

X edycja Biegu Łąduj w Osowej - 5km Bieg

Miejsce: Gdańsk Osowa - 24.09.2023

Organizator: Klub Sportowy Olimpia Osowa

5,8km

M-ce	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	M-ce M/K	Kat.	M-ce kat. M/K	Miejscowość	Klub	DYSTANS	Wynik	Prędkość km/h	Tempo min/km	1 okr.	2 okr.
1	96	TREBACZ	MICHAŁ	M	1	M 40-54	1	ELBLĄG		5km Bieg	0:22:50	15,13	0:03:56	0:11:11	0:22:50
2	77	PIONK	RAFAŁ	M	2	M 0-39	1	MISZEWO		5km Bieg	0:23:05	14,65	0:03:59	0:11:32	0:23:05
3	63	BEJM	ŁUKASZ	M	3	M 0-39	2	GDAŃSK	ENDURE TEAM	5km Bieg	0:24:24	14,26	0:04:12	0:11:43	0:24:24
4	98	ABRAMOWICZ	MICHAŁ	M	4	M 0-39	3	GDAŃSK	BIEGUN OCR TEAM	5km Bieg	0:25:05	13,87	0:04:19	0:11:58	0:25:05
5	56	MUZA	JOANNA	K	1	K 40-54	1	GDAŃSK		5km Bieg	0:25:59	13,39	0:04:29	0:12:50	0:25:59
6	97	HENDRICH	TOMASZ	M	5	M 40-54	2	BANINO		5km Bieg	0:26:00	13,38	0:04:29	0:12:51	0:26:00
7	83	GOHR	MARCELI	M	6	M 0-39	4	GDAŃSK		5km Bieg	0:27:42	12,56	0:04:47	0:13:13	0:27:42
8	45	SZWABA	MARTA SZWABA	K	2	K 0-39	1	GDAŃSK		5km Bieg	0:28:59	12,01	0:05:00	0:14:20	0:28:59
9	92	JABŁOŃSKI	MARCIN	M	7	M 40-54	3	GDAŃSK	B-PAC ARONPHARMA	5km Bieg	0:29:02	11,99	0:05:00	0:14:40	0:31:05
10	93	MARCINIAK	SEBASTIAN	M	8	M 40-54	4	GDAŃSK	OLIMPIA OSOWA GDAŃSK	5km Bieg	0:29:09	11,94	0:05:02	0:13:31	0:29:09
11	73	WIERZBOWSKI	BARTOSZ	M	9	M 0-39	5	GDAŃSK	FPT BANINO	5km Bieg	0:29:15	11,90	0:05:03	0:14:38	0:29:15
12	44	TOMPOROWSKA	ELŻBIETA	K	3	K 0-39	2	GDAŃSK	MMKS GDAŃSKIE LWY	5km Bieg	0:29:48	11,68	0:05:08	0:14:37	0:29:48
13	46	SZOŁTUN	SŁAWOMIR	M	10	M 0-39	6	TCZEW		5km Bieg	0:30:54	11,26	0:05:20	0:14:49	0:30:54
14	91	CHRUSTOWSKI	KRZYSZTOF	M	11	M 40-54	5	GDAŃSK	OLIMPIA OSOWA	5km Bieg	0:31:06	11,19	0:05:22	0:15:50	0:31:06
15	95	KOSAŁKA	ŁUKASZ	M	12	M 40-54	6	GDAŃSK		5km Bieg	0:31:19	11,11	0:05:24	0:15:32	0:31:19
16	64	KACZMAREK	KRZYSZTOF	M	13	M 40-54	7	GDAŃSK	OLIMPIA OSOWA GDAŃSK	5km Bieg	0:31:28	11,06	0:05:26	0:15:14	0:31:28
17	57	WAŻNY	KAROL	M	14	M 0-39	7	GDAŃSK	RADA MIASTA GDAŃSK	5km Bieg	0:32:11	10,81	0:05:33	0:15:08	0:32:11
18	94	ŻÓRAW	ADAM	M	15	M 0-39	8	GDYNIA		5km Bieg	0:32:54	10,58	0:05:40	0:15:46	0:32:54
19	67	SZWARC	MARCIN	M	16	M 0-39	9	CHWASZCZYNO		5km Bieg	0:34:04	10,22	0:05:52	0:16:34	0:34:04
20	86	RYSZEWSKA	OLIWIA	K	4	K 0-39	3	GDAŃSK		5km Bieg	0:34:09	10,19	0:05:53	0:16:08	0:34:09
21	88	ZABŁOCKA	BOGUSŁAWA	K	5	K 0-39	4	GDAŃSK		5km Bieg	0:35:18	9,86	0:06:05	0:16:45	0:35:18
22	51	WEILAND	KARINA	K	6	K 40-54	2	SOBOT		5km Bieg	0:35:27	9,82	0:06:07	0:17:16	0:35:27
23	69	BIAŁECKA-FREIBERG	PAULINA	K	7	K 0-39	5	CHWASZCZYNO	MODELSKY KLUB SPORTOWY	5km Bieg	0:37:59	9,16	0:06:33	0:16:02	0:37:59
24	62	WRÓBEL	JAKUB	M	17	M 0-39	10	GDAŃSK	LUKI TEAM POLSKA	5km Bieg	0:38:12	9,11	0:06:35	0:17:22	0:38:12
25	114	JUCHNIEWICZ	MICHAŁ	M	18	M 0-39	11	GDAŃSK	OLIMPIA OSOWA GDAŃSK	5km Bieg	0:39:10	8,89	0:06:45		
26	100	KOSTKA	TOMASZ	M	19	M 40-54	8	GDYNIA		5km Bieg	0:39:13	8,87	0:06:46	0:18:35	0:39:13
27	76	WAWRZUSISZYN	JAROSŁAW	M	20	M 40-54	9	GDAŃSK	LUKI TEAM POLSKA	5km Bieg	0:39:15	8,87	0:06:46	0:19:03	0:39:15
28	99	SÓLTYS	URSZULA	K	8	K 40-54	3	GDAŃSK		5km Bieg	0:39:24	8,83	0:06:48	0:19:02	0:39:24
29	90	LIS	KATARZYNA	K	9	K 40-54	4	GDAŃSK		5km Bieg	0:40:23	8,62	0:06:58	0:19:43	0:40:23
30	61	KREFT	FILIP	M	21	M 0-39	12	GDAŃSK	LUKI TEAM POLSKA	5km Bieg	0:40:34	8,58	0:07:00	0:15:23	0:40:34
31	85	REDA	SŁAWOMIR	M	22	M 0-39	13	GDAŃSK		5km Bieg	0:41:13	8,44	0:07:06	0:19:20	0:41:13
32	89	LIS	MATEUSZ	M	23	M 40-54	10	GDAŃSK		5km Bieg	0:44:51	7,76	0:07:44	0:20:24	0:44:51

X edycja Biegu Łąduj w Osowej - 5km Bieg

Miejsce: Gdańsk Osowa - 24.09.2023

Organizator: Klub Sportowy Olimpia Osowa

5,8km

M-ce	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	M-ce M/K	Kat.	M-ce kat. M/K	Miejscowość	Klub	DYSTANS	Wynik	Prędkość km/h	Tempo min/km	1 okr.	2 okr.
33	115	SZYMAŃSKA	ROKSANA	K	10	K 0-39	6	GDAŃSK	OLIMPIA OSOWA	5km Bieg	0:46:59	7,41 <small>[km/h]</small>	0:08:06 <small>[min/km]</small>	0:21:59	0:46:59