

XLVI BIEG POWSTAŃCZY – 13 DZIESIĄTKA LWÓWECKA

Wyniki OPEN Lwówek Wielkopolski 2025-10-05



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
1.	196	Przewoźny Tomasz	Plewiska		1986	M30	gen.	1.		0:18:03 (2.)	0:35:56	3:35	0:35:58
2.	228	Gularek Szymon	Glinno	TEAM BEROTU	1982	M40	gen.	2.		0:18:02 (1.)	0:36:03	3:36	0:36:05
3.	77	Jakrzewski Hubert	Kamionki		1988	M30	gen.	3.		0:18:14 (3.)	0:36:33	3:39	0:36:35
4.	19	Kańduła Bartosz	Szewce	Bukowski Klub Biegacza	1983	M40	1	4.		0:18:25 (4.)	0:36:51	3:41	0:36:51
5.	25	Wieczorek Marcin	Dopiewo		1980	M40	2	5.		0:18:27 (6.)	0:36:59	3:41	0:36:59
6.	89	Fibner Krzysztof	Środa wlkp	Polonia Środa	1991	M30	1	6.		0:18:31 (7.)	0:37:02	3:42	0:37:03
7.	57	Orlikowski Marcin	Szczytniki Duchowne	Pasja Biegania Gniezno	1978	M40	3	7.		0:18:33 (8.)	0:37:07	3:42	0:37:07
8.	67	Kubiak Tomasz	Inowrocław	Pałuki Running Team	1975	M50	1	8.		0:18:26 (5.)	0:37:06	3:43	0:37:10
9.	230	Kielian KRZYSZTOF	Pniewy	TEAM BEROTU	1987	M30	2	9.		0:18:33 (9.)	0:37:18	3:43	0:37:19
10.	160	Lubieniec Mateusz	Sulechów	BBL Sulechów	1980	M40	4	10.		0:18:34 (11.)	0:37:20	3:44	0:37:22
11.	234	Ostajewski Tomasz	Lwówek	TEAM BEROTU	1975	M50	2	11.	1.	0:18:33 (10.)	0:38:21	3:50	0:38:21
12.	28	Rakowski Patryk	Młynkowo	Duszniki biegają	1997	M20	1	12.		0:18:58 (12.)	0:38:39	3:52	0:38:40
13.	198	Kukawa Hubert	Opalenica	Opalenicki Klub Biegacza	1983	M40	5	13.		0:19:12 (13.)	0:38:47	3:52	0:38:48
14.	149	Durzyński Marcin	Brodnica	Kościół team	1988	M30	3	14.		0:19:26 (14.)	0:39:21	3:56	0:39:22
15.	63	Górny Sławomir	Jankowo Dolne	Pasja Biegania Gniezno	1982	M40	6	15.		0:19:40 (15.)	0:39:29	3:57	0:39:34
16.	227	Ceglarek Przemysław	Pniewy	TEAM BEROTU	1993	M30	4	16.		0:19:44 (16.)	0:39:39	3:58	0:39:41
17.	156	Łopata Jakub	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	2003	M20	2	17.		0:20:24 (23.)	0:40:14	4:01	0:40:18
18.	246	Szymczak Jacek	Śmieszkowo		1973	M50	3	18.		0:19:59 (17.)	0:40:17	4:02	0:40:20
19.	16	Włodarczyk Sebastian	Gniezno	Pasja Biegania Gniezno	1985	M40	7	19.		0:20:01 (18.)	0:40:18	4:02	0:40:23
20.	101	Stefanowicz Piotr	Brodowo	Polonia Środa	1977	M40	8	20.		0:20:26 (24.)	0:40:27	4:03	0:40:33
21.	166	Pakuła Dawid	Grodzisk Wlkp.		1980	M40	9	21.		0:20:07 (19.)	0:40:37	4:03	0:40:39
22.	85	Wierzbicki Leszek	Środa Wlkp.	Polonia Środa	1975	M50	4	22.		0:20:14 (21.)	0:40:38	4:04	0:40:40
23.	84	Dolecki Arkadiusz	Nowy Tomyśl		1976	M40	10	23.		0:20:10 (20.)	0:40:39	4:04	0:40:42
24.	124	Kuske Maciej	GNIEZNO	Pasja Biegania Gniezno	1988	M30	5	24.		0:20:27 (26.)	0:40:40	4:04	0:40:46
25.	185	Chwirot Kazimierz	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1971	M50	5	25.	2.	0:20:26 (25.)	0:40:57	4:05	0:40:57
26.	30	Wesoła Maria	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1982	K40	gen.	1.	1.	0:20:43 (34.)	0:40:54	4:05	0:40:58
27.	231	Nowaczyk Bartosz	Nowy Tomyśl	TEAM BEROTU	1985	M40	11	26.		0:20:51 (40.)	0:40:53	4:05	0:40:59



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
28.	218	Guzik Bartosz	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1981	M40	12	27.		0:20:50 (37.)	0:41:01	4:06	0:41:05
29.	5	Kurzyński Piotr	Nowy Tomyśl	TEAM BEROTU	1980	M40	13	28.		0:20:50 (38.)	0:41:02	4:06	0:41:05
30.	217	Guzik Joanna	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1984	K40	gen.	2.		0:20:50 (39.)	0:41:01	4:06	0:41:05
31.	174	Dłużyński Bartłomiej	Bolevice		1995	M30	6	29.		0:20:43 (33.)	0:41:05	4:06	0:41:09
32.	9	Krawczyk Robert	Luboń		1969	M50	6	30.		0:20:37 (30.)	0:41:16	4:07	0:41:18
33.	122	ZIELSKI Piotr	Kórnik	Polonia Środa	1977	M40	14	31.		0:20:19 (22.)	0:41:23	4:08	0:41:26
34.	92	Janiszewski Waldemar	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1963	M60+	1	32.	3.	0:20:43 (35.)	0:41:24	4:08	0:41:29
35.	22	Lisek Mieczysław	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1959	M60+	2	33.	4.	0:20:30 (27.)	0:41:29	4:09	0:41:31
36.	138	Kurek Robert	Kurowo	Grodziski klub biegacza	1973	M50	7	34.		0:20:33 (29.)	0:41:29	4:09	0:41:31
37.	69	Olekśa Łukasz	Poznań	HERNIK TEAM	1989	M30	7	35.		0:20:38 (31.)	0:41:43	4:10	0:41:45
38.	31	Torchała Hubert	Nowy Tomyśl		2004	M20	3	36.		0:21:27 (56.)	0:41:39	4:10	0:41:48
39.	170	Ruta Dariusz	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1971	M50	8	37.		0:20:31 (28.)	0:41:49	4:11	0:41:52
40.	44	Balcerek Mariusz	Stęszew	Maratończyk Poznań	1986	M30	8	38.		0:20:55 (41.)	0:41:55	4:11	0:41:57
41.	48	Nowaczyński Bartosz	Kwilcz	Na Luzie	1992	M30	9	39.		0:21:02 (43.)	0:42:00	4:12	0:42:06
42.	35	Lasak Maria	Poznań	HERNIK TEAM	1983	K40	gen.	3.		0:21:04 (44.)	0:42:11	4:13	0:42:13
43.	161	Stermuła Krzysztof	Grodzisk Wielkopolski	Grodziski klub biegacza	1980	M40	15	40.		0:20:38 (32.)	0:42:14	4:13	0:42:17
44.	15	Brychcy-Nowak Paulina	Strzyżewo		1982	K40	1	4.		0:21:20 (46.)	0:42:09	4:13	0:42:19
45.	8	Zielonka Witold	Poznań	Maratończyk Poznań	1978	M40	16	41.		0:21:11 (45.)	0:42:20	4:14	0:42:23
46.	29	Abdullayev Kamal	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	2000	M20	4	42.		0:21:01 (42.)	0:42:28	4:14	0:42:28
47.	2	Mielcarek Adrian	Poznań	HERNIK TEAM	1991	M30	10	43.		0:20:45 (36.)	0:42:31	4:15	0:42:34
48.	113	Stermuła Agata	Grodzisk Wielkopolski	Grodziski klub biegacza	1982	K40	2	5.		0:21:26 (55.)	0:42:37	4:16	0:42:41
49.	120	Pawlak Sylwester	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1982	M40	17	44.		0:21:20 (49.)	0:42:41	4:16	0:42:48
50.	103	Machajewska Aneta	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1976	K40	3	6.		0:21:20 (48.)	0:42:41	4:16	0:42:48
51.	243	Piątas Mariusz	Nowy Tomyśl		1983	M40	18	45.		0:21:20 (50.)	0:42:48	4:17	0:42:52
52.	68	Dębowski Radosław	Środa Wielkopolska		1975	M50	9	46.		0:21:25 (52.)	0:42:47	4:17	0:42:55
53.	119	Hadaś Daniel	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1973	M50	10	47.		0:21:58 (68.)	0:42:55	4:17	0:42:59
54.	41	Cichowlas Marcin	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1978	M40	19	48.		0:21:23 (51.)	0:42:54	4:18	0:43:02
55.	207	Kaczmarek Monika	Urbanowo	Opalenica Klub Biegacza	2008	K20	1	7.		0:21:30 (59.)	0:42:54	4:18	0:43:03
56.	226	Krajewska Jolanta	Kopanki	TEAM BEROTU	1982	K40	4	8.		0:21:33 (60.)	0:42:57	4:18	0:43:07
57.	132	Bukowski Zbigniew	Golancz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1975	M50	11	49.		0:21:25 (54.)	0:43:06	4:19	0:43:12
58.	97	Fliszkiewicz Artur	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1981	M40	20	50.		0:21:59 (69.)	0:43:07	4:19	0:43:15
59.	187	Konkol Konrad	Miastko	35 PLUS MIASTKO PRO-FIT-BIKE	1982	M40	21	51.		0:21:20 (47.)	0:43:24	4:20	0:43:25



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
60.	244	Jańczak Maksymilian	Koziegłowy		2000	M20	5	52.		0:21:25 (53.)	0:43:27	4:21	0:43:34
61.	158	Ciesielski Arek	Międzychód	Nadleśnictwo Międzychód	1973	M50	12	53.		0:21:49 (64.)	0:43:43	4:22	0:43:48
62.	17	Dzierzkowska Aleksandra	Koziegłowy	KLAS Szpot Swarzędz	1962	K60+	1	9.		0:21:42 (63.)	0:43:49	4:23	0:43:50
63.	104	Giel Jarosław	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1986	M30	11	54.		0:21:34 (62.)	0:43:43	4:23	0:43:50
64.	121	Hańczyk Jacek	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1965	M60+	3	55.		0:21:58 (66.)	0:43:49	4:23	0:43:51
65.	171	Marciniak Waldemar	Rakoniewice	Marciniak team	1960	M60+	4	56.		0:21:50 (65.)	0:43:55	4:23	0:43:58
66.	201	Sternal Sebastian	Grodzisk Wielkopolski	Grodziski klub biegacza	1976	M40	22	57.		0:21:29 (58.)	0:44:02	4:24	0:44:05
67.	18	Kiersztan Leszek	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1973	M50	13	58.	5.	0:21:58 (67.)	0:43:52	4:24	0:44:05
68.	74	Ciażyński Karol	Boruja		1995	M30	12	59.		0:22:30 (81.)	0:44:01	4:25	0:44:10
69.	242	KACHEL KRZYSZTOF	PNIEWY	Konfederacja	1991	M30	13	60.		0:21:29 (57.)	0:44:22	4:26	0:44:28
70.	237	Buszyńska Elżbieta	Bolewice		1990	K30	1	10.		0:22:13 (76.)	0:44:18	4:27	0:44:32
71.	232	Grobelny Sebastian	Lwówek	TEAM BEROTU	1974	M50	14	61.	6.	0:22:05 (70.)	0:44:27	4:27	0:44:35
72.	197	Kaczor Sławomir	Bolewice		1976	M40	23	62.		0:22:09 (74.)	0:44:24	4:27	0:44:36
73.	100	Gniatczyk Piotr	Poznań		1980	M40	24	63.		0:22:14 (77.)	0:44:24	4:28	0:44:46
74.	162	Wrzeszcz Przemysław	Kórnik	Polonia Środa	1974	M50	15	64.		0:22:09 (73.)	0:45:05	4:30	0:45:07
75.	213	Norek Miłosz	Nowy Tomyśl	Skate2City	1969	M50	16	65.		0:22:09 (72.)	0:45:05	4:30	0:45:08
76.	110	Szałek Dariusz	Rakoniewice	Rako Biega	1979	M40	25	66.		0:22:22 (79.)	0:45:06	4:31	0:45:14
77.	180	Haliniak Marek	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1977	M40	26	67.		0:22:25 (80.)	0:45:12	4:31	0:45:18
78.	153	Wysocki Adam	Tarnowo Podgórne		1983	M40	27	68.		0:22:20 (78.)	0:45:04	4:32	0:45:26
79.	93	Matuszewski Jacek	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1962	M60+	5	69.		0:22:57 (88.)	0:45:34	4:33	0:45:38
80.	118	Mleczak Jacek	Goraj		1970	M50	17	70.		0:22:58 (89.)	0:45:34	4:33	0:45:39
81.	37	Balcerek Katarzyna	Stęszew	Maratończyk Poznań	1988	K30	2	11.		0:22:37 (82.)	0:45:39	4:34	0:45:42
82.	186	Norek Bartosz	Nowy Tomyśl		2001	M20	6	71.		0:22:08 (71.)	0:45:41	4:34	0:45:46
83.	219	Binaś Krzysztof	Opalenica	KSR Wiara Lecha	1987	M30	14	72.		0:23:06 (95.)	0:45:39	4:34	0:45:47
84.	99	Gostyński Bogumił	Sulechów	BBL Sulechów	1962	M60+	6	73.		0:22:50 (85.)	0:45:43	4:34	0:45:49
85.	23	Torchała Marek	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1972	M50	18	74.		0:23:01 (91.)	0:45:41	4:35	0:45:54
86.	61	Gassem Monika	Zbąszyń		1977	K40	5	12.		0:22:56 (87.)	0:45:49	4:35	0:45:59
87.	229	Kaźmierczak-Molik Anna	Sieraków		1988	K30	3	13.		0:23:07 (97.)	0:45:52	4:36	0:46:02
88.	177	Bejma Karol	Gołańcz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1979	M40	28	75.		0:23:02 (92.)	0:45:58	4:36	0:46:04
89.	155	Ogorzałek Stefan	Murowana Goślina	KS <3 Natalia	1988	M30	15	76.		0:23:05 (94.)	0:45:50	4:36	0:46:05
90.	55	Dratwa Damian	Kościan		1975	M50	19	77.		0:22:58 (90.)	0:46:01	4:37	0:46:11
91.	39	Raszewski Adam	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1998	M20	7	78.		0:23:07 (96.)	0:46:12	4:38	0:46:21



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
92.	233	Górak Angelika	Darnawa		1988	K30	4	14.		0:22:39 (83.)	0:46:22	4:38	0:46:24
93.	102	Ryczak Tomasz	Poznań	Marta&Michał Team	1985	M40	29	79.		0:23:09 (98.)	0:46:14	4:39	0:46:31
94.	195	Piątas Krzysztof	Nowy Tomyśl	BiegowiBraciaNT	1979	M40	30	80.		0:22:45 (84.)	0:46:34	4:39	0:46:38
95.	240	Mucha Rafał	Lwówek		1997	M20	8	81.		0:22:10 (75.)	0:46:37	4:40	0:46:42
96.	245	DRGAS SŁAWOMIR	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1989	M30	16	82.		0:23:34 (106.)	0:46:39	4:41	0:46:52
97.	10	Wawrzyńska Emilia	Przyprostynia	Liga Biegowa SMS	1982	K40	6	15.		0:23:28 (102.)	0:46:46	4:41	0:46:54
98.	65	Walentowska Kinga	Strzyżewo		1979	K40	7	16.		0:23:32 (104.)	0:46:42	4:41	0:46:54
99.	64	Walentowski Paweł	Strzyżewo		1976	M40	31	83.		0:23:30 (103.)	0:46:45	4:41	0:46:56
100.	112	Śmiałek Filip	Łomnica	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1998	M20	9	84.		0:23:32 (105.)	0:46:55	4:42	0:47:07
101.	192	Dzikowska Daria	Bukowiec		1997	K20	2	17.		0:23:24 (101.)	0:47:01	4:43	0:47:10
102.	169	Nowak Józef	Skórzewo	BBC Skórzewo	1955	M60+	7	85.		0:23:14 (99.)	0:47:09	4:43	0:47:15
103.	181	Potyrała Tomasz	Sękowo		1992	M30	17	86.		0:23:04 (93.)	0:47:06	4:43	0:47:17
104.	98	Dolecka-Jankiewicz Monika	Nowy Tomyśl		1980	K40	8	18.		0:23:38 (108.)	0:47:13	4:44	0:47:24
105.	3	Citkowska Julia	Wronki		2000	K20	3	19.		0:23:59 (116.)	0:47:24	4:45	0:47:33
106.	11	Paschke Adam	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1992	M30	18	87.	7.	0:23:59 (115.)	0:47:28	4:46	0:47:41
107.	141	Manyś Jakub	Władysławowo		2002	M20	10	88.	8.	0:22:53 (86.)	0:47:35	4:46	0:47:46
108.	116	PIASKOWSKI ŁUKASZ	Plewiska	Niedzielne wybiegania	1974	M50	20	89.		0:24:07 (120.)	0:47:36	4:46	0:47:47
109.	54	Halasz Krzysztof	Zbąszyń		1992	M30	19	90.		0:23:59 (114.)	0:47:36	4:46	0:47:48
110.	73	Kurek Klaudia	Opalenica	Train With Merynos	1998	K20	4	20.		0:24:02 (118.)	0:47:45	4:47	0:47:54
111.	50	Borkowski Jakub	Zbąszyń	TKKF ŁABĘDŹ ZBĄSZYŃ	1991	M30	20	91.		0:23:58 (112.)	0:47:47	4:47	0:47:59
112.	215	Samczuk Iwonka	Zbąszyń	Mistrzowski Trening	1973	K50	1	21.		0:23:58 (113.)	0:47:46	4:47	0:47:59
113.	248	Cieślewicz-Galas Katarzyna	Poznań	HERNIK TEAM	1979	K40	9	22.		0:23:18 (100.)	0:47:57	4:48	0:48:00
114.	199	Cieślik Zdzisław	Gołańcz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1958	M60+	8	92.		0:23:34 (107.)	0:47:54	4:48	0:48:01
115.	164	Kubasik Artur	Wągrowiec	RogoziniŃscy pasjonaci biegania	1989	M30	21	93.		0:24:00 (117.)	0:47:57	4:48	0:48:09
116.	211	Kondera Zbigniew	Glinno	Phoenix Contact Wielkopolska	1975	M50	21	94.		0:23:53 (111.)	0:48:13	4:50	0:48:20
117.	62	Górna Halina	Jankowo Dolne	Pasja Biegania Gniezno	1983	K40	10	23.		0:24:38 (124.)	0:48:25	4:51	0:48:36
118.	225	Nyga Sebastian	Trzciel		1978	M40	32	95.		0:24:13 (121.)	0:48:23	4:51	0:48:39
119.	208	Burzyński Bartosz	Gołańcz	Tem Run Gołańcz	2007	M20	11	96.		0:24:50 (126.)	0:48:41	4:52	0:48:43
120.	75	Ciesielski Krystian	Nowy Lubosz		1977	M40	33	97.		0:23:42 (109.)	0:48:48	4:53	0:48:55
121.	125	Kuske Kasia	GNIEZNO	Pasja Biegania Gniezno	1987	K30	5	24.		0:24:38 (123.)	0:48:57	4:54	0:49:08
122.	1	Janełt Olga	Nowy Tomyśl	Phoenix Contact Wielkopolska	1991	K30	6	25.		0:24:51 (127.)	0:48:56	4:54	0:49:09
123.	146	Bodylski Mikołaj	Środa Wielkopolska		1997	M20	12	98.		0:24:05 (119.)	0:48:53	4:55	0:49:10



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
124.	145	Jarnut Paweł	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	1992	M30	22	99.	9.	0:24:56 (131.)	0:49:07	4:55	0:49:17
125.	190	Szczygieł Damian	Poznań		1988	M30	23	100.		0:24:52 (129.)	0:49:14	4:57	0:49:31
126.	214	Kosiorek Darek	Poznań		1967	M50	22	101.		0:24:56 (130.)	0:49:27	4:57	0:49:36
127.	13	Dulat Marianna	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	2008	K20	5	26.	2.	0:24:28 (122.)	0:49:33	4:58	0:49:41
128.	210	Zapała Bogdan	Sulechów	Oki bodek Sulechów	1970	M50	23	102.		0:23:49 (110.)	0:49:39	4:58	0:49:44
129.	49	Widziński Adam	Poznań	NARAMKI	1985	M40	34	103.		0:24:51 (128.)	0:49:44	5:00	0:50:01
130.	236	Kaczmarek Łukasz	Zbąszynek		1983	M40	35	104.		0:25:09 (135.)	0:49:54	5:00	0:50:01
131.	241	Ganczarek Mateusz	Zbąszyń		1986	M30	24	105.		0:25:09 (134.)	0:49:55	5:00	0:50:01
132.	168	Marciniak Błażej	Wolsztyn	Marciniak team	1956	M60+	9	106.		0:24:43 (125.)	0:50:29	5:03	0:50:32
133.	191	Adamczak Przemysław	Grodzisk Wlkp.		1972	M50	24	107.		0:25:10 (136.)	0:50:33	5:04	0:50:41
134.	224	Laufer Marcin	Nowy Tomyśl		1977	M40	36	108.		0:25:34 (138.)	0:50:27	5:04	0:50:44
135.	247	Degórska Marzena	Pniewy	Duszniki biegają	1981	K40	11	27.		0:25:07 (133.)	0:50:45	5:05	0:50:50
136.	7	Kucharski Marcin	Kwilcz	Duszniki biegają	1988	M30	25	109.		0:25:07 (132.)	0:50:46	5:05	0:50:51
137.	47	Olbiński Marek	Kościan	Team Kościan	1977	M40	37	110.		0:21:33 (61.)	0:51:01	5:06	0:51:06
138.	45	Jelak Mateusz	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1983	M40	38	111.		0:25:27 (137.)	0:51:25	5:10	0:51:42
139.	14	Marszałkiewicz Adrianna	Chmielinko	ROZBIEGANY LWÓWEK	1995	K30	7	28.	3.	0:25:49 (142.)	0:51:34	5:10	0:51:49
140.	71	Nowak Adrian	Pobiedziska	Polonia Środa	1976	M40	39	112.		0:26:12 (146.)	0:51:39	5:11	0:51:50
141.	220	Torchała Marcin	Lwówek		1986	M30	26	113.	10.	0:26:21 (148.)	0:51:47	5:11	0:51:57
142.	152	Miśków Paulina	Drezdenko	Nadleśnictwo Międzychód	1995	K30	8	29.		0:25:42 (139.)	0:51:50	5:12	0:52:00
143.	216	Gapska Rozalia	Pęckowo	Biegacze Józefa Noji	1998	K20	6	30.		0:25:47 (140.)	0:52:09	5:13	0:52:16
144.	188	Gapski Bogdan	Pęckowo	Biegacze Józefa Noji	1965	M60+	10	114.		0:25:47 (141.)	0:52:09	5:13	0:52:17
145.	235	Wolna Natalia	Stary Tomyśl	TEAM BEROTU	1983	K40	12	31.		0:26:10 (145.)	0:52:14	5:14	0:52:27
146.	94	Pukacki Jarosław	Nowy Tomyśl	Przyłęk Runing Team	1976	M40	40	115.		0:26:14 (147.)	0:52:18	5:15	0:52:30
147.	204	Kostera Agnieszka	Grudna		1989	K30	9	32.		0:26:30 (149.)	0:52:20	5:15	0:52:33
148.	32	Zielińska -Pawłowska Anna	Murowana Goślina		1985	K40	13	33.		0:26:06 (144.)	0:52:26	5:16	0:52:42
149.	179	Czapracki Mikołaj	Nowy Tomyśl		1994	M30	27	116.		0:26:32 (151.)	0:52:37	5:16	0:52:47
150.	223	Perz Dariusz	Szczuczyn	Sportowy Kaźmierz	1986	M30	28	117.		0:26:36 (154.)	0:52:40	5:17	0:52:55
151.	12	Kalek Anna	Lwówek		1983	K40	14	34.		0:25:56 (143.)	0:53:00	5:18	0:53:09
152.	96	Hańczyk Witold	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1969	M50	25	118.		0:27:01 (161.)	0:53:01	5:19	0:53:14
153.	51	Krzyminski Paweł	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1968	M50	26	119.		0:27:01 (160.)	0:53:02	5:19	0:53:14
154.	137	Szudra Krzysztof	Przeclaw		1988	M30	29	120.		0:27:43 (178.)	0:53:01	5:20	0:53:21
155.	107	Dolecka Ela	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1975	K50	2	35.		0:26:33 (152.)	0:53:06	5:20	0:53:23



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
156.	58	Orlikowska Bogumiła	Szczytniki Duchowne	Pasja Biegania Gniezno	1981	K40	15	36.		0:26:35 (153.)	0:53:22	5:21	0:53:33
157.	123	Borowska Aleksandra	Boruja Nowa		2004	K20	7	37.		0:26:41 (155.)	0:53:36	5:22	0:53:49
158.	20	Woźniczka Urszula	Lwówek	HERNIK TEAM	1989	K30	10	38.	4.	0:26:31 (150.)	0:53:44	5:23	0:53:51
159.	202	Kaczmarek Lidia	Sieraków	Klub Szalonego Morsa	1974	K50	3	39.		0:26:48 (156.)	0:53:43	5:23	0:53:52
160.	80	Janowicz Honorata	Opalenica	Opalenicki Klub Biegacza	1995	K30	11	40.		0:26:50 (157.)	0:53:38	5:23	0:53:53
161.	43	Cichowlas Weronika	Opalenica	Opalenicki Klub Biegacza	1987	K30	12	41.		0:26:50 (158.)	0:53:39	5:23	0:53:54
162.	184	MŁYNARSKI MATEUSZ	RUDKA		2001	M20	13	121.		0:27:13 (168.)	0:53:59	5:25	0:54:14
163.	249	Gniadek Oliwia	Paproć		2002	K20	8	42.		0:26:56 (159.)	0:54:28	5:27	0:54:37
164.	130	Nahaczewska Agnieszka	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1977	K40	16	43.		0:27:06 (167.)	0:54:23	5:28	0:54:41
165.	131	Nahaczewski Grzegorz	Nowy Tomyśl		1975	M50	27	122.		0:27:05 (165.)	0:54:23	5:28	0:54:41
166.	91	Konieczny Waldemar	Zaniemyśl	Polonia Środa	1960	M60+	11	123.		0:27:33 (175.)	0:54:36	5:28	0:54:43
167.	105	Cholewińska Longina	Murowana Goślina	HERNIK TEAM	1966	K50	4	44.		0:27:26 (173.)	0:54:43	5:29	0:54:57
168.	90	Krystkiewicz Basia	Tulce		1980	K40	17	45.		0:27:04 (163.)	0:54:57	5:30	0:55:09
169.	52	Jaskulski Michał	Grodzisk Wielkopolski		1991	M30	30	124.		0:27:19 (171.)	0:54:59	5:31	0:55:14
170.	59	Rożkowski Roman	Śrem	Team Śrem	1958	M60+	12	125.		0:27:19 (172.)	0:55:10	5:32	0:55:21
171.	46	Nowaczyńska Jagoda	Kwilcz	Na Luzie	1995	K30	13	46.		0:27:16 (169.)	0:55:18	5:32	0:55:29
172.	194	Bartkowiak Piotr	Grodzisk Wielkopolski	Grodziski klub biegacza	1976	M40	41	126.		0:27:05 (166.)	0:55:17	5:33	0:55:31
173.	21	Jena Krzysztof	pniewy		1956	M60+	13	127.		0:27:03 (162.)	0:55:23	5:33	0:55:36
174.	88	Banaszak Julia	Środa Wlkp	Polonia Środa	1985	K40	18	47.		0:27:42 (177.)	0:55:40	5:34	0:55:43
175.	143	Majchrzycki Maciej	Poznań		1984	M40	42	128.		0:27:56 (181.)	0:55:32	5:34	0:55:49
176.	222	Torchała Emilia	Grońsko		1993	K30	14	48.	5.	0:27:52 (179.)	0:55:45	5:36	0:56:00
177.	4	Kaczmarczyk Joanna	Murowana Goślina		1981	K40	19	49.		0:27:55 (180.)	0:55:53	5:36	0:56:07
178.	26	Zielonka Iwona	Poznań	Maratończyk Poznań	1981	K40	20	50.		0:27:17 (170.)	0:56:11	5:37	0:56:15
179.	176	Silska Emilia	Opalenica		1978	K40	21	51.		0:27:41 (176.)	0:56:05	5:37	0:56:17
180.	76	ROSIĄK SŁAWOMIR	Środa wlkp	klub Polonia Środa	1970	M50	28	129.		0:28:35 (193.)	0:56:24	5:39	0:56:37
181.	81	Jackowski Jacek	Poznań		1982	M40	43	130.		0:29:17 (204.)	0:56:20	5:40	0:56:43
182.	53	Wojciechowski Marek	Gniezno	Night Runners Gniezno	1960	M60+	14	131.		0:28:21 (190.)	0:56:41	5:41	0:56:52
183.	238	Jaros Mateusz	Międzyrzecz		1996	M20	14	132.		0:27:05 (164.)	0:56:41	5:41	0:56:54
184.	78	Jakrzewska Karolina	Kamionki		1984	K40	22	52.		0:28:05 (182.)	0:56:43	5:41	0:56:59
185.	183	Adamczak Małgorzata	Grodzisk Wielkopolski		1975	K50	5	53.		0:28:07 (183.)	0:57:07	5:43	0:57:15
186.	126	Torz Robert	Laskownica Wielka	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1976	M40	44	133.		0:28:20 (189.)	0:57:17	5:44	0:57:29
187.	173	Królik Krzysztof	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1959	M60+	15	134.		0:29:01 (198.)	0:57:14	5:45	0:57:30



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
188.	86	Wierzbička Anna	Środa Wlkp.	Polonia Środa	1975	K50	6	54.		0:28:20 (188.)	0:57:21	5:45	0:57:33
189.	142	Łykowski Rafał	Poznań		1984	M40	45	135.		0:28:28 (191.)	0:57:23	5:46	0:57:40
190.	72	Nowak Marta	Pobiedziska	Polonia Środa	1980	K40	23	55.		0:28:52 (196.)	0:57:36	5:46	0:57:48
191.	33	Zajęc Marcin	Kwilcz		1982	M40	46	136.		0:28:08 (185.)	0:57:55	5:48	0:58:05
192.	79	Bielawska Monika	Buk	Bukowski Klub Biegacza	1978	K40	24	56.		0:28:32 (192.)	0:58:02	5:49	0:58:12
193.	250	Kaczmarek Krzysztof	Grodzisk Wlkp	Grodziski klub biegacza	1970	M50	29	137.		0:28:40 (194.)	0:58:03	5:49	0:58:17
194.	150	Meissner Marta	Brodnica	Kościan team	1986	K30	15	57.		0:29:14 (202.)	0:58:01	5:49	0:58:19
195.	127	Pauszek Marta	Gołańcz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1994	K30	16	58.		0:29:08 (199.)	0:58:15	5:50	0:58:21
196.	206	Burzyńska Dorota	Gołańcz	Tem Run Gołańcz	1978	K40	25	59.		0:29:08 (200.)	0:58:15	5:50	0:58:21
197.	212	Kocka Natalia	Nowy Tomysl		1996	K20	9	60.		0:28:47 (195.)	0:58:14	5:50	0:58:24
198.	135	Winkel Adam	Strzyżewice	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1988	M30	31	138.		0:29:21 (206.)	0:58:15	5:51	0:58:32
199.	136	Skiba Dawid	Rawicz		1996	M20	15	139.		0:29:21 (207.)	0:58:16	5:51	0:58:32
200.	24	Duda Krzemieniewska Jadwiga	Szamotuły	KB Szamotuły	1957	K60+	2	61.		0:28:59 (197.)	0:58:36	5:53	0:58:52
201.	139	Kurek Sylwia	Kurowo	Grodziski klub biegacza	1975	K50	7	62.		0:29:14 (201.)	0:58:46	5:53	0:58:52
202.	106	Cholewiński Wojciech	Murowana Goślina		1966	M50	30	140.		0:29:25 (208.)	0:58:41	5:53	0:58:56
203.	178	Jurgas Hubert	DOBIEŻYŃ		1989	M30	32	141.		0:28:08 (184.)	0:58:54	5:55	0:59:14
204.	148	Dobak Stefan	Szamotuły	KB Szamotuły	1946	M60+	16	142.		0:29:17 (205.)	0:59:08	5:56	0:59:22
205.	167	Bielawa Kamila	Nowy Tomysl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1981	K40	26	63.		0:29:48 (211.)	0:59:08	5:56	0:59:24
206.	172	Konieczny Piotr	Nowy Tomyśl	NKB Chyży Nowy Tomyśl	1981	M40	47	143.		0:29:48 (210.)	0:59:10	5:56	0:59:24
207.	189	Fabian Piotr	Trzciel		1964	M60+	17	144.		0:28:17 (187.)	0:59:14	5:56	0:59:24
208.	115	Jędrzejczak Mikołaj	Lwówek	ROZBIEGANY LWÓWEK	2002	M20	16	145.	11.	0:28:13 (186.)	0:59:13	5:56	0:59:29
209.	129	Jakubiak Ania	Gołańcz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1984	K40	27	64.		0:29:38 (209.)	0:59:48	5:59	0:59:53
210.	27	Obst Natalia	Duszniki	Duszniki biegają	1983	K40	28	65.		0:30:08 (212.)	0:59:51	6:00	1:00:03
211.	200	Okonek Marcin	Jastrzębsko Stare		1999	M20	17	146.		0:27:30 (174.)	1:00:16	6:01	1:00:19
212.	165	Starosta-Trela Patrycja	Pniewy	Opalenicki Klub Biegacza	1991	K30	17	66.		0:30:35 (215.)	1:00:34	6:05	1:00:51
213.	36	Wrembel Zuzanna	Kwilcz		2001	K20	10	67.		0:30:34 (214.)	1:00:34	6:05	1:00:51
214.	239	Stasiak Magdalena	Sieraków		1971	K50	8	68.		0:30:28 (213.)	1:00:58	6:06	1:01:06
215.	205	Sobczak Arkadiusz	Gołańcz	TEAM RUN GOŁAŃCZ	1979	M40	48	147.		0:29:15 (203.)	1:01:07	6:08	1:01:21
216.	40	Faberska -Kornosz Monika	Duszniki	Duszniki biegają	1981	K40	29	69.		0:30:43 (216.)	1:01:23	6:09	1:01:34
217.	221	Walczak Agnieszka	Sieraków	Klub Szalonego Morsa Sieraków	1970	K50	9	70.		0:31:47 (217.)	1:04:30	6:27	1:04:39
218.	38	Janowicz Zbigniew	Opalenica	Opalenicki Klub Biegacza	1958	M60+	18	148.		0:33:44 (221.)	1:06:41	6:41	1:06:56
219.	95	Hadyniak Maja	Lwówek		2004	K20	11	71.	6.	0:33:15 (220.)	1:07:36	6:46	1:07:46



Msc open	Nr start	Nazwisko i imię	Miejscowość	Klub	Rok ur	Kat	Msc kat	Msc M/K	Gmina Lwówek	5km	Czas netto	Tempo min/km	Wynik brutto
220.	157	Wencel Piotr	Konarzewo		1946	M60+	19	149.		0:32:37 (218.)	1:08:22	6:50	1:08:24
221.	87	Kwiatkowski Tomasz	Środa Wielkopolska	Polonia Środa	1986	M30	33	150.		0:33:13 (219.)	1:08:25	6:52	1:08:43
222.	147	Rękoś Martyna	Brenno		1989	K30	18	72.		0:34:16 (223.)	1:08:34	6:53	1:08:50
223.	209	Jena Jadwiga	pniewy	moze dam rade	1958	K60+	3	73.		0:33:52 (222.)	1:09:20	6:57	1:09:37
224.	193	Buczowski Jerzy	Żnin	KS SOKÓŁ Gąsawa	1950	M60+	20	151.		0:39:00 (224.)	1:19:46	8:00	1:20:00
225.	60	Walas-Gwizdała Barbara	Poznań	Night Runners Poznań	1953	K60+	4	74.		0:39:00 (225.)	1:19:48	8:00	1:20:02

