

XXII Bieg Niepodległości w Czarnkowie

Organizator: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Czarnkowie

Data: 11 listopada 2021

Dystans: 3000m

Miejscowość: Czarnków

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	P1	P2	P3	P4	P5	Wynik	M	K
1	241	RODEWALD MATEUSZ	WRONKI		POLSKA	1993	M20-29	1	3:38	16,5	00:01:45	00:03:34	00:05:24	00:07:16	00:09:07	00:10:54	1	
2	21	GRACZYK BARTOSZ	LUBASZ	LUBASKIE LWY	POLSKA	1980	M40-49	1	3:39	16,4	00:01:50	00:03:43	00:05:35	00:07:26	00:09:19	00:10:58	2	
3	24	RADTKA TOMASZ	ŁOBŻENICA	LZS „JEDNOŚĆ” ŁOBŻENICA	POLSKA	1974	M40-49	2	3:40	16,4	00:01:52	00:03:43	00:05:36	00:07:28	00:09:19	00:11:00	3	
4	2	PIĄTEK JAROSŁAW	DRAWSKI MŁYN	BIEGACZE JÓZEFA NOJI	POLSKA	1972	M40-49	3	3:52	15,5	00:01:54	00:03:51	00:05:48	00:07:45	00:09:42	00:11:35	4	
5	8	FRAĆKOWIAK KRZYSZTOF	CZARNKÓW	KAMA RUN CZARNKÓW	POLSKA	1988	M30-39	1	4:05	14,7	00:02:00	00:04:02	00:06:06	00:08:10	00:10:16	00:12:15	5	
6	220	KURKIEWICZ JAKUB	CZARNKÓW		POLSKA	1984	M30-39	2	4:09	14,5	00:02:01	00:04:02	00:06:09	00:08:10	00:10:18	00:12:26	6	
7	230	NOWAK SEBASTIAN	ROSKO		POLSKA	1990	M30-39	3	4:12	14,3	00:01:57	00:04:01	00:06:08	00:08:19	00:10:32	00:12:35	7	
8	13	PILAWSKI RYSZARD	CZARNKÓW	KAMA RUN CZARNKÓW	POLSKA	1974	M40-49	4	4:19	13,9	00:01:54	00:04:00	00:06:11	00:08:25	00:10:41	00:12:56	8	
9	261	POLCYN CZESŁAW	GAJEWO	PIŁA GWDA	POLSKA	1976	M40-49	5	4:27	13,5	00:02:02	00:04:14	00:06:29	00:08:45	00:11:06	00:13:22	9	
10	213	HELAK ROBERT	ŚREDNICA		POLSKA	1973	M40-49	6	4:35	13,1	00:02:04	00:04:21	00:06:40	00:09:00	00:11:22	00:13:44	10	
11	226	MAJEWSKI ARKADIUSZ	CZARNKÓW		POLSKA	1976	M40-49	7	4:45	12,6	00:02:08	00:04:35	00:07:00	00:09:27	00:11:51	00:14:16	11	
12	26	LISEWSKI MATEUSZ	KRZYŻ WIELKOPOLSKI	OSP KRZYŻ WIELKOPOLSKI	POLSKA	1983	M30-39	4	4:52	12,3	00:02:15	00:04:41	00:07:10	00:09:43	00:12:12	00:14:35	12	
13	267	GRZEGOREK MARIUSZ	CZARNKÓW	KB GMINA CZARNKÓW	POLSKA	1986	M30-39	5	5:42	10,5	00:02:22	00:05:08	00:08:02	00:11:05	00:14:06	00:17:06	13	