

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
1	4682	KUZDRA DARIUSZ	ZAMOŚĆ	AGROS ZAMOŚĆ	Polska	1975	M40-44	1	3:10	19,0	00:31:35	00:31:35	1	
2	3675	POBŁOCKI PIOTR	LĘBORK	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1965	M50-54	1	3:10	18,9	00:31:40	00:31:41	2	
3	5395	DZIUBA BOGDAN	JASTKOWICE	SKB STALOWA WOLA	Polska	1974	M40-44	2	3:14	18,5	00:32:20	00:32:21	3	
4	5586	ŚWIECAK ROBERT	ZWOLA PODUCHOWNA	WILGA GARWOLIN	Polska	1980	M35-39	1	3:20	18,0	00:33:17	00:33:17	4	
5	3677	ĆWIK HUBERT	ZAMOŚĆ	KS AGROS ZAMOŚĆ	Polska	1977	M35-39	2	3:22	17,8	00:33:41	00:33:42	5	
6	1720	JAMIOŁ MICHAŁ	KIELCE	STRAŻ GRANICZNA RP	Polska	1980	M35-39	3	3:23	17,8	00:33:46	00:33:47	6	
7	4832	SIKORSKI PAWEŁ	KROSNO	NIEZRZESZONY	Polska	1978	M35-39	4	3:23	17,7	00:33:52	00:33:53	7	
8	2462	DZIĘGIELEWSKI MAREK	BABOSZEWO	KLUB BIEGACZA IM. PIOTRA SĘKOWSKIEGO W I	Polska	1962	M50-54	2	3:27	17,4	00:34:26	00:34:28	8	
9	3726	SZYMURA GRZEGORZ	LESZCZYNY		Polska	1971	M40-44	3	3:27	17,4	00:34:31	00:34:33	9	
10	4519	WOJCIECHOWSKI MACIEJ	SZCZYTNO	WYŻSZA SZKOŁA POLICJI W SZCZYTNIE	Polska	1974	M40-44	4	3:29	17,2	00:34:53	00:34:55	10	
11	4314	MAKULA JANUSZ	CIESZYN		Polska	1976	M35-39	5	3:30	17,1	00:34:57	00:35:03	11	
12	3641	LIPIEC TOMASZ	WARSZAWA	BYLEDOBIEC ANIN	Polska	1971	M40-44	5	3:32	17,0	00:35:15	00:35:16	12	
13	4733	PASIECZNY ROBERT	GORZYCE	SPRINT GORZYCE	Polska	1977	M35-39	6	3:32	17,0	00:35:19	00:35:21	13	
14	5394	ŁAŃCUCKI STANISŁAW	STALOWA WOLA	SKB STALOWA WOLA	Polska	1958	M55-59	1	3:34	16,8	00:35:41	00:35:44	14	
15	3730	SZUREK SŁAWOMIR	RYDUŁTOWY	UKS PIĄTKA PLUS	Polska	1971	M40-44	6	3:35	16,8	00:35:44	00:35:46	15	
16	2722	MAJCHER PIOTR	KRAKÓW	ESKADRA KRAKÓW	Polska	1972	M40-44	7	3:35	16,8	00:35:47	00:35:48	16	
17	4871	KOBAJŁO RYSZARD	GRÓDEK NAD DUNAJCEM	S.B. „POGÓRZE” BARTKOWA	Polska	1962	M50-54	3	3:36	16,7	00:35:56	00:35:57	17	
18	3821	SKIBA KAMIL	TARNÓW	PTG SOKÓŁ TARNÓW	Polska	1980	M35-39	7	3:36	16,6	00:36:00	00:36:03	18	
19	2504	THEN DAWID	BIELSKO-BIAŁA	ULTRA BESKID SPORT	Polska	1979	M35-39	8	3:36	16,6	00:36:01	00:36:04	19	
20	3760	IGNATOWICZ ANDRZEJ	WARSZAWA	TRUCHT TARCHOMIN TEAM	Polska	1974	M40-44	8	3:37	16,6	00:36:09	00:36:13	20	
21	4657	KOWALCZYK MAREK	BYDGOSZCZ	IPA BYDGOSZCZ	Polska	1978	M35-39	9	3:40	16,4	00:36:40	00:36:41	21	
22	4930	ŚLĘZAK ROBERT	SZCZEKOCINY	OLIMPIJCZYK SZCZEKOCINY	Polska	1976	M35-39	10	3:42	16,2	00:36:56	00:36:57	22	
23	2501	WŁODARCZYK PATRYCJA	JAWORZNO	JKLA JAWOR	Polska	1980	K35-39	1	3:44	16,1	00:37:18	00:37:19		1
24	3812	BOJKO BOGDAN	WODZISŁAW ŚLĄSKI	UKS PIĄTKA PLUS RYDUŁTOWY	Polska	1962	M50-54	4	3:46	15,9	00:37:36	00:37:38	23	
25	3565	MIROŃCZUK ROMAN	KRAKÓW	MARATONEK	Polska	1976	M35-39	11	3:46	15,9	00:37:38	00:37:43	24	
26	813	KAMIŃSKI ZBIGNIEW	KATOWICE	KOWALCZYK TEAM	Polska	1968	M45-49	1	3:47	15,9	00:37:47	00:37:50	25	
27	4689	KARNAT DARIUSZ	NOWA DĘBA		Polska	1972	M40-44	9	3:47	15,8	00:37:52	00:37:54	26	
28	4262	ŁAWSKI RAFAŁ	GRUSZCZYN	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1976	M35-39	12	3:48	15,8	00:37:48	00:37:55	27	
29	3804	SŁUPEK TOMASZ	WODZISŁAW ŚLĄSKI	FORMA WODZISŁAW-ŚLĄSKI	Polska	1977	M35-39	13	3:48	15,8	00:37:54	00:37:58	28	
30	3616	NIEDZIELA STEFAN	KNURÓW	WIECZNOŚĆ	Polska	1959	M55-59	2	3:48	15,8	00:38:03	00:38:03	29	
31	5390	GIPSIK ANDRZEJ	LEGIONOWO		Polska	1957	M55-59	3	3:49	15,7	00:38:06	00:38:09	30	
32	3836	WOSIEK PAWEŁ	OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSK	CENTRUM SPORT OSTROWIEC ŚW.	Polska	1976	M35-39	14	3:49	15,7	00:38:10	00:38:14	31	
33	2563	HOŁUBOWICZ KRZYSZTOF	LWÓWEK ŚLĄSKI	EDI-TIME ZGORZELEC	Polska	1970	M45-49	2	3:50	15,7	00:38:13	00:38:16	32	
34	4882	RYNIAK MARIUSZ	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1975	M40-44	10	3:50	15,7	00:38:17	00:38:20	33	
35	3688	ZGODA BOGUSŁAW	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE	Polska	1963	M50-54	5	3:50	15,6	00:38:16	00:38:22	34	
36	4070	JASIŃSKI MARCIN	NOWY SĄCZ	PWSZ W NOWYM SĄCZU	Polska	1975	M40-44	11	3:50	15,6	00:38:10	00:38:24	35	
37	5242	GRZEŚKOWIAK BARTOSZ			Polska	1977	M35-39	15	3:51	15,6	00:38:27	00:38:29	36	
38	3917	TRONIAKZ PAWEŁ	RASZYN	DZIKIE_DZIKI	Polska	1979	M35-39	16	3:52	15,6	00:38:30	00:38:35	37	
39	2558	STANISZEWSKI ARTUR	KRAKÓW	KRAKÓW AIRPORT RUNNING TEAM MAT	Polska	1970	M45-49	3	3:52	15,5	00:38:35	00:38:40	38	
40	3658	LUBOWICKI ŁUKASZ	TYCHY	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1978	M35-39	17	3:52	15,5	00:38:37	00:38:41	39	
41	2893	JANIK MARIUSZ	KRAKÓW		Polska	1972	M40-44	12	3:52	15,5	00:38:40	00:38:43	40	
42	4428	ŚLĘCZKA DAMIAN	RZESZÓW	DIT PRO	Polska	1980	M35-39	18	3:53	15,5	00:38:42	00:38:45	41	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015

Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN



M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
43	5424	ŻUK PAWEŁ	WARSZAWA	TEAM ASA-BIEGIEM PO ZDROWIE	Polska	1975	M40-44	13	3:53	15,5	00:38:40	00:38:45	42	
44	3663	SKALSKA ANNA	BYTOM	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1980	K35-39	2	3:53	15,5	00:38:42	00:38:46		2
45	4493	DUDA DARIUSZ	ZIELONA GÓRA	BRACTWO BIEGACZY ZIELONA GÓRA	Polska	1962	M50-54	6	3:53	15,4	00:38:41	00:38:51	43	
46	4673	TOLALA WIKTOR	NOWY TARG	KPP NOWY TARG	Polska	1979	M35-39	19	3:53	15,4	00:38:35	00:38:51	44	
47	4556	KOPEĆ WALDEMAR	ŁOWICZ	BIEGAM BO LUBIĘ ZDUŃSKA WOLA	Polska	1970	M45-49	4	3:53	15,4	00:38:47	00:38:53	45	
48	4168	BARTOSIK MAREK	ŁÓDŹ	E-WAMP	Polska	1976	M35-39	20	3:53	15,4	00:38:43	00:38:55	46	
49	2242	OPRYSZEK BOGUSŁAW	KRAKÓW	I TY MOŻESZ BYĆ WIELKI - ITMBW KRAKÓW	Polska	1968	M45-49	5	3:54	15,4	00:38:55	00:38:59	47	
50	5516	MULIK PIOTR	ŁACHA	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1975	M40-44	14	3:54	15,4	00:38:58	00:39:02	48	
51	4352	PIETRUSZKA JACEK	KRAKÓW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1965	M50-54	7	3:54	15,4	00:39:01	00:39:02	49	
52	2479	PTASZNIK GRZEGORZ	STALOWA WOLA	PZU SPORT TEAM	Polska	1971	M40-44	15	3:55	15,3	00:39:03	00:39:06	50	
53	5267	BIAŁORCZYK MAGDALENA	WILKOWICE	BYLEDOBIEC ANIN TORK	Polska	1972	K40-44	1	3:55	15,3	00:39:08	00:39:11		3
54	1396	SMACZYŃSKI DARIUSZ	DĄBROWA GÓRNICZA	SRS AKTYWNA DĄBROWA	Polska	1964	M50-54	8	3:55	15,3	00:39:03	00:39:11	51	
55	3831	GAŚSIOR KRZYSZTOF	PSARY		Polska	1977	M35-39	21	3:55	15,3	00:38:58	00:39:12	52	
56	4369	ŁEPTUCH TOMASZ	KOMORÓW	STALOWOWOLSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1980	M35-39	22	3:55	15,3	00:39:05	00:39:13	53	
57	2909	SIEMBIDA MAŁGORZATA	ULANÓW	SKB STALOWA WOLA	Polska	1978	K35-39	3	3:56	15,3	00:39:11	00:39:17		4
58	5177	ŚLIWKA MAREK	POZNAŃ	LOGOS TRAVEL	Polska	1955	M60-64	1	3:56	15,2	00:39:18	00:39:22	54	
59	4587	SIKORA GRZEGORZ	PRZEMYŚL	PRZEMYSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1978	M35-39	23	3:56	15,2	00:39:19	00:39:23	55	
60	3910	TRONIARZ MARCIN	RASZYN	DZIKIE_DZIKI RASZYN	Polska	1975	M40-44	16	3:56	15,2	00:39:19	00:39:25	56	
61	4363	MALSKA JANINA	BOLESŁAW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1970	K45-49	1	3:57	15,2	00:39:25	00:39:26		5
62	2533	MULARZ JAROSŁAW	BOCHNIA	KB LOK BOCHNIA	Polska	1979	M35-39	24	3:57	15,2	00:39:20	00:39:30	57	
63	4578	MATYJA ANDRZEJ	KŁOBUCK		Polska	1978	M35-39	25	3:57	15,2	00:39:04	00:39:31	58	
64	4656	PRZYBYLSKI ROBERT	BYDGOSZCZ	IPA BYDGOSZCZ	Polska	1975	M40-44	17	3:58	15,2	00:39:30	00:39:35	59	
65	3878	DUPLA KONRAD	WROCŁAW		Polska	1979	M35-39	26	3:58	15,1	00:39:33	00:39:42	60	
66	4712	GÓRECKI PIOTR	CHORZÓW		Polska	1967	M45-49	6	3:58	15,1	00:39:34	00:39:43	61	
67	2466	ORLICKI MICHAŁ	MODLNICZKA	AJO MODLNICZKA	Polska	1979	M35-39	27	3:58	15,1	00:39:17	00:39:43	62	
68	4136	WILCZEK JAN	BRAK	RAFAKO S.A.	Polska	1963	M50-54	9	3:58	15,1	00:39:26	00:39:44	63	
69	3800	KUNZ TOMASZ	KRAKÓW		Polska	1969	M45-49	7	3:59	15,1	00:39:17	00:39:46	64	
70	3121	BODANKA PIOTR	NIEZNAJĄCE	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1979	M35-39	28	3:59	15,1	00:39:29	00:39:50	65	
71	4245	WRONA KAZIMIERZ	MIELEC	RSM MIELEC	Polska	1958	M55-59	4	3:59	15,1	00:39:46	00:39:51	66	
72	4561	KITA TOMASZ	JADOWNIKI	BKB VICTORIA BRZESKO	Polska	1979	M35-39	29	3:59	15,0	00:39:39	00:39:54	67	
73	4676	SIENKIEWICZ WOJCIECH	ŁÓDŹ	ORANGE POLSKA	Polska	1973	M40-44	18	3:59	15,0	00:39:39	00:39:54	68	
74	3969	ZIĘTEK GRZEGORZ	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1975	M40-44	19	4:00	15,0	00:39:47	00:39:55	69	
75	2574	ADAMCZYK-NOWAK BEATA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1974	K40-44	2	4:00	15,0	00:39:26	00:39:56		6
76	3071	STOPA STANISŁAW	GAJ		Polska	1973	M40-44	20	4:00	15,0	00:39:45	00:39:56	70	
77	3891	LITWIN PIOTR	GDAŃSK		Polska	1972	M40-44	21	4:00	15,0	00:39:54	00:40:01	71	
78	4470	RYCHTER RAFAŁ	KOLONIA LESZNOWOLA		Polska	1976	M35-39	30	4:00	15,0	00:39:51	00:40:01	72	
79	3901	LEWANDOWSKI KRZYSZTOF	ŁÓDŹ	RYSIOTEAM	Polska	1977	M35-39	31	4:00	15,0	00:39:50	00:40:02	73	
80	5573	KANIA KRZYSZTOF	LUBLIN	ZUS	Polska	1966	M45-49	8	4:00	15,0	00:39:56	00:40:03	74	
81	4259	SIKORA STEFAN	BIELSKO BIAŁA	BESKIDEK BIELSKO BIAŁA	Polska	1949	M65-69	1	4:01	15,0	00:39:52	00:40:08	75	
82	2244	PODGÓRSKI JERZY	KRAKÓW	I TY MOŻESZ BYĆ WIELKI - ITMBW KRAKÓW	Polska	1971	M40-44	22	4:02	14,9	00:40:03	00:40:18	76	
83	4451	TOMCZAK GRZEGORZ	BIELYSTOK	WYŻSZA SZKOŁA POLICJI W SZCZYTNI	Polska	1974	M40-44	23	4:02	14,9	00:40:07	00:40:18	77	
84	5448	KRAWCZUK EUGENIUSZ	HAJNÓWKA	HAJNÓWKA BIEGA	Polska	1967	M45-49	9	4:02	14,9	00:40:12	00:40:23	78	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
85	4038	BEHOUNEK LESZEK	ZAKOPANE	FLOW ZAKOPANE	Polska	1959	M55-59	5	4:03	14,8	00:40:17	00:40:26	79	
86	4713	LEŚNIAK MARIAN	KRAKÓW	AZS-AWF KRAKÓW MASTERS	Polska	1947	M65-69	2	4:03	14,8	00:40:12	00:40:28	80	
87	2628	KITA ROMAN	BRZESKO	BKB VICTORIA BRZESKO	Polska	1969	M45-49	10	4:04	14,8	00:40:32	00:40:40	81	
88	4122	AWSIUKIEWICZ MAREK	KARCZEW	12TRI.PL	Polska	1972	M40-44	24	4:04	14,7	00:40:18	00:40:41	82	
89	4718	PIĄTKOWSKI ANDRZEJ	ZŁOTOKŁOS	DREAM RUN	Polska	1967	M45-49	11	4:04	14,7	00:40:31	00:40:41	83	
90	4275	GRELIŃSKI ARKADIUSZ	ŚWIĘTOCHŁOWICE	ZUS	Polska	1977	M35-39	32	4:04	14,7	00:40:21	00:40:42	84	
91	4685	RYMARCZYK PRZEMYSŁAW	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1978	M35-39	33	4:04	14,7	00:40:30	00:40:43	85	
92	2973	GÓRKA PIOTR	WIELOGŁOWY	KORAL	Polska	1979	M35-39	34	4:05	14,7	00:40:35	00:40:49	86	
93	5337	STĘPIEŃ BOGDAN			Polska	1979	M35-39	35	4:05	14,7	00:40:50	00:40:54	87	
94	4307	GRABKOWSKI ROBERT	ŻMIGRÓD	KB SUKCES ŻMIGRÓD	Polska	1969	M45-49	12	4:06	14,7	00:40:45	00:40:56	88	
95	4049	DĄBROWSKI KRZYSZTOF	RADZYMIN	ACCENTURE	Polska	1950	M65-69	3	4:07	14,6	00:41:01	00:41:10	89	
96	5520	FARON PIOTR	KAMIENICA	LIMANOWA FORREST	Polska	1949	M65-69	4	4:07	14,6	00:40:56	00:41:11	90	
97	4246	STRZELCZAK ROBERT	OPOLE	KB BIEGAMBOLUBIE OPOLE	Polska	1974	M40-44	25	4:07	14,5	00:40:38	00:41:15	91	
98	4240	SITKO KRYSZYNA	KRAKOW	ESKADRA MASTERS	Polska	1974	K40-44	3	4:08	14,5	00:41:10	00:41:16		7
99	3824	SOSNOWSKI ROMAN	KRAKÓW	KKB DYSTANS	Polska	1970	M45-49	13	4:08	14,5	00:40:57	00:41:19	92	
100	3657	GAWĘŁ BOGDAN	OŚWIĘCIM-ZABORZE	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1956	M55-59	6	4:08	14,5	00:41:19	00:41:23	93	
101	3710	ZAJĄCZKOWSKI JERZY	PRZEMYŚL	PRZEMYSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1970	M45-49	14	4:09	14,5	00:41:18	00:41:25	94	
102	3691	BORTEL MIROSŁAW	TYCHY	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1971	M40-44	26	4:09	14,5	00:41:23	00:41:27	95	
103	3971	KRAWCZYK GRZEGORZ	RADOM		Polska	1975	M40-44	27	4:09	14,5	00:41:02	00:41:27	96	
104	5402	RZECZKOWSKI DARIUSZ	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW 1	Polska	1968	M45-49	15	4:09	14,5	00:41:17	00:41:28	97	
105	3810	SIPIERA TOMASZ	KRAKÓW		Polska	1972	M40-44	28	4:10	14,4	00:41:32	00:41:37	98	
106	1075	PORĘBA JACEK	NOWY SĄCZ	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1971	M40-44	29	4:10	14,4	00:41:21	00:41:38	99	
107	4663	SADOWSKI GRZEGORZ	LUBIN	KGHM POLSKA MIEDŹ ZG LUBIN	Polska	1963	M50-54	10	4:10	14,4	00:41:22	00:41:38	100	
108	4552	MAZURUK MACIEJ	WARSZAWA	AWAO	Polska	1970	M45-49	16	4:10	14,4	00:41:19	00:41:41	101	
109	4526	FUDALA MALGORZATA	BRZESKO		Polska	1959	K55-59	1	4:11	14,3	00:41:14	00:41:49		8
110	3970	UHORCZAK EDWARD	SOSNOWIEC		Polska	1955	M60-64	2	4:11	14,3	00:41:50	00:41:52	102	
111	4447	TELESNICKI GRZEGORZ	WARSZAWA	BBL_GROTY	Polska	1971	M40-44	30	4:11	14,3	00:41:48	00:41:54	103	
112	5509	MICHALAK DOMINIK			Polska	1978	M35-39	36	4:12	14,3	00:41:43	00:41:55	104	
113	3794	TUREK RAFAŁ	BĘDZIN		Polska	1977	M35-39	37	4:12	14,3	00:41:49	00:41:56	105	
114	3020	MICHALSKI AKADIUSZ			Polska	1977	M35-39	38	4:12	14,3	00:41:41	00:41:57	106	
115	4370	SZYMKIEWICZ TOMASZ	KIELCE		Polska	1964	M50-54	11	4:12	14,3	00:41:39	00:41:57	107	
116	4169	GOŁOFIT ARTUR	PASIKONIE		Polska	1971	M40-44	31	4:12	14,3	00:41:42	00:41:58	108	
117	4856	SZYMAŃSKI PIOTR	PRUSZKÓW		Polska	1980	M35-39	39	4:12	14,3	00:41:22	00:42:00	109	
118	4181	WANTUCH FRANCISZEK	TARNÓW	KO	Polska	1960	M55-59	7	4:12	14,3	00:41:41	00:42:03	110	
119	3571	WĘGRZYN KRZYSZTOF	KRASNE	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1966	M45-49	17	4:12	14,3	00:41:56	00:42:04	111	
120	4732	WIELOCHA JERZY	MUSZYNA		Polska	1971	M40-44	32	4:12	14,3	00:41:54	00:42:04	112	
121	4744	ŻEGLĘŃ ALEKSANDER	MYSLENICE	MONTE RUN TEAM	Polska	1971	M40-44	33	4:12	14,3	00:41:32	00:42:04	113	
122	4754	DZIEKOŃSKI TADEUSZ	BIĄŁYSTOK	JUVENIA BIAŁYSTOK	Polska	1950	M65-69	5	4:13	14,2	00:42:07	00:42:09	114	
123	4068	MIODUSZEWSKI MARIUSZ	ZĄBKI	KB GALERIA WARSZAWA	Polska	1975	M40-44	34	4:13	14,2	00:42:00	00:42:12	115	
124	3769	MIKUŁA WITOLD	KRAKÓW		Polska	1963	M50-54	12	4:13	14,2	00:41:57	00:42:14	116	
125	4126	KALITA DAMIAN	KRAKÓW		Polska	1979	M35-39	40	4:14	14,2	00:42:09	00:42:20	117	
126	2662	SZPILA ZBIGNIEW	NOWY SĄCZ	RUN SHOP NOWY SĄCZ	Polska	1976	M35-39	41	4:15	14,1	00:42:18	00:42:27	118	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
127	4494	KAWIORSKA MARIA	PSZCZEW	BRACHTWO BIEGACZY ZIELONA GÓRA	Polska	1956	K55-59	2	4:15	14,1	00:42:20	00:42:31		9
128	4517	PERŁAKOWSKI TADEUSZ	KŁOBUCZYN	MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1956	M55-59	8	4:15	14,1	00:42:29	00:42:33	119	
129	5518	WAŚKOWSKI ZYGMUNT	POZNAŃ	KB UEP POZNAŃ	Polska	1969	M45-49	18	4:16	14,1	00:42:25	00:42:36	120	
130	4798	ROLA RADOSŁAW	PODEGRODZIE	WIŚNIEWSKI	Polska	1977	M35-39	42	4:16	14,1	00:42:12	00:42:38	121	
131	4450	PANCERZ ANDRZEJ	BIECZ		Polska	1973	M40-44	35	4:16	14,1	00:42:37	00:42:40	122	
132	4144	MICHALCZYK WOJCIECH	RACIBÓRZ	BBL RACIBÓRZ	Polska	1967	M45-49	19	4:16	14,1	00:42:14	00:42:41	123	
133	4527	WIECZOREK DARIUSZ	WARSZAWA	PRZEGLĄD SPORTOWY	Polska	1967	M45-49	20	4:16	14,1	00:42:19	00:42:41	124	
134	3941	PURWIN PIOTR	GRUDZIĄDZ	GRUDZIĄDZKI KLUB MORSÓW	Polska	1969	M45-49	21	4:16	14,0	00:42:13	00:42:45	125	
135	3936	KUCZYŃSKI PIOTR	POZNAŃ	NKB CHYŻY NOWY TOMYŚL	Polska	1956	M55-59	9	4:17	14,0	00:42:32	00:42:46	126	
136	4905	SZMIGIELSKI SZYMON	BIBICE		Polska	1972	M40-44	36	4:17	14,0	00:42:21	00:42:52	127	
137	4648	POPŁAWSKA SONIA	KRAKÓW	NIE DOTYCZY	Polska	1972	K40-44	4	4:18	14,0	00:42:50	00:42:56		10
138	4135	JEREMICZ KRZYSZTOF	RACIBÓRZ	RAFAKO S.A.	Polska	1973	M40-44	37	4:18	14,0	00:42:04	00:43:00	128	
139	5398	ROSŁOWSKI GRZEGORZ	NOWE MIASTECZKO	DRUŻYNA SZPIKU SITECH	Polska	1972	M40-44	38	4:18	13,9	00:42:50	00:43:03	129	
140	4297	STAWARZ JERZY	RZESZÓW	ZUS	Polska	1960	M55-59	10	4:18	13,9	00:42:49	00:43:03	130	
141	3877	WYSOWSKI GRZEGORZ	PTASZKOWA		Polska	1972	M40-44	39	4:18	13,9	00:42:39	00:43:04	131	
142	2989	MORAWSKI MARIUSZ	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1966	M45-49	22	4:19	13,9	00:42:38	00:43:06	132	
143	5460	GRABSKA - GRZEGORCZYK MILENA	PABIANICE	DŁUGA ŚCIEŻKA/ ZUS	Polska	1978	K35-39	4	4:19	13,9	00:42:55	00:43:13		11
144	4780	BOBAK KRZYSZTOF	GŁOGÓW	DRUŻYNA SZPIKU SITECH	Polska	1972	M40-44	40	4:19	13,9	00:43:01	00:43:14	133	
145	5428	KUPCZAK BOGUSŁAWA	BRZUŚNIK	KS HALNY WĘGIERSKA GÓRKA	Polska	1967	K45-49	2	4:19	13,9	00:43:06	00:43:14		12
146	4881	KALETA KAROL	TYCHY	40-LATEK	Polska	1980	M35-39	43	4:20	13,9	00:43:07	00:43:15	134	
147	3768	TARNAWSKI JAKUB	KRAKÓW		Polska	1968	M45-49	23	4:20	13,9	00:43:00	00:43:17	135	
148	3834	ZALEWSKI ANDRZEJ	WARSZAWA	TEAM NUTRILITE	Polska	1957	M55-59	11	4:20	13,9	00:43:08	00:43:19	136	
149	3704	DRZEWIECKI PIOTR	ZEGRZE	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL CONFERENC	Polska	1967	M45-49	24	4:21	13,8	00:43:09	00:43:27	137	
150	3967	OGÓREK ARTUR	BEŁCHATÓW	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	Polska	1971	M40-44	41	4:21	13,8	00:43:21	00:43:27	138	
151	5429	KUPCZAK TADEUSZ	BRZUŚNIK	-	Polska	1962	M50-54	13	4:21	13,8	00:43:21	00:43:29	139	
152	3064	ROGAŁA GRZEGORZ	BOGUCHAŁA	KORAL	Polska	1973	M40-44	42	4:21	13,8	00:43:15	00:43:32	140	
153	3019	NIŻNIK MARCIN			Polska	1977	M35-39	44	4:22	13,8	00:43:19	00:43:35	141	
154	4368	PTAK ZDZISŁAW	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1965	M50-54	14	4:22	13,8	00:43:14	00:43:36	142	
155	3764	GOGAŁA RYSZARD	GŁUBCZYCE	BRĄK	Polska	1971	M40-44	43	4:22	13,7	00:43:25	00:43:43	143	
156	4031	DYBEK MATEUSZ	KRAKÓW	KINESIS KRAKÓW	Polska	1980	M35-39	45	4:22	13,7	00:43:22	00:43:44	144	
157	2890	NAPORA MACIEJ	GORLICE	GORLICE	Polska	1978	M35-39	46	4:23	13,7	00:43:39	00:43:45	145	
158	5374	RYCHLAK - BOŻEK MONIKA	STAŁOWA WOLA	STAŁOWOWOLSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1978	K35-39	5	4:23	13,7	00:43:31	00:43:46		13
159	5376	OŚRÓDEK PIOTR	ZDUŃSKA WOLA	BBL ZDUŃSKA WOLA	Polska	1978	M35-39	47	4:23	13,7	00:42:46	00:43:51	146	
160	5264	ROGÓŻ RADOSŁAW			Polska	1975	M40-44	44	4:23	13,7	00:43:40	00:43:53	147	
161	4760	JURCZAK ROMAN	RZESZÓW	VITAMINS FOR YOU	Polska	1958	M55-59	12	4:24	13,6	00:43:44	00:43:59	148	
162	3724	JANUSZEWSKI TOMASZ	JASTRZĘBIE ZDRÓJ		Polska	1965	M50-54	15	4:24	13,6	00:43:46	00:44:00	149	
163	3723	KANCLERZ-JANUSZEWSKA KATARZYNA	JASTRZĘBIE ZDRÓJ		Polska	1966	K45-49	3	4:24	13,6	00:43:45	00:44:00		14
164	2503	POBŁOCKA BOŻENA	LĘBORK	UKS EKONOMIK-MARATOŃCZYK LĘBORK	Polska	1968	K45-49	4	4:24	13,6	00:43:57	00:44:00		15
165	3032	RZEPKA MARTA	USCIE SOLNE		Polska	1979	K35-39	6	4:25	13,6	00:43:49	00:44:07	16	
166	3815	FILIPIAK HIERONIM	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1974	M40-44	45	4:25	13,6	00:43:43	00:44:08	150	
167	3682	SNOCHOWSKI LESZEK	LGOTA WIELKA		Polska	1958	M55-59	13	4:25	13,6	00:43:32	00:44:09	151	
168	4876	WOŁOWSKI LECH	WARSZAWA		Polska	1975	M40-44	46	4:25	13,6	00:43:52	00:44:10	152	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015

Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój



Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
169	4293	MARCHEWKA MAREK	TORUŃ	ZUS	Polska	1973	M40-44	47	4:25	13,6	00:43:39	00:44:13	153	
170	4178	SZOT IWONA	LUBLIN	LSB	Polska	1971	K40-44	5	4:26	13,5	00:43:58	00:44:18		17
171	4133	BARAN RYSZARD	BRĄK	RAFAKO S.A.	Polska	1962	M50-54	16	4:26	13,5	00:43:22	00:44:19	154	
172	4294	FERT MACIEJ	KIELCE	ZUS	Polska	1980	M35-39	48	4:26	13,5	00:43:45	00:44:19	155	
173	3648	BRODKA PAWEŁ	RADOM	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1974	M40-44	48	4:26	13,5	00:44:03	00:44:22	156	
174	4936	ZWINCZAK TOMASZ	NIEPOŁOMICE		Polska	1963	M50-54	17	4:26	13,5	00:44:00	00:44:22	157	
175	4591	KOŁDYS BOGUSŁAW	SUŁKOWICE	BMWP KGP	Polska	1976	M35-39	49	4:26	13,5	00:43:43	00:44:23	158	
176	4393	SCHECHTEL MAREK	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1962	M50-54	18	4:26	13,5	00:44:00	00:44:25	159	
177	5259	PALIGA KRZYSZTOF	OGRODZIELEC	GRUPA JURA ZAWIERCIE	Polska	1973	M40-44	49	4:27	13,5	00:44:19	00:44:27	160	
178	4686	OCHMAŃSKI JAROSŁAW	ZDUŃSKA WOLA	BRUBECK TEAM	Polska	1977	M35-39	50	4:27	13,5	00:43:23	00:44:28	161	
179	3963	MAJŁOWSKI ALEKSANDER	GORZÓW WLKP.		Polska	1950	M65-69	6	4:27	13,5	00:44:08	00:44:31	162	
180	2819	BUDEJ KRZYSZTOF			Polska	1971	M40-44	50	4:27	13,5	00:43:52	00:44:32	163	
181	4650	LANGOWSKI PIOTR	GDYNIA	UKS TRS SUSZ	Polska	1974	M40-44	51	4:27	13,5	00:44:18	00:44:32	164	
182	4530	NOCUŃ ANDRZEJ	BOROWNO KOLONIA	JRG-3 PSP CZĘSTOCHOWA	Polska	1978	M35-39	51	4:27	13,5	00:44:11	00:44:32	165	
183	3957	WITEK SEBASTIAN	NOWY SĄCZ	FITNATION	Polska	1977	M35-39	52	4:27	13,5	00:44:01	00:44:33	166	
184	4658	ZMUDZINSKI MARCIN	BYDGOSZCZ	IPA BYDGOSZCZ	Polska	1977	M35-39	53	4:28	13,5	00:44:15	00:44:35	167	
185	4868	SKOWRONEK MIROSLAW	SULEJÓWEK	KB LEGIONOWO	Polska	1977	M35-39	54	4:28	13,4	00:44:09	00:44:37	168	
186	4841	MYSIEWICZ RAFAŁ	CIECHANÓW	GRYGI TEAM	Polska	1976	M35-39	55	4:28	13,4	00:44:06	00:44:40	169	
187	4409	KAWA JAN	BRZOSÓWKA	SEVEN CONTINENS CLUB	Polska	1956	M55-59	14	4:28	13,4	00:43:30	00:44:42	170	
188	4444	PAŹIK CEZARY	OŚWIĘCIM	ZADYSZKA OŚWIĘCIM	Polska	1968	M45-49	25	4:29	13,4	00:44:23	00:44:45	171	
189	3662	MILCZAREK JANUSZ	ŁÓDŹ	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1962	M50-54	19	4:29	13,4	00:44:27	00:44:51	172	
190	2838	KOŁACIAK STANISŁAW			Polska	1979	M35-39	56	4:29	13,4	00:44:44	00:44:53	173	
191	3626	KONDYCKI ADAM	ZGORZELEC	EDI TEAM ZGORZELEC	Polska	1973	M40-44	52	4:30	13,4	00:44:23	00:44:55	174	
192	2577	RONEK-GLIWA ANETA	BOROWA GÓRA	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL CONFERENC	Polska	1975	K40-44	6	4:30	13,4	00:44:41	00:44:55		18
193	4655	CIEPŁOWSKI ROBERT	BYDGOSZCZ	IPA BYDGOSZCZ	Polska	1977	M35-39	57	4:30	13,3	00:44:41	00:45:02	175	
194	2585	ORDOWSKI TOMASZ	KRAKÓW		Polska	1971	M40-44	53	4:30	13,3	00:43:59	00:45:02	176	
195	4601	SOWA DARIUSZ	RZESZÓW	BYLE DO PRZODU	Polska	1961	M50-54	20	4:30	13,3	00:44:15	00:45:05	177	
196	4563	NĘDZA SŁAWOMIRA	KRAKÓW		Polska	1972	K40-44	7	4:31	13,3	00:44:54	00:45:06		19
197	4134	GEMZA ROBERT	BRĄK	RAFAKO S.A.	Polska	1971	M40-44	54	4:31	13,3	00:44:12	00:45:08	178	
198	3996	HOLWEG BARTOSZ	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1978	M35-39	58	4:31	13,3	00:44:43	00:45:09	179	
199	5220	KASZUBA BOGDAN	TYCHY	40 LATEK TYCHY	Polska	1956	M55-59	15	4:31	13,3	00:44:29	00:45:09	180	
200	5545	KALUŻA LESZEK			Polska	1974	M40-44	55	4:31	13,3	00:45:00	00:45:10	181	
201	1451	GAJEWSKI MAREK	RZESZÓW	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1963	M50-54	21	4:31	13,3	00:44:58	00:45:11	182	
202	4142	SUSZ ARTUR	KRAKÓW		Polska	1977	M35-39	59	4:31	13,3	00:44:18	00:45:13	183	
203	4375	CHADAJ MAREK	ADAMÓW	KB V-MAX ADAMÓW	Polska	1962	M50-54	22	4:32	13,3	00:44:15	00:45:16	184	
204	4737	BOSEK ROBERT	WARSZAWA	ORANGE POLSKA	Polska	1979	M35-39	60	4:32	13,2	00:45:01	00:45:18	185	
205	4761	GRABOWSKI STANISŁAW	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1951	M60-64	3	4:32	13,2	00:44:52	00:45:18	186	
206	3837	ZABOROWSKI ROBERT	DĘBICA		Polska	1962	M50-54	23	4:32	13,2	00:44:41	00:45:20	187	
207	4502	ŁAZOWSKI WOJCIECH	KRYNICA-ZDRÓJ	WARCZACESZPRYCHY.PL	Polska	1975	M40-44	56	4:32	13,2	00:44:38	00:45:24	188	
208	4763	GÓRKA MARIUSZ	JODŁOWNIK		Polska	1975	M40-44	57	4:32	13,2	00:45:01	00:45:25	189	
209	4274	DZIEDZIC ANDRZEJ	DĄBROWA TARNOWSKA	ZUS	Polska	1967	M45-49	26	4:34	13,2	00:44:44	00:45:37	190	
210	4817	POPAJEWSKI KRZYSZTOF	LUBLIN	SPORT.SANEA.PL	Polska	1959	M55-59	16	4:34	13,1	00:45:07	00:45:38	191	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
211	4606	PARKITNY TOMASZ	KŁOBUCK 6/28	KOMENDA POWIATOWA POLICJI W KŁOBUCKU	Polska	1968	M45-49	27	4:34	13,1	00:45:10	00:45:39	192	
212	4583	PIETRZYKOWSKI ARTUR	RADOM		Polska	1976	M35-39	61	4:35	13,1	00:45:11	00:45:50	193	
213	4496	ROSZAK WALDEMAR	WARSZAWA	BIEGAM NA ZIELENEJ BIAŁOŁĘCE	Polska	1967	M45-49	28	4:35	13,1	00:45:34	00:45:52	194	
214	4659	TUROSZ ZBIGNIEW	LEŻAJSK		Polska	1959	M55-59	17	4:35	13,1	00:45:27	00:45:53	195	
215	4391	BĘBEN ROBERT	OSTROWIEC ŚW	BBL OSTROWIEC ŚW	Polska	1971	M40-44	58	4:36	13,1	00:44:35	00:45:55	196	
216	4145	WRÓBLEWSKI ROBERT	KRAKÓW		Polska	1972	M40-44	59	4:36	13,1	00:45:27	00:45:55	197	
217	4483	ZOCHNIAK MAREK	PIASTÓW		Polska	1960	M55-59	18	4:36	13,1	00:45:22	00:45:55	198	
218	4747	SIDOWSKI KRZYSZTOF	OSTROWIEC	BBL OSTROWIEC	Polska	1967	M45-49	29	4:36	13,1	00:44:36	00:45:56	199	
219	4851	BERNAŚ GRZEGORZ	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1977	M35-39	62	4:36	13,1	00:45:30	00:45:57	200	
220	4087	SZAFARCZYK TADEUSZ	ZAKLICZYN		Polska	1978	M35-39	63	4:36	13,1	00:45:20	00:45:58	201	
221	3655	NARTOWSKI JAN	WARSZAWA	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1959	M55-59	19	4:36	13,0	00:45:52	00:45:59	202	
222	3081	STANUSZEK RAFAŁ	NOWY SACZ	BRAK	Polska	1961	M50-54	24	4:36	13,0	00:45:15	00:46:00	203	
223	3773	FLOREK MARCIN	PILZNO		Polska	1970	M45-49	30	4:36	13,0	00:45:57	00:46:01	204	
224	4557	KŁOCZKO ARTUR	KIELCE		Polska	1963	M50-54	25	4:36	13,0	00:45:58	00:46:01	205	
225	4334	DIMITROW FILIP	WARSZAWA		Polska	1978	M35-39	64	4:36	13,0	00:45:22	00:46:02	206	
226	2881	DIMITROW MARCIN	WARSZAWA	ALLIANZ RUNNING TEAM	Polska	1976	M35-39	65	4:36	13,0	00:45:22	00:46:02	207	
227	4549	SZCZERZEK ZBIGNIEW	ZABRZE		Polska	1955	M60-64	4	4:36	13,0	00:45:49	00:46:03	208	
228	2856	RUSINEK MARCIN	TOMASZOWICE		Polska	1975	M40-44	60	4:36	13,0	00:45:00	00:46:04	209	
229	3762	WÓJCIK MARCIN	DĘBICA		Polska	1974	M40-44	61	4:37	13,0	00:45:29	00:46:05	210	
230	2765	LECH JACEK	KRAKÓW		Polska	1971	M40-44	62	4:37	13,0	00:45:48	00:46:06	211	
231	4490	JAKUBOWSKI PAWEŁ	GDAŃSK	BBL GDAŃSK I ZBN GDAŃSK	Polska	1978	M35-39	66	4:37	13,0	00:45:59	00:46:14	212	
232	4521	WAYDAA ADAM	WŁOCŁAWEK	TC KLUB CHROBRY KOMAK GŁOGÓW	Polska	1968	M45-49	31	4:37	13,0	00:45:18	00:46:14	213	
233	2513	PACZOS BARBARA	MIELEC		Polska	1960	K55-59	3	4:38	13,0	00:46:12	00:46:15		20
234	4914	ŁYSOŃ MIROŚLAW	GŁOGÓW	DRUŻYNA SZPIKU "SITECH"	Polska	1967	M45-49	32	4:38	13,0	00:46:03	00:46:16	214	
235	3863	WITEK DARIUSZ	KATOWICE	WUJEK BIEGA	Polska	1973	M40-44	63	4:38	12,9	00:44:48	00:46:21	215	
236	4416	HERMANIUK TOMASZ	RZESZÓW	TRANSPORT	Polska	1976	M35-39	67	4:38	12,9	00:45:33	00:46:22	216	
237	3854	ZĄTEK DAWID	MIĘDZYPOLSKIE-BIALSKIE	MIĘDZYPOLSKIE-BIALSKIE	Polska	1978	M35-39	68	4:38	12,9	00:46:01	00:46:22	217	
238	5531	FAIGA TOMASZ	OLEŚNICA	PZU SPORT TEAM	Polska	1974	M40-44	64	4:38	12,9	00:45:56	00:46:24	218	
239	3633	SZCZEPAŃSKI JAN ANTONI	ŁAŃCUT		Polska	1963	M50-54	26	4:39	12,9	00:45:50	00:46:25	219	
240	3621	NIWIŃSKI GRZEGORZ	MYŚLIBÓRZ	K.B. TUPOT USTKA	Polska	1958	M55-59	20	4:39	12,9	00:45:22	00:46:26	220	
241	4395	PILCH MAREK	KRAKÓW	BBL KRAKÓW	Polska	1954	M60-64	5	4:39	12,9	00:46:07	00:46:26	221	
242	4872	LAZAR GRAŻYNA	SIEMIANOWICE ŚL.		Polska	1974	K40-44	8	4:39	12,9	00:46:08	00:46:29		21
243	4260	SIKORA ALICJA	BIELSKO-BIAŁA	SPRINT BIELSKO BIAŁA	Polska	1952	K60-64	1	4:39	12,9	00:46:23	00:46:29		22
244	3805	STAWARZ PAWEŁ	OLEŚNICA	KB LUPUS OLEŚNICA	Polska	1969	M45-49	33	4:39	12,9	00:46:20	00:46:29	222	
245	4870	IZDEBSKI MARIUSZ	OLKUSZ	O.S.V TEAM OLKUSZ	Polska	1970	M45-49	34	4:39	12,9	00:45:21	00:46:30	223	
246	2623	MROZEK MACIEJ	ŁUKÓW ŚLĄSKI		Polska	1978	M35-39	69	4:39	12,9	00:45:46	00:46:31	224	
247	4765	ŚLIWA ANDRZEJ	JODŁOWNIK		Polska	1970	M45-49	35	4:39	12,9	00:46:09	00:46:32	225	
248	4665	SŁONINA DAWID	KRAKÓW		Polska	1978	M35-39	70	4:39	12,9	00:45:48	00:46:34	226	
249	4858	GRANAT ZBIGNIEW	WARSZAWA	A1POL-WARSZAWA	Polska	1959	M55-59	21	4:40	12,9	00:44:21	00:46:38	227	
250	2814	PISZ ROBERT	JASŁO		Polska	1959	M55-59	22	4:40	12,8	00:46:33	00:46:44	228	
251	4443	ŻELAZNY AGNIESZKA	GORLICE	KICAJ TEAM	Polska	1972	K40-44	9	4:41	12,8	00:46:37	00:46:46		23
252	4218	RAŚ TOMASZ	KRAKÓW		Polska	1979	M35-39	71	4:41	12,8	00:46:04	00:46:51	229	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
253	4696	OPOWICZ MARZENA	WARSZAWA	KB ACTIVESPORTS WARSZAWA	Polska	1963	K50-54	1	4:41	12,8	00:46:43	00:46:55		24
254	4248	STACIWA MICHAŁ	KATOWICE		Polska	1978	M35-39	72	4:41	12,8	00:46:05	00:46:55	230	
255	4252	MAJOR ZBY	KRAKÓW	NIGHT RUNNERS	Polska	1973	M40-44	65	4:42	12,8	00:46:16	00:46:57	231	
256	4298	SZCZEPANIAK PIOTR	OLSZTYN	ZUS	Polska	1968	M45-49	36	4:42	12,8	00:45:50	00:46:58	232	
257	4546	BEDNARSKI JAKUB	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1980	M35-39	73	4:43	12,7	00:46:59	00:47:05	233	
258	4834	KOKOSZKA TOMASZ	BRZESKO		Polska	1973	M40-44	66	4:43	12,7	00:46:42	00:47:05	234	
259	4217	KOPKOWICZ WOJCIECH	SKAWINA		Polska	1977	M35-39	74	4:43	12,7	00:47:07	00:47:11	235	
260	5260	FURDYNA RAFAŁ	MIELEC		Polska	1978	M35-39	75	4:43	12,7	00:46:38	00:47:14	236	
261	2993	SAPA LUCJAN	KRAKÓW		Polska	1969	M45-49	37	4:44	12,7	00:47:10	00:47:15	237	
262	3859	GROMEK MIROSLAW	BIĄŁOBRZEGI	TEAM BOMIKA	Polska	1960	M55-59	23	4:44	12,7	00:46:38	00:47:16	238	
263	2413	BARCZYK BOGDAN	CZĘSTOCHOWA	CITY CROSS CZĘSTOCHOWA	Polska	1964	M50-54	27	4:44	12,7	00:46:34	00:47:21	239	
264	2987	KOZIŃSKI DARIUSZ	ZIELONKI	PZU SPORT TEAM	Polska	1966	M45-49	38	4:44	12,7	00:46:19	00:47:21	240	
265	4472	SOB CZAK DOROTA	KLUCZE		Polska	1980	K35-39	7	4:44	12,7	00:46:23	00:47:21		25
266	4371	KLIMEK JANUSZ	KATOWICE	KLIMOSZKI TEAM	Polska	1967	M45-49	39	4:44	12,7	00:46:50	00:47:24	241	
267	4518	ZIELIŃSKI MARCIN	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1977	M35-39	76	4:44	12,7	00:46:30	00:47:24	242	
268	4866	BRZozowski JACEK	JAWORZNO		Polska	1973	M40-44	67	4:45	12,6	00:47:02	00:47:26	243	
269	3705	ADAMSKI RAFAŁ	WROCLAW	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1968	M45-49	40	4:45	12,6	00:46:55	00:47:30	244	
270	4149	SKÓRA ROBERT	RZESZÓW		Polska	1975	M40-44	68	4:46	12,6	00:47:20	00:47:37	245	
271	4830	GOGUŚ GERARD	POLKOWICE	DRUŻYNA SZPIKU SITECH	Polska	1979	M35-39	77	4:46	12,6	00:47:26	00:47:39	246	
272	3879	DUDZIK KRZYSZTOF	KRAKÓW		Polska	1958	M55-59	24	4:46	12,6	00:46:52	00:47:41	247	
273	4779	SKAWSKI TOMASZ	MYŚLENICE		Polska	1974	M40-44	69	4:46	12,6	00:47:00	00:47:41	248	
274	3887	KWIATKOWSKA IWONA	ELBLĄG		Polska	1959	K55-59	4	4:46	12,6	00:47:37	00:47:42		26
275	3888	KWIATKOWSKI KRZYSZTOF	ELBLĄG		Polska	1959	M55-59	25	4:46	12,6	00:47:37	00:47:42	249	
276	4837	PAWŁAK GRZEGORZ	KRAKÓW	BBL KRAKÓW	Polska	1979	M35-39	78	4:47	12,6	00:46:18	00:47:46	250	
277	3727	MACIEJEWSKI WIESŁAW	KNURÓW	AKB-KNURÓW	Polska	1945	M70+	1	4:47	12,5	00:47:32	00:47:51	251	
278	4683	PLUTKA MARCIN	OLKUSZ	OLKUSZBIEGA	Polska	1977	M35-39	79	4:47	12,5	00:46:15	00:47:55	252	
279	3729	KOPSZAK ZBIGNIEW	KNURÓW	AKB-KNURÓW	Polska	1961	M50-54	28	4:48	12,5	00:47:36	00:47:56	253	
280	4278	ZAJĄC ROBERT	JĘDRZEJÓW	ZUS	Polska	1969	M45-49	41	4:48	12,5	00:47:12	00:47:58	254	
281	4576	WIATER KATARZYNA	TRZEBINIA		Polska	1975	K40-44	10	4:48	12,5	00:47:11	00:47:59		27
282	4498	KUREK MARIUSZ	DĘBICA		Polska	1972	M40-44	70	4:48	12,5	00:47:16	00:48:00	255	
283	2654	NALEPA PIOTR	KRYNICA-ZDRÓJ		Polska	1975	M40-44	71	4:48	12,5	00:47:23	00:48:00	256	
284	4161	SZEW CZYK ŁUKASZ	KRAKÓW	KRWAWIE SUTY	Polska	1976	M35-39	80	4:48	12,5	00:46:51	00:48:01	257	
285	4346	BRZozowski PIOTR	JAWORZNO	KB MCKIS JAWORZNO	Polska	1969	M45-49	42	4:48	12,5	00:47:38	00:48:02	258	
286	4641	PAWŁAK MAREK	TYCHY	40 LATEK TYCHY	Polska	1945	M70+	2	4:48	12,5	00:46:58	00:48:02	259	
287	5354	PAWLIKOWSKA AGNIESZKA	KORONOWO	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAŁE	Polska	1975	K40-44	11	4:49	12,5	00:47:43	00:48:06		28
288	5391	PAWLIKOWSKII JACEK	KRAKÓW	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAŁE	Polska	1968	M45-49	43	4:49	12,5	00:47:42	00:48:06	260	
289	5174	KORDYL WALDEMAR	KRAKÓW	AZS AWF MASTERS KRAKÓW	Polska	1970	M45-49	44	4:49	12,5	00:47:50	00:48:08	261	
290	3629	JARZYŃKA KRZYSZTOF	LUBLIN		Polska	1968	M45-49	45	4:49	12,5	00:47:35	00:48:09	262	
291	4233	MARGANSKI MIECZYSLAW	KOLBUSZOWA	NIEZRZESZONY	Polska	1954	M60-64	6	4:49	12,5	00:47:40	00:48:09	263	
292	4345	ZBYTEK PRZEMYSŁAW	BYDGOSZCZ	ACTIV BYDGOSZCZ	Polska	1973	M40-44	72	4:49	12,5	00:47:50	00:48:09	264	
293	4554	ZIÓŁKOWSKI WITOLD	WITKOWO		Polska	1967	M45-49	46	4:49	12,5	00:47:37	00:48:10	265	
294	3725	KRAJEWSKI ZBIGNIEW	RADLIN		Polska	1961	M50-54	29	4:49	12,4	00:47:30	00:48:14	266	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015

Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój



Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
295	3946	FLOREK MICHAŁ	KRAKÓW		Polska	1976	M35-39	81	4:50	12,4	00:46:51	00:48:15	267	
296	4114	NOWICKI HUBERT	BŁAŻEJEWKO	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1975	M40-44	73	4:50	12,4	00:47:50	00:48:17	268	
297	4374	URBAŃCZYK KSAWERY	KREROWO	FOR RUN TEAM	Polska	1959	M55-59	26	4:50	12,4	00:47:18	00:48:18	269	
298	3765	CIEBIEŃ JERZY	DĘBICA	COTE	Polska	1967	M45-49	47	4:50	12,4	00:47:15	00:48:23	270	
299	4729	DWORSKI SŁAWOMIR	TCZEW	BIEGAJĄCY TCZEW	Polska	1960	M55-59	27	4:50	12,4	00:47:26	00:48:23	271	
300	3962	MAJŁOWSKA IRENA	GORZÓW WLKP.		Polska	1953	K60-64	2	4:51	12,4	00:48:12	00:48:29		29
301	4232	DADELA ANTONI	KRZEPICE	KB FLORIAN ZAJĄCZKDRUGIE	Polska	1952	M60-64	7	4:51	12,4	00:47:55	00:48:31	272	
302	3772	ZIMOCH MAREK	ŁÓDŹ		Polska	1974	M40-44	74	4:51	12,4	00:47:40	00:48:33	273	
303	2510	KOWANETZ MACIEJ	ZGORZELEC	EDI TEAM ZGORZELEC	Polska	1975	M40-44	75	4:52	12,3	00:48:03	00:48:35	274	
304	3745	BODZIOCH GRZEGORZ	GORLICE		Polska	1973	M40-44	76	4:52	12,3	00:48:09	00:48:36	275	
305	1676	HULANICKI ANDRZEJ	WARSZAWA	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1958	M55-59	28	4:52	12,3	00:48:07	00:48:36	276	
306	4062	OLBRYŚ STANISŁAW ADAM	NASIELSK	KB LEGIONOWO	Polska	1967	M45-49	48	4:52	12,3	00:48:12	00:48:39	277	
307	2974	GÓRKA ELŻBIETA	GRYBÓW	NIEZRZESZONA	Polska	1980	K35-39	8	4:52	12,3	00:47:46	00:48:42		30
308	4254	GOTTMAN BOGUSŁAW	OŚWIĘCIM	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1964	M50-54	30	4:53	12,3	00:48:16	00:48:46	278	
309	4704	TOKARCZYK WŁODZIMIERZ	MUSZYNA		Polska	1963	M50-54	31	4:53	12,3	00:47:18	00:48:46	279	
310	4324	BOROWSKI JAROSŁAW	OŚWIĘCIM- ZABORZE	ZADYSZKA OŚWIĘCIM	Polska	1967	M45-49	49	4:53	12,3	00:48:21	00:48:47	280	
311	4678	WISNIEWSKI JANUSZ	PRUSZKÓW		Polska	1952	M60-64	8	4:53	12,3	00:48:16	00:48:47	281	
312	4044	DZIEDZINA TOMASZ	KRAKÓW	NIGHT RUNNERS	Polska	1978	M35-39	82	4:53	12,3	00:47:54	00:48:48	282	
313	4347	BRZOZOWSKA TERESA	JAWORZNO	KB MCKIS JAWORZNO	Polska	1969	K45-49	5	4:53	12,3	00:48:27	00:48:51		31
314	4009	WSZOŁEK ADAM	LEGIONOWO	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1973	M40-44	77	4:53	12,3	00:47:57	00:48:52	283	
315	3029	BŁONIARCZYK BARBARA	NOWY SĄCZ	VISEGRAD MARATON RYTRO	Polska	1978	K35-39	9	4:54	12,3	00:47:39	00:48:55		32
316	4057	GRONDECKI GRZEGORZ	GLIWICE	BIEGAMY Z SERCEM.PL	Polska	1970	M45-49	50	4:54	12,3	00:48:01	00:48:55	284	
317	3839	DUDA MONIKA	SZCZECIN	PUSZCZYK BUKOWY	Polska	1978	K35-39	10	4:54	12,2	00:48:21	00:48:59		33
318	4547	BRAŚ PAWEŁ	KRAKÓW		Polska	1980	M35-39	83	4:54	12,2	00:48:49	00:49:04	285	
319	2200	SOKOŁOWSKI KRZYSZTOF	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1971	M40-44	78	4:55	12,2	00:48:31	00:49:07	286	
320	4023	WALCZAK DARIUSZ	BOLESŁAW	OLKUSZBIEGA.PL	Polska	1972	M40-44	79	4:55	12,2	00:47:32	00:49:07	287	
321	4702	MROWCA ROBERT	NOWY SĄCZ	PTT O/BESKID SEKCJA BIEGOWA	Polska	1968	M45-49	51	4:55	12,2	00:48:35	00:49:10	288	
322	4772	FIDELUS JOANNA	BRZESKO		Polska	1979	K35-39	11	4:55	12,2	00:48:09	00:49:11		34
323	3693	KOTLARSKI MARCIN	ŚWIEBODZICE	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1979	M35-39	84	4:55	12,2	00:48:13	00:49:11	289	
324	3652	JANZER JANUSZ	PRZEMYŚL	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1967	M45-49	52	4:55	12,2	00:48:38	00:49:15	290	
325	4075	KRĘCZYŃSKI JACEK	GLIWICE		Polska	1950	M65-69	7	4:55	12,2	00:48:05	00:49:15	291	
326	4398	PREISNER RENATA	PRZEMYŚL		Polska	1966	K45-49	6	4:55	12,2	00:48:37	00:49:15		35
327	2988	WITEK-PIOTROWSKA EWA	WARSZAWA	TEAM ORTOREH	Polska	1975	K40-44	12	4:55	12,2	00:48:46	00:49:15		36
328	3916	RECLIK JAROSŁAW	SKRZYSZÓW	FORMA WODZISŁAW ŚL.	Polska	1966	M45-49	53	4:56	12,2	00:48:28	00:49:16	292	
329	3928	SUŁKOWSKI ALEKSANDER	KATOWICE	WUJEK BIEGA	Polska	1979	M35-39	85	4:56	12,2	00:47:45	00:49:17	293	
330	4478	ZURAWSKI SŁAWOMIR	KATOWICE	PGB SPORTOWA PACZK	Polska	1979	M35-39	86	4:56	12,2	00:48:48	00:49:18	294	
331	3700	FLOREK PAWEŁ	KRAKÓW		Polska	1970	M45-49	54	4:56	12,2	00:47:55	00:49:20	295	
332	4326	SZATON BOGUSŁAW	CZELADŹ		Polska	1969	M45-49	55	4:56	12,2	00:48:42	00:49:21	296	
333	4792	MATŁĄG CZESŁAW	KŁĘCZANY	WIŚNIEWSKI	Polska	1966	M45-49	56	4:56	12,2	00:48:38	00:49:22	297	
334	4485	ŚLIWAKOWSKI WOJCIECH	WOLA JEDLIŃSKA 20		Polska	1971	M40-44	80	4:56	12,2	00:48:45	00:49:22	298	
335	4567	OLESAK TOMASZ	NISKO	KMP TARNOBRZEG	Polska	1967	M45-49	57	4:56	12,1	00:48:19	00:49:23	299	
336	4132	GŁÓWKA BARTOSZ	BRAK	RAFAKO S.A.	Polska	1976	M35-39	87	4:56	12,1	00:48:12	00:49:24	300	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
337	3935	GRELA DARIUSZ	KATOWICE	WUJEK BIEGA	Polska	1977	M35-39	88	4:56	12,1	00:47:51	00:49:24	301	
338	4013	KLAWENDER RYSZARD	GLIWICE	BIEGAMY Z SERCEM.PL	Polska	1959	M55-59	29	4:56	12,1	00:49:10	00:49:24	302	
339	3921	SZCZUREK MARIUSZ	NOWY SĄCZ		Polska	1975	M40-44	81	4:56	12,1	00:48:55	00:49:24	303	
340	4469	RYSZ TOMASZ	SANOK		Polska	1977	M35-39	89	4:57	12,1	00:48:13	00:49:27	304	
341	2797	PARUZEL IRENEUSZ	MIKOŁÓW		Polska	1972	M40-44	82	4:57	12,1	00:47:13	00:49:28	305	
342	4734	KULIBERDA ROMAN	KRAKÓW	KLUB BIEGACZA RTV EURO AGD	Polska	1972	M40-44	83	4:57	12,1	00:48:33	00:49:29	306	
343	3058	KUCZAJ ARKADIUSZ	DĘBICA	KORAL	Polska	1975	M40-44	84	4:57	12,1	00:47:56	00:49:32	307	
344	4474	FRANCIKOWSKA DOROTA	OSIEK N/NOT	MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1966	K45-49	7	4:57	12,1	00:49:06	00:49:33		37
345	3620	WYSOCKI TOMASZ	RYBNIK		Polska	1972	M40-44	85	4:57	12,1	00:48:48	00:49:33	308	
346	4667	KRYGOWSKI WOJCIECH	KRAKÓW		Polska	1973	M40-44	86	4:57	12,1	00:49:03	00:49:34	309	
347	3577	KSIĘŻYK JACEK	MYSŁOWICE	TRUCHTACZ MYSŁOWICE	Polska	1968	M45-49	58	4:57	12,1	00:48:36	00:49:34	310	
348	4671	LITWORA MAREK	MYŚLENICE		Polska	1980	M35-39	90	4:58	12,1	00:48:28	00:49:35	311	
349	2608	STAŃCZYK KAROLINA	WARSAW		Polska	1974	K40-44	13	4:58	12,1	00:48:24	00:49:35		38
350	4223	MURAT BARTOSZ	ŁOMŻA	KOMENDA MIEJSKA POLICJI W ŁOMŻY	Polska	1975	M40-44	87	4:58	12,1	00:49:18	00:49:38	312	
351	5378	NIEWIAROWSKI ANDRZEJ	ŁÓDŹ		Polska	1955	M60-64	9	4:58	12,1	00:48:11	00:49:39	313	
352	4338	BARNAŚ GRZEGORZ	TARNÓW	SOKÓŁ TARNÓW	Polska	1965	M50-54	32	4:58	12,1	00:49:14	00:49:40	314	
353	3816	GĘBSKI ANDRZEJ	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1975	M40-44	88	4:58	12,1	00:48:58	00:49:40	315	
354	4589	GÓRNICKI MAREK	WIELISZEW	BMWP KGP	Polska	1955	M60-64	10	4:58	12,1	00:49:14	00:49:41	316	
355	3636	RYŚ WACŁAW	MYŚLENICE	TKKF UKLEJNA MYŚLENICE	Polska	1957	M55-59	30	4:58	12,1	00:49:42	00:49:44	317	
356	4268	KOSAKOWSKI PIOTR	WARSAWA	ZUS	Polska	1969	M45-49	59	4:59	12,1	00:48:57	00:49:45	318	
357	4115	PELCZYK MARIUSZ	KÓRNIK	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1967	M45-49	60	4:59	12,1	00:48:32	00:49:45	319	
358	3806	SZYPORTA EWA	NAMYSŁÓW		Polska	1977	K35-39	12	4:59	12,1	00:48:57	00:49:45		39
359	4471	RYCHTER ADRIANA	MAGDALENKA		Polska	1977	K35-39	13	4:59	12,1	00:49:08	00:49:47		40
360	2618	MICHAŁEK JAROSŁAW	BRAK	ONE WAY TICKET	Polska	1965	M50-54	33	4:59	12,0	00:49:41	00:49:50	320	
361	4529	CZAPLA WŁODZIMIERZ	KAMIENSK		Polska	1976	M35-39	91	4:59	12,0	00:48:54	00:49:51	321	
362	3638	LITWORA SEBASTIAN	MYŚLENICE		Polska	1978	M35-39	92	4:59	12,0	00:48:44	00:49:52	322	
363	4590	BAKOWSKI RYSZARD	WARSAWA	BMWP KGP	Polska	1961	M50-54	34	5:00	12,0	00:49:08	00:49:55	323	
364	4528	ZIĘBA JACEK	BALICE	ZABIERZÓW BIEGA	Polska	1966	M45-49	61	5:00	12,0	00:48:23	00:49:55	324	
365	4109	KLONOWSKI MICHAŁ	DZIEĆMIEROWO	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1973	M40-44	89	5:00	12,0	00:48:43	00:49:56	325	
366	4318	WIŚNIEWSKI ROBERT	WARSAWA		Polska	1971	M40-44	90	5:00	12,0	00:49:20	00:49:56	326	
367	3778	KOŁODZIEJ MAGDALENA	CZCHÓW		Polska	1979	K35-39	14	5:00	12,0	00:49:02	00:49:59		41
368	4032	STANOSZEK AGNIESZKA	MYSŁOWICE	POWERADE TEAM	Polska	1971	K40-44	14	5:00	12,0	00:49:07	00:49:59	42	
369	2769	ZYDEK PAWEŁ			Polska	1970	M45-49	62	5:00	12,0	00:49:17	00:49:59	327	
370	4822	KONOFAL KATARZYNA	RYDUŁTOWY		Polska	1968	K45-49	8	5:00	12,0	00:49:16	00:50:00		43
371	2131	MAZUR BOGUSŁAW	STRZYŻÓW		Polska	1966	K45-49	9	5:00	12,0	00:49:03	00:50:00		44
372	4074	BŁĄDEK JANUSZ	RUDNIK NAD SANEM	WKU W SANDOMIERZU	Polska	1963	M50-54	35	5:00	12,0	00:48:22	00:50:02	328	
373	2656	KROCHMAL ANDRZEJ	WARSAWA	O/PTTK WARSAWA PRAGA	Polska	1956	M55-59	31	5:00	12,0	00:49:35	00:50:02	329	
374	3701	CHOLEWA ADAM	TARNÓW		Polska	1969	M45-49	63	5:00	12,0	00:48:40	00:50:05	330	
375	2474	ORZĘLEK SŁAWOMIR	PANKI	ZABIEGANI CZĘSTOCHOWA	Polska	1956	M55-59	32	5:01	12,0	00:49:45	00:50:06	331	
376	5408	JĘŻOWSKI SŁAWOMIR	WARSAWA	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAB	Polska	1961	M50-54	36	5:01	12,0	00:49:35	00:50:07	332	
377	5410	ŚWIERCZYŃSKI ZBIGNIEW	CZERSK	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAB	Polska	1950	M65-69	8	5:01	12,0	00:49:35	00:50:07	333	
378	5470	OLSZÓWKA ROBERT	STARE BABICE	KWPOLSKA.PL	Polska	1966	M45-49	64	5:01	12,0	00:49:56	00:50:09	334	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
379	2758	KOROBESKO LIUDMILA	MOSCOW	7SUMMITS	Polska	1974	K40-44	15	5:01	12,0	00:49:10	00:50:10		45
380	4803	SERAFIN BARTŁOMIEJ	KORZENNA	WIŚNIEWSKI	Polska	1977	M35-39	93	5:01	12,0	00:49:27	00:50:12	335	
381	4263	ANDRUSZKIEWICZ ARKADIUSZ	TYCHY		Polska	1978	M35-39	94	5:01	11,9	00:49:23	00:50:15	336	
382	1361	BIERNACKI ROBERT	NOWY SĄCZ	PTT SEKCJA BIEGOWA	Polska	1970	M45-49	65	5:02	11,9	00:48:57	00:50:17	337	
383	2927	WOSK JACEK	RYKI	PZU SPORT TEAM	Polska	1962	M50-54	37	5:02	11,9	00:48:57	00:50:17	338	
384	1719	AUGUSTYŃSKA JOLANTA	NOWY SĄCZ	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1974	K40-44	16	5:02	11,9	00:48:58	00:50:18		46
385	4896	BIERON MARCIN	KATOWICE		Polska	1980	M35-39	95	5:02	11,9	00:49:04	00:50:18	339	
386	3853	HORBACZEWSKI MAREK	CHEŁM		Polska	1962	M50-54	38	5:02	11,9	00:49:16	00:50:18	340	
387	4826	GAŚNICA MAŁGORZATA	KOŚCIELISKO		Polska	1963	K50-54	2	5:02	11,9	00:49:11	00:50:19		47
388	4788	KOC GRZEGORZ	NOWY SĄCZ	WIŚNIEWSKI	Polska	1975	M40-44	91	5:02	11,9	00:48:53	00:50:19	341	
389	4047	SZELWACHOWSKI DARIUSZ	WARSZAWA		Polska	1964	M50-54	39	5:02	11,9	00:49:31	00:50:19	342	
390	5506	BRACICHOWICZ BOGUMIŁA	ŚWIECIE	THE RUNNERS ŚWIECIE	Polska	1964	K50-54	3	5:03	11,9	00:49:44	00:50:28		48
391	2564	RAPCZYŃSKI WITOLD	WARSZAWA	SPÓJNIA WARSZAWA	Polska	1970	M45-49	66	5:03	11,9	00:49:05	00:50:30	343	
392	4412	PORADA MAŁGORZATA	BRAK	BB L OPOLE	Polska	1973	K40-44	17	5:03	11,9	00:49:37	00:50:31		49
393	4500	JANICKI TOMASZ	KRAKÓW	RUN BIMBER RUN!	Polska	1976	M35-39	96	5:03	11,9	00:49:12	00:50:34	344	
394	4322	MAŚLANKA ROBERT	TARNÓW	KUNG-FU TARNÓW	Polska	1975	M40-44	92	5:03	11,9	00:48:52	00:50:35	345	
395	3716	GOGOLIN ZBIGNIEW	TORUŃ		Polska	1972	M40-44	93	5:04	11,8	00:50:25	00:50:40	346	
396	3033	BUKOWSKI JANUSZ			Polska	1956	M55-59	33	5:04	11,8	00:50:33	00:50:42	347	
397	5458	ŚWIERK STANISŁAW	JANOWICE WIELKIE	NATURALNIE JANOWICE	Polska	1956	M55-59	34	5:04	11,8	00:49:23	00:50:42	348	
398	4360	SLIWAKOWSKA MAGDALENA	BRAK		Polska	1975	K40-44	18	5:05	11,8	00:50:08	00:50:45		50
399	4052	PRYMAKOWSKA BARBARA	TARNÓW	SOKÓŁ TARNÓW	Polska	1943	K70+	1	5:05	11,8	00:50:36	00:50:46		51
400	4397	TURCZA IWONA	SIEPRAW	DOBCZYCKI KLUB BIEGACZA	Polska	1978	K35-39	15	5:05	11,8	00:50:20	00:50:49		52
401	3938	DUBANIK ZBIGNIEW	DĘBICA	MARATOŃCZYK DĘBICA	Polska	1957	M55-59	35	5:05	11,8	00:50:45	00:50:50	349	
402	3873	SZYMAŃSKI JAROSŁAW	SZCZECINEK	ZUS	Polska	1969	M45-49	67	5:05	11,8	00:50:00	00:50:51	350	
403	4152	CHUCHMACZ GRZEGORZ	WYSIOŁEK LUBORZYCKI		Polska	1979	M35-39	97	5:05	11,8	00:49:17	00:50:53	351	
404	4389	NIEWIELSKI JANUSZ	WIELICZKA	UKS GIMNAZJON WIELICZKA	Polska	1965	M50-54	40	5:06	11,8	00:49:40	00:50:55	352	
405	3653	GRABSKA RENATA	RZESZÓW	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1950	K65-69	1	5:06	11,8	00:49:30	00:50:56		53
406	4908	MAŁECKI BOGDAN	NOWY SĄCZ		Polska	1979	M35-39		5:06	11,8	00:49:54	00:50:56	353	
407	5246	KRAJEWSKA-HOROSZ ANNA	WARSZAWA		Polska	1971	K40-44	19	5:06	11,8	00:50:17	00:50:57		54
408	3718	BAK MACIEJ	WARSZAWA	ORANGE POLSKA/NIGHT RUNNERS	Polska	1973	M40-44	94	5:06	11,8	00:50:01	00:50:58	354	
409	4077	BOCHEŃSKA EWA	WROCŁAW	SISTERS	Polska	1972	K40-44	20	5:06	11,8	00:50:04	00:50:59		55
410	4094	STĘPIEŃ JULITA	GARBATKA		Polska	1975	K40-44	21	5:06	11,8	00:50:20	00:50:59		56
411	4158	CYWIŃSKI BARTŁOMIEJ	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1977	M35-39	99	5:06	11,8	00:49:13	00:51:01	355	
412	4825	LENIART BOGDAN	SOBIN	DRUŻYNA SZPIKU SITECH	Polska	1972	M40-44	95	5:06	11,8	00:50:50	00:51:03	356	
413	4336	CIESIELSKI DARIUSZ	KIETRZ	KS GRYF KIETRZ	Polska	1969	M45-49	68	5:07	11,7	00:49:37	00:51:05	357	
414	3692	JABŁECKI ARTUR	FRYSZTAK	KS STRYZÓW MTB TEAM	Polska	1979	M35-39	100	5:07	11,7	00:50:46	00:51:05	358	
415	4523	NAGABA EWA	KRAPKOWICE	KRAPKOWICE	Polska	1976	K35-39	16	5:07	11,7	00:50:30	00:51:07		57
416	4524	NAGABA GRZEGORZ	KRAPKOWICE	DRINK TEAM	Polska	1973	M40-44	96	5:07	11,7	00:50:30	00:51:07	359	
417	3984	PNIAK ROBERT	JAWORZNO	SZALONE STOPY JAWORZNA	Polska	1968	M45-49	69	5:08	11,7	00:51:03	00:51:16	360	
418	2598	ZŁOTNICKI ARKADIUSZ	TARNÓW		Polska	1972	M40-44	97	5:08	11,7	00:50:58	00:51:18	361	
419	4285	DUDKIEWICZ LESZEK	KOSZALIN	ZUS	Polska	1950	M65-69	9	5:08	11,7	00:50:45	00:51:19	362	
420	1846	KORDOS JAN	KRAKÓW	KKB.DYSTANS.KRAKÓW	Polska	1949	M65-69	10	5:08	11,7	00:50:28	00:51:19	363	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
421	3788	SZYMAŃSKI ADAM	POŁANIEC		Polska	1960	M55-59	36	5:08	11,7	00:50:40	00:51:20	364	
422	4040	ŁOZIŃSKA EDYTA	RUDA ŚLĄSKA	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1980	K35-39	17	5:08	11,7	00:50:30	00:51:21		58
423	3664	GRZESZCZAK MAŁGORZATA	GDYNIA	PARK RUN	Polska	1975	K40-44	22	5:09	11,7	00:50:50	00:51:27		59
424	4033	STANOSZEK ROBERT	MYSŁOWICE	POWERADE TEAM	Polska	1971	M40-44	98	5:09	11,7	00:50:36	00:51:28	365	
425	4773	WOJTANOWSKI WIESŁAW	TARNÓW	NIEZRZESZONY	Polska	1957	M55-59	37	5:09	11,7	00:50:34	00:51:29	366	
426	5567	JAKUBOWSKI DANIEL	PRUSZKÓW		Polska	1977	M35-39	101	5:09	11,6	00:50:01	00:51:31	367	
427	4889	KALETA AGIESZKA	TYCHY	40-LATEK	Polska	1974	K40-44	23	5:09	11,6	00:50:48	00:51:31		60
428	4511	MAKAROWSKI PAWEŁ	WARSZAWA	CBŚP	Polska	1978	M35-39	102	5:09	11,6	00:48:58	00:51:31	368	
429	4270	TARCZYŃSKI WIESŁAW	PIASECZNO	ZUS	Polska	1970	M45-49	70	5:09	11,6	00:50:49	00:51:33	369	
430	3533	BOROWIECKI PIOTR	KRAKÓW		Polska	1964	M50-54	41	5:10	11,6	00:49:48	00:51:35	370	
431	2971	DARDZIŃSKI PIOTR	MOGILANY		Polska	1972	M40-44	99	5:10	11,6	00:51:02	00:51:35	371	
432	2979	TOKARZ ROBERT	TARNÓW		Polska	1972	M40-44	100	5:10	11,6	00:50:56	00:51:37	372	
433	4150	MACHAJ TOMASZ	RZESZÓW		Polska	1976	M35-39	103	5:10	11,6	00:50:34	00:51:42	373	
434	3939	IZWORSKI MARIUSZ	PIWNICZNA ZDRÓJ		Polska	1976	M35-39	104	5:11	11,6	00:51:39	00:51:45	374	
435	4388	WIECZOREK IZABELLA	WARSZAWA		Polska	1969	K45-49	10	5:11	11,6	00:50:33	00:51:45		61
436	3840	SUŚLIK SOBIESŁAW	MYSŁOWICE		Polska	1974	M40-44	101	5:11	11,6	00:50:42	00:51:46	375	
437	3073	ZAZIĄBŁ WOJCIECH			Polska	1975	M40-44	102	5:11	11,6	00:50:43	00:51:48	376	
438	816	GRABEK RADOSŁAW	WARSZAWA		Polska	1975	M40-44	103	5:11	11,6	00:50:24	00:51:49	377	
439	4401	JACKOWSKA KATARZYNA	OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSK	BBL OSTROWIEC	Polska	1971	K40-44	24	5:11	11,6	00:50:54	00:51:52		62
440	4687	WOJTANOWICZ MARCIN	ZDUŃSKA WOLA	BRUBECK TEAM	Polska	1976	M35-39	105	5:11	11,6	00:50:49	00:51:53	378	
441	4344	DZIUBDZIELA JAROSŁAW	KATOWICE		Polska	1957	M55-59	38	5:12	11,6	00:51:14	00:51:56	379	
442	4162	KORNAŚ ANDRZEJ	KRAKÓW	KUKUCZSPORT.PL	Polska	1980	M35-39	106	5:12	11,5	00:51:00	00:51:57	380	
443	5488	LIS JAN	KRAKÓW	JURAJSKI PÓLMARATON	Polska	1979	M35-39	107	5:12	11,5	00:50:52	00:51:58	381	
444	4095	STĘPIEŃ MARCIN	GARBATKA		Polska	1975	M40-44	104	5:12	11,5	00:51:19	00:51:58	382	
445	3872	SZYMAŃSKA EWA	SZCZECINEK	ZUS	Polska	1970	K45-49	11	5:12	11,5	00:51:07	00:51:58		63
446	4752	HUZIOR ROMAN	ORZESZE		Polska	1967	M45-49	71	5:12	11,5	00:51:05	00:51:59	383	
447	2873	WARECKI TOMASZ	GORLICE		Polska	1968	M45-49	72	5:12	11,5	00:51:06	00:51:59	384	
448	4631	BAJOREK GRZEGORZ	TARNÓW		Polska	1972	M40-44	105	5:12	11,5	00:50:08	00:52:01	385	
449	4435	MAZUR GRZEGORZ	TARNÓW	GRUPA SKROMNYCH BIEGACZY TARNÓW	Polska	1974	M40-44	106	5:12	11,5	00:50:08	00:52:01	386	
450	3883	SOKOŁOWSKI PIOTR	TARNÓW		Polska	1970	M45-49	73	5:12	11,5	00:51:17	00:52:03	387	
451	4302	KRZESIŃSKI SŁAWOMIR	PIOTRKÓW TRYBUNALSKI	ZUS	Polska	1964	M50-54	42	5:13	11,5	00:50:27	00:52:05	388	
452	3070	ZMYJ DANUTA	WIELICZKA	PZU SPORT TEAM	Polska	1974	K40-44	25	5:13	11,5	00:50:49	00:52:08		64
453	4609	ŁOPATKIEWICZ PIOTR	JEDLICZE	PWSZ	Polska	1965	M50-54	43	5:13	11,5	00:51:46	00:52:10	389	
454	2972	CHOJECKI ŁUKASZ			Polska	1974	M40-44	107	5:13	11,5	00:51:41	00:52:11	390	
455	5185	KACZMARSKI DARIUSZ	KRAKÓW	AZS AWF KRAKÓW MASTERS	Polska	1962	M50-54	44	5:13	11,5	00:51:52	00:52:12	391	
456	5351	LARIN SERGEY	TVER	7SUMMITS	Polska	1959	M55-59	39	5:13	11,5	00:52:01	00:52:12	392	
457	4207	KUBISZYN ALICJA	RZESZÓW		Polska	1972	K40-44	26	5:13	11,5	00:51:05	00:52:13		65
458	4418	DUBIECKI MARIUSZ	WARSZAWA	BIŻUTERIA SPORTOWA.COM	Polska	1969	M45-49	74	5:14	11,5	00:51:25	00:52:16	393	
459	2516	MACHLOWSKA GRAŻYNA	KRAKÓW	KKB DYSTANS KRAKÓW	Polska	1963	K50-54	4	5:14	11,5	00:51:48	00:52:16		66
460	3925	MARUSZCZYK SYLWIA	RYBNIK		Polska	1975	M40-44	108	5:14	11,5	00:51:34	00:52:17	394	
461	4863	WOJTKO PIOTR	JABŁONNA		Polska	1977	M35-39	108	5:14	11,5	00:51:08	00:52:18	395	
462	4618	BOGDAN MAGDALENA	KRAKÓW	NIGHT RUNNERS	Polska	1978	K35-39	18	5:14	11,5	00:51:25	00:52:20		67

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
463	4261	PIĘKOŚ MAGDALENA	BIELSKO BIAŁA	PIĘKOŚ DREAM TEAM	Polska	1973	K40-44	27	5:14	11,5	00:51:08	00:52:22		68
464	4281	TYRAJSKI KRZYSZTOF	WARSZAWA	ZUS	Polska	1957	M55-59	40	5:15	11,4	00:51:18	00:52:25	396	
465	3920	KAPUŚCIŃSKA ANNA	ŚWIĘTOCHŁOWICE	OSRODEK JOGGINGU	Polska	1952	K60-64	3	5:15	11,4	00:52:17	00:52:26		69
466	3846	LIPNIACKI PAWEŁ	PISARY	ZABIERZÓW BIEGA	Polska	1972	M40-44	109	5:15	11,4	00:50:35	00:52:29	397	
467	4623	WOŁOSZYŃ GRZEGORZ	MUSZYNA		Polska	1980	M35-39	109	5:15	11,4	00:51:31	00:52:29	398	
468	2755	JASTRZĘBSKA-SOBOLEWSKA AGNIESZKA	WARSZAWA		Polska	1975	K40-44	28	5:15	11,4	00:51:19	00:52:30		70
469	2798	OKO KATARZYNA	BRĄK		Polska	1980	K35-39	19	5:15	11,4	00:50:35	00:52:30		71
470	4022	WALCZAK AGNIESZKA	BOLESŁAW	OLKUSZBIEGA.PL	Polska	1977	K35-39	20	5:15	11,4	00:50:54	00:52:30		72
471	3779	WAJCOWICZ WITOLD	SANOK	ZUS	Polska	1974	M40-44	110	5:15	11,4	00:51:49	00:52:31	399	
472	3702	ROGÓŻ ELŻBIETA	WARSZAWA		Polska	1978	K35-39	21	5:15	11,4	00:52:06	00:52:32		73
473	4325	KUSIAK DANUTA	GRODZISK WIELKOPOLSKI	GRODZISKI KLUB BIEGACZA	Polska	1960	K55-59	5	5:15	11,4	00:52:17	00:52:33		74
474	3754	SZAŃCA MONIKA	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1979	K35-39	22	5:15	11,4	00:50:29	00:52:33		75
475	4296	CHMIELEWSKA SYLWIA	LEGNICA	ZUS	Polska	1970	K45-49	12	5:15	11,4	00:51:50	00:52:34		76
476	3991	CIERNIAK ZDZISŁAW	KRAKÓW	ESKADRA MASTERS	Polska	1953	M60-64	11	5:15	11,4	00:52:09	00:52:35	400	
477	4562	KITA KATARZYNA	JADOWNIKI	BKB VICTORIA BRZESKO	Polska	1978	K35-39	23	5:15	11,4	00:51:13	00:52:35		77
478	3645	CHELMICKA MAGDALENA	KRAKÓW	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1971	K40-44	29	5:16	11,4	00:51:28	00:52:36		78
479	4710	DUTKA MARCIN	NOWY SĄCZ		Polska	1976	M35-39	110	5:17	11,4	00:51:11	00:52:46	401	
480	4757	PIZOŃ ROMAN	LUBIN	MTS DRUŻYNA SZPIKU	Polska	1968	M45-49	75	5:17	11,4	00:51:19	00:52:49	402	
481	4751	GÓRNIK ADAM	WARSZAWA		Polska	1979	M35-39	111	5:17	11,4	00:51:14	00:52:50	403	
482	2536	SZAFRANIEC MARCIN	MYŚLENICE		Polska	1978	M35-39	112	5:17	11,4	00:51:42	00:52:50	404	
483	4619	WARZYCHA MARCIN	RABKA-ZDRÓJ		Polska	1971	M40-44	111	5:17	11,4	00:51:07	00:52:50	405	
484	2549	KOKOT ROMAN	DYNÓW	AKTYWNY DYNÓW	Polska	1979	M35-39	113	5:17	11,3	00:51:41	00:52:53	406	
485	4431	KOWALCZYKOWSKA AGNIESZKA	ŁÓDŹ		Polska	1978	K35-39	24	5:17	11,3	00:51:35	00:52:53		79
486	4690	ZUBIEL JAROSŁAW	MIELEC		Polska	1970	M45-49	76	5:17	11,3	00:52:12	00:52:53	407	
487	4055	RUTKOWSKI GRZEGORZ	JEŻOWE	KLUB MATIEGO	Polska	1965	M50-54	45	5:17	11,3	00:52:34	00:52:55	408	
488	5330	CYGANIEWICZ LESZEK	KRAKÓW	JASIEK MELA TEAM	Polska	1957	M55-59	41	5:18	11,3	00:52:27	00:52:56	409	
489	4228	DZIKOWSKI RYSZARD	MUROWANA GOŚLINA	KB.GEPARD	Polska	1959	M55-59	42	5:18	11,3	00:51:56	00:52:57	410	
490	4608	ŁOPATKIEWICZ BEATA	KROSNO		Polska	1966	K45-49	13	5:18	11,3	00:52:37	00:53:00		80
491	4836	CHAŚ DARIUSZ	ŻYTNO		Polska	1979	M35-39	114	5:18	11,3	00:51:51	00:53:01	411	
492	4119	IMIOŁEK ARKADIUSZ	PILCHOWICE	ED-CERT	Polska	1971	M40-44	112	5:18	11,3	00:51:46	00:53:01	412	
493	4599	RZEŹNIK MARIUSZ	RAWICZ		Polska	1977	M35-39		5:18	11,3	00:52:10	00:53:02	413	
494	4731	FIBIC SZYMON	RYBNIK		Polska	1978	M35-39	116	5:18	11,3	00:51:04	00:53:03	414	
495	4426	SENDER ANDRZEJ	WIELICZKA		Polska	1958	M55-59	43	5:18	11,3	00:52:34	00:53:03	415	
496	4632	BAJOREK ZOFIA	TARNÓW		Polska	1975	K40-44	30	5:19	11,3	00:51:37	00:53:05		81
497	5405	MIECH WIESŁAW	PŁOCK	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEMIDOMYCH I SŁAI	Polska	1954	M60-64	12	5:19	11,3	00:52:35	00:53:07	416	
498	5392	ZACHEJA MARIUSZ	TŁUSZCZ	STOWARZYSZENIE CROSS	Polska	1976	M35-39	117	5:19	11,3	00:52:35	00:53:07	417	
499	4695	MOŹDŻYŃSKI JAROSŁAW	WŁOCLAWEK		Polska	1966	M45-49	77	5:19	11,3	00:51:09	00:53:11	418	
500	2590	RYMAR PAWEŁ	MIEJSCE PIASTOWE		Polska	1973	M40-44	113	5:19	11,3	00:52:08	00:53:14	419	
501	4700	JABŁKOWSKA MONIKA	WARSZAWA	BANK BPH RUNNERS TEAM	Polska	1969	K45-49	14	5:20	11,3	00:52:31	00:53:16		82
502	3611	MIERNICKI MARIUSZ	DZIERŻONIÓW		Polska	1959	M55-59	44	5:20	11,3	00:52:04	00:53:16	420	
503	4035	RACZYŃSKA MAŁGORZATA	MYSŁOWICE	POWERADE TEAM	Polska	1975	K40-44	31	5:20	11,3	00:52:25	00:53:17		83
504	4909	CZAMPIEL MIROSLAW	RYBNIK		Polska	1966	M45-49	78	5:20	11,3	00:51:56	00:53:19	421	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
505	4745	GIBAŁA MARCIN	BOCHNIA		Polska	1972	M40-44	114	5:20	11,3	00:52:20	00:53:19	422	
506	2472	MAGDZIARZ DARIUSZ	LUBLIN	SPORT.SANEA.PL	Polska	1962	M50-54	46	5:20	11,3	00:52:31	00:53:20	423	
507	4337	SIELECKI MICHAŁ	KOMOROWO	DRUŻYNA SZPIKU	Polska	1977	M35-39	118	5:21	11,2	00:52:10	00:53:26	424	
508	4349	SUCHCICKI MAREK	JASZENICA	ROCH JASZENICA	Polska	1977	M35-39	119	5:21	11,2	00:52:10	00:53:26	425	
509	4118	CZYŻ PIOTR	GDAŃSK	AKADEMIA BIEGANIA	Polska	1966	M45-49	79	5:21	11,2	00:51:32	00:53:27	426	
510	2983	TRELA KRZYSZTOF	MUSZYNA		Polska	1970	M45-49	80	5:21	11,2	00:51:57	00:53:28	427	
511	4891	ZACHARA ADAM	KRAKÓW		Polska	1977	M35-39	120	5:21	11,2	00:52:20	00:53:29	428	
512	2877	CHMIELEWSKI MARIUSZ	ŁABOWA		Polska	1977	M35-39	121	5:21	11,2	00:51:22	00:53:30	429	
513	4911	JAROSZEWSKI GRZEGORZ	CZĘSTOCHOWA		Polska	1971	M40-44	115	5:22	11,2	00:52:50	00:53:35	430	
514	5175	KIEC EWA	WARSZAWA	BIEGAM NA TARCHOMINIE	Polska	1977	K35-39	25	5:22	11,2	00:51:37	00:53:35		84
515	3717	SZENDZIELORZ BOGUSŁAW	RADLIN		Polska	1964	M50-54	47	5:22	11,2	00:52:51	00:53:36	431	
516	4890	ĆWIERZYŃSKI PAWEŁ	WARSZAWA	CELLFOOD TEAM	Polska	1976	M35-39	122	5:22	11,2	00:52:04	00:53:39	432	
517	2883	PIĄTEK ANDRZEJ	RZESZÓW	KORAL	Polska	1958	M55-59	45	5:22	11,2	00:52:29	00:53:40	433	
518	4807	WOŹNIAK MICHAŁ	NOWY SĄCZ	WIŚNIEWSKI	Polska	1976	M35-39	123	5:22	11,2	00:52:41	00:53:41	434	
519	4918	GROCHAŁA KRZYSZTOF	GŁOGÓW	TEAMBBLGŁOGÓW	Polska	1973	M40-44	116	5:22	11,2	00:52:47	00:53:43	435	
520	3881	LENKIEWICZ RYSZARD	GDAŃSK	AKADEMIA BIEGANIA	Polska	1957	M55-59	46	5:22	11,2	00:52:10	00:53:44	436	
521	2594	MARCINEK KRZYSZTOF	LUBLIN	PZU SPORT TEAM	Polska	1980	M35-39	124	5:22	11,2	00:52:39	00:53:44	437	
522	5473	KROCHMAL GRZEGORZ	WOLICA		Polska	1959	M55-59	47	5:23	11,1	00:52:51	00:53:50	438	
523	4304	SZUTA MAREK	CZARNKÓW	ZUS	Polska	1966	M45-49	81	5:23	11,1	00:52:40	00:53:51	439	
524	4091	SZAŁYGA DARIUSZ	RZESZÓW		Polska	1964	M50-54	48	5:23	11,1	00:52:30	00:53:54	440	
525	4056	PAJURA AGATA	GRABINY		Polska	1968	K45-49	15	5:24	11,1	00:52:15	00:53:56		85
526	2889	LEGUTKO KAZIMIERA	NOWY SĄCZ		Polska	1958	K55-59	6	5:24	11,1	00:53:07	00:53:59		86
527	4045	BACZYŃSKA JADWIGA	NOWY SĄCZ		Polska	1952	K60-64	4	5:24	11,1	00:53:06	00:54:00		87
528	3855	ŚWIĘTEK TOMASZ	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1974	M40-44	117	5:24	11,1	00:51:47	00:54:04	441	
529	3676	JAKUBCZYK BARBARA	PSARY	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1966	K45-49	16	5:25	11,1	00:53:50	00:54:06		88
530	4640	KASZUBA BEATA	PIEKARY ŚLĄSKIE		Polska	1977	K35-39	26	5:25	11,1	00:53:39	00:54:06		89
531	3613	ŁECHTAŃSKA GRAŻYNA	GOLINA	KB WARTKO	Polska	1970	K45-49	17	5:25	11,1	00:52:48	00:54:07		90
532	3690	SZUMIŃSKA IRENA	GOLINA	KB WARTKO	Polska	1961	K50-54	5	5:25	11,1	00:52:49	00:54:07		91
533	3882	ŁUKASZEWICZ BARBARA	GDAŃSK	AKADEMIA BIEGANIA	Polska	1971	K40-44	32	5:25	11,1	00:52:35	00:54:08		92
534	4327	TRYSTUŁA DARIUSZ	KRAKÓW		Polska	1969	M45-49	82	5:25	11,1	00:52:02	00:54:09	442	
535	3817	HERNIK JACEK	WARSZAWA		Polska	1959	M55-59	48	5:25	11,1	00:52:32	00:54:12	443	
536	3728	KOPSAK LIDIA	KNURÓW	AKB-KNURÓW	Polska	1961	K50-54	6	5:25	11,1	00:53:53	00:54:13		93
537	3867	KOWAL BEATA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1970	K45-49	18	5:25	11,1	00:52:51	00:54:13		94
538	4402	PYSZKOWSKA URSZULA	OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSK	BBL OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSKI	Polska	1976	K35-39	27	5:25	11,1	00:53:15	00:54:13		95
539	4588	ROSIŃSKI DAMIAN	WARSZAWA	BMW P	Polska	1978	M35-39	125	5:26	11,1	00:53:50	00:54:15	444	
540	2799	KWAŚNY JERZY	BRZYSKA	MGM	Polska	1973	M40-44	118	5:26	11,1	00:52:52	00:54:16	445	
541	4321	MAŚLANKA RENATA	TARNÓW	KUNG-FU TARNÓW	Polska	1978	K35-39	28	5:26	11,1	00:52:33	00:54:16		96
542	4173	ZACH ŁUKASZ	TARNÓW		Polska	1979	M35-39	126	5:26	11,1	00:54:09	00:54:17	446	
543	4006	JOŃCZYK STANISŁAW	LEGIONOWO	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1966	M45-49	83	5:26	11,0	00:53:31	00:54:18	447	
544	5386	ORŁOWSKA BEATA	STAŁOWA WOLA	STAŁOWOWOLSKI KLUB BIEGACZA	Polska	1970	K45-49	19	5:26	11,0	00:53:35	00:54:21		97
545	5401	NIECHWIEJ MAŁGORZATA	WROCLAW		Polska	1970	K45-49	20	5:27	11,0	00:53:49	00:54:25		98
546	4286	BOULGE BEATA	BYDGOSZCZ	ZUS	Polska	1970	K45-49	21	5:27	11,0	00:52:54	00:54:26		99

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
547	5447	KRAWCZUK ELŻBIETA	HAJNÓWKA	HAJNÓWKA BIEGA	Polska	1971	K40-44	33	5:27	11,0	00:53:13	00:54:27		100
548	4027	ZARĘBA AGNIESZKA	MYSŁOWICE		Polska	1977	K35-39	29	5:27	11,0	00:52:38	00:54:27		101
549	4026	KRUPA AGNIESZKA	KATOWICE		Polska	1977	K35-39	30	5:27	11,0	00:52:40	00:54:28		102
550	4310	ŚLUSARCZYK GRAŻYNA	KRAKÓW		Polska	1965	K50-54	7	5:27	11,0	00:53:51	00:54:28		103
551	2593	BAJORSKI IRENEUSZ	RADOM		Polska	1978	M35-39	127	5:27	11,0	00:53:04	00:54:29	448	
552	3913	LISIECKA MAŁGORZATA	WARSZAWA	BIEGAM NA TARCHOMINIE	Polska	1980	K35-39	31	5:27	11,0	00:52:33	00:54:31		104
553	4594	RAZIK-POLOWCZYK BASIA	FOLWARK	-	Polska	1980	K35-39	32	5:27	11,0	00:53:39	00:54:31		105
554	5186	NIZIOŁ JACEK	OŚWIĘCIM	ZADYSZKA OŚWIĘCIM	Polska	1969	M45-49	84	5:27	11,0	00:54:05	00:54:32	449	
555	4235	MICHALIK GRZEGORZ	NOWY SĄCZ		Polska	1973	M40-44	119	5:27	11,0	00:54:10	00:54:33	450	
556	3895	WOJTCZAK ANNA	OPATÓWEK	RUNFIT	Polska	1978	K35-39	33	5:27	11,0	00:53:05	00:54:33		106
557	4007	SADOWSKI BARTŁOMIEJ	LEGIONOWO	SEROCK BEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1978	M35-39	128	5:28	11,0	00:53:39	00:54:40	451	
558	4487	BAKOWSKI PIOTR	LUBLIN		Polska	1969	M45-49	85	5:28	11,0	00:53:58	00:54:41	452	
559	4860	BUDKIEWICZ-FELUCH DONATA	WARSZAWA		Polska	1972	K40-44	34	5:29	11,0	00:53:16	00:54:47		107
560	4455	HEBDA LESZEK	ŁĘKI DOLNE		Polska	1965	M50-54	49	5:29	11,0	00:53:11	00:54:47	453	
561	3784	STUKATOR TERESA	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1963	K50-54	8	5:29	10,9	00:54:11	00:54:49		108
562	2706	ŚLĄSKI PAWEŁ	STRZYŻÓW		Polska	1944	M70+	3	5:29	10,9	00:54:33	00:54:52	454	
563	4680	TROJANEK ADAM	SWARZĘDZ		Polska	1975	M40-44	120	5:29	10,9	00:53:24	00:54:54	455	
564	3822	PĘKALA KAROL	NOWY SĄCZ		Polska	1954	M60-64	13	5:30	10,9	00:53:11	00:54:56	456	
565	4108	KACZMAREK KATARZYNA	CZOŁOWO	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1974	K40-44	35	5:30	10,9	00:53:47	00:54:59		109
566	3748	KLIMASZ BARBARA	RZESZÓW	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1969	K45-49	22	5:30	10,9	00:53:03	00:54:59		110
567	4011	MOSAKOWSKI DARIUSZ	WARSZAWA	NIEZRZESZONY	Polska	1968	M45-49	86	5:30	10,9	00:53:53	00:54:59	457	
568	4762	PIWOŃSKI PIOTR	ŁÓDŹ	PARKRUN ŁÓDŹ	Polska	1969	M45-49	87	5:30	10,9	00:53:44	00:55:01	458	
569	5565	GRZYWNA MAREK	OLEŚNO/WOJCIECHÓW	LZS WOJCIECHÓW	Polska	1968	M45-49	88	5:30	10,9	00:53:44	00:55:02	459	
570	4422	BALICKI MARCIN	WIELICZKA	NIGHT RUNNERS KRAKÓW	Polska	1979	M35-39	129	5:30	10,9	00:54:23	00:55:03	460	
571	4497	ŁĄCKA ILONA	WARSZAWA	BIEGAM NA ZIELONEJ BIAŁOŁĘCE	Polska	1971	K40-44	36	5:30	10,9	00:54:13	00:55:03		111
572	3093	MASIAREK MARIUSZ	GLIWICE	DRUŻYNA MOJACUKRZYCA.PL	Polska	1971	M40-44	121	5:31	10,9	00:52:54	00:55:08	461	
573	4845	ADAMIAK PAWEŁ	WARSZAWA	NOTUS RUNNING TEAM	Polska	1966	M45-49	89	5:31	10,9	00:54:29	00:55:10	462	
574	3689	SOCHACKI ANDRZEJ	STASZÓW	PTTK STASZÓW	Polska	1955	M60-64	14	5:31	10,9	00:54:33	00:55:11	463	
575	4838	BAJTEL PIOTR	MUSZYNA		Polska	1968	M45-49	90	5:31	10,9	00:53:46	00:55:15	464	
576	3790	BRUSZEWSKA- GŁOMBIOWSKA MONIKA	GDYNIA		Polska	1972	K40-44	37	5:32	10,9	00:54:07	00:55:16		112
577	5468	BUTRYN WITOLD	RZESZÓW	KORAL	Polska	1962	M50-54	50	5:32	10,9	00:54:02	00:55:16	465	
578	4585	TRELA JACEK	KRAKÓW		Polska	1958	M55-59	49	5:32	10,9	00:54:10	00:55:17	466	
579	4354	PŁATEK PAWEŁ	KRAKÓW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1977	M35-39	130	5:32	10,8	00:53:58	00:55:20	467	
580	4939	WROŃSKI BŁAŻEJ	GORLICE		Polska	1971	M40-44	122	5:32	10,8	00:54:20	00:55:22	468	
581	3604	DĘBSKI JAN	WIEŚ	STOWARZYSZENIE ROZWOJU SUCZARZEWA'KU	Polska	1952	M60-64	15	5:32	10,8	00:54:34	00:55:24	469	
582	796	SOSZYŃSKI WOJCIECH	CELESTYNÓW	PZU SPORT TEAM	Polska	1975	M40-44	123	5:33	10,8	00:53:39	00:55:26	470	
583	4580	CZAPCZYŃSKA MAŁGORZATA	NIEPOŁOMICE		Polska	1978	K35-39	34	5:33	10,8	00:54:15	00:55:29		113
584	4295	KIESZEK ADRIAN	KOŃSKIE	ZUS	Polska	1978	M35-39	131	5:33	10,8	00:54:57	00:55:30	471	
585	3747	MIKULSKI JÓZEF	WILKASY	ES-SYSTEM WILKASY	Polska	1954	M60-64	16	5:33	10,8	00:54:14	00:55:30	472	
586	3661	TKACZ PRZEMYSŁAW	KRAKÓW	PRZEMYSŁ	Polska	1973	M40-44	124	5:33	10,8	00:54:31	00:55:30	473	
587	2837	GUCWA AGNIESZKA	PRZYSIEKI	NIEZRZESZONA	Polska	1979	K35-39	35	5:33	10,8	00:55:02	00:55:33		114
588	3802	CISZAK ZOFIA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1976	K35-39	36	5:34	10,8	00:54:45	00:55:36		115

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
589	3838	ZABOROWSKA HALINA	DĘBICA		Polska	1964	K50-54	9	5:34	10,8	00:54:32	00:55:38		116
590	3787	SZLING AGNIESZKA	WARSZAWA		Polska	1971	K40-44	38	5:34	10,8	00:54:34	00:55:39		117
591	3937	DUBANIK DOROTA	DĘBICA		Polska	1960	K55-59	7	5:34	10,8	00:54:16	00:55:40		118
592	3797	BUDZYŃ ANNA	MAKÓW PODHALAŃSKI	SPEED TEAM	Polska	1975	K40-44	39	5:34	10,8	00:53:28	00:55:41		119
593	4844	MAŚKO MONIKA	GOŁKOWICE GÓRNE		Polska	1976	K35-39	37	5:34	10,8	00:54:32	00:55:41		120
594	2801	WŁODARZ MAŁGORZATA	ZBYLITOWSKA GÓRA	LISZKA RUNNING TEAM	Polska	1978	K35-39	38	5:34	10,8	00:54:12	00:55:42		121
595	4320	GROCHALA BARBARA	RZESZÓW		Polska	1966	K45-49	23	5:34	10,8	00:54:40	00:55:43		122
596	3572	GROCHALA JACEK	RZESZÓW	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1964	M50-54	51	5:34	10,8	00:54:40	00:55:43	474	
597	3850	ŻACZEK MARCIN	RZESZÓW	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1980	M35-39	132	5:34	10,8	00:54:50	00:55:43	475	
598	4810	ZAJĄC BARTŁOMIEJ	WIELOGŁOWY	WIŚNIEWSKI	Polska	1976	M35-39	133	5:35	10,8	00:53:57	00:55:45	476	
599	4406	BODZIONY TERESA	WIELOGŁOWY		Polska	1963	K50-54	10	5:35	10,8	00:54:21	00:55:47	123	
600	4513	POLEK BOŻENA	STALOWA WOLA	SKB STALOWA WOLA	Polska	1980	K35-39	39	5:35	10,8	00:54:06	00:55:47	124	
601	3813	MICHALAK KATARZYNA	LUBLIN	ORANGE POLSKA	Polska	1980	K35-39	40	5:35	10,8	00:54:37	00:55:48	125	
602	3912	TWOREK-KUCIA MONIKA	MŁOSZOWA		Polska	1976	K35-39	41	5:35	10,7	00:55:15	00:55:49	126	
603	5254	PIWOWARSKI PAWEŁ			Polska	1972	M40-44	125	5:35	10,7	00:55:00	00:55:50	477	
604	4931	PYCH EDYTA	MUSZYNA		Polska	1975	K40-44	40	5:35	10,7	00:54:38	00:55:50	127	
605	5138	BARTOSZAK LIDIA	KIEKRZ	SAUCONY	Polska	1973	K40-44	41	5:35	10,7	00:54:46	00:55:52	128	
606	2802	MALEWSKI ZYGMUNT	BOCHNIA		Polska	1940	M70+	4	5:35	10,7	00:55:51	00:55:55	478	
607	5154	OŚWIECIŃSKA AGNIESZKA	SZCZECIN	AGNIESZKA OŚWIECIŃSKA	Polska	1978	K35-39	42	5:36	10,7	00:54:11	00:55:58	129	
608	4301	KRZESIŃSKA ELŻBIETA	PIOTRKÓW TRYBUNALSKI	ZUS	Polska	1966	K45-49	24	5:36	10,7	00:54:28	00:55:59	130	
609	3758	KSIĘŻYK MIROSŁAW	KATOWICE	MACROLOGIC_RUN_TIME	Polska	1978	M35-39	134	5:36	10,7	00:54:32	00:55:59	479	
610	5183	MAZUR MICHAŁ	KRYNICA-ZDRÓJ	KRYNICA BIEGA	Polska	1976	M35-39	135	5:36	10,7	00:55:21	00:55:59	480	
611	4937	ŚWIDER ANDRZEJ	RABKA-ZDRÓJ	AN-REN TEAM	Polska	1969	M45-49	91	5:36	10,7	00:53:53	00:56:01	481	
612	4940	ŚWIDER RENATA	RABKA-ZDRÓJ	AN-REN TEAM	Polska	1972	K40-44	42	5:36	10,7	00:53:53	00:56:01	131	
613	4203	ZIELIŃSKA AGNIESZKA	ŁOMNICA ZDRÓJ		Polska	1977	K35-39	43	5:36	10,7	00:54:07	00:56:02	132	
614	4926	STACH ANETA	KRZESZOWICE		Polska	1977	K35-39	44	5:37	10,7	00:55:33	00:56:07	133	
615					Polska			92	5:37	10,7	00:55:38		482	
616	2637	PRAGA MARCIN	WARSZAWA	PZU SPORT TEAM	Polska	1977	M35-39	136	5:37	10,7	00:54:49	00:56:14	483	
617	4596	BOMBOLSKA RENATA EWA	WARSZAWA		Polska	1964	K50-54	11	5:39	10,6	00:56:00	00:56:27	134	
618	2483	WOLNICKA EDYTA	KRYNICA-ZDRÓJ		Polska	1976	K35-39	45	5:39	10,6	00:55:49	00:56:30	135	
619	5489	LIS ZBIGNIEW	KIELCE	JURAJSKI PÓLMARATON	Polska	1952	M60-64	17	5:40	10,6	00:55:32	00:56:38	484	
620	2982	GAIM JACEK	SOSNOWIEC		Polska	1975	M40-44	126	5:40	10,6	00:54:07	00:56:41	485	
621	3646	MAŁKIŃSKI JÓZEF	BYDGOSZCZ	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1957	M55-59	50	5:40	10,6	00:55:34	00:56:43	486	
622	4378	SUSZCZYŃSKA BOŻENA	KRAKÓW	BIEGAM BO LUBIĘ KRAKÓW	Polska	1963	K50-54	12	5:41	10,6	00:55:12	00:56:45	136	
623	4437	ŚLIWIOK PAWEŁ	KATOWICE	CRUNCHIPS TEAM	Polska	1967	M45-49	93	5:41	10,6	00:56:09	00:56:45	487	
624	4404	BODZIONY JACEK	KRYNICA ZDRÓJ		Polska	1968	M45-49	94	5:41	10,6	00:54:54	00:56:47	488	
625	3753	SAJDAK MAREK	MUSZYNA		Polska	1970	M45-49	95	5:41	10,6	00:56:09	00:56:47	489	
626	3618	DRAPIKOWSKI MAREK	LEGNICA	POLSKIE STOWARZYSZENIE NORDIC WALKING	Polska	1961	M50-54	52	5:41	10,6	00:55:56	00:56:48	490	
627	4015	PYDYN ANDRZEJ	ZŁOTÓW	SBZZ	Polska	1961	M50-54	53	5:41	10,6	00:55:04	00:56:49	491	
628	4016	PYDYN REGINA	ZŁOTÓW	SBZZ	Polska	1962	K50-54	13	5:41	10,6	00:55:04	00:56:49	137	
629	3780	KULIG IWONA	KOZY		Polska	1967	K45-49	25	5:41	10,6	00:55:09	00:56:51	138	
630	3781	KULIG JAN	KOZY		Polska	1958	M55-59	51	5:41	10,6	00:55:09	00:56:52	492	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015

Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój



Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
631	5315	WARCHOŁ IRENEUSZ	GŁOGÓW	MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1979	M35-39	137	5:41	10,6	00:55:23	00:56:52	493	
632	3721	KOPCIAK ARKADIUSZ	JAWORZNO	SZALONE STOPY JAWORZNA	Polska	1970	M45-49	96	5:41	10,5	00:55:44	00:56:54	494	
633	3624	BEDNAREK ROMAN	POZNAŃ	NIGHT RUNNERS	Polska	1960	M55-59	52	5:42	10,5	00:55:39	00:56:57	495	
634	4392	URBAŃSKI PIOTR	NOWY SĄCZ		Polska	1951	M60-64	18	5:42	10,5	00:55:15	00:56:59	496	
635	2636	NAGLIK PAULINA	WARSZAWA	PZU SPORT TEAM	Polska	1975	K40-44	43	5:42	10,5	00:55:34	00:57:00		139
636	4209	SOŁTYS ALICJA	KRAKÓW	OPTIMA SKAWINA	Polska	1976	K35-39	46	5:42	10,5	00:56:16	00:57:02		140
637	4615	WÓJTOWICZ ANDRZEJ	KIETRZ	KSKS "GRYF" KIETRZ	Polska	1956	M55-59	53	5:42	10,5	00:55:12	00:57:04	497	
638	5403	SMOLIŃSKA KASIA	OPOLE	MARATONYPOLSKIE.PL TEAM	Polska	1975	K40-44	44	5:43	10,5	00:56:19	00:57:14		141
639	3948	GAPYS ROBERT	KRAKÓW		Polska	1974	M40-44	127	5:44	10,5	00:55:50	00:57:15	498	
640	2570	DUKAŁA ARKADIUSZ	ZALESIE GÓRNE	PZU SPORT TEAM	Polska	1973	M40-44	128	5:44	10,5	00:55:39	00:57:16	499	
641	4727	KOZIK PATRYK	DĘBICA		Polska	1979	M35-39	138	5:44	10,5	00:55:26	00:57:18	500	
642	5136	GARGAS-MARUT MAŁGORZATA	JÓZEFOSŁAW	PZU SPORT TEAM	Polska	1974	K40-44	45	5:44	10,5	00:55:59	00:57:20	142	
643	3973	SUBCZYK GABRIELA	RACIBÓRZ	RAFAKO S.A.	Polska	1969	K45-49	26	5:44	10,5	00:55:49	00:57:23	143	
644	5388	GROSZKOWSKI HENRYK	WARSZAWA	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAB	Polska	1954	M60-64	19	5:44	10,5	00:56:52	00:57:24	501	
645	3966	SIDORCZUK KATARZYNA	BEŁCHATÓW	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	Polska	1978	K35-39	47	5:44	10,5	00:55:59	00:57:24	144	
646	3923	RYNIAK JOANNA	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1976	K35-39	48	5:45	10,4	00:56:42	00:57:26	145	
647	2749	SAMOJLUK-ŚLUSARSKA BOŻENA	WARSZAWA	DRUŻYNA TVN	Polska	1960	K55-59	8	5:45	10,4	00:56:07	00:57:26	146	
648	4468	ZYGUCKI JACEK	TARNÓW	FIRMA DORADCZO-MARKETINGOWA AJZ JACEI	Polska	1963	M50-54	54	5:45	10,4	00:55:40	00:57:30	502	
649	4085	STĘPIEŃ ALEKSANDRA	MYSŁOWICE		Polska	1978	K35-39	49	5:45	10,4	00:56:21	00:57:32	147	
650	4935	SIWEK ALEKSANDRA	MYSŁOWICE		Polska	1975	K40-44	46	5:45	10,4	00:56:22	00:57:33	148	
651	2465	KUREK JOANNA	BIELSKO-BIAŁA	PIOTRFIT.PL	Polska	1977	K35-39	50	5:45	10,4	00:56:28	00:57:34	149	
652	4534	IWAN CZESŁAW	KIELCE	SŁUŻBA CELNA	Polska	1955	M60-64	20	5:46	10,4	00:56:04	00:57:35	503	
653	3654	GLIWA RAFAŁ	BOROWA GÓRA	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1975	M40-44	129	5:46	10,4	00:56:48	00:57:38	504	
654	4944	PISKORZ DARIA	POLKOWICE	DRUŻYNA SZPIKU SITECH	Polska	1975	K40-44	47	5:46	10,4	00:56:25	00:57:42	150	
655	4386	MIELNICKA EDYTA	WARSZAWA	BIEGAM NA TARCHOMINIE	Polska	1978	K35-39	51	5:46	10,4	00:55:45	00:57:43	151	
656	2412	BARCZYK JOLANTA	CZĘSTOCHOWA	CITY CROSS CZĘSTOCHOWA	Polska	1960	K55-59	9	5:47	10,4	00:56:26	00:57:45	152	
657	4284	BOCHEŃSKI MARCIN	SZCZECINEK	ZUS	Polska	1971	M40-44	130	5:47	10,4	00:56:04	00:57:47	505	
658	4099	MUSIAŁ ELWIRA	BYDGOSZCZ	BYDGOSZCZ TRIATHLON	Polska	1979	K35-39	52	5:47	10,4	00:56:21	00:57:49	153	
659	3637	KOPTA JERZY	KRAKÓW		Polska	1945	M70+	5	5:47	10,4	00:55:18	00:57:55	506	
660	4417	HERMANIUK IWONA	RZESZÓW	TRANSPORT	Polska	1977	K35-39	53	5:48	10,4	00:56:40	00:57:56	154	
661	4290	TOMCZAK MAŁGORZATA	ZABRZE	ZUS	Polska	1973	K40-44	48	5:48	10,4	00:56:31	00:57:58	155	
662	4036	WOJTOWICZ ZDZISŁAW	SZCZAWA	NIEZRZESZONY	Polska	1951	M60-64	21	5:48	10,3	00:56:07	00:58:02	507	
663	4299	GULUK ANNA	HRUBIESZÓW	ZUS	Polska	1976	K35-39	54	5:48	10,3	00:56:23	00:58:03	156	
664	4806	TOKARZ IRENA	WIELOGŁOWY	WIŚNIEWSKI	Polska	1980	K35-39		5:49	10,3	00:56:08	00:58:10	157	
665	4103	WIATROWSKI KAZIMIERZ	JAWORZE	LEVIATAN SZERSZŃ TEAM	Polska	1964	M50-54	55	5:49	10,3	00:55:36	00:58:11	508	
666	4171	GROCHOWSKA JOANNA	WARSZAWA	BIEGAMY Z OCHOTĄ	Polska	1964	K50-54	14	5:49	10,3	00:56:01	00:58:12	158	
667	2830	LIS JOANNA	KOSZYCE MAŁE		Polska	1975	K40-44	49	5:49	10,3	00:56:36	00:58:15	159	
668	3893	RATAJCZYK DANUTA	KALISZ	RUNFIT	Polska	1970	K45-49	27	5:50	10,3	00:56:49	00:58:17	160	
669	4353	PIETRUSZKA IWONA	KRAKÓW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1959	K55-59	10	5:50	10,3	00:56:54	00:58:21	161	
670	3291	MOGILSKA AGNIESZKA	RACIBÓRZ	EASY RUN RACIBÓRZ	Polska	1978	K35-39	56	5:50	10,3	00:57:06	00:58:22	162	
671	1738	MOGILSKI MARCIN	RACIBÓRZ	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1975	M40-44	131	5:50	10,3	00:57:05	00:58:22	509	
672	4566	LUBAWSKA DOROTA	BRWINÓW		Polska	1974	K40-44	50	5:50	10,3	00:56:56	00:58:23	163	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
673	4039	BEHOUNEK MAŁGORZATA	ZAKOPANE	FLOW ZAKOPANE	Polska	1961	K50-54	15	5:51	10,3	00:57:53	00:58:26		164
674	4730	PIETRAS JOLANTA	PRUSZKÓW		Polska	1973	K40-44	51	5:51	10,3	00:56:25	00:58:26		165
675	3906	TYMIRSKI TADEUSZ	RADOM	BIEGIEM RADOM!	Polska	1948	M65-69	11	5:51	10,3	00:58:07	00:58:26	510	
676	3740	KUCIŃSKI HUBERT	WARSZAWA	ONSLow – SEKCJA DZIADKÓW	Polska	1977	M35-39	139	5:51	10,3	00:56:19	00:58:28	511	
677	3607	KOŚNIK ANDRZEJ	MIŃSK MAZOWIECKI	MKD DREPTAK	Polska	1961	M50-54	56	5:51	10,3	00:57:32	00:58:32	512	
678	3752	SAMBAK MONIKA	BRZESZCZE	ZADYSZKA OŚWIĘCIM	Polska	1974	K40-44	52	5:51	10,3	00:57:25	00:58:32		166
679	4214	BRZOZOWSKI PIOTR	WOŁOMIN		Polska	1969	M45-49	97	5:52	10,2	00:56:13	00:58:40	513	
680	4138	RYDZAK RAFAŁ	BRAK	RAFAKO S.A.	Polska	1976	M35-39	140	5:52	10,2	00:57:17	00:58:44	514	
681	3898	NITECKI DAMIAN	BYTTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1980	M35-39	141	5:53	10,2	00:56:44	00:58:46	515	
682	4018	DŽUGANOWSKA AGNIESZKA	WARSZAWA	BRAK	Polska	1973	K40-44	53	5:53	10,2	00:57:52	00:58:48		167
683	2507	MAJCHER BEATA	KRAKÓW	ESKADRA KRAKÓW	Polska	1974	K40-44	54	5:54	10,2	00:57:22	00:58:57		168
684	2573	STACHOWICZ KARINA	DĄBROWA GÓRNICZA		Polska	1974	K40-44	55	5:54	10,2	00:57:04	00:58:59		169
685	5156	FEDOROWICZ JAKUB	GDYNIA	PARKRUN POLSKA	Polska	1975	M40-44	132	5:54	10,2	00:57:43	00:59:02	516	
686	2855	RUSINEK AGNIESZKA	TOMASZOWICE		Polska	1975	K40-44	56	5:54	10,2	00:56:54	00:59:02		170
687	4373	SOBOLSKI BARTOSZ	JORDANÓW		Polska	1974	M40-44	133	5:54	10,2	00:56:33	00:59:04	517	
688	4938	WROŃSKA AGNIESZKA	GORLICE		Polska	1971	K40-44	57	5:55	10,2	00:58:03	00:59:06		171
689	5375	KĘPCZYŃSKI JANUSZ	OŻARÓW MAZOWIECKI	GOSIR OŻARÓW MAZOWIECKI	Polska	1949	M65-69	12	5:55	10,1	00:57:34	00:59:07	518	
690	3539	NALĘŻNIAK BERNADETA	TYCHY	40 LATEK	Polska	1958	K55-59	11	5:55	10,1	00:58:06	00:59:08		172
691	3803	FILIPIAK BEATA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1976	K35-39	57	5:55	10,1	00:57:08	00:59:09		173
692	3869	GRACZYK-WALIGÓRA JADWIGA	KRAKÓW		Polska	1976	K35-39	58	5:55	10,1	00:57:21	00:59:11		174
693	4030	HEBDA KATARZYNA	JAWORZNO		Polska	1967	K45-49	28	5:55	10,1	00:58:44	00:59:11		175
694	3617	SZYMAŃSKI MAREK	KOSZYCE	RODZINNE BIEGANIE	Polska	1970	M45-49	98	5:55	10,1	00:57:32	00:59:11	519	
695	3860	GROMEK BOŻENA	BIAŁOBRZEGI	TEAM BOMIKA	Polska	1962	K50-54	16	5:55	10,1	00:56:52	00:59:12		176
696	4842	MATŁOK BEATA	DEBICA		Polska	1973	K40-44	58	5:55	10,1	00:57:37	00:59:13		177
697	3791	LESZCZYŃSKI ROMAN	OSTROŁĘKA	NIEZRZESZONY	Polska	1951	M60-64	22	5:56	10,1	00:57:27	00:59:16	520	
698	4626	LIGĘZA MAREK	WIERZCHOSŁAWICE		Polska	1966	M45-49	99	5:56	10,1	00:57:27	00:59:16		521
699	3892	HALAK JUSTYNA	KOTOWIECKO	RUNFIT	Polska	1977	K35-39	59	5:56	10,1	00:57:30	00:59:17		178
700	2708	KITA STANISŁAW	JADOWNIKI	BKB VICTORIA BRZESKO	Polska	1939	M70+	6	5:56	10,1	00:57:08	00:59:18	522	
701	4633	PARTYKA- SZYMAŃSKA EWA	KAZIMIERZA WIELKA		Polska	1971	K40-44	59	5:56	10,1	00:57:39	00:59:18		179
702	5466	RICHARDSON LUCYNA			Polska	1976	K35-39	60	5:56	10,1	00:57:16	00:59:18		180
703	5464	RICHARDSON MICHAEL			Polska	1977	M35-39	142	5:56	10,1	00:57:15	00:59:18	523	
704	2629	SZCZEPAŃSKI MARCIN	PIASECZNO	ZUS	Polska	1974	M40-44	134	5:56	10,1	00:58:48	00:59:18	524	
705	4372	SOBOLSKI JACEK	JORDANÓW		Polska	1946	M65-69	13	5:56	10,1	00:56:51	00:59:22	525	
706	3731	WRÓBEL BERNADETA	RZESZÓW		Polska	1968	K45-49	29	5:57	10,1	00:58:26	00:59:26		181
707	4362	MARCINIAK MAŁGORZATA	KRAKÓW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1961	K50-54	17	5:57	10,1	00:58:44	00:59:27		182
708	3670	BALBUS MICHAŁ	BYTOM	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1952	M60-64	23	5:57	10,1	00:57:07	00:59:29	526	
709	5184	MADEJA ALEKSANDRA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1976	K35-39	61	5:57	10,1	00:58:00	00:59:30		183
710	2912	MUSIAŁ EWA	STAŁOWA WOLA	SKB STAŁOWA WOLA	Polska	1972	K40-44	60	5:57	10,1	00:57:49	00:59:30		184
711	2575	NOWAK ADAM	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1975	M40-44	135	5:57	10,1	00:58:00	00:59:30	527	
712	2896	MICKIEWICZ JERZY			Polska	1968	M45-49	100	5:57	10,1	00:57:50	00:59:31		528
713	4848	ZAORSKA JUSTYNA	STAŁOWA WOLA		Polska	1974	K40-44	61	5:57	10,1	00:57:50	00:59:31		185
714	4791	MAJEWSKI PAWEŁ	NOWY SĄCZ	WIŚNIEWSKI	Polska	1967	M45-49	101	5:58	10,1	00:57:31	00:59:35	529	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
715	4220	KRUSZEWSKI JÓZEF	CIECHANÓW	EUROPOL GAZ S.A	Polska	1970	M45-49	102	5:58	10,1	00:57:07	00:59:37	530	
716	3774	FLOREK KATARZYNA	PILZNO		Polska	1973	K40-44	62	5:58	10,1	00:58:18	00:59:39		186
717	4932	BRYDAK KAZIMIERZ	RZESZÓW		Polska	1953	M60-64	24	5:58	10,1	00:57:22	00:59:41	531	
718	4927	KARPOWICZ DARIUSZ	ŚWIĘTOCHŁOWICE		Polska	1971	M40-44	136	5:58	10,1	00:59:02	00:59:42	532	
719	4564	CIUPA KRZYSZTOF	WARSZAWA		Polska	1969	M45-49	103	5:58	10,0	00:57:33	00:59:43	533	
720	3835	GÓRECKI GRZEGORZ	BIELSKO-BIAŁA		Polska	1973	M40-44	137	5:58	10,0	00:57:28	00:59:43	534	
721	4076	GRELA BOŻENA	KATOWICE		Polska	1978	K35-39	62	5:58	10,0	00:58:17	00:59:44	187	
722	3742	KASZUBA GRAŻYNA	TYCHY	40 LATEK TYCHY	Polska	1960	K55-59	12	5:59	10,0	00:58:55	00:59:46	188	
723	3861	MICHALIK MAŁGORZATA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1972	K40-44	63	5:59	10,0	00:57:45	00:59:47	189	
724	4273	WAJCOWICZ MAŁGORZATA	SANOK	ZUS	Polska	1979	K35-39	63	5:59	10,0	00:57:41	00:59:47	190	
725	4229	BRZEZIŃSKI GRZEGORZ	BIAŁOBRZEGI		Polska	1976	M35-39	143	5:59	10,0	00:57:52	00:59:51	535	
726	4579	ZAJĄC MONIKA	RZESZÓW		Polska	1972	K40-44	64	6:00	10,0	00:58:43	00:59:58	191	
727	2540	KOKOWSKA -SMOK DAGMARA	ZAWIERCIE	GRUPA JURA'PL	Polska	1977	K35-39	64	6:00	10,0	00:58:16	00:59:59	192	
728	3696	WOJCIECHOWSKA JOLANTA	CZĘSTOCHOWA		Polska	1960	K55-59	13	6:00	10,0	00:59:03	01:00:01	193	
729	3697	WOJCIECHOWSKI WALDEMAR	CZĘSTOCHOWA		Polska	1963	M50-54	57	6:00	10,0	00:59:04	01:00:02	536	
730	2460	HILLER JERZY	LUBLIN	PERFECT RUNNER TEAM	Polska	1947	M65-69	14	6:00	10,0	00:57:45	01:00:03	537	
731	4697	ZIOBROWSKI MAREK	LIMANOWA		Polska	1978	M35-39	144	6:00	10,0	00:58:10	01:00:04	538	
732	3985	BELOWSKA ANNA	TYCHY		Polska	1974	K40-44	65	6:01	10,0	00:58:15	01:00:08	194	
733	4853	DRABEK PIOTR	BIELSKO-BIAŁA	LEVIATAN SZERSZEŃ TEAM	Polska	1968	M45-49	104	6:01	10,0	00:58:39	01:00:09	539	
734	5317	PRZYCHODZEŃ JACEK			Polska	1965	M50-54	58	6:01	10,0	00:58:17	01:00:11	540	
735	4305	NADOLSKA ANNA	WARSZAWA	ZUS	Polska	1973	K40-44	66	6:01	10,0	00:58:39	01:00:13	195	
736	4043	GARGAS-DZIEDZINA JOANNA	KRAKÓW	NIGHT RUNNERS	Polska	1980	K35-39	65	6:02	10,0	00:58:58	01:00:18	196	
737	4454	HEBDA MAŁGORZATA	ŁĘKI GÓRNE		Polska	1969	K45-49	30	6:02	9,9	00:58:14	01:00:23	197	
738	4793	MATUSIAK MATEUSZ	NOWY SĄCZ	WIŚNIEWSKI	Polska	1977	M35-39	145	6:02	9,9	00:58:35	01:00:25	541	
739	4753	WIORA DARIUSZ	SZAŁSZA	RUN-LOG.COM	Polska	1964	M50-54	59	6:03	9,9	00:58:40	01:00:29	542	
740	3894	HALAK MAREK	KOTOWIECKO	RUNFIT	Polska	1973	M40-44	138	6:03	9,9	00:58:44	01:00:31	543	
741	2539	BORKOWSKA DARIA	NOWY SĄCZ	VISEGRAD MARATON RYTRO	Polska	1980	K35-39	66	6:03	9,9	00:58:38	01:00:34	198	
742	4266	LASKOWSKA MAJA	ŻYRARDÓW	ZUS	Polska	1980	K35-39	67	6:03	9,9	00:58:14	01:00:34	199	
743	5461	TULIK AGNIESZKA	OŻARÓW MAZ.	KB OŻARÓW MAZOWIECKI BIEGA	Polska	1977	K35-39	68	6:04	9,9	00:58:18	01:00:36	200	
744	4288	OLEJNIK HENRYK	OPOLE	ZUS	Polska	1967	M45-49	105	6:04	9,9	00:59:19	01:00:38	544	
745	5253	PRZYBYŁO JANUSZ			Polska	1957	M55-59	54	6:04	9,9	00:58:06	01:00:39	545	
746	3766	JANICKA ANETA	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1976	K35-39	69	6:04	9,9	00:58:40	01:00:44	201	
747	5343	KĄZMIERCZAK TOMASZ	KATOWICE		Polska	1975	M40-44	139	6:05	9,9	00:58:25	01:00:47	546	
748	4504	ŁAZOWSKA MAGDALENA	KRYNICA-ZDRÓJ	WARCZACESZPRYCHY.PL	Polska	1975	K40-44	67	6:05	9,9	00:59:59	01:00:52	202	
749	4928	PUZIO ANNA	DĘBICA	KB MARATOŃCZYK DĘBICA	Polska	1960	K55-59	14	6:05	9,9	00:59:30	01:00:54	203	
750	3685	MICHNIAK ZENON	NOWY SĄCZ		Polska	1933	M70+	7	6:05	9,8	00:59:06	01:00:55	547	
751	4042	REWICKI PAWEŁ	BOLECHOWICE	ZABIERZÓW BIEGA	Polska	1965	M50-54	60	6:06	9,8	00:59:31	01:01:02	548	
752	5446	ARTEMIUK EUGENIA	HAJNÓWKA	HAJNÓWKA BIEGA	Polska	1959	K55-59	15	6:07	9,8	00:59:50	01:01:06	204	
753	4272	KRUSZYŃSKA ANNA	RAWA MAZOWIECKA	ZUS	Polska	1980	K35-39	70	6:07	9,8	00:59:45	01:01:07	205	
754	4831	SZPYRA EDWARD	GDYNIA	PARKRUN GDYNIA	Polska	1947	M65-69	15	6:07	9,8	00:59:25	01:01:07	549	
755	3074	POŁOMSKA-MAŚLANKA IZABELA	NOWY SĄCZ		Polska	1980	K35-39	71	6:07	9,8	00:59:25	01:01:14	206	
756	2760	SMIRNOV IGOR	MOSCOW		Polska	1970	M45-49	106	6:07	9,8	00:59:37	01:01:14	550	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
757	4820	NIZIOŁEK TERESA	ZAKOPANE		Polska	1968	K45-49	31	6:08	9,8	00:59:21	01:01:21		207
758	3672	GREC RUDOLF	KRAKÓW	BBL	Polska	1951	M60-64	25	6:08	9,8	00:59:49	01:01:22	551	
759	5350	KIELEWICZ KAZIMIERZ			Polska	1952	M60-64	26	6:08	9,8	01:00:25	01:01:22	552	
760	2876	RYDAROWICZ ROBERT	WARSZAWA		Polska	1969	M45-49	107	6:08	9,8	00:59:52	01:01:22	553	
761	4097	FOLTYN MIROSLAW	BEŁCHATÓW		Polska	1965	M50-54	61	6:08	9,8	00:59:11	01:01:23	554	
762	4833	GRÓDEK MARCIN	CHEŁMIEC		Polska	1975	M40-44	140	6:08	9,8	00:59:24	01:01:23	555	
763	4303	PAPUGA JOANNA	MIKOŁÓW	ZUS	Polska	1964	K50-54	18	6:08	9,8	00:59:50	01:01:25		208
764	4701	SOSZYŃSKA AGNIESZKA	CELESTYNÓW		Polska	1976	K35-39	72	6:09	9,8	00:59:39	01:01:27		209
765	3904	BENSKA KRYSZYNA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1956	K55-59	16	6:09	9,8	00:59:25	01:01:28		210
766	3958	DOBOSZ KATARZYNA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1974	K40-44	68	6:09	9,8	00:59:25	01:01:28		211
767	4602	WIELKIEWICZ BOGDAN	TARNÓW		Polska	1954	M60-64	27	6:09	9,8	00:59:34	01:01:28	556	
768	4784	JANICKA JUSTYNA	NOWY SĄCZ	WIŚNIEWSKI	Polska	1976	K35-39	73	6:09	9,8	00:59:39	01:01:29		212
769	3845	LIPNICKA JOLANTA	PISARY	ZABIERZÓW BIEGA	Polska	1973	K40-44	69	6:09	9,8	00:59:29	01:01:30		213
770	3979	REPLIŃSKA EDYTA	MILANÓWEK		Polska	1976	K35-39	74	6:09	9,8	00:59:44	01:01:30		214
771	4000	WINKLER ALEKSANDRA	WARSZAWA		Polska	1978	K35-39	75	6:09	9,8	00:59:45	01:01:30		215
772	3739	KOCHAŃSKI IGOR	WROCŁAW	PRO-RUN WROCŁAW	Polska	1965	M50-54	62	6:09	9,8	00:59:26	01:01:31	557	
773	4096	FOLTYN DARIA	BEŁCHATÓW	KB SPARTAKUS BEŁCHATÓW	Polska	1966	K45-49	32	6:09	9,7	00:59:22	01:01:34		216
774	2859	PŁONCZYŃSKI SZYMON	KRAKÓW		Polska	1971	M40-44	141	6:09	9,7	00:59:16	01:01:35	558	
775	2969	JUREK MARIUSZ	LIMANOWA	KORAL	Polska	1964	M50-54	63	6:10	9,7	01:00:24	01:01:43	559	
776	4213	JAWOREK DARIUSZ	GLIWICE	WWW.SPORT-RELAKS.PL	Polska	1971	M40-44	142	6:11	9,7	01:00:06	01:01:51	560	
777	4681	MIERNICKI TOMASZ	JABŁONNA		Polska	1966	M45-49	108	6:11	9,7	00:59:41	01:01:53	561	
778	5210	LENKIEWICZ IWONA	TYCHY		Polska	1978	K35-39	76	6:12	9,7	01:00:02	01:01:57		217
779	3866	MATUĆ ALEKSANDRA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1974	K40-44	70	6:12	9,7	00:59:57	01:01:59		218
780	2847	RUMYANTSEVA OLGA			Polska	1971	K40-44	71	6:12	9,7	01:00:24	01:02:01		219
781	3852	BANICKA-ABED SABINA	WARSZAWA	ASRAZ	Polska	1975	K40-44	72	6:13	9,7	01:01:28	01:02:07		220
782	3959	SUCHOWSKA VIOLETTA	NIEPOLOMICE	NIEPOLOMICE BIEGAJĄ	Polska	1971	K40-44	73	6:13	9,6	01:00:21	01:02:11		221
783	4711	NIEMIEC MARTA	KRYNICA-ZDRÓJ		Polska	1959	K55-59	17	6:14	9,6	01:00:16	01:02:16		222
784	4146	OSYSZKO AGNIESZKA	BOCHNIA		Polska	1977	K35-39	77	6:14	9,6	01:00:00	01:02:17		223
785	4201	KARPIEL ANDRZEJ	BRZEZNA		Polska	1952	M60-64	28	6:14	9,6	01:00:40	01:02:20	562	
786	4276	SADOWA DOROTA	LUBLIN	ZUS	Polska	1976	K35-39	78	6:14	9,6	01:00:47	01:02:21		224
787	4819	NIZIOŁEK IRENEUSZ	ZAKOPANE		Polska	1961	M50-54	64	6:14	9,6	01:00:24	01:02:24	563	
788	5288	MARTYNECZKO JACEK		MTS DRUŻYNA SZPIKU KGHM	Polska	1978	M35-39	146	6:15	9,6	01:00:25	01:02:28	564	
789	4064	WILCZYŃSKA ANNA	POKRZYWNICA	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1979	K35-39	79	6:15	9,6	01:00:36	01:02:28		225
790	4234	PERS MARIUSZ	LEGIONOWO	GRUPA BIEGOWA CHTMO	Polska	1968	M45-49	109	6:15	9,6	01:00:38	01:02:29	565	
791	3735	KLECZYŃSKA WIOLETTA	NOWY SĄCZ	PTT SEKCJA BIEGOWA	Polska	1975	K40-44	74	6:15	9,6	01:01:01	01:02:30		226
792	3942	PURWIN BEATA	GRUDZIĄDZ	GRUDZIĄDZKI KLUB MORSÓW	Polska	1969	K45-49	33	6:15	9,6	01:00:48	01:02:31		227
793	3698	BOBOWSKA IZABELA	SKOMIELNA BIAŁA		Polska	1980	K35-39	80	6:15	9,6	01:00:31	01:02:32		228
794	4101	WARDOWSKA DIANA	OSTRÓWEK	BAZA ZDROWIA OLPP	Polska	1978	K35-39	81	6:15	9,6	01:01:40	01:02:33		229
795	3842	PRZEPIORA JAN	KRAKOW		Polska	1961	M50-54	65	6:16	9,6	01:01:46	01:02:42	566	
796	2492	LEMAŃSKI ROMAN			Polska	1961	M50-54	66	6:16	9,6	01:01:27	01:02:44	567	
797	4764	GÓRKA IZABELA	JADOWNIKI		Polska	1979	K35-39	82	6:17	9,6	01:00:29	01:02:46		230
798	4943	BOŻEK AGNIESZKA	JASZENICA		Polska	1975	K40-44	75	6:18	9,5	01:01:02	01:02:57		231

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
799	3600	KALINOWSKI GRZEGORZ	BIELANY WROCŁAWSKIE	TEMMPO WAŁBRZYCH	Polska	1975	M40-44	143	6:18	9,5	01:01:03	01:03:00	568	
800	2560	OGIŃSKA KATARZYNA	BIELANY WROCŁAWSKIE	DRUŻYNA RADIO WROCŁAW	Polska	1978	K35-39	83	6:18	9,5	01:01:03	01:03:00		232
801	5169	SZOSTAKOWSKI JAROSŁAW	BRĄK	BIEGAMY Z OCHOTĄ	Polska	1967	M45-49	110	6:18	9,5	01:00:52	01:03:02	569	
802	4813	LIBER KRZYSZTOF	PODEGRÓDZIE	WIŚNIEWSKI	Polska	1978	M35-39	147	6:18	9,5	01:01:01	01:03:04	570	
803	4558	SCHWERTNER MONIKA	KRAKOW		Polska	1966	K45-49	34	6:18	9,5	01:00:56	01:03:05		233
804	4910	ROGOWIEC PAWEŁ	RABKA-ZDRÓJ		Polska	1966	M45-49	111	6:19	9,5	01:02:04	01:03:08	571	
805	3795	SZATNIEWSKA AGNIESZKA	BĘDZIN		Polska	1978	K35-39	84	6:19	9,5	01:02:54	01:03:12		234
806	5561	KOŁODKO GRZEGORZ	BRĄK		Polska	1949	M65-69	16	6:20	9,5	01:02:54	01:03:16	572	
807	4407	BODZIONY WOJCIECH	WIELOGLOWY		Polska	1963	M50-54	67	6:20	9,5	01:00:51	01:03:18	573	
808	2634	GABRYEL DANUTA	BYTOM		Polska	1963	K50-54	19	6:20	9,5	01:02:40	01:03:21		235
809	4069	SZWEDA ALINA	ORZESZE		Polska	1972	K40-44	76	6:20	9,5	01:02:38	01:03:22		236
810	5459	TULIK MAGDALENA	OŻARÓW MAZOWIECKI	KB OŻARÓW MAZOWIECKI BIEGA	Polska	1975	K40-44	77	6:20	9,5	01:01:05	01:03:22		237
811	4575	KONOPACKA MARTA	BIĄŁYSTOK	PĘDZIWIATR BIAŁYSTOK	Polska	1973	K40-44	78	6:20	9,5	01:02:17	01:03:25		238
812	4330	ŚWIERCZYŃSKA MARZENNA	BIELAWY		Polska	1964	K50-54	20	6:21	9,5	01:01:57	01:03:29		239
813	3911	TEJCHMA NATALIA	WARSZAWA	BIEGAM NA TARCHOMINIE	Polska	1979	K35-39	85	6:21	9,4	01:01:35	01:03:32		240
814	4283	KOZŁOWSKA GRAŻYNA	KOSZALIN	ZUS	Polska	1964	K50-54	21	6:21	9,4	01:02:49	01:03:33		241
815	5166	HUMPA JACEK	KATOWICE		Polska	1955	M60-64	29	6:22	9,4	01:02:57	01:03:36		574
816	4475	ZIOMEK JAN	CIEŻKOWICE		Polska	1959	M55-59	55	6:22	9,4	01:01:51	01:03:41		575
817	4065	STRÓŻYK RENATA	BIECZ		Polska	1973	K40-44	79	6:22	9,4	01:03:33	01:03:42		242
818	4902	ADAMUS MARZENA	MALEC		Polska	1978	K35-39	86	6:22	9,4	01:01:31	01:03:45		243
819	4071	PĘCKA BEATA	SOSNOWIEC		Polska	1980	K35-39	87	6:23	9,4	01:01:51	01:03:50		244
820	5369	MOKRZYCKI DAWID	BORUSZOWICE	BIEGAM BO LUBIE	Polska	1978	M35-39	148	6:23	9,4	01:03:49	01:03:54		576
821	3544	WARZOCHA KATARZYNA	TYCHY	40-LATEK TYCHY	Polska	1978	K35-39	88	6:24	9,4	01:01:58	01:03:56		245
822	2559	KOCZWARA AGNIESZKA	RADOMYŚL WIELKI		Polska	1977	K35-39	89	6:24	9,4	01:03:02	01:03:57		246
823	5532	MASŁOWSKI JAROSŁAW	WARSZAWA		Polska	1960	M55-59	56	6:24	9,4	01:02:29	01:04:00		577
824	5533	MOTAS DOROTA	OSTROŁĘKA		Polska	1970	K45-49	35	6:24	9,4	01:02:30	01:04:00		247
825	2732	KOCIOŁEK PAWEŁ	GÓRNA WIEŚ		Polska	1964	M50-54	68	6:24	9,4	01:02:16	01:04:04		578
826	3786	MZYK KATARZYNA	LĘDZINY	40-LATEK TYCHY	Polska	1977	K35-39	90	6:25	9,4	01:02:09	01:04:07		248
827	3719	GADOMSKI PIOTR	CZERWONAK		Polska	1970	M45-49	112	6:25	9,4	01:02:21	01:04:08		579
828	4199	LEONARCZYK JERZY	KRAKÓW		Polska	1960	M55-59	57	6:26	9,3	01:03:12	01:04:15		580
829	4492	SZMYD RENATA	DOBIESZYN		Polska	1970	K45-49	36	6:26	9,3	01:02:08	01:04:18		249
830	4159	KUKUCZ- LEGIEŃ MAŁGORZATA	KRAKÓW	KUKUCZSPORT.PL	Polska	1979	K35-39	91	6:27	9,3	01:01:57	01:04:31		250
831	4620	ZAWIŁA MAŁGORZATA	WARSZAWA		Polska	1972	K40-44	80	6:27	9,3	01:02:55	01:04:32		251
832	4190	TRONIAZ LIDIA	OPACZ	DZIKIE_DZIKI	Polska	1978	K35-39	92	6:27	9,3	01:02:28	01:04:34		252
833	4183	KARPIŃSKA AGNIESZKA	TORUŃ		Polska	1970	K45-49	37	6:28	9,3	01:02:40	01:04:38		253
834	4182	KARPIŃSKI ADAM	TORUŃ		Polska	1968	M45-49	113	6:28	9,3	01:02:40	01:04:38		581
835	3069	KUBAS MARIUSZ	JASTRZĘBIE-ZDRÓJ		Polska	1974	M40-44	144	6:30	9,2	01:02:32	01:04:59		582
836	4898	RYCYK ANNA	KRASNYSTAW		Polska	1978	K35-39	93	6:30	9,2	01:02:51	01:04:59		254
837	4110	KMIECIK AGNIESZKA	KÓRNIK	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1979	K35-39	94	6:30	9,2	01:02:51	01:05:04		255
838	4341	GOŁOFIT MARLENA	GDAŃSK	GRASSHOPPER	Polska	1972	K40-44	81	6:31	9,2	01:03:20	01:05:07		256
839	3951	ZARĘBA ANETA	WARSZAWA		Polska	1979	K35-39	95	6:31	9,2	01:02:58	01:05:11		257
840	4628	NOSIDLAK ANNA	GDAŃSK		Polska	1979	K35-39	96	6:32	9,2	01:02:58	01:05:20		258

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
841	2482	BEDNARCZYK AGNIESZKA	MIKOŁÓW		Polska	1971	K40-44	82	6:32	9,2	01:03:08	01:05:22		259
842	5514	FIBAKIEWICZ ŁUKASZ			Polska	1976	M35-39	149	6:32	9,2	01:03:21	01:05:23	583	
843	2984	TRELA RENATA	MUSZYNA		Polska	1972	K40-44	83	6:32	9,2	01:03:34	01:05:24		260
844	2741	JAGUSIAK BARBARA	TRZEBOWNISKO		Polska	1969	K45-49	38	6:32	9,2	01:04:25	01:05:25		261
845	3732	WRÓBLEWSKI ANDRZEJ	RZESZÓW		Polska	1966	M45-49	114	6:32	9,2	01:04:24	01:05:25	584	
846	4243	SUPERNAK AGNIESZKA	KRAKÓW		Polska	1973	K40-44	84	6:33	9,2	01:03:25	01:05:32		262
847	3709	GARBACZ KATARZYNA	WARSZAWA		Polska	1972	K40-44	85	6:33	9,1	01:04:13	01:05:35		263
848	1441	SIENKAN ALEKSANDER	BĘDZIN	TKKF CZELADŹ	Polska	1960	M55-59	58	6:34	9,1	01:03:54	01:05:41	585	
849	1547	SIENKAN ELŻBIETA	BĘDZIN	TKKF CZELADŹ	Polska	1965	K50-54	22	6:34	9,1	01:03:55	01:05:41		264
850	5583	TYKA BARBARA			Polska	1958	K55-59	18	6:34	9,1	01:04:00	01:05:43		265
851	5389	KWAPIEŃ PAWEŁ	SOSNOWIEC	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAB	Polska	1971	M40-44	145	6:35	9,1	01:05:05	01:05:47	586	
852	5409	POWAŁKA GRZEGORZ	WARSZAWA	STOWARZYSZENIE OSÓB NIEWIDOMYCH I SŁAB	Polska	1962	M50-54	69	6:35	9,1	01:05:04	01:05:47	587	
853	4317	CETNAROWICZ CZESŁAW	GORLICE	NIEZRZESZONY	Polska	1941	M70+	8	6:35	9,1	01:04:16	01:05:55	588	
854	4414	KAMPE ARTUR	BRĄK		Polska	1953	M60-64	30	6:36	9,1	01:05:10	01:05:58	589	
855	3915	RECLIK DANUTA	SKRZYSZÓW	FORMA WODZISŁAW ŚL.	Polska	1972	K40-44	86	6:37	9,1	01:05:21	01:06:08		266
856	4300	SZEJA URSZULA	KĘDZIERZYN KOŹLE	ZUS	Polska	1964	K50-54	23	6:37	9,1	01:04:17	01:06:08		267
857	1030	SADOWSKI ROBERT	WARSZAWA		Polska	1973	M40-44	146	6:37	9,1	01:04:36	01:06:13	590	
858	3880	TOKARZ CECYLIA	KRAKÓW	BIEGAMBOLUBIĘ KRAKÓW	Polska	1961	K50-54	24	6:38	9,0	01:04:01	01:06:23		268
859	4202	KOBYLIŃSKA-URBANIAK EWA	GDAŃSK		Polska	1975	K40-44	87	6:39	9,0	01:04:45	01:06:29		269
860	4204	BACHÓRZ MARTA	WARSZAWA		Polska	1974	K40-44	88	6:39	9,0	01:04:55	01:06:31		270
861	5194	HOPEJ ANNA	MUSZYNA		Polska	1980	K35-39	97	6:41	9,0	01:05:35	01:06:46		271
862	5257	RYBCZYŃSKI FRANCISZEK	RZESZÓW	TKKF "SOKÓŁ" GŁOGÓW MLP.	Polska	1951	M60-64	31	6:41	9,0	01:05:58	01:06:50	591	
863	5434	HAJDUGA GRAŻYNA	KRYNICA-ZDRÓJ		Polska	1955	K60-64	5	6:42	9,0	01:04:45	01:07:02		272
864	4376	SIKORA HANNA	BYDGOSZCZ		Polska	1968	K45-49	39	6:43	8,9	01:06:05	01:07:10		273
865	4489	BAKOWSKA JOANNA	LUBLIN		Polska	1970	K45-49	40	6:43	8,9	01:06:30	01:07:12		274
866	4715	MRÓZ TERESA	KRYNICA-ZDRÓJ		Polska	1965	K50-54	25	6:44	8,9	01:05:24	01:07:16		275
867	4100	MILEJSKA JOANNA	OPOLE	BBL	Polska	1977	K35-39	98	6:44	8,9	01:05:19	01:07:20		276
868	4709	NOWAK URSZULA	WIELICZKA		Polska	1957	K55-59	19	6:44	8,9	01:06:46	01:07:21		277
869	3668	MURAS DANIEL	WARSZAWA	OTREAM TEAM	Polska	1980	M35-39	150	6:44	8,9	01:05:23	01:07:22	592	
870	3708	KOLASA BARBARA	WARSZAWA-WESOŁA	KLUB J.SŁOWACKIEGO	Polska	1956	K55-59	20	6:44	8,9	01:07:01	01:07:24		278
871	3040	BIK MARZENA	WAWA		Polska	1970	K45-49	41	6:45	8,9	01:05:49	01:07:35		279
872	4660	TUROSZ ZOFIA	LEŻAJSK		Polska	1938	K70+	2	6:45	8,9	01:06:46	01:07:35		280
873	4382	AUGUSTYŃSKA KINGA	KRAKÓW	BIEGNEŹ, ŻEBY BARTEK MÓGŁ BIEGAĆ	Polska	1978	K35-39	99	6:46	8,9	01:05:05	01:07:44		281
874	4503	MUSZ HELENA	KRYNICA-ZDRÓJ	WARCZACESZPRYCHY.PL	Polska	1951	K60-64	6	6:46	8,9	01:06:50	01:07:44		282
875	2981	BONIAKOWSKA IZABELA	DĄBROWA GÓRNICZA	IZABELA BONAIAKOWSKA	Polska	1972	K40-44	89	6:47	8,9	01:05:13	01:07:47		283
876	4821	MYŚLIWIEC ANDRZEJ	KRAKÓW		Polska	1949	M65-69	17	6:47	8,9	01:05:50	01:07:47	593	
877	3801	DZIEDZICKA IWONA	PRZEMYŚL		Polska	1976	K35-39	100	6:47	8,8	01:06:08	01:07:48		284
878	4177	SZOT PAWEŁ	LUBLIN		Polska	1966	M45-49	115	6:48	8,8	01:07:08	01:07:56	594	
879	4467	JANKOWICZ-RADOŃ JOANNA	PRZEMYŚL		Polska	1965	K50-54	26	6:48	8,8	01:05:55	01:07:58		285
880	5319	PRZYCHODZEŃ IWONA			Polska	1965	K50-54	27	6:48	8,8	01:06:06	01:08:00		286
881	3796	CHYLIŃSKA DOROTA	GRUDZIĄDZ	AKADEMIA BIEGANIA GRUDZIĄDZ	Polska	1967	K45-49	42	6:48	8,8	01:06:21	01:08:05		287
882	4410	MARSZAŁSKA-TABIŚ JOANNA	BRZOZÓWKA	SEVEN CONTINENS CLUB	Polska	1975	K40-44	90	6:49	8,8	01:06:01	01:08:06		288

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
883	4364	SAWICKA MARTA	KRAKÓW	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1962	K50-54	28	6:49	8,8	01:06:38	01:08:07		289
884	4361	WIERZBICKA BEATA	WIELKA WIEŚ	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1976	K35-39	101	6:49	8,8	01:06:39	01:08:07		290
885	4824	CAŁUS MARTA	TOMICIE		Polska	1976	K35-39	102	6:49	8,8	01:06:21	01:08:08		291
886	4102	OLSZEWSKA RENATA	WOLSZTYN	-	Polska	1974	K40-44	91	6:50	8,8	01:06:24	01:08:18		292
887	4063	FIRLEJ MAGDALENA	LEGIONOWO	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1976	K35-39	103	6:50	8,8	01:06:33	01:08:25		293
888	4010	WSZOŁEK JUSTYNA	ZEGRZE	SEROCK BIEGA Z HOTELEM NARVIL	Polska	1973	K40-44	92	6:51	8,8	01:07:33	01:08:28		294
889	4308	OWCZAREK JANUSZ	RADOMSKO		Polska	1959	M55-59	59	6:52	8,7	01:06:33	01:08:38	595	
890	3975	ŚWITAŁA JOLANTA	KWIDZYN		Polska	1962	K50-54	29	6:52	8,7	01:08:14	01:08:38		295
891	4740	RADCZYŃSKA JUSTYNA	WARSZAWA	PASSUS SPORT TEAM	Polska	1965	K50-54	30	6:52	8,7	01:07:06	01:08:39		296
892	4193	KARPIEL ANTONI	BRZEZNA		Polska	1960	M55-59	60	6:52	8,7	01:07:00	01:08:40	596	
893	4226	KORNAK BARBARA	MUNINA		Polska	1973	K40-44	93	6:54	8,7	01:07:50	01:09:04		297
894	4415	SIERADZKA-JARZYNA IWONA	KRAKÓW		Polska	1966	K45-49	43	6:55	8,7	01:06:59	01:09:06		298
895	3976	SOBOŃ BOGUSŁAWA	PUSTKÓW-OSIEDLE		Polska	1962	K50-54	31	6:55	8,7	01:07:21	01:09:13		299
896	3770	ZIMOCH ANDRZEJ	KRAKÓW		Polska	1961	M50-54	70	6:55	8,7	01:08:33	01:09:13	597	
897	4179	TRYBULSKI PAWEŁ	WARSZAWA		Polska	1967	M45-49	116	6:56	8,7	01:06:47	01:09:17	598	
898	3208	MISIARZ JÓZEF	BRAK		Polska	1957	M55-59	61	6:56	8,7	01:07:40	01:09:19	599	
899	5411	ŻMUDA ALEKSANDER	DĘBICA	COTE.COM.PL	Polska	1979	M35-39	151	6:56	8,7	01:07:25	01:09:20	600	
900	5345	KAŹMIERCZAK AGNIESZKA	KATOWICE		Polska	1976	K35-39	104	6:56	8,6	01:07:01	01:09:23		300
901	3953	KAMIŃSKA HALINA	KRAKÓW		Polska	1958	K55-59	21	6:57	8,6	01:07:51	01:09:32		301
902	3884	SOKOŁOWSKA RENATA	TARNÓW		Polska	1974	K40-44	94	6:58	8,6	01:08:07	01:09:36		302
903	4423	WYCZAWSKA JOANNA	RZESZÓW	RZESZOWSKIE GAZELE I GEPARDY	Polska	1973	K40-44	95	6:58	8,6	01:07:16	01:09:36		303
904	3061	WARZOCZA DAMIAN	TYCHY		Polska	1976	M35-39	152	6:59	8,6	01:07:49	01:09:48	601	
905	4216	LIBERA STANISŁAW	KRAKÓW		Polska	1963	M50-54	71	7:01	8,6	01:07:35	01:10:10	602	
906	3763	PRZYBYLSKA-TOMAN DOROTA	STANOWICE	LUXTORPEDA CZERWIONKA	Polska	1964	K50-54	32	7:01	8,6	01:07:58	01:10:10	304	
907	3868	NALEPKA KATARZYNA	BYTOM	MIECHOWICKA GRUPA BIEGOWA	Polska	1976	K35-39	105	7:02	8,5	01:08:10	01:10:16		305
908	4174	TYRANKIEWICZ KAMILA	WARSZAWA	JUMP&FLY, KABATY	Polska	1980	K35-39	106	7:02	8,5	01:08:27	01:10:19		306
909	4180	LUBIŃSKI DARIUSZ	WARSZAWA	EUROPOL GAZ S.A.	Polska	1968	M45-49	117	7:02	8,5	01:07:54	01:10:23	603	
910	3694	MADEJ JÓZEF	OŚWIĘCIM	AMBASADOR FESTIWALU BIEGOWEGO	Polska	1951	M60-64	32	7:03	8,5	01:08:50	01:10:31	604	
911	2752	KIJAK ROBERT	SZYDŁOWIEC		Polska	1976	M35-39	153	7:05	8,5	01:10:42	01:10:46	605	
912	5258	RYBCZYŃSKA BEATA	RZESZÓW	TKKF"SOKOŁ" GLOGÓW MŁP.	Polska	1952	K60-64	7	7:06	8,5	01:10:05	01:10:57		307
913	2805	WYPYCH MAREK	KRAKÓW		Polska	1974	M40-44	147	7:06	8,5	01:09:40	01:10:59	606	
914	4196	SYGOCKI KONRAD	WARSZAWA	BIEGAM NA TARCHOMINIE	Polska	1978	M35-39	154	7:06	8,4	01:09:03	01:11:02	607	
915	3829	KOCH MARTA	ZABRZE		Polska	1977	K35-39	107	7:06	8,4	01:09:45	01:11:03		308
916	4287	BUCZKOWSKA-MIKA KATARZYNA	BYDGOSZCZ	ZUS	Polska	1979	K35-39	108	7:07	8,4	01:10:09	01:11:14		309
917	3628	BAK KLAUDIA	POZNAŃ	DRUŻYNA SZPIKU	Polska	1965	K50-54	33	7:08	8,4	01:08:49	01:11:17		310
918	3954	DZIUBEK KRZYSZTOF	BRZEZINKA		Polska	1978	M35-39	155	7:08	8,4	01:08:56	01:11:23	608	
919	4238	LACIUGA ARTUR	KRAKÓW		Polska	1972	M40-44	148	7:09	8,4	01:09:47	01:11:29	609	
920	4237	RYNDAK-LACIUGA AGATA	KRAKÓW		Polska	1975	K40-44	96	7:09	8,4	01:09:48	01:11:29		311
921	4241	BOREŃSKA ANNA	LUBLIN	TRINITY CLUB	Polska	1974	K40-44	97	7:11	8,4	01:09:59	01:11:51		312
922	4692	POSIADAŁA MAREK	KRAKÓW	CAPITOL	Polska	1978	M35-39	156	7:12	8,3	01:11:12	01:11:59	610	
923	4864	WOJTKO ANNA	JABŁONNA		Polska	1977	K35-39	109	7:13	8,3	01:10:04	01:12:14		313
924	4827	LATAŁA WOJCIECH	KRAKÓW		Polska	1976	M35-39	157	7:14	8,3	01:09:52	01:12:17	611	

Życiowa Dziesiątka - Mistrzostwa Polski Masters 2015



Organizator: Fundacja Instytut Studiów Wschodnich
 Data: 12.09.2015
 Dystans: 10km
 Miejscowość: Krynica Zdrój

Klasyfikacja: OPEN

M-ce	Nr zaw.	Nazwisko Imię	Miejscowość	Klub	Kraj	Rok urodz.	Kat wiek.	M-ce w kat	tempo min/km	tempo km/h	Czas netto	Wynik	M	K
925	5560	RACHUBA MICHAŁ	WARSZAWA		Polska	1978	M35-39	158	7:15	8,3	01:11:37	01:12:34	612	
926	4251	YAKUBOVICH EMILIYA	LEGIONOWO	EUROPOL GAZ S.A.	Polska	1978	K35-39	110	7:16	8,3	01:10:06	01:12:36		314
927	3858	BRAKOWSKA-WRÓBEL AGNIESZKA	POZNAŃ		Polska	1969	K45-49	44	7:16	8,3	01:10:25	01:12:41		315
928	4629	WITKOWSKI MARCIN	KOSZYCE WIELKIE		Polska	1980	M35-39	159	7:18	8,2	01:10:50	01:12:58	613	
929	4559	MEJ PAWEŁ	BOCHNIA		Polska	1972	M40-44	149	7:19	8,2	01:11:27	01:13:11	614	
930	5479	KOTLIŃSKI JAROSŁAW	KUTNO		Polska	1970	M45-49	118	7:21	8,2	01:11:24	01:13:29	615	
931	3849	KOWALCZYK IZABELA	PONAŃ		Polska	1967	K45-49	45	7:22	8,2	01:11:21	01:13:36		316
932	3870	RAJEWSKI ZBIGNIEW	BIELSKO-BIAŁA		Polska	1965	M50-54	72	7:22	8,1	01:13:40	01:13:41	616	
933	3798	KURYŁO DOROTA	RYBNIK	DRUŻYNA SZPIKU	Polska	1966	K45-49	46	7:23	8,1	01:13:03	01:13:52		317
934	3799	KURYŁO ZENON	RYBNIK	GEO-BUD-T.B.M ŻORY	Polska	1966	M45-49	119	7:23	8,1	01:13:03	01:13:52	617	
935	4265	KORULCZYK-MALROWSKA AGNIESZKA	WARSZAWA	ZUS	Polska	1975	K40-44	98	7:24	8,1	01:12:25	01:14:00		318
936	4771	POWĄZKA ELŻBIETA	KRAKOW		Polska	1974	K40-44	99	7:28	8,0	01:12:36	01:14:43	319	
937	4929	VILLARROEL FRANK	WARSZAWA	DIRTY KAPIBARA	Polska	1971	M40-44	150	7:30	8,0	01:14:55	01:15:01	618	
938	4208	GERUS URSZULA	WROCLAW		Polska	1965	K50-54	34	7:30	8,0	01:12:37	01:15:02		320
939	4105	BUSZKIEWICZ KRZYSZTOF	KÓRNIK	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1969	M45-49	120	7:31	8,0	01:12:44	01:15:10		619
940	4112	KOZŁOWSKI TADEUSZ	KÓRNIK	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1970	M45-49	121	7:31	8,0	01:12:44	01:15:10		620
941	4116	POTOCKA IŁONA	KÓRNIK	BRYLANT KÓRNIK	Polska	1977	K35-39	111	7:31	8,0	01:12:44	01:15:10		321
942	4852	KASPRZAK AGNIESZKA	WARSZAWA		Polska	1980	K35-39	112	7:32	8,0	01:13:20	01:15:20		322
943	2874	SZEWCZYK MICHAŁ	LUBLIN		Polska	1976	M35-39	160	7:34	7,9	01:13:09	01:15:37	621	
944	4050	WIŚNIEWSKA KATARZYNA	WARSZAWA	PGB SPORTOWA PACZKA	Polska	1972	K40-44	100	7:36	7,9	01:14:43	01:15:56		323
945	3871	MĘCINA ANNA	KOŃSKIE		Polska	1955	K60-64	8	7:36	7,9	01:13:48	01:16:04		324
946	4770	CZERYNA ROBERT	KRAKÓW		Polska	1973	M40-44	151	7:38	7,9	01:14:10	01:16:17	622	
947	4516	PAĆZKO LIDIA	KRAKÓW		Polska	1943	K70+	3	7:40	7,8	01:14:15	01:16:40		325
948	4271	WOŁĄS JAN	WARSZAWA	ZUS	Polska	1977	M35-39	161	7:41	7,8	01:15:17	01:16:52	623	
949	3619	WYSOCKA MAGDALENA	RYBNIK		Polska	1973	K40-44	101	7:42	7,8	01:14:22	01:16:56		326
950	4535	FRYŚ BARTŁOMIEJ	RZUCHOWA		Polska	1980	M35-39	162	7:42	7,8	01:15:45	01:16:59		624
951	4536	FRYŚ JOANNA	RZUCHOWA		Polska	1974	K40-44	102	7:42	7,8	01:15:45	01:16:59		327
952	5294	KOBYŁKA MAŁGORZATA			Polska	1967	K45-49	47	7:46	7,7	01:15:11	01:17:39		328
953	3738	RADNA MARIA	WOLSZTYN	WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY	Polska	1973	K40-44	103	7:51	7,6	01:16:04	01:18:32		329
954	4439	PAJURA RYSZARD	GRABINY		Polska	1967	M45-49	122	7:53	7,6	01:16:13	01:18:46	625	
955	5513	FIBAKIEWICZ MAŁGORZATA			Polska	1978	K35-39	113	7:53	7,6	01:16:52	01:18:54		330
956	4269	SIL-KRZANOWSKA AGATA	PRUSZKÓW	ZUS	Polska	1976	K35-39	114	7:53	7,6	01:17:08	01:18:55		331
957	3864	WITEK ALEKSANDRA	KATOWICE		Polska	1972	K40-44	104	7:54	7,6	01:16:43	01:19:05		332
958	4419	OŚWIECIŃSKA ANNA	SOLEC-ZDRÓJ		Polska	1973	K40-44	105	8:01	7,5	01:17:37	01:20:14		333
959	3039	SZOKALSKA URSZULA	NOWY PRAŻMÓW	SZOKALSCY TEAM	Polska	1969	K45-49	48	8:04	7,4	01:19:16	01:20:42		334
960	4637	MACKIEWICZ ADAM	GDYNIA		Polska	1935	M70+	9	8:08	7,4	01:20:02	01:21:17	626	