

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km**

 Organizator: Fundacja „Po Pierwsze”  
 Data: 2017-03-25  
 Miejsce: Wasilków  
 Dystans: 5 km

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	CZECZKO PAWEŁ	9	SOKOL	GRODNO	POLSKA	M10-29	1	M 1	00:14:22.50	2:52	20.9
2	BRATUCHIN MAKSYM	98	SOKOL		POLSKA	M10-29	2	M 2	00:14:57.45	2:59	20.1
3	KALINOWSKI KRYSZTIAN	99	AGR PODLESIE	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	3	M 3	00:15:45.00	3:09	19
4	BOCHENKO DANIEL	5	MZUNGU UGALI	BRZOZOWA	POLSKA	M30-45	1	M 4	00:15:54.00	3:10	18.9
5	CZERWIŃSKI ANDRZEJ	10	KS STUDZIANKI	POLSKA	POLSKA	M30-45	2	M 5	00:16:23.95	3:16	18.3
6	HRYSZKO PAWEŁ	19		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	4	M 6	00:16:52.40	3:22	17.8
7	TURCZYŃSKI PAWEŁ	84		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	5	M 7	00:17:14.30	3:26	17.4
8	JELSKI DARIUSZ	22	MPS BIKE TEAM	WASILKÓW	POLSKA	M46-59	1	M 8	00:17:20.35	3:28	17.3
9	KIEŁCZEWSKI KONRAD	23		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	3	M 9	00:17:52.45	3:34	16.8
10	KOCHAŃSKI KRYSZTIAN	27	TAEKWONDO BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	6	M 10	00:18:44.25	3:44	16
11	MINIUK PAWEŁ	42	PAŁĘ WROTKI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	7	M 11	00:18:54.25	3:46	15.9
12	PARCHOWSKA MAGDA	54	BIEGOSTOK	GDĄSK	POLSKA	K10-29	1	K 1	00:19:01.95	3:48	15.8
13	LEWKO MARIUSZ	31		JUROWCE	POLSKA	M30-45	4	M 12	00:19:04.45	3:49	15.7
14	MADEJA ADAM	37		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	5	M 13	00:19:08.05	3:49	15.7
15	SMOLSKA JUSTYNA	69	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	2	K 2	00:19:12.05	3:50	15.6
16	KNULOWSKA MAGDALENA	106		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	1	K 3	00:19:12.40	3:50	15.6
17	BOSIACKI JAROSŁAW	7		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	6	M 14	00:19:23.75	3:52	15.5
18	WRZEŚIŃSKI ZDZIŚLAW	88	OSK SZAŁ	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	2	M 15	00:19:42.20	3:56	15.2
19	SZAWLUK MATEUSZ	73		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	8	M 16	00:19:42.45	3:56	15.2
20	CHMIELEWSKI KAROL	150	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	7	M 17	00:19:52.80	3:58	15.1
21	TURCZYŃSKI ALEKSANDER	83		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	1	K 4	00:20:00.30	4:00	15
22	CICHOCA ANITA	8	NADAKTYWNI / PG 6 BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	3	K 5	00:20:12.60	4:02	14.8
23	KIERZKOWSKI MARCIN	26	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	8	M 18	00:20:35.70	4:07	14.6
24	LEWKO WIOLETTA	32		JUROWCE	POLSKA	K30-45	2	K 6	00:20:38.90	4:07	14.5
25	MRÓZ AGNIESZKA	43		BIAŁYSTOK	POLSKA	K-OPEN	1	K 7	00:20:45.55	4:09	14.4
26	ŚWIDERSKI CEZARY	77		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	9	M 19	00:20:58.90	4:11	14.3
27	GAWRYLUK SZYMON	16		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	9	M 20	00:20:59.90	4:11	14.3
28	TARASIUK MONIKA	80		RZEPNIKI	POLSKA	K30-45	3	K 8	00:21:42.55	4:20	13.8
29	WIŚNIEWSKA JOANNA	87		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	4	K 9	00:21:45.55	4:21	13.8
30	OCHOCKI MICHAŁ	48		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	10	M 21	00:21:47.85	4:21	13.8
31	BĄBCZYŃSKI MICHAŁ	4		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	10	M 22	00:21:48.05	4:21	13.8
32	BAJDA MARCIN	1	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	11	M 23	00:21:56.30	4:23	13.7
33	KOTIK MIROSŁAWA	29	OUTDOOR TRAINING	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	5	K 10	00:21:59.85	4:24	13.6
34	KIERSNOWSKA MAGDALENA	24	BIELSKA INICJATYWA ROWEROWA	BIELSK PODLASKI	POLSKA	K30-45	6	K 11	00:22:02.20	4:24	13.6
35	DRWIĘGA GABRIELA	14		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	7	K 12	00:22:17.45	4:27	13.5
36	MILEWSKI MARCIN	41		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	12	M 24	00:22:30.65	4:30	13.3
37	JUSZCZAK GRZEGORZ	101		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	13	M 25	00:22:30.80	4:30	13.3
38	BOGDANOWICZ ANETA	95		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	4	K 13	00:22:32.85	4:30	13.3
39	DĄBROWSKA OLA	105		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	5	K 14	00:22:46.75	4:33	13.2
40	JARMOŁOWICZ MAŁGORZATA	21		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	2	K 15	00:22:58.40	4:35	13.1
41	ROGOWSKA MARTA	58	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	8	K 16	00:23:03.90	4:36	13
42	SKOWRONSKI PAWEŁ	107		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	14	M 26	00:23:06.40	4:37	13
43	WILKOS EWA	86		WARSZAWA	POLSKA	K30-45	9	K 17	00:23:32.25	4:42	12.7
44	SOKÓŁ PRZEMYSŁAW	72		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	11	M 27	00:23:34.40	4:42	12.7
45	KOZIEJKO STANISŁAW	30	BIEGAM DLA JUSTYSI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	3	M 28	00:23:37.00	4:43	12.7
46	DREZNER WIKTORIA	13		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	6	K 18	00:23:40.80	4:44	12.7
47	ZAPOLSKA AGNIESZKA	90		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	10	K 19	00:23:42.85	4:44	12.6
48	DOLIŃSKA MARTA	12		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	11	K 20	00:23:47.20	4:45	12.6

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
49	SAPIEHA ANNA	94		CZARNA BIAŁOSTOCKA	POLSKA	K30-45	12	K 21	00:23:48.50	4:45	12.6
50	ŁOTOWSKA KATARZYNA	36		DZIKIE	POLSKA	K10-29	7	K 22	00:23:52.70	4:46	12.6
51	SADOWSKI WOJCIECH	61		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	15	M 29	00:23:56.05	4:47	12.5
52	TRYZNOWSKA SYLWIA	82		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	13	K 23	00:23:58.85	4:47	12.5
53	ŁAPIŃSKA ANNA	35		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	8	K 24	00:24:03.15	4:48	12.5
54	TARASIUŁ ADAM	79		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	16	M 30	00:24:08.00	4:49	12.4
55	DĄBROWSKA WIKTORIA	104		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	9	K 25	00:24:08.75	4:49	12.4
56	MARCISZEWSKA MAŁGORZATA	38		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	14	K 26	00:24:32.00	4:54	12.2
57	TOBIASZ JOANNA	81		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	10	K 27	00:24:41.50	4:56	12.1
58	ZAWISTOWSKA ALICJA	91	NADAKTYWNI	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	15	K 28	00:24:42.90	4:56	12.1
59	MYSZKOWSKI PAWEŁ	45	ŻYWCEM NAS NIE WEZMĄ	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	17	M 31	00:24:55.30	4:59	12
60	ŚWIĘCICKI KACPER	78	TEAM BIAŁYSTOK	WASILKÓW	POLSKA	M10-29	12	M 32	00:24:56.65	4:59	12
61	ZAJKOWSKA JULIA	102		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	11	K 29	00:25:02.20	5:00	12
62	MATYS MAREK	39		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	18	M 33	00:25:05.50	5:01	12
63	GŁODKOWSKA EDYTA	17		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	12	K 30	00:25:15.20	5:03	11.9
64	MAĆZKA KLAUDIA	40		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	13	K 31	00:25:15.80	5:03	11.9
65	SIDOR JUSTYNA	64		GONIĄDZ	POLSKA	K30-45	16	K 32	00:25:15.95	5:03	11.9
66	NOWICKA IZABELA	47	UKS SET WASILKÓW	STUZIANKI	POLSKA	K30-45	17	K 33	00:25:26.85	5:05	11.8
67	ZBROJA-HAMANOWICZ MAGDALENA	92	BBL	NIEWODNICA KOŚCIELNA	POLSKA	K30-45	18	K 34	00:25:29.85	5:06	11.8
68	SIDOROWICZ EWELINA	65		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	19	K 35	00:25:31.75	5:06	11.8
69	DĄBROWSKI RAFAŁ	11		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	19	M 34	00:25:31.85	5:06	11.7
70	GAWRYLIK JOANNA	15	BBL	BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	3	K 36	00:25:38.15	5:07	11.7
71	KOWNIEROWICZ JOANNA	100		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	14	K 37	00:25:40.85	5:08	11.7
72	SZEWEŁUK KRZYSZTOF	74		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	20	M 35	00:26:31.50	5:18	11.3
73	MRUCZYŃSKA DOMINIKA	44	RUN FOR JULKA AND FUN	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	20	K 38	00:27:05.65	5:25	11.1
74	BĄBCZYŃSKA MAŁGORZATA	2		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	21	K 39	00:27:22.10	5:28	11
75	BĄBCZYŃSKI MARCIN	3		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	21	M 36	00:27:24.15	5:28	10.9
76	BEKISZ AMELIA	103		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	15	K 40	00:27:27.30	5:29	10.9
77	LIMAN DOROTA	33	BIAŁYSTOK BIEGA	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	22	K 41	00:27:35.90	5:31	10.9
78	PARADOWICZ NATALIA	96		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	16	K 42	00:27:38.40	5:31	10.8
79	OLSZEWSKA MAŁGORZATA	49		BARSCZCZEWO	POLSKA	K30-45	23	K 43	00:28:11.85	5:38	10.6
80	LUBOWSKA KATARZYNA	34		SOKÓŁKA	POLSKA	K30-45	24	K 44	00:28:44.90	5:45	10.4
81	KRUSZEWSKA EDYTA	93		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	25	K 45	00:30:31.20	6:06	9.8
82	WIADERSKA GRAŻYNA	85		ELBLĄG	POLSKA	K60+	1	K 46	00:38:07.45	7:37	7.9

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K-OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	PARCHOWSKA MAGDA	54	BIEGOSTOK	GDĄŃSK	POLSKA	K10-29	1	K 1	00:19:01.95	3:48	15.8
2	SMOLSKA JUSTYNA	69	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	2	K 2	00:19:12.05	3:50	15.6
3	KNULOWSKA MAGDALENA	106		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	1	K 3	00:19:12.40	3:50	15.6
4	TURCZYŃSKI ALEKSANDER	83		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	1	K 4	00:20:00.30	4:00	15
5	CICHOCKA ANITA	8	NADAKTYWNI / PG 6 BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	3	K 5	00:20:12.60	4:02	14.8
6	LEWKO WIOLETTA	32		JUROWCE	POLSKA	K30-45	2	K 6	00:20:38.90	4:07	14.5
7	MRÓZ AGNIESZKA	43		BIAŁYSTOK	POLSKA	K-OPEN	1	K 7	00:20:45.55	4:09	14.4
8	TARASIUŁ MONIKA	80		RZEPNIKI	POLSKA	K30-45	3	K 8	00:21:42.55	4:20	13.8
9	WIŚNIEWSKA JOANNA	87		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	4	K 9	00:21:45.55	4:21	13.8
10	KOTIK MIROSŁAWA	29	OUTDOOR TRAINING	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	5	K 10	00:21:59.85	4:24	13.6
11	KIERSNOWSKA MAGDALENA	24	BIELSKA INICJATYWA ROWEROWA	BIELSK PODLASKI	POLSKA	K30-45	6	K 11	00:22:02.20	4:24	13.6
12	DRWIĘGA GABRIELA	14		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	7	K 12	00:22:17.45	4:27	13.5
13	BOGDANOWICZ ANETA	95		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	4	K 13	00:22:32.85	4:30	13.3
14	DĄBROWSKA OLA	105		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	5	K 14	00:22:46.75	4:33	13.2
15	JARMOŁOWICZ MAŁGORZATA	21		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	2	K 15	00:22:58.40	4:35	13.1
16	ROGOWSKA MARTA	58	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	8	K 16	00:23:03.90	4:36	13
17	WILKOS EWA	86		WARSZAWA	POLSKA	K30-45	9	K 17	00:23:32.25	4:42	12.7
18	DREZNER WIKTORIA	13		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	6	K 18	00:23:40.80	4:44	12.7

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K-OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
19	ZAPOLSKA AGNIESZKA	90		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	10	K 19	00:23:42.85	4:44	12.6
20	DOLIŃSKA MARTA	12		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	11	K 20	00:23:47.20	4:45	12.6
21	SAPIEHA ANNA	94		CZARNA BIAŁOSTOCKA	POLSKA	K30-45	12	K 21	00:23:48.50	4:45	12.6
22	ŁOTOWSKA KATARZYNA	36		DZIKIE	POLSKA	K10-29	7	K 22	00:23:52.70	4:46	12.6
23	TRYZNOWSKA SYLWIA	82		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	13	K 23	00:23:58.85	4:47	12.5
24	ŁAPIŃSKA ANNA	35		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	8	K 24	00:24:03.15	4:48	12.5
25	DĄBROWSKA WIKTORIA	104		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	9	K 25	00:24:08.75	4:49	12.4
26	MARCISZEWSKA MAŁGORZATA	38		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	14	K 26	00:24:32.00	4:54	12.2
27	TOBIASZ JOANNA	81		GONIADZ	POLSKA	K10-29	10	K 27	00:24:41.50	4:56	12.1
28	ZAWISTOWSKA ALICJA	91	NADAKTYWNI	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	15	K 28	00:24:42.90	4:56	12.1
29	ZAJKOWSKA JULIA	102		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	11	K 29	00:25:02.20	5:00	12
30	GŁODKOWSKA EDYTA	17		GONIADZ	POLSKA	K10-29	12	K 30	00:25:15.20	5:03	11.9
31	MAĆZKA KLAUDIA	40		GONIADZ	POLSKA	K10-29	13	K 31	00:25:15.80	5:03	11.9
32	SIDOR JUSTYNA	64		GONIADZ	POLSKA	K30-45	16	K 32	00:25:15.95	5:03	11.9
33	NOWICKA IZABELA	47	UKS SET WASILKÓW	STUDZIANKI	POLSKA	K30-45	17	K 33	00:25:26.85	5:05	11.8
34	ZBROJA-HAMANOWICZ MAGDALENA	92	BBL	NIEWODNICZA KOŚCIELNA	POLSKA	K30-45	18	K 34	00:25:29.85	5:06	11.8
35	SIDOROWICZ EWELINA	65		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	19	K 35	00:25:31.75	5:06	11.8
36	GAWRYLIK JOANNA	15	BBL	BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	3	K 36	00:25:38.15	5:07	11.7
37	KOWNIEROWICZ JOANNA	100		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	14	K 37	00:25:40.85	5:08	11.7
38	MRUCZYŃSKA DOMINIKA	44	RUN FOR JULKA AND FUN	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	20	K 38	00:27:05.65	5:25	11.1
39	BĄBCZYŃSKA MAŁGORZATA	2		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	21	K 39	00:27:22.10	5:28	11
40	BEKISZ AMELIA	103		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	15	K 40	00:27:27.30	5:29	10.9
41	LIMAN DOROTA	33	BIAŁYSTOK BIEGA	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	22	K 41	00:27:35.90	5:31	10.9
42	PARADOWICZ NATALIA	96		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	16	K 42	00:27:38.40	5:31	10.8
43	OLSZEWSKA MAŁGORZATA	49		BARSZCZEWO	POLSKA	K30-45	23	K 43	00:28:11.85	5:38	10.6
44	LUBOWSKA KATARZYNA	34		SOKÓŁKA	POLSKA	K30-45	24	K 44	00:28:44.90	5:45	10.4
45	KRUSZEWSKA EDYTA	93		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	25	K 45	00:30:31.20	6:06	9.8
46	WIADERSKA GRAŻYNA	85		ELBLĄG	POLSKA	K60+	1	K 46	00:38:07.45	7:37	7.9

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, M-OPEN**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	CZECZKO PAWEŁ	9	SOKOL	GRODNO	POLSKA	M10-29	1	M 1	00:14:22.50	2:52	20.9
2	BRATUCHIN MAKSYM	98	SOKOL		POLSKA	M10-29	2	M 2	00:14:57.45	2:59	20.1
3	KALINOWSKI KRYSZTIAN	99	AGR PODLESIE	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	3	M 3	00:15:45.00	3:09	19
4	BOCHENKO DANIEL	5	MZUNGU UGALI	BRZOZOWA	POLSKA	M30-45	1	M 4	00:15:54.00	3:10	18.9
5	CZERWIŃSKI ANDRZEJ	10	KS STUDZIANKI	STUDZIANKI	POLSKA	M30-45	2	M 5	00:16:23.95	3:16	18.3
6	HRYSZKO PAWEŁ	19		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	4	M 6	00:16:52.40	3:22	17.8
7	TURCZYŃSKI PAWEŁ	84		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	5	M 7	00:17:14.30	3:26	17.4
8	JELSKI DARIUSZ	22	MPS BIKE TEAM	WASILKÓW	POLSKA	M46-59	1	M 8	00:17:20.35	3:28	17.3
9	KIEŁCZEWSKI KONRAD	23		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	3	M 9	00:17:52.45	3:34	16.8
10	KOCHAŃSKI KRYSZTIAN	27	TAEKWONDO BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	6	M 10	00:18:44.25	3:44	16
11	MINIUK PAWEŁ	42	PAŁĘ WROTKI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	7	M 11	00:18:54.25	3:46	15.9
12	LEWKO MARIUSZ	31		JUROWCE	POLSKA	M30-45	4	M 12	00:19:04.45	3:49	15.7
13	MADEJA ADAM	37		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	5	M 13	00:19:08.05	3:49	15.7
14	BOSIACKI JAROSŁAW	7		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	6	M 14	00:19:23.75	3:52	15.5
15	WRZEŚIŃSKI ZDZISŁAW	88	OSK SZAŁ	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	2	M 15	00:19:42.20	3:56	15.2
16	SZAWLUK MATEUSZ	73		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	8	M 16	00:19:42.45	3:56	15.2
17	CHMIELEWSKI KAROL	150	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	7	M 17	00:19:52.80	3:58	15.1
18	KIERZKOWSKI MARCIN	26	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	8	M 18	00:20:35.70	4:07	14.6
19	ŚWIDERSKI CEZARY	77		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	9	M 19	00:20:58.90	4:11	14.3
20	GAWRYLUK SZYMON	16		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	9	M 20	00:20:59.90	4:11	14.3
21	OCHOCKI MICHAŁ	48		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	10	M 21	00:21:47.85	4:21	13.8
22	BĄBCZYŃSKI MICHAŁ	4		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	10	M 22	00:21:48.05	4:21	13.8
23	BAJDA MARCIN	1	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	11	M 23	00:21:56.30	4:23	13.7
24	MILEWSKI MARCIN	41		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	12	M 24	00:22:30.65	4:30	13.3

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, M-OPEN c.d.**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
25	JUSZCZAK GRZEGORZ	101		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	13	M 25	00:22:30.80	4:30	13.3
26	SKOWROŃSKI PAWEŁ	107		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	14	M 26	00:23:06.40	4:37	13
27	SOKÓŁ PRZEMYSŁAW	72		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	11	M 27	00:23:34.40	4:42	12.7
28	KOZIEJKO STANISŁAW	30	BIEGAM DLA JUSTYSI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	3	M 28	00:23:37.00	4:43	12.7
29	SADOWSKI WOJCIECH	61		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	15	M 29	00:23:56.05	4:47	12.5
30	TARASIUŁ ADAM	79		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	16	M 30	00:24:08.00	4:49	12.4
31	MYSZKOWSKI PAWEŁ	45	ŻYWCEM NAS NIE WEZMA	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	17	M 31	00:24:55.30	4:59	12
32	ŚWIĘCICKI KACPER	78	TEAM BIAŁYSTOK	WASILKÓW	POLSKA	M10-29	12	M 32	00:24:56.65	4:59	12
33	MATYS MAREK	39		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	18	M 33	00:25:05.50	5:01	12
34	DĄBROWSKI RAFAŁ	11		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	19	M 34	00:25:31.85	5:06	11.7
35	SZEWEŁUK KRZYSZTOF	74		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	20	M 35	00:26:31.50	5:18	11.3
36	BĄBCZYŃSKI MARCIN	3		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	21	M 36	00:27:24.15	5:28	10.9

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K10-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	PARCHOWSKA MAGDA	54	BIEGOSTOK	GDAŃSK	POLSKA	K10-29	1	K 1	00:19:01.95	3:48	15.8
2	SMOLSKA JUSTYNA	69	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	2	K 2	00:19:12.05	3:50	15.6
3	CICHOCKA ANITA	8	NADAKTYWNI / PG 6 BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	3	K 5	00:20:12.60	4:02	14.8
4	BOGDANOWICZ ANETA	95		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	4	K 13	00:22:32.85	4:30	13.3
5	DĄBROWSKA OLA	105		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	5	K 14	00:22:46.75	4:33	13.2
6	DREZNER WIKTORIA	13		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	6	K 18	00:23:40.80	4:44	12.7
7	ŁOTOWSKA KATARZYNA	36		DZIKIE	POLSKA	K10-29	7	K 22	00:23:52.70	4:46	12.6
8	ŁAPIŃSKA ANNA	35		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	8	K 24	00:24:03.15	4:48	12.5
9	DĄBROWSKA WIKTORIA	104		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	9	K 25	00:24:08.75	4:49	12.4
10	TOBIASZ JOANNA	81		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	10	K 27	00:24:41.50	4:56	12.1
11	ZAJKOWSKA JULIA	102		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	11	K 29	00:25:02.20	5:00	12
12	GŁODKOWSKA EDYTA	17		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	12	K 30	00:25:15.20	5:03	11.9
13	MAĆZKA KLAUDIA	40		GONIĄDZ	POLSKA	K10-29	13	K 31	00:25:15.80	5:03	11.9
14	KOWNIEROWICZ JOANNA	100		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	14	K 37	00:25:40.85	5:08	11.7
15	BEKISZ AMELIA	103		BIAŁYSTOK	POLSKA	K10-29	15	K 40	00:27:27.30	5:29	10.9
16	PARADOWICZ NATALIA	96		WASILKÓW	POLSKA	K10-29	16	K 42	00:27:38.40	5:31	10.8

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, M10-29**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	CZECZKO PAWEŁ	9	SOKOL	GRODNO	POLSKA	M10-29	1	M 1	00:14:22.50	2:52	20.9
2	BRATUCHIN MAKSYM	98	SOKOL		POLSKA	M10-29	2	M 2	00:14:57.45	2:59	20.1
3	KALINOWSKI KRYSZTIAN	99	AGR PODLESIE	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	3	M 3	00:15:45.00	3:09	19
4	HRYSZKO PAWEŁ	19		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	4	M 6	00:16:52.40	3:22	17.8
5	TURCZYŃSKI PAWEŁ	84		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	5	M 7	00:17:14.30	3:26	17.4
6	KOCHAŃSKI KRYSZTIAN	27	TAEKWONDO BIAŁYSTOK	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	6	M 10	00:18:44.25	3:44	16
7	MINIUK PAWEŁ	42	PAŁĘ WROTKI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	7	M 11	00:18:54.25	3:46	15.9
8	SZAWŁUK MATEUSZ	73		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	8	M 16	00:19:42.45	3:56	15.2
9	GAWRYŁUK SZYMON	16		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	9	M 20	00:20:59.90	4:11	14.3
10	BĄBCZYŃSKI MICHAŁ	4		WASILKÓW	POLSKA	M10-29	10	M 22	00:21:48.05	4:21	13.8
11	SOKÓŁ PRZEMYSŁAW	72		BIAŁYSTOK	POLSKA	M10-29	11	M 27	00:23:34.40	4:42	12.7
12	ŚWIĘCICKI KACPER	78	TEAM BIAŁYSTOK	WASILKÓW	POLSKA	M10-29	12	M 32	00:24:56.65	4:59	12

## Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K30-45

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	KNULOWSKA MAGDALENA	106		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	1	K 3	00:19:12.40	3:50	15.6
2	LEWKO WIOLETTA	32		JUROWCE	POLSKA	K30-45	2	K 6	00:20:38.90	4:07	14.5
3	TARASIUŁ MONIKA	80		RZEPNIKI	POLSKA	K30-45	3	K 8	00:21:42.55	4:20	13.8
4	WIŚNIEWSKA JOANNA	87		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	4	K 9	00:21:45.55	4:21	13.8
5	KOTIK MIROŚŁAWA	29	OUTDOOR TRAINING	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	5	K 10	00:21:59.85	4:24	13.6
6	KIERSNOWSKA MAGDALENA	24	BIELSKA INICJATYWA ROWEROWA	BIELSK PODLASKI	POLSKA	K30-45	6	K 11	00:22:02.20	4:24	13.6
7	DRWIĘGA GABRIELA	14		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	7	K 12	00:22:17.45	4:27	13.5
8	ROGOWSKA MARTA	58	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	8	K 16	00:23:03.90	4:36	13
9	WILKOS EWA	86		WARSZAWA	POLSKA	K30-45	9	K 17	00:23:32.25	4:42	12.7
10	ZAPOLSKA AGNIESZKA	90		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	10	K 19	00:23:42.85	4:44	12.6
11	DOLIŃSKA MARTA	12		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	11	K 20	00:23:47.20	4:45	12.6
12	SAPIEHA ANNA	94		CZARNA BIAŁOSTOCKA	POLSKA	K30-45	12	K 21	00:23:48.50	4:45	12.6
13	TRYZNOWSKA SYLWIA	82		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	13	K 23	00:23:58.85	4:47	12.5
14	MARCISZEWSKA MAŁGORZATA	38		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	14	K 26	00:24:32.00	4:54	12.2
15	ZAWISTOWSKA ALICJA	91	NADAKTYWNI	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	15	K 28	00:24:42.90	4:56	12.1
16	SIDOR JUSTYNA	64		GONIADZ	POLSKA	K30-45	16	K 32	00:25:15.95	5:03	11.9
17	NOWICKA IZABELA	47	UKS SET WASILKÓW	STUDZIANKI	POLSKA	K30-45	17	K 33	00:25:26.85	5:05	11.8
18	ZBROJA-HAMANOWICZ MAGDALENA	92	BBL	NIEWODNICZA KOŚCIELNA	POLSKA	K30-45	18	K 34	00:25:29.85	5:06	11.8
19	SIDOROWICZ EWELINA	65		BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	19	K 35	00:25:31.75	5:06	11.8
20	MRUCZYŃSKA DOMINIKA	44	RUN FOR JULKA AND FUN	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	20	K 38	00:27:05.65	5:25	11.1
21	BĄBCZYŃSKA MAŁGORZATA	2		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	21	K 39	00:27:22.10	5:28	11
22	LIMAN DOROTA	33	BIAŁYSTOK BIEGA	BIAŁYSTOK	POLSKA	K30-45	22	K 41	00:27:35.90	5:31	10.9
23	OLSZEWSKA MAŁGORZATA	49		BARSZCZEWO	POLSKA	K30-45	23	K 43	00:28:11.85	5:38	10.6
24	LUBOWSKA KATARZYNA	34		SOKÓŁKA	POLSKA	K30-45	24	K 44	00:28:44.90	5:45	10.4
25	KRUSZEWSKA EDYTA	93		WASILKÓW	POLSKA	K30-45	25	K 45	00:30:31.20	6:06	9.8

## Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, M30-45

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	BOCHENKO DANIEL	5	MZUNGU UGALI	BRZozowa	POLSKA	M30-45	1	M 4	00:15:54.00	3:10	18.9
2	CZERWIŃSKI ANDRZEJ	10	KS STUDZIANKI	STUDZIANKI	POLSKA	M30-45	2	M 5	00:16:23.95	3:16	18.3
3	KIEŁCZEWSKI KONRAD	23		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	3	M 9	00:17:52.45	3:34	16.8
4	LEWKO MARIUSZ	31		JUROWCE	POLSKA	M30-45	4	M 12	00:19:04.45	3:49	15.7
5	MADEJA ADAM	37		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	5	M 13	00:19:08.05	3:49	15.7
6	BOSIACKI JAROSŁAW	7		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	6	M 14	00:19:23.75	3:52	15.5
7	CHMIELEWSKI KAROL	150	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	7	M 17	00:19:52.80	3:58	15.1
8	KIERZKOWSKI MARCIN	26	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	8	M 18	00:20:35.70	4:07	14.6
9	ŚWIDERSKI CEZARY	77		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	9	M 19	00:20:58.90	4:11	14.3
10	OCHOCKI MICHAŁ	48		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	10	M 21	00:21:47.85	4:21	13.8
11	BAJDA MARCIN	1	BIAŁOSTOCKA SEKTA BIEGACZY	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	11	M 23	00:21:56.30	4:23	13.7
12	MILEWSKI MARCIN	41		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	12	M 24	00:22:30.65	4:30	13.3
13	JUSZCZAK GRZEGORZ	101		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	13	M 25	00:22:30.80	4:30	13.3
14	SKOWROŃSKI PAWEŁ	107		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	14	M 26	00:23:06.40	4:37	13
15	SADOWSKI WOJCIECH	61		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	15	M 29	00:23:56.05	4:47	12.5
16	TARASIUŁ ADAM	79		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	16	M 30	00:24:08.00	4:49	12.4
17	MYSZKOWSKI PAWEŁ	45	ŻYWCEM NAS NIE WEZMĄ	BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	17	M 31	00:24:55.30	4:59	12
18	MATYS MAREK	39		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	18	M 33	00:25:05.50	5:01	12
19	DĄBROWSKI RAFAŁ	11		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	19	M 34	00:25:31.85	5:06	11.7
20	SZEWEŁUK KRZYSZTOF	74		BIAŁYSTOK	POLSKA	M30-45	20	M 35	00:26:31.50	5:18	11.3
21	BĄBCZYŃSKI MARCIN	3		WASILKÓW	POLSKA	M30-45	21	M 36	00:27:24.15	5:28	10.9

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K46-59**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	TURCZYŃSKI ALEKSANDER	83		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	1	K 4	00:20:00.30	4:00	15
2	JARMOŁOWICZ MAŁGORZATA	21		BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	2	K 15	00:22:58.40	4:35	13.1
3	GAWRYLIK JOANNA	15	BBL	BIAŁYSTOK	POLSKA	K46-59	3	K 36	00:25:38.15	5:07	11.7

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, M46-59**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	JELSKI DARIUSZ	22	MPS BIKE TEAM	WASILKÓW	POLSKA	M46-59	1	M 8	00:17:20.35	3:28	17.3
2	WRZESIŃSKI ZDZISŁAW	88	OSK SZAŁ	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	2	M 15	00:19:42.20	3:56	15.2
3	KOZIEJKO STANISŁAW	30	BIEGAM DLA JUSTYSI	BIAŁYSTOK	POLSKA	M46-59	3	M 28	00:23:37.00	4:43	12.7

**Zawody Biegowe „PO PIERWSZE ZDROWIE” Bieg 5km, K60+**

M-ce	Nazwisko i imię	Nr	Klub	M-scowość	Kraj	Kat.	M. kat	K/M	Netto	min/km	km/h
1	WIADERSKA GRAŻYNA	85		ELBLĄG	POLSKA	K60+	1	K 46	00:38:07.45	7:37	7.9