



KOBIETY NA 5+ :: BIEG

B4SPORT

Wydarzenie: "Kobiety na 5+" Jastrzębski Bieg Kobiet 2021
Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Jastrzębie-Zdrój
Data: 2021-09-19
Miejsce: Jastrzębie-Zdrój
Dystans: 5 km

B4SPORT
INTELEGNTE ZAWODY SPORTOWE

Klasyfikacja: 40-49

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
1	GRIMAN Joanna	16	MOJŻYSZ TEAM/ ERIGO	40-49	1	MOJŻYSZ TEAM/ ERIGO	00:09:16	00:18:19.55		3:39	16.4
2	ADAMCZYK-NOWAK Beata	2	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	2	Miechowicka Grupa Biegowa	00:10:11	00:20:05.35	+00:01:45	4:01	14.9
3	TANISTRA - SŁOWIK Katarzyna	26	HURAGAN LIGOTA	40-49	3		00:10:20	00:20:26.70	+00:02:07	4:05	14.7
4	SKALSKA Anna	11	CARBON OCR RACING TEAM FESTIWAL BIEGOWY KRYNICA ZDRÓJ	40-49	4		00:10:12	00:20:28.75	+00:02:09	4:05	14.7
5	STRZELCZYK Ewa	832	HURAGAN LIGOTA	40-49	5		00:10:22	00:20:49.70	+00:02:30	4:09	14.4
6	WODZIŃSKA Danuta	48		40-49	6		00:10:33	00:21:00.10	+00:02:40	4:12	14.3
7	PARZYCH Katarzyna	14	RYBNICKA GRUPA BIEGOWA PĘDZIMY RAZEM	40-49	7	RYBNICKA GRUPA BIEGOWA PĘDZIMY RAZEM	00:10:39	00:21:12.10	+00:02:52	4:14	14.2
8	POŁOMSKA Edyta	128	POŁOMSCY TEAM	40-49	8			00:21:24.00	+00:03:04	4:16	14
9	ANDROSZ Beata	37	BBL RUDA ŚLĄSKA	40-49	9	BBL Ruda Śląska	00:10:33	00:21:25.15	+00:03:05	4:17	14
10	BINIENDA Agnieszka	85	KOBIETY WATAHY	40-49	10		00:11:03	00:21:55.55	+00:03:36	4:23	13.7
11	GRUSZKA Ewa	117	STS BIEGATON MIKOŁÓW	40-49	11	STS Biegaton Mikołów	00:11:02	00:22:05.35	+00:03:45	4:25	13.6
12	KOPIEC Izabela	49		40-49	12		00:11:10	00:22:19.75	+00:04:00	4:27	13.4
13	ŻBEL Ania	397	HRMAX ŻORY	40-49	13	HRmax Dziąszki	00:11:04	00:22:30.45	+00:04:10	4:30	13.3
14	WOWRY Sylwia	58	OLZA CIESZYN	40-49	14	Olza Cieszyn	00:11:19	00:22:36.20	+00:04:16	4:31	13.3
15	CZYŻ Leonarda	34	OLZA CIESZYN	40-49	15	Olza Cieszyn	00:11:19	00:22:37.05	+00:04:17	4:31	13.3
16	WYSOCKA Agnieszka	55	KOLOROWA DRUŻYNA NESSI	40-49	16	Kolorowa Drużyna Nessi	00:11:09	00:22:40.45	+00:04:20	4:32	13.2
17	NOWAK Beata	35	OLZA CIESZYN	40-49	17	Olza Cieszyn	00:11:23	00:22:55.70	+00:04:36	4:35	13.1
18	DOBRENKO Edyta	61		40-49	18		00:11:51	00:22:59.70	+00:04:40	4:35	13.1
19	PIOTROWSKA Anna	42	HURAGAN LIGOTA	40-49	19		00:11:47	00:23:15.35	+00:04:55	4:39	12.9
20	NIESŁAŃCZYK Małgorzata	84	WATAHA	40-49	20	Wataha	00:11:32	00:23:18.70	+00:04:59	4:39	12.9
21	PASŁAWSKA Katarzyna	92	KOBIETY NA 5 +	40-49	21	Kobiety na 5+	00:11:21	00:23:25.50	+00:05:05	4:41	12.8
22	FOJCIK-PUSTELNIK Karolina	17		40-49	22		00:12:06	00:23:25.65	+00:05:06	4:41	12.8
23	SOŁTYSEK Barbara	45	JUSTFEELFIT	40-49	23	JustFeelFit TEAM	00:11:48	00:23:31.00	+00:05:11	4:42	12.8

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
24	GREENE Agnieszka	122		40-49	24		00:12:06	00:23:32.15	+00:05:12	4:42	12.7
25	HANDZLIK-STARZYK Anna	89		40-49	25		00:12:02	00:23:33.25	+00:05:13	4:42	12.7
26	RAFA Asia	76		40-49	26		00:11:55	00:23:37.35	+00:05:17	4:43	12.7
27	KUCZEK Katarzyna	90	SIEMIANOWCE I PRZYJACIELE BIEGAJĄ	40-49	27		00:11:49	00:23:42.75	+00:05:23	4:44	12.7
28	HELIOZ Agnieszka	454	INTERAKTYWNI KROSTOSZOWCE	40-49	28		00:11:59	00:23:45.65	+00:05:26	4:45	12.6
29	PIWISZKIS Barbara	38	KOBIETY NA 5 +	40-49	29	Kobiety na 5+	00:11:33	00:23:47.95	+00:05:28	4:45	12.6
30	KANDORA Joanna	44	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	30	Miechowicka Grupa Biegowa	00:12:10	00:23:55.25	+00:05:35	4:47	12.5
31	SICH- SOSNA Agnieszka	107	INTER AKTYWNI	40-49	31	InterAktywni	00:12:09	00:23:59.45	+00:05:39	4:47	12.5
32	WĘGOREK Monika	779	BTM RUNNERS	40-49	32	BTM RUNNERS	00:12:16	00:24:06.55	+00:05:47	4:49	12.4
33	MENŻYK Joanna	39	MORS HUBERTUS MYŚŁOWICE	40-49	33	Mors Hubertus Myśłowice	00:12:10	00:24:07.55	+00:05:48	4:49	12.4
34	BALIŃSKA-SANOCKA Aneta	81	DRUŻYNA JASNEJ	40-49	34		00:12:31	00:24:16.25	+00:05:56	4:51	12.4
35	BUDREWICZ Elżbieta	549	DYCUŚ TEAM	40-49	35	Dyczuś Team	00:12:07	00:24:17.95	+00:05:58	4:51	12.4
36	PAWŁOWSKA Beata	312	RADLINIOKI W BIEGU	40-49	36		00:12:25	00:24:18.65	+00:05:59	4:51	12.3
37	KASPERCZYK Aleksandra	144	WARTKIE PIERONY	40-49	37	Wartkie Pierony	00:12:28	00:24:21.55	+00:06:02	4:52	12.3
38	LORENZ Agnieszka	118		40-49	38		00:12:05	00:24:22.05	+00:06:02	4:52	12.3
39	MANISZEWSKA Dorota	123	OLZA CIESZYN	40-49	39		00:12:12	00:24:35.75	+00:06:16	4:55	12.2
40	SLISZ Maria	521	DECATHLON PRZYJACIELE	40-49	40	Decathlon & Przyjaciele	00:12:27	00:24:48.90	+00:06:29	4:57	12.1
41	GĘBOŁYŚ Beata	289	CHWALISZ CZY NIE CHWALISZ, LOTEJ Z NAMI	40-49	41		00:12:24	00:24:55.20	+00:06:35	4:59	12
42	PERKOWSKA Daria	533		40-49	42		00:12:19	00:25:00.85	+00:06:41	5:00	12
43	GORZELAK Joanna	114	KOBIETY NA 5+	40-49	43	Kobiety na 5+	00:12:34	00:25:05.05	+00:06:45	5:01	12
44	NYKIEL Małgorzata	135	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	44	Miechowicka Grupa Biegowa	00:12:36	00:25:16.50	+00:06:56	5:03	11.9
45	STACHAŃCZYK Dorota	325		40-49	45		00:12:54	00:25:23.40	+00:07:03	5:04	11.8
46	BROCKA Anita	68		40-49	46		00:12:48	00:25:34.30	+00:07:14	5:06	11.7
47	SZTABLA Liliana	165	KLUB BIEGACZA FARTLEK	40-49	47	Klub biegacza Fartlek	00:12:57	00:25:49.45	+00:07:29	5:09	11.6
48	DĄBROWSKA Emilia	366	KLUB BIEGACZA FARTLEK	40-49	48	Klub biegacza Fartlek	00:12:59	00:25:49.55	+00:07:30	5:09	11.6
49	GORZKOWSKA Zuzanna	286	BTM RUNNERS	40-49	49	BTM RUNNERS	00:12:56	00:25:58.20	+00:07:38	5:11	11.6
50	ŁUSZCZ Magdalena	182	BTM RUNNERS	40-49	50	BTM RUNNERS	00:12:56	00:25:58.30	+00:07:38	5:11	11.6
51	GATNER Agnieszka	97		40-49	51		00:13:10	00:25:58.65	+00:07:39	5:11	11.6
52	SZEWERDA Hanna	765	BTM RUNNERS	40-49	52	BTM RUNNERS	00:13:12	00:26:06.60	+00:07:47	5:13	11.5
53	KONKOL-PEPŁOWSKA Martyna	18		40-49	53		00:12:39	00:26:08.70	+00:07:49	5:13	11.5
54	KANIA Monika	19		40-49	54		00:12:56	00:26:08.75	+00:07:49	5:13	11.5
55	GARUS Magdalena	146		40-49	55		00:12:54	00:26:13.30	+00:07:53	5:14	11.4
56	PIWOŃSKA Adriana	287		40-49	56		00:13:07	00:26:19.10	+00:07:59	5:15	11.4
57	DYCZEK Klaudia	218	DYCUŚ TEAM	40-49	57	Dyczuś Team	00:13:22	00:26:28.80	+00:08:09	5:17	11.3
58	SOLICH Ola	764	SULIS HOKO TEAM	40-49	58		00:13:03	00:26:34.15	+00:08:14	5:18	11.3
59	STOPYRA Agnieszka	167		40-49	59		00:11:46	00:26:37.40	+00:08:17	5:19	11.3
60	POCIENNIK Justyna	313	BRYKAJĄCA GRUPA BIEGOWA	40-49	60		00:13:00	00:26:39.70	+00:08:20	5:19	11.3

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
61	SZYMURA Izabela	425		40-49	61	Decathlon & Przyjaciele	00:13:17	00:26:40.30	+00:08:20	5:20	11.3
62	KIEŁKOWSKA Agnieszka	201	KOBIETY NA 5+	40-49	62	Kobiety na 5+	00:13:40	00:26:50.55	+00:08:31	5:22	11.2
63	FRAJHOFER Ewa	231	BANK SPÓŁDZIELCZY W JASTRZĘBIU-ZDROJU	40-49	63	Bank Spółdzielczy w Jastrzębiu-Zdroju	00:13:27	00:26:51.05	+00:08:31	5:22	11.2
64	STABLA Agata	75		40-49	64		00:13:22	00:26:52.30	+00:08:32	5:22	11.2
65	PISKORZ Aleksandra	211	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	65	Miechowicka Grupa Biegowa	00:13:38	00:27:03.70	+00:08:44	5:24	11.1
66	MORAWIEC Barbara	162		40-49	66		00:13:35	00:27:05.55	+00:08:46	5:25	11.1
67	BRZUSKA Katarzyna	176	OLZA CIESZYN	40-49	67	Olza Cieszyn	00:13:29	00:27:06.35	+00:08:46	5:25	11.1
68	RAWICZ-GROTOWSKA Jowita	334		40-49	68		00:13:38	00:27:06.60	+00:08:47	5:25	11.1
69	NIEZGODA Lucyna	481		40-49	69		00:13:35	00:27:14.65	+00:08:55	5:26	11
70	KAŁUS Ewa	424	HRMAX ŻORY	40-49	70	HRmax Dziółszki	00:13:47	00:27:17.50	+00:08:57	5:27	11
71	BAJCAR Beata	191	KOBIETY NA5+	40-49	71	Kobiety na 5+	00:13:54	00:27:21.30	+00:09:01	5:28	11
72	ZIELOSKO Beata	596		40-49	72		00:13:41	00:27:25.70	+00:09:06	5:29	10.9
73	ROZMUS Ewa	612	POWOLI DO CELU	40-49	73	PoWoli do Celu	00:13:32	00:27:33.75	+00:09:14	5:30	10.9
74	FECZKO Lucyna	121		40-49	74		00:13:32	00:27:34.70	+00:09:15	5:30	10.9
75	KRUPOWICZ Aneta	925	CIDRY LOTAJOM	40-49	75	Cidry Lotajom	00:14:05	00:27:35.90	+00:09:16	5:31	10.9
76	STOCHLA Małgorzata	71	ZATYRANI	40-49	76		00:13:53	00:27:37.65	+00:09:18	5:31	10.9
77	MARCINKOWSKA Magdalena	568	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	77	Miechowicka Grupa Biegowa	00:13:48	00:27:40.55	+00:09:21	5:32	10.8
78	SAGAN Izabela	228	BANK SPÓŁDZIELCZY W JASTRZĘBIU-ZDROJU	40-49	78	Bank Spółdzielczy w Jastrzębiu-Zdroju	00:13:50	00:27:44.55	+00:09:25	5:32	10.8
79	PLUTA Angelika	70	AKTYWNI RYDUŁTOWY	40-49	79	Aktywni Rydułtowy	00:13:50	00:27:45.35	+00:09:25	5:33	10.8
80	MAKOSZ Barbara	158	RUNTEAM PAWŁOWICE	40-49	80	RUNTEAM Pawłowice	00:13:59	00:27:47.10	+00:09:27	5:33	10.8
81	BASEK Marta	415	HRMAX ŻORY	40-49	81	HRmax Dziółszki	00:13:46	00:27:47.95	+00:09:28	5:33	10.8
82	JAKUBOWSKA Agnieszka	261	HRMAX ŻORY	40-49	82	HRmax Dziółszki	00:13:48	00:27:48.35	+00:09:28	5:33	10.8
83	WIDERA Elżbieta	104	HRMAX ŻORY	40-49	83	HRmax Dziółszki	00:13:47	00:27:48.90	+00:09:29	5:33	10.8
84	SZCZUKA Joanna	525	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	84	Miechowicka Grupa Biegowa	00:13:51	00:27:50.80	+00:09:31	5:34	10.8
85	SKRZYPEK Marta	870	JUSTFEELFIT TEAM	40-49	85	JustFeelFit TEAM	00:13:47	00:27:55.10	+00:09:35	5:35	10.7
86	KLIMEK-KARAS Sylwia	288		40-49	86		00:13:52	00:27:57.45	+00:09:37	5:35	10.7
87	GRZONDZIEL Katarzyna	210	HURAGAN LIGOTA	40-49	87		00:14:10	00:27:57.80	+00:09:38	5:35	10.7
88	KOŃCZAK-ŁABAS Magdalena	601	HURAGAN LIGOTA	40-49	88		00:14:09	00:27:57.95	+00:09:38	5:35	10.7
89	PANEK Ela	151	MARGO TEAM	40-49	89		00:13:52	00:27:58.35	+00:09:38	5:35	10.7
90	MORGAŁA Daria	486		40-49	90		00:13:55	00:27:59.55	+00:09:40	5:35	10.7
91	ROZMUS-PROCNER Patrycja	250	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	40-49	91	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	00:13:38	00:28:02.30	+00:09:42	5:36	10.7
92	PROCNER Dorota	224	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	40-49	92		00:13:38	00:28:02.65	+00:09:43	5:36	10.7
93	KAŁUS Joanna	320		40-49	93		00:13:50	00:28:05.85	+00:09:46	5:37	10.7
94	KRZYK Małgorzata	864		40-49	94		00:14:15	00:28:06.65	+00:09:47	5:37	10.7

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							2.5km	netto 5km	Różn		
95	SIKORA Agnieszka	359		40-49	95		00:14:12	00:28:12.75	+00:09:53	5:38	10.6
96	WAWRZYCZEK Kasia	437		40-49	96		00:13:52	00:28:15.80	+00:09:56	5:39	10.6
97	BALCAREK Magdalena	721		40-49	97		00:14:01	00:28:16.95	+00:09:57	5:39	10.6
98	MARCINIAK Beata	906	WATAHA	40-49	98		00:14:54	00:28:18.35	+00:09:58	5:39	10.6
99	BURZYŃSKA Beata	500		40-49	99		00:14:19	00:28:21.80	+00:10:02	5:40	10.6
100	KUREK-STEFUNYN Beata	495		40-49	100		00:14:19	00:28:22.60	+00:10:03	5:40	10.6
101	STRUZIK Mariola	494		40-49	101		00:14:20	00:28:23.10	+00:10:03	5:40	10.6
102	KUFIETA Ewelina	86		40-49	102		00:14:01	00:28:27.55	+00:10:08	5:41	10.5
103	ADAMCZAK Renata	279	YNO ULTRA	40-49	103	Yno Ultra	00:14:10	00:28:29.10	+00:10:09	5:41	10.5
104	KUCIEJ Justyna	878		40-49	104		00:13:53	00:28:29.80	+00:10:10	5:41	10.5
105	PRÓSZYŃSKA Agnieszka	207		40-49	105		00:13:50	00:28:30.20	+00:10:10	5:42	10.5
106	MIELKE Dagmara	189		40-49	106		00:13:49	00:28:31.20	+00:10:11	5:42	10.5
107	BOMBOR Antonina	553		40-49	107		00:14:19	00:28:31.45	+00:10:11	5:42	10.5
108	KUNICKA Alicja	856	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	40-49	108	Bielszczanki Biegają	00:14:30	00:28:32.20	+00:10:12	5:42	10.5
109	PUDA Dorota	174	KOBIETY NA 5+	40-49	109	Kobiety na 5+	00:14:24	00:28:32.55	+00:10:13	5:42	10.5
110	PŁASKA Barbara	310	KOBIETY NA 5+	40-49	110	Kobiety na 5+	00:14:24	00:28:33.35	+00:10:13	5:42	10.5
111	DOBRENIUK Aurelia	411		40-49	111		00:13:54	00:28:34.70	+00:10:15	5:42	10.5
112	MAĆKÓW Agnieszka	188		40-49	112		00:13:49	00:28:36.55	+00:10:17	5:43	10.5
113	PEPEK Aneta	204		40-49	113	Cioteczki	00:14:54	00:28:49.75	+00:10:30	5:45	10.4
114	PASZEK Hania	392	HRMAX ŻORY	40-49	114	HRmax Dziółszki	00:14:21	00:28:56.75	+00:10:37	5:47	10.4
115	ŁEPEK Bożena	828		40-49	115		00:14:20	00:28:57.80	+00:10:38	5:47	10.4
116	ZIĘTARA Agata	319		40-49	116		00:14:32	00:29:01.25	+00:10:41	5:48	10.3
117	DZIEWIRZ Aurelia	400	RUNTEAM PAWŁOWICE	40-49	117		00:14:37	00:29:01.50	+00:10:41	5:48	10.3
118	GRABOWSKA Katarzyna	617		40-49	118		00:14:41	00:29:02.15	+00:10:42	5:48	10.3
119	MAROSZEK Aleksandra	208		40-49	119		00:14:05	00:29:09.25	+00:10:49	5:49	10.3
120	SOCHA Marlena	256	WARTKIE PIERONY	40-49	120	Wartkie Pierony	00:14:36	00:29:11.55	+00:10:52	5:50	10.3
121	SZEFER Sylwia	227		40-49	121		00:14:17	00:29:12.20	+00:10:52	5:50	10.3
122	JASEK Wiola	782	KOBIETY WATAHY	40-49	122		00:14:20	00:29:14.75	+00:10:55	5:50	10.3
123	METLAK Joanna	219		40-49	123		00:14:35	00:29:15.05	+00:10:55	5:51	10.3
124	GIEROŃ Katarzyna	442	DYSTANS LUBOMIA	40-49	124		00:14:42	00:29:16.00	+00:10:56	5:51	10.3
125	GENSTY Klaudia	212	DYSTANS LUBOMIA	40-49	125		00:14:42	00:29:16.10	+00:10:56	5:51	10.3
126	DAJKA Barbara	569	FRELKI LOTAJOM	40-49	126	Frelki lotajom	00:13:00	00:29:17.45	+00:10:57	5:51	10.2
127	MIŚKOWIEC Agnieszka	367		40-49	127		00:14:13	00:29:28.00	+00:11:08	5:53	10.2
128	MAJCHRZAK Agnieszka	214	NESSITEAM	40-49	128		00:15:03	00:29:28.55	+00:11:09	5:53	10.2
129	BUKOWSKA Joanna	466	KOLOROWA DRUŻYNA NESSI	40-49	129	Kolorowa Drużyna Nessi	00:15:03	00:29:28.95	+00:11:09	5:53	10.2
130	KACZORRK Anna	102	HRMAX	40-49	130	HRmax Dziółszki	00:14:21	00:29:36.00	+00:11:16	5:55	10.1
131	KĄŁUŻA Ilona	563		40-49	131		00:15:11	00:29:36.25	+00:11:16	5:55	10.1
132	BĄK-ŚCIERSKA Beata	394		40-49	132		00:14:19	00:29:39.00	+00:11:19	5:55	10.1
132	TRYBAŁA Monika	899	WATAHA	40-49	132		00:15:42	00:29:39.00	+00:11:19	5:55	10.1
134	KRZEMPEK Bogusława	220	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	40-49	134	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	00:14:51	00:29:46.45	+00:11:26	5:57	10.1

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
135	MATUĆ Aleksandra	258	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	135	Miechowicka Grupa Biegowa	00:14:54	00:29:47.05	+00:11:27	5:57	10.1
136	PIETROSZEK Władysława	688		40-49	136		00:15:07	00:29:58.50	+00:11:38	5:59	10
137	REYMANN Milena	564		40-49	137	Bank Spółdzielczy w Jastrzębiu-Zdroju	00:14:35	00:29:59.35	+00:11:39	5:59	10
138	SZYPUŁA Ewa	246		40-49	138		00:14:35	00:30:00.50	+00:11:40	6:00	10
139	SMOZIK Mariola	667	OPEL FIJAŁKOWSKI	40-49	139	Opel Fijałkowski	00:15:17	00:30:05.10	+00:11:45	6:01	10
140	DOBOSZ Ilona	173		40-49	140		00:14:51	00:30:09.20	+00:11:49	6:01	10
141	KOŁODZIEJ Ilona	862		40-49	141		00:14:25	00:30:19.10	+00:11:59	6:03	9.9
142	KRÓL Magdalena	233	KINGTEAM	40-49	142		00:15:04	00:30:20.80	+00:12:01	6:04	9.9
143	KLYSZCZ Honorata	422	INTERAKTYWNI	40-49	143	InterAktywni	00:13:55	00:30:25.50	+00:12:05	6:05	9.9
144	CICHOŃ Iwona	241	HURAGAN LIGOTA	40-49	144		00:15:01	00:30:26.30	+00:12:06	6:05	9.9
145	BAŁA Justyna	923	KOBIETY NA 5+	40-49	145	Kobiety na 5+	00:15:05	00:30:27.50	+00:12:07	6:05	9.9
146	DUSZA Jolanta	769	DEKATHLON & PRZYJACIELE RYBNIK	40-49	146	Decathlon & Przyjaciele	00:15:21	00:30:28.60	+00:12:09	6:05	9.8
147	WEGRZYN Ewa	696	KNEIPP TEAM	40-49	147		00:14:55	00:30:30.25	+00:12:10	6:06	9.8
148	KOLAT Jadwiga	514		40-49	148		00:15:07	00:30:35.00	+00:12:15	6:07	9.8
149	ADAMUS Anna	282	WARTKIE PIERONY	40-49	149	Wartkie Pierony	00:15:24	00:30:43.15	+00:12:23	6:08	9.8
150	BUGLA Weronika	716	DYSTANS LUBOMIA	40-49	150	Dystans Lubomia	00:15:20	00:30:44.20	+00:12:24	6:08	9.8
151	WELET Marzena	595		40-49	151	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	00:15:18	00:30:45.65	+00:12:26	6:09	9.8
152	COFALIK Gabriela	290	DECATHLON & PRZYJACIELE	40-49	152	Decathlon & Przyjaciele	00:15:27	00:30:46.05	+00:12:26	6:09	9.8
153	JANECKA Ela	748		40-49	153		00:15:37	00:30:52.40	+00:12:32	6:10	9.7
154	ŁAPA Aleksandra	197	4A	40-49	154		00:15:10	00:30:53.85	+00:12:34	6:10	9.7
155	PETRYKOWSKA Elżbieta	335		40-49	155		00:15:05	00:30:56.85	+00:12:37	6:11	9.7
156	MOZLER Magdalena	751		40-49	156		00:15:15	00:30:56.90	+00:12:37	6:11	9.7
157	RADZIEWICZ Renata	410		40-49	157		00:15:21	00:30:57.05	+00:12:37	6:11	9.7
158	BOŻEK Dagmara	396		40-49	158		00:15:26	00:31:15.55	+00:12:56	6:15	9.6
159	WINIARSKA Monika	9		40-49	159		00:14:27	00:31:18.50	+00:12:58	6:15	9.6
160	DYNIA Magdalena	470		40-49	160		00:15:38	00:31:25.40	+00:13:05	6:17	9.5
161	MYŚLIWIEC Monika	262	KOBIETY NA 5+	40-49	161	Kobiety na 5+	00:15:48	00:31:58.00	+00:13:38	6:23	9.4
162	BETAŃSKA Aneta	326	KOBIETY NA 5+	40-49	162	Kobiety na 5+	00:15:48	00:31:58.40	+00:13:38	6:23	9.4
163	KĄKOL WOJTAS Katarzyna	524	POWOLI DO CELU .	40-49	163	PoWoli do Celu	00:17:23	00:32:01.50	+00:13:41	6:24	9.4
164	ŻYWICA Dorota	504	HURAGAN LIGOTA	40-49	164	Huragan Ligota	00:15:41	00:32:03.20	+00:13:43	6:24	9.4
165	MILEWSKA Izabela	808		40-49	165		00:15:52	00:32:05.00	+00:13:45	6:25	9.4
166	KĘPKA Joanna	589		40-49	166		00:15:24	00:32:05.90	+00:13:46	6:25	9.4
167	KORCZEWSKA Beata	834	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	167	Miechowicka Grupa Biegowa	00:16:06	00:32:08.40	+00:13:48	6:25	9.3
168	NAWROCKA Agnieszka	577		40-49	168		00:15:40	00:32:08.85	+00:13:49	6:25	9.3
169	SZATANIK Alina	656		40-49	169		00:16:28	00:32:11.40	+00:13:51	6:26	9.3
170	ZACZYŃSKA-POZNIAK Jarosława	180		40-49	170		00:16:24	00:32:12.40	+00:13:52	6:26	9.3
171	PAWLIK Małgorzata	4		40-49	171		00:16:08	00:32:28.75	+00:14:09	6:29	9.2
172	SZEWCZUK Agnieszka	626		40-49	172	Byle do mety	00:15:54	00:32:31.35	+00:14:11	6:30	9.2

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka	Czas		Tempo min/km	Tempo km/h
							2.5km	netto 5km	Różn		
173	RUMIŃSKA Barbara	815	BIE RUN	40-49	173		00:16:02	00:32:31.70	+00:14:12	6:30	9.2
174	JANIK Izabela	801		40-49	174		00:15:49	00:32:33.00	+00:14:13	6:30	9.2
175	PODESZWA Barbara	866		40-49	175	Wymyślanka	00:15:59	00:32:46.90	+00:14:27	6:33	9.2
176	JORDAN Monika	412		40-49	176		00:15:46	00:32:49.50	+00:14:29	6:33	9.1
177	JABŁOŃSKA Sabina	5023		40-49	177		00:16:47	00:32:52.15	+00:14:32	6:34	9.1
178	LISOWSKA Dominika	631		40-49	178		00:16:28	00:32:59.50	+00:14:39	6:35	9.1
179	MARYJOSZ Katarzyna	293		40-49	179		00:16:53	00:33:00.50	+00:14:40	6:36	9.1
180	MARSZALIK Anna	354		40-49	180		00:16:24	00:33:03.90	+00:14:44	6:36	9.1
181	BIERNAT Agnieszka	571		40-49	181		00:16:26	00:33:15.65	+00:14:56	6:39	9
182	BARTNIK Joanna	479	STREET SPIRIT	40-49	182		00:16:35	00:33:28.10	+00:15:08	6:41	9
183	SUSLIK Magdalena	746		40-49	183		00:16:36	00:33:28.45	+00:15:08	6:41	9
184	WYLOTEK Barbara	489		40-49	184		00:16:31	00:33:40.95	+00:15:21	6:44	8.9
185	SERAFIN-CHWAŁEK Joanna	515		40-49	185		00:16:28	00:33:42.00	+00:15:22	6:44	8.9
186	KAPŁON Agnieszka	528		40-49	186		00:17:13	00:33:46.30	+00:15:26	6:45	8.9
187	SZCZUCHNIAK Adriana	360		40-49	187		00:16:39	00:33:46.70	+00:15:27	6:45	8.9
188	ROSKOSZ Magdalena	740		40-49	188		00:17:02	00:33:47.80	+00:15:28	6:45	8.9
189	ROMBERG Agnieszka	480	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	189	Miechowicka Grupa Biegowa	00:16:45	00:33:51.40	+00:15:31	6:46	8.9
190	ŚLEBODA Bożena	5022	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	190	Miechowicka Grupa Biegowa	00:16:54	00:33:54.00	+00:15:34	6:46	8.8
191	SAWICKA Marta	260	KOBIETY NA 5+	40-49	191	Kobiety na 5+	00:17:02	00:33:59.25	+00:15:39	6:47	8.8
192	BRZANA Anna	857		40-49	192	Wymyślanka	00:16:48	00:34:12.25	+00:15:52	6:50	8.8
193	GRZELAK Patrycja	670	KOLOROWA DRUŻYNA NESSI	40-49	193	Kolorowa Drużyna Nessi	00:17:08	00:34:18.00	+00:15:58	6:51	8.7
194	PRZYBYCIN Bożena	519	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	194	Miechowicka Grupa Biegowa	00:17:05	00:34:21.20	+00:16:01	6:52	8.7
195	KANIA Grażyna	910	DEKATHLON&PRZYJACIELE	40-49	195	Decathlon & Przyjaciele	00:17:14	00:34:54.90	+00:16:35	6:58	8.6
196	BAJOR Aneta	493		40-49	196		00:17:11	00:34:57.00	+00:16:37	6:59	8.6
197	ŚLIWA Kornelia	638	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	197	Miechowicka Grupa Biegowa	00:17:24	00:34:58.45	+00:16:38	6:59	8.6
198	MARUSZCZAK Justyna	822	MIECHOWCKA GRUPA BIEGOWA	40-49	198	Miechowicka Grupa Biegowa	00:17:15	00:35:02.40	+00:16:42	7:00	8.6
199	TATARCZYK Justyna	307		40-49	199		00:17:14	00:35:04.50	+00:16:44	7:00	8.6
200	NIEDŹWIEDŹ Maja	853		40-49	200		00:16:35	00:35:24.45	+00:17:04	7:04	8.5
201	KUBIS Barbara	603		40-49	201		00:17:45	00:35:40.45	+00:17:20	7:08	8.4
202	ZALEWSKA Barbara	557	KOBIETY NA 5+	40-49	202	Kobiety na 5+	00:17:32	00:35:44.55	+00:17:25	7:08	8.4
203	BIAŁAS Joanna	463	SPOT PSZCZYNA	40-49	203		00:17:46	00:35:50.95	+00:17:31	7:10	8.4
204	GÓRAL Alina	542		40-49	204		00:17:34	00:36:01.45	+00:17:41	7:12	8.3
205	JANCZURA Marzena	850		40-49	205	Wawrzinek Team	00:18:17	00:36:25.90	+00:18:06	7:17	8.2
206	STAŚKIEWICZ Monika	663		40-49	206		00:18:06	00:36:36.45	+00:18:16	7:19	8.2
207	POŁOK-MIGAS Justyna	840		40-49	207		00:17:40	00:36:37.80	+00:18:18	7:19	8.2
208	GAŁUSZKA Magdalena	450	FORTUNA TEAM	40-49	208		00:18:19	00:37:03.65	+00:18:44	7:24	8.1
209	STEFANIAK Justyna	510	POGORIA BIEGA	40-49	209		00:18:10	00:37:16.25	+00:18:56	7:27	8.1
210	SZATANIK Iwona	582		40-49	210		00:18:08	00:37:17.80	+00:18:58	7:27	8
211	ŻEBROWSKA Matylda	683	MORS HUBERTUS MYSŁOWICE	40-49	211	Mors Hubertus Mysłowice	00:18:12	00:37:42.00	+00:19:22	7:32	8

Msc	Zawodnik	Numer	Klub	Kategoria	Mkat	Drużyna 1	Zawrotka 2.5km	Czas netto 5km	Różn	Tempo min/km	Tempo km/h
212	ZIELIŃSKA Anna	379	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	212	Miechowicka Grupa Biegowa	00:19:21	00:37:58.65	+00:19:39	7:35	7.9
213	PROKOPIUK Adriana	677	KLUB BIEGACZA FARTLEK	40-49	213	Klub Biegacza Fartlek	00:20:09	00:38:25.85	+00:20:06	7:41	7.8
214	BAK Barbara	895		40-49	214		00:18:42	00:38:26.15	+00:20:06	7:41	7.8
215	IDZIKOWSKA Elżbieta	588	FAMILY DREAMS	40-49	215		00:18:39	00:38:26.30	+00:20:06	7:41	7.8
216	SURY-WOLNIEWICZ Kamila	448		40-49	216		00:18:36	00:38:35.50	+00:20:15	7:43	7.8
217	MADEJA Aleksandra	67	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	217	Miechowicka Grupa Biegowa	00:18:50	00:39:11.95	+00:20:52	7:50	7.7
218	HEKIERT Wioleta	352	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	218	Miechowicka Grupa Biegowa	00:18:51	00:39:13.00	+00:20:53	7:50	7.6
219	CZARNECKA Małgorzata	620	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	219	Miechowicka Grupa Biegowa	00:19:37	00:39:13.20	+00:20:53	7:50	7.6
220	DOBOSZ Katarzyna	5024	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	220	Miechowicka Grupa Biegowa	00:18:52	00:39:13.35	+00:20:53	7:50	7.6
221	KROCHMAŁSKA Jadwiga	641	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	40-49	221		00:19:38	00:39:14.00	+00:20:54	7:50	7.6
222	ARENDARCZYK Anna	527		40-49	222	BIELSZCZANKI BIEGAJĄ	00:19:34	00:39:30.45	+00:21:10	7:54	7.6
223	WOZNIAK Joanna	429		40-49	223		00:19:37	00:39:35.45	+00:21:15	7:55	7.6
224	SEKUŁA Marlena	537		40-49	224		00:20:01	00:39:37.10	+00:21:17	7:55	7.6
225	STAŚKIEWICZ Beata	666	OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W JASTRZĘBIU-ZDROJU	40-49	225		00:20:07	00:40:00.40	+00:21:40	8:00	7.5
226	PRASAK Sabina	650	POGORIA BIEGA	40-49	226		00:20:27	00:40:37.50	+00:22:17	8:07	7.4
227	CIBIS Agnieszka	51	KOBIETY NA 5+	40-49	227	Kobiety na 5+	00:20:45	00:41:23.55	+00:23:04	8:16	7.2
228	SAWICKA Agnieszka	585	KLUB BIEGACZA FARTLEK	40-49	228	NORW PRZY ZŁO BETLEJEM	00:20:10	00:41:24.45	+00:23:04	8:16	7.2
229	WOJTAL Danuta	734	ASWC	40-49	229		00:20:33	00:41:49.65	+00:23:30	8:21	7.2
230	ZĘBIK Grażyna	836		40-49	230		00:22:11	00:45:01.65	+00:26:42	9:00	6.7
231	SKOCZYKŁODA Iwona	877		40-49	231	Wymyślanka	00:22:46	00:46:15.95	+00:27:56	9:15	6.5
232	KUNERT Katarzyna	865		40-49	232	Wymyślanka	00:22:47	00:46:16.45	+00:27:56	9:15	6.5
233	RUP Sabina	752		40-49	233		00:23:12	00:47:43.75	+00:29:24	9:32	6.3
234	KALUS Wioletta	860		40-49	234		00:24:27	00:51:27.40	+00:33:07	10:17	5.8
235	DOMINIAK Monika	846		40-49	235		00:26:40	00:53:39.70	+00:35:20	10:43	5.6

Znaleziono 235 wynik(ów)