261	1273	CHLEBEK TOMASZ	Resovia	RZESZÓW	POLSKA	1992	Mdo29	19	05:56	10.12	00:14:01	00:59:17	02:04:39	02:05:06	219	
262	1113	LATO-KSIĄŻEK KAROLINA	Lublin Biega	LUBLIN	POLSKA	1984	K30-39	18	05:56	10.12	00:14:12	00:59:03	02:04:49	02:05:06		43
263	1176	KOWALSKA ULA		ŁUKÓW	POLSKA	1981	K30-39	19	05:56	10.11	00:14:01	01:01:10	02:04:53	02:05:15		44
264	1142	BANASIK PAWEŁ		RADOM	POLSKA	1963	M50-59	23	05:56	10.12	00:13:18	00:58:44	02:04:53	02:05:07	220	
265	1006	MROCZEK PRZEMYSŁAW	UMCS Biega	LUBLIN	POLSKA	1974	M40-49	78	05:57	10.08	00:14:32	01:00:00	02:05:02	02:05:34	221	
266	1298	ŻMIJSKI DARIUSZ		CHEŁM	POLSKA	1967	M50-59	24	05:58	10.07	00:13:10	00:58:00	02:05:21	02:05:39	222	
267	1296	BARAN-HAŁASA LUCYNA	Rgb cyku pyku	ZAMOŚĆ	POLSKA	1985	K30-39	20	05:58	10.07	00:13:05	00:57:22	02:05:22	02:05:44		45
268	1087	WCISEŁ WOJCIECH	#kotekMarysiTeam	LUBLIN	POLSKA	1980	M30-39	96	05:59	10.01	00:13:54	00:58:19	02:06:02	02:06:25	223	
269	1251	KOCHALSKI WIESŁAW		LUBARTÓW	POLSKA	1952	M60+	7	06:00	9.99	00:14:18	01:01:22	02:06:18	02:06:39	224	
270	1291	BOGUSZ PAWEŁ		LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	97	06:01	9.97	00:14:12	00:59:13	02:06:32	02:06:58	225	
271	1202	NESTEROWICZ TOMASZ	Biegusiem.pl /Lost in Sport	KURÓW	POLSKA	1981	M30-39	98	06:01	9.99	00:11:49	01:10:48	02:06:36	02:06:44	226	
272	1080	KOZIEJ EMIL		NIEMCE	POLSKA	1982	M30-39	99	06:01	9.97	00:13:39	01:01:16	02:06:39	02:06:56	227	
273	1120	GAŃSKI FILIP	Biegający Świdnik	ŚWIDNIK	POLSKA	1986	M30-39	100	06:02	9.93	00:14:01	00:59:09	02:07:04	02:07:30	228	
274	1019	NAKONIECZNY JACEK	SII POWER PEOPLE	LUBLIN	POLSKA	1989	M30-39	101	06:04	9.9	00:15:34	01:04:04	02:07:25	02:07:49	229	
275	1323	KOBYLIŃSKI PIOTR		WARSZAWA	POLSKA	1979	M40-49	79	06:04	9.89	00:14:18	01:01:53	02:07:36	02:08:00	230	
276	1311	BEDNARZ AGNIESZKA	KLUB Biegacza Biała Biega	BIAŁA PODLASKA	POLSKA	1985	K30-39	21	06:04	9.89	00:14:18	01:01:52	02:07:37	02:07:59		46
277	1168	BIELIŃSKI PAWEŁ		LUBLIN	POLSKA	1982	M30-39	102	06:04	9.88	00:14:57	01:03:12	02:07:37	02:08:10	231	
278	1061	MASZKOWSKA ANNA		LUBLIN	POLSKA	1973	K40-49	18	06:04	9.89	00:14:35	01:02:18	02:07:40	02:08:01		47
279	1060	MASZKOWSKI RAFAŁ		LUBLIN	POLSKA	1973	M40-49	80	06:04	9.88	00:14:35	01:02:09	02:07:42	02:08:04	232	
280	1200	MAZUREK PAWEŁ		PUŁAWY	POLSKA	1987	M30-39	103	06:05	9.87	00:14:23	01:03:03	02:07:48	02:08:15	233	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadź

Organizator: Fundacja BezMiar
 Data: Puławy, 17.03.2019
 Dystans 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
281	1313	WĄGRODZKA MAŁGORZATA	Klub Biegacza Buiąta Biega	BIAŁA PODLASKA	POLSKA	1981	K30-39	22	06:05	9.85	00:15:02	01:04:16	02:08:03	02:08:32		48
282	1279	KALBARCZYK WALDEMAR		PUŁAWY	POLSKA	1948	M60+	8	06:05	9.85	00:14:19	00:59:56	02:08:12	02:08:31	234	
283	1300	OLCZAK WITOLD	UMCS Biega	LUBLIN	POLSKA	1961	M50-59	25	06:06	9.84	00:13:59	01:01:21	02:08:17	02:08:39	235	
284	1257	FIJOŁ TOMASZ		WOJSZYN	POLSKA	1984	M30-39	104	06:06	9.84	00:14:00	00:59:15	02:08:18	02:08:36	236	
285	1040	DOMAGAŁA PIOTR	WKZ KOZIENICE - BBL	RYCZYWÓŁ	POLSKA	1975	M40-49	81	06:07	9.81	00:13:59	00:59:41	02:08:45	02:09:02	237	
286	1132	WÓJCIK MAŁGORZATA	DSS Orleća	STĘŻYCA	POLSKA	1980	K30-39	23	06:07	9.8	00:13:36	01:01:32	02:08:56	02:09:08		49
287	1191	KUDŁO AGNIESZKA		LUBARTÓW	POLSKA	1974	K40-49	19	06:08	9.78	00:13:09	01:01:08	02:09:17	02:09:28		50
288	1209	DANIŁ MAREK		LUBARTÓW	POLSKA	1969	M50-59	26	06:09	9.75	00:13:24	01:01:19	02:09:35	02:09:46	238	
289	1180	BIENIAS KRZYSZTOF		GARBATKA	POLSKA	1991	Mdo29	20	06:10	9.74	00:13:59	00:59:22	02:09:38	02:09:58	239	
290	1321	STĘPIEŃ ANETA		DĘBLIN	POLSKA	1983	K30-39	24	06:12	9.68	00:15:18	01:04:31	02:10:23	02:10:44		51
291	1271	WALENCIK MAREK		PIONKI	POLSKA	1955	M60+	9	06:13	9.65	00:15:08	01:04:48	02:10:35	02:11:11	240	
292	1295	DĘBSKI KRZYSZTOF		KOŃSKOWOLA	POLSKA	1957	M60+	10	06:13	9.66	00:11:47	00:57:31	02:10:50	02:11:00	241	
293	1326	MRÓZ PAULINA	Lubelskie Stowarzyszenie Biegowe	LUBLIN	POLSKA	1990	Kdo29	6	06:14	9.63	00:14:22	01:03:54	02:11:02	02:11:25		52
294	1293	OSYPIUK MONIKA		LUBLIN	POLSKA	1981	K30-39	25	06:17	9.54	00:14:00	01:01:58	02:12:22	02:12:42		53
295	1092	SZULC ŁUKASZ	intrograf team	ŚWIDNIK	POLSKA	1995	Mdo29	21	06:18	9.53	00:13:59	00:59:10	02:12:29	02:12:53	242	
296	1166	STERNIK DANIEL	Największa Armia Świata	LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	105	06:19	9.51	00:14:36	01:04:10	02:12:38	02:13:08	243	
297	1038	KULIK MARIUSZ	4. Skrzydło Lotnictwa Szkolnego	ZOFIAN	POLSKA	1972	M40-49	82	06:20	9.47	00:13:59	00:59:00	02:13:18	02:13:44	244	
298	1025	LEONARCIK KAROLINA	Multimedia Runners Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1991	Kdo29	7	06:22	9.44	00:13:29	01:02:53	02:13:51	02:14:08		54
299	1069	WŁAZ TADEUSZ		LUBLIN	POLSKA	1949	M60+	11	06:22	9.41	00:13:58	01:01:56	02:14:11	02:14:29	245	
300	1299	STEC IWONA		LUBLIN	POLSKA	1985	K30-39	26	06:23	9.39	00:15:27	00:00:00	02:14:23	02:14:45		55
301	1003	BIELECKI MIRMIŁ	Mirmiłowo	GARBÓW	POLSKA	1975	M40-49	83	06:25	9.34	00:14:19	01:01:05	02:15:05	02:15:30	246	
302	1241	ZIEMECKI PIOTR	Run_helpersi	LUBLIN	POLSKA	1980	M30-39	106	06:27	9.3	00:13:58	00:59:08	02:15:45	02:16:04	247	
303	1158	CHOMA AGNIESZKA	Wolność Endorfinom	JANOWICA	POLSKA	1978	K40-49	20	06:28	9.29	00:14:30	01:03:50	02:15:49	02:16:12		56
304	1100	ZAREMBA KATARZYNA		LUBLIN	POLSKA	1989	K30-39	27	06:30	9.23	00:15:20	01:07:04	02:16:38	02:17:06		57
305	1336	KANIA MONIKA	Potrenujemy?	DĘBLIN	POLSKA	1986	K30-39	28	06:29	9.25	00:13:31	01:02:57	02:16:44	02:16:53		58
306	1165	SALA KAMIL ADAM	Potrenujemy?	DĘBLIN	POLSKA	1989	M30-39	107	06:29	9.25	00:11:43	01:09:26	02:16:45	02:16:54	248	
307	1278	JEDLEWSKI KRZYSZTOF		LUBLIN	POLSKA	1978	M40-49	84	06:30	9.23	00:14:00	01:01:09	02:16:45	02:17:12	249	
308	1032	RUTKOWSKA MILENA	Multimedia Runners Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1982	K30-39	29	06:34	9.13	00:14:49	01:06:38	02:18:13	02:18:38		59
309	1106	KŁOPOT STANISŁAWA	Multimedia Runners	PUŁAWY	POLSKA	1972	K40-49	21	06:34	9.13	00:14:49	01:06:38	02:18:13	02:18:39		60
310	1031	BARAN TOMASZ	Avangarda Puławy	PUŁAWY	POLSKA	1980	M30-39	108	06:34	9.13	00:14:49	01:06:39	02:18:15	02:18:40	250	
311	1017	KOZIEJ ŁUKASZ		LUBLIN	POLSKA	1981	M30-39	109	06:38	9.03	00:12:06	00:55:17	02:19:53	02:20:07	251	
312	1317	STASZAK ROBERT	Lubestkie Stowarzyszenie Biegowe	KOŁACZKOWO	POLSKA	1987	M30-39	110	06:40	9.01	00:14:21	01:04:35	02:20:01	02:20:28	252	
313	1341	PISKOREK KAZIMIERZ	Lubie biegac	KAZIMIERZ DOLNY	POLSKA	1961	M50-59	27	06:40	9.01	00:13:58	01:01:03	02:20:08	02:20:27	253	
314	1249	PRZYBYLSKI MARCIN	SĄSIEDZI TEAM :)	GRÓJEC	POLSKA	1976	M40-49	85	06:41	8.98	00:14:41	01:06:15	02:20:39	02:20:59	254	
315	1141	FIGURA DARIUSZ	Bełżyce biegają	BEŁŻYCE	POLSKA	1986	M30-39	111	06:41	8.96	00:14:02	01:06:05	02:20:50	02:21:13	255	
316	1305	KĘDRA RADOSŁAW	LW Bogdanka	ŁĘCZNA	POLSKA	1977	M40-49	86	06:42	8.95	00:14:52	01:06:01	02:20:57	02:21:23	256	
317	1148	KORDOWSKA-WOCH KATARZYNA		LUBLIN	POLSKA	1982	K30-39	30	06:50	8.77	00:15:27	00:00:00	02:24:01	02:24:23		61
318	1094	BOĆ RAFAŁ	intrograf team	TURKA	POLSKA	1979	M40-49	87	06:50	8.77	00:14:49	01:07:00	02:24:04	02:24:23	257	
319	1159	FOLTYN ANDRZEJ	Wolność Endorfinom	LUDWIN	POLSKA	1971	M40-49	88	06:52	8.75	00:15:19	01:09:02	02:24:21	02:24:45	258	
320	1244	CAŁKA MARCIN	Kereza	LUBLIN	POLSKA	1972	M40-49	89	06:55	8.67	00:15:43	01:07:30	02:25:30	02:25:57	259	

21km – Bieg Zielonych Sznurowadeł

Organizator: Fundacja BezMiar
Data: Puławy, 17.03.2019
Dystans 21,0975 km

M-sce	Nr Zaw.	Nazwisko imię	Klub	Miejscowość	Kraj	Rok ur.	Kat. Wiek.	M-sce w kat	Tempo min/km	Tempo km/h	2,5 km	10 km	Czas netto	Czas brutto	Miejsce M	Miejsce K
321	1275	SAMCIK MICHAŁ		PUŁAWY	POLSKA	1991	Mdo29	22	06:55	8.67	00:14:00	01:06:00	02:25:40	02:25:56	260	
322	1243	CAŁKA HUBERT	Kereza	LUBLIN	POLSKA	2000	Mdo29	23	06:55	8.67	00:00:00	01:07:29	02:25:58	02:25:58	261	
323	1289	GORECKA ALEKSANDRA	Biegusiem.pl	MARKUSZÓW	POLSKA	1996	Kdo29	8	06:56	8.66	00:11:43	00:53:00	02:26:05	02:26:11		62
324	1160	KRAWCZYK DAGMARA	Lubelska Grupa Triathlonu	LUBLIN	POLSKA	1978	K40-49	22	06:56	8.64	00:14:51	01:08:02	02:26:06	02:26:31		63
325	1170	MACHNIKOWSKI IRENEUSZ	GENTLEMEN	LUBARTÓW	POLSKA	1972	M40-49	90	06:59	8.6	00:15:58	00:00:00	02:27:00	02:27:15	262	
326	1349	ROJEK AGNIESZKA		ŁĘCZNA	POLSKA	1979	K40-49	23	06:59	8.59	00:14:55	01:08:38	02:27:04	02:27:26		64
327	1037	WRONA ANDRZEJ	TRIATHLON LUBLIN TEAM	LUBLIN	POLSKA	1959	M60+	12	07:00	8.57	00:16:31	01:12:16	02:27:12	02:27:42	263	
328	1269	GOLAS DARIUSZ	GOŁY BIEGA	DĄBROWICA	POLSKA	1973	M40-49	91	07:08	8.42	00:14:50	01:05:40	02:29:53	02:30:22	264	
329	1126	MIEDZIAK KAMIL	Nie Ma Letko	LUBLIN	POLSKA	1984	M30-39	112	07:13	8.31	00:15:36	01:08:08	02:31:49	02:32:17	265	