Polska Liga Nordic Walking

Wyniki OPEN 10 km NW Kostrzyn 2023-10-14

Msc open	Nr start	Nazwisko, imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	5km	Wynik	Tempo min/km	Kara min	ID
1.	240	Witucki Jacek	Poznań	K.S. Victoria Potęgowo	1971	M50	1	1.	00:30:58 (1)	**01:02:28**	06:14		851
2.	220	Rycąbel Bogdan	Licze	LKS ZANTYR SZTUM	1968	M50	2	2.	00:32:57 (4)	**01:06:07**	06:36		8357
3.	238	Mielecka Agnieszka	Gąsawa	Polipack Team GWE	1969	K50	1	1.	00:32:33 (2)	**01:06:18**	06:37		2464
4.	222	Ludwiczak Dariusz	Szczecin	Ekspedycja Nordic Team	1970	M50	3	3.	00:32:55 (3)	**01:06:58**	06:41	1xPGC	394
5.	227	Pietrakowski Marcin	Jenin	K.S. Victoria Potęgowo	1977	M40	1	4.	00:33:28 (5)	**01:08:36**	06:51	Warning	4206
6.	215	Filipowicz Barbara	Krzeszyce	K.S. Victoria Potęgowo	1979	K40	1	2.	00:34:17 (6)	**01:08:49**	06:52		8567
7.	248	Kromski Paweł	Kiekrz	Nordic Walking Kiekrz Poland	1967	M50	4	5.	00:35:08 (9)	**01:11:17**	07:07		273
8.	234	Maślanka Iwona	Śmigiel	Marsz Po Zdrowie	1971	K50	2	3.	00:34:42 (7)	**01:11:37**	07:09		261
9.	203	Runowski Jarosław	Drezdenko	Team Janina	1964	M50	5	6.	00:34:57 (8)	**01:11:44**	07:10		5642
10.	235	Tomczak Jarosław	Stęszew	STĘSZEW TEAM	1968	M50	6	7.	00:35:48 (12)	**01:12:29**	07:14		8087
11.	239	Stachowiak Tomasz	Konarzewo	STĘSZEW TEAM	1978	M40	2	8.	00:36:49 (19)	**01:12:29**	07:14	1xPGC	7167
12.	251	Lachnik Hubert	Arnsdorf	NORDIC SPORT 2021	1950	M70+	1	9.	00:36:19 (16)	**01:12:41**	07:16		9045
13.	210	Kwaśny Łukasz	Łódź	Triton Konin	1976	M40	3	10.	00:35:43 (11)	**01:12:44**	07:16		5795
14.	201	Czekajło Franciszek	Drezdenko		1951	M70+	2	11.	00:36:20 (17)	**01:12:47**	07:16		332
15.	244	Bojanowski Marcin	Oborniki	Nordic Walking Kiekrz Poland	1980	M40	4	12.	00:35:42 (10)	**01:13:03**	07:18	Warning	385
16.	225	Korzep Leszek	Czerwonak		1959	M60	1	13.	00:36:51 (20)	**01:13:06**	07:18	1xPGC	3217
17.	245	Szczęśniak Zbigniew	Częstochowa	Nordic Team Częstochowa	1962	M60	2	14.	00:36:30 (18)	**01:13:10**	07:19		5233
18.	232	Madaj Robert	Witobel	STĘSZEW TEAM	1970	M50	7	15.	00:36:09 (13)	**01:13:30**	07:21		8061
19.	221	Makuch Joanna	Trzcianka	Fabryka Nordica Trzcianka	1980	K40	2	4.	00:36:16 (15)	**01:13:48**	07:22		4000
20.	213	Krajnik Jacek	Bydgoszcz	Life Balance Place	1969	M50	8	16.	00:36:13 (14)	**01:13:55**	07:23		5127
21.	226	Miśkowicz Anna	Głogówek		1958	K60	1	5.	00:37:12 (21)	**01:15:14**	07:31		1740
22.	231	Barczykowska Agnieszka	Poznań	Marsz Po Zdrowie	1976	K40	3	6.	00:37:36 (23)	**01:15:50**	07:35		7877
23.	230	Czekalak Anna	Stare	AleGazele NW	1984	K16	1	7.	00:38:39 (30)	**01:16:31**	07:39	1xPGC	9699
24.	228	Domagalska Monika	Stęszew	STĘSZEW TEAM	1984	K16	2	8.	00:38:33 (27)	**01:16:41**	07:40	Warning	10570
25.	207	Wojciechowski Adam	Pleszew	Kijkomaniacy PPL	1977	M40	5	17.	00:37:20 (22)	**01:16:43**	07:40		2969

Msc open	Nr start	Nazwisko, imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	5km	Wynik	Tempo min/km	Kara min	ID
26.	216	Kucharczyk Katarzyna	Rzgów		1980	K40	4	9.	00:38:06 (26)	**01:17:10**	07:43		5187
27.	253	Samek Krzysztof	Kalisz	Kalisia Nordic Team	1976	M40	6	18.	00:37:58 (25)	**01:17:13**	07:43		6163
28.	252	Krzyżaniak Małgorzata	Lusówko	UKS GIMNAZJON Suchy Las	1955	K60	2	10.	00:38:33 (28)	**01:18:02**	07:48	2xWarning	6857
29.	204	Drewnowska Barbara	Trzcianka	Zasapani Hydro Trzcianka	1972	K50	3	11.	00:38:39 (29)	**01:18:08**	07:48	2xPGC	406
30.	214	Tomczak Dariusz	Konin	Triton Konin	1970	M50	9	19.	00:37:38 (24)	**01:18:47**	07:52	2xWarning	5916
31.	206	Wojciechowska Katarzyna	Pleszew	Kijkomaniacy PPL	1976	K40	5	12.	00:39:06 (32)	**01:18:52**	07:53		277
32.	237	Kabanina (Людмила Кабанина)	ODESSA	LET'S GO □□ ODESSA	1983	K40	6	13.	00:38:49 (31)	**01:19:03**	07:54	Warning	6231
33.	250	Ewertowska Ewa	Kiekrz	Nordic Walking Kiekrz Poland	1968	K50	4	14.	00:39:21 (33)	**01:20:06**	08:00		4007
34.	229	Pałubicka Małgorzata	Lubasz	Nordic Walking Lubasz	1961	K60	3	15.	00:40:14 (35)	**01:21:11**	08:07	Warning	4768
35.	243	Zawadziński Robert	Bielawy	Triton Konin	1971	M50	10	20.	00:40:40 (36)	**01:22:34**	08:15		5246
36.	247	Gajdzis Wojciech	Gdańsk		1980	M40	7	21.	00:40:55 (39)	**01:22:44**	08:16	3xWarning	5143
37.	223	Niesporek Ewa	Toruń		1958	K60	4	16.	00:40:44 (37)	**01:23:21**	08:20		7386
38.	212	Kruszka Arleta	Poznań	Marsz Po Zdrowie	1964	K50	5	17.	00:42:03 (41)	**01:23:43**	08:22		297
39.	254	Połczyński Janusz	Puszczykowo		1958	M60	3	22.	00:41:08 (40)	**01:23:51**	08:23	2xWarning	
40.	219	Jarych Jarosław	Poznań	ESJA TEAM	1972	M50	11	23.	00:40:49 (38)	**01:24:38**	08:27	Warning	5694
41.	242	Wala Jan	Goraj	Nordic Walking Lubasz	1958	M60	4	24.	00:42:51 (45)	**01:25:17**	08:31	Warning	1376
42.	202	Runowska Dorota	Drezdenko	Team Janina	1963	K60	5	18.	00:42:13 (42)	**01:25:38**	08:33	3xWarning	5641
43.	224	Tylak Lidia	Żychlin	Klub Biegacza Wartko	1972	K50	6	19.	00:43:06 (46)	**01:25:55**	08:35	Green Card	8400
44.	205	Szulc Jarosław	Bydgoszcz	Marsz Po Zdrowie	1960	M60	5	25.	00:40:02 (34)	**01:26:41**	08:40		213
45.	246	Kissel Jolanta	Trzcianka	Fabryka Nordica Trzcianka	1959	K60	6	20.	00:42:45 (44)	**01:28:04**	08:48		2994
46.	249	Sikora Lidia	Kiekrz	Nordic Walking Kiekrz Poland	1971	K50	7	21.	00:42:24 (43)	**01:28:19**	08:49	Warning	10784
47.	218	Cholewka Jolanta	Kostrzyn	Marsz Po Zdrowie	1956	K60	7	22.	00:43:20 (47)	**01:29:27**	08:56		209
48.	241	Szymańska Agnieszka	Poznań		1976	K40	7	23.	00:49:06 (48)	**01:41:29**	10:08		10718
49.	255	Jackowska Kasia	Poznań		1977	K40	8	24.	00:49:07 (49)	**01:41:29**	10:08		10808

Msc open	Nr start	Nazwisko, imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	5km	Wynik	Tempo min/km	Kara min	ID

Liczba zawodników: 49

KARY LEGENDA:
Yellow Card = 60 sekund kary
3x Warning = Yellow Card = 60 sekund kary