

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM**

Organizator: Urząd Gminy i Miasta w Sianowie  
 Data: 2019-05-01  
 Miejsce: Sianów  
 Dystans: 10 km

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POLSKA	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	3:48	15.8
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POLSKA	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	3:50	15.6
3	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POLSKA	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	3:51	15.6
4	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POLSKA	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	3:52	15.5
5	ROKOSZ RADOSŁAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	3:55	15.3
6	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POLSKA	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	4:14	14.2
7	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POLSKA	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	4:28	13.4
8	POLAŃSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POLSKA	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	4:29	13.3
9	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POLSKA	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	4:36	13
10	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POLSKA	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	4:39	12.9
11	KUŻMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	4:46	12.6
12	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POLSKA	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	4:46	12.6
13	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POLSKA	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	4:53	12.3
14	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POLAND	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	4:53	12.2
15	GRZELĄZKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POLSKA	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	5:00	12
16	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	5:03	11.9
17	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POLSKA	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	5:04	11.8
18	JAROSZ JAKUB	81	TKK KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POLSKA	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	5:09	11.6
19	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCŁAW	POLSKA	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	5:10	11.6
20	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	5:11	11.6
21	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POLSKA	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	5:11	11.6
22	RUDZIŃSKI RADOSŁAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POLSKA	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	5:13	11.5
23	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POLSKA	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	5:20	11.2
24	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	5:41	10.5
25	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POLSKA	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	5:41	10.5
26	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POLSKA	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	5:41	10.5
27	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	5:43	10.5
28	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	5:43	10.5
29	KAZIMIEROWICZ RADOSŁAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	5:43	10.5
30	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POLSKA	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	5:51	10.3
31	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KLEPINO BIAŁOGARDZKIE	POLSKA	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	5:59	10
32	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POLSKA	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	6:08	9.8
33	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POLSKA	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	6:59	8.6
34	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POLSKA	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	6:59	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	5:11	11.6
2	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POLSKA	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	5:11	11.6
3	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	5:41	10.5
4	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	5:43	10.5
5	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POLSKA	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	5:51	10.3
6	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KLEPINO BIAŁOGARDZKIE	POLSKA	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	5:59	10

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-Open**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POLSKA	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	3:48	15.8
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POLSKA	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	3:50	15.6
3	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POLSKA	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	3:51	15.6
4	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POLSKA	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	3:52	15.5
5	ROKOSZ RADOSŁAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	3:55	15.3
6	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POLSKA	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	4:14	14.2
7	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POLSKA	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	4:28	13.4
8	POLAŃSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POLSKA	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	4:29	13.3
9	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POLSKA	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	4:36	13
10	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POLSKA	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	4:39	12.9
11	KUZMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	4:46	12.6
12	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POLSKA	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	4:46	12.6
13	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POLSKA	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	4:53	12.3
14	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POLAND	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	4:53	12.2
15	GRZELAZKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POLSKA	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	5:00	12
16	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	5:03	11.9
17	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POLSKA	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	5:04	11.8
18	JAROSZ JAKUB	81	TKK KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POLSKA	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	5:09	11.6
19	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCLAW	POLSKA	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	5:10	11.6
20	RUDZIŃSKI RADOSŁAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POLSKA	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	5:13	11.5
21	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POLSKA	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	5:20	11.2
22	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POLSKA	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	5:41	10.5
23	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POLSKA	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	5:41	10.5
24	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	5:43	10.5
25	KAZIMIEROWICZ RADOSŁAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	5:43	10.5
26	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POLSKA	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	6:08	9.8
27	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POLSKA	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	6:59	8.6
28	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POLSKA	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	6:59	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-Gmina**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POLSKA	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	5:11	11.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-Gmina**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POLSKA	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	4:53	12.3
2	JAROSZ JAKUB	81	TKK KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POLSKA	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	5:09	11.6
3	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POLSKA	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	5:20	11.2
4	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POLSKA	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	6:59	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-18**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	PIETRZYK PAULINA	44		SIANÓW	POLSKA	K-18	1	K 2	00:26:30	00:51:55.96	5:11	11.6
2	JANKOWSKA MONIKA	14	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-18	2	K 3	00:28:33	00:56:53.19	5:41	10.5

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-18**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ PRZEMYSŁAW	49	JW1223	WYCZECHY	POLSKA	M-18	1	M 6	00:20:13	00:42:23.89	4:14	14.2
2	HOREGLAD PAWEŁ	13	SPEEDY GONZALES	KOSZALIN	POLSKA	M-18	2	M 9	00:23:17	00:46:08.49	4:36	13
3	JAROSZ JAKUB	81	TKK KOSZALIN	SUCHA KOSZALIŃSKA	POLSKA	M-18	3	M 18	00:25:50	00:51:37.28	5:09	11.6
4	PIETRZYK MATEUSZ	89		SIANÓW	POLSKA	M-18	4	M 21	00:26:30	00:53:20.96	5:20	11.2
5	RUTKOWSKI ARTUR	57	RUNKING	KOSZALIN	POLSKA	M-18	5	M 22	00:27:52	00:56:54.05	5:41	10.5
6	PLATA TOMEK	47	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBUŃ	POLSKA	M-18	6	M 26	00:30:34	01:01:26.12	6:08	9.8

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-30**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	WEJNER-POLASIK EWELINA	74	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	K-30	1	K 1	00:25:45	00:51:54.37	5:11	11.6
2	WEILAND AGNIESZKA	73	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	K-30	2	K 4	00:28:32	00:57:15.65	5:43	10.5
3	HAŁAJKO MAGDALENA	11		KOSZALIN	POLSKA	K-30	3	K 5	00:28:43	00:58:30.86	5:51	10.3

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-30**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	RYKIEL MICHAŁ	58		BONIN	POLSKA	M-30	1	M 3	00:18:56	00:38:30.62	3:51	15.6
2	STEBELSKI JASIEK	64	YOGA LIFE CLUB	KOSZALIN	POLSKA	M-30	2	M 4	00:18:55	00:38:46.33	3:52	15.5
3	ROKOSZ RADOSŁAW	52	JW 1223 KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	3	M 5	00:19:11	00:39:14.99	3:55	15.3
4	POLAŃSKI KRZYSZTOF	82	FITNESSACJA	BRZEG DOLNY	POLSKA	M-30	4	M 8	00:22:23	00:44:56.34	4:29	13.3
5	PODAWCA ŁUKASZ	92		SIANÓW	POLSKA	M-30	5	M 13	00:24:44	00:48:57.98	4:53	12.3
6	KUBIŚ PAWEŁ	22	RUNDORFINA	SZCZECINEK	POLAND	M-30	6	M 14	00:24:42	00:48:59.08	4:53	12.2
7	GRZEŁAZKA SYLWESTER	10		KOSZALIN	POLSKA	M-30	7	M 15	00:24:00	00:50:05.61	5:00	12
8	RUDZIŃSKI RADOSŁAW	55	4FIT CROSS BIAŁOGARD	BIAŁOGARD	POLSKA	M-30	8	M 20	00:25:47	00:52:19.25	5:13	11.5
9	MURAWSKI RAFAŁ	34	DECATHLON POWER	SŁUPSK	POLSKA	M-30	9	M 23	00:28:32	00:56:54.61	5:41	10.5
10	WEILAND ADRIAN	72	NIGHT WOLVES SŁUPSK	SŁUPSK	POLSKA	M-30	10	M 24	00:28:33	00:57:15.31	5:43	10.5
11	KAZIMIEROWICZ RADOSŁAW	18	VTT KOSZALIN	KOSZALIN	POLSKA	M-30	11	M 25	00:28:28	00:57:17.32	5:43	10.5

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, K-40**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	MARKOWSKA IWONA	31	4FIT CROSS BIAŁOGARD	KŁĘPINO BIAŁOGARDZKIE	POLSKA	K-40	1	K 6	00:29:24	00:59:56.45	5:59	10

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-40**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	JAROSZ WIESŁAW	15	JW. 1223/POLITECHNIKA KOSZALIŃSKA	KOSZALIN	POLSKA	M-40	1	M 1	00:18:25	00:38:00.91	3:48	15.8
2	POŁUBIŃSKI PAWEŁ	48	CROSSTEAM SZCZECINEK	BORNE SULINOWO	POLSKA	M-40	2	M 2	00:18:52	00:38:24.32	3:50	15.6
3	TOKARSKI SZYMON	68		KOSZALIN	POLSKA	M-40	3	M 7	00:22:36	00:44:46.14	4:28	13.4
4	PLATA ROBERT	46	GOŚCINO	GOŚCINO	POLSKA	M-40	4	M 10	00:22:53	00:46:31.80	4:39	12.9
5	KUŻMA MARIUSZ	25	CROSS TEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	5	M 11	00:23:49	00:47:41.86	4:46	12.6
6	STARZOMSKI TOMASZ	63	CROSSFIT SZCZECINEK	PIŁA	POLSKA	M-40	6	M 12	00:23:53	00:47:42.28	4:46	12.6
7	CZAJA PIOTR	6	CROSSTEAM SZCZECINEK	SZCZECINEK	POLSKA	M-40	7	M 16	00:25:11	00:50:34.52	5:03	11.9
8	RESPONDEK DARIUSZ	51		WROCŁAW	POLSKA	M-40	8	M 19	00:26:29	00:51:46.77	5:10	11.6
9	LEWANDOWSKI PIOTR	26	FUNDACJA ZASTOPIJ	KOSZALIN	POLSKA	M-40	9	M 27	00:33:59	01:09:56.13	6:59	8.6
10	HARASYM DANIEL	12		SIANÓW	POLSKA	M-40	10	M 28	00:33:05	01:09:56.95	6:59	8.6

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, M-50**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	5km	Netto	min/km	km/h
1	SKOWYRSKI JANUSZ	61	TKKF KOSZALIN	BIESIEKIERZ	POLSKA	M-50	1	M 17	00:25:16	00:50:45.33	5:04	11.8

**SIANOWSKI BIEG EKSTREMALNY SIAN RUN 10KM, Drużyna**

Miejsce	Drużyna	Zawodnicy klasyfikowani	Czas	Czas drużyny
1	PIERWSI	WIESŁAW JAROSZ RADOSŁAW ROKOSZ PRZEMYSŁAW JAROSZ MAGDALENA HAŁAJKO	00:38:00.917 00:39:14.999 00:42:23.890 00:58:30.863	02:58:10.669
2	NIEZBYT MOCNI	MICHAŁ RYKIEL JASIEK STEBELSKI PAULINA PIETRZYK ARTUR RUTKOWSKI	00:38:30.627 00:38:46.339 00:51:55.967 00:56:54.058	03:06:06.991
3	CROSSTEAM SZCZECINEK	PAWEŁ POŁUBIŃSKI MARIUSZ KUŹMA PIOTR CZAJA EWELINA WEJNER-POLASIK	00:38:24.329 00:47:41.860 00:50:34.529 00:51:54.379	03:08:35.097
4	4FIT CROSS BIAŁOGARD	ROBERT PLATA RADOSŁAW RUDZIŃSKI IWONA MARKOWSKA TOMEK PLATA	00:46:31.805 00:52:19.256 00:59:56.452 01:01:26.129	03:40:13.642