

**Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking**

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



**Dystans: 4 km**

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: K 19-29</b>									
1	519	SAS-BOJARSKA	ANNA	K	K 19-29	BODY IN MOTION SOPOT	0:30:26	7,89 [km/h]	07:36 [min/km]
2	552	SZUMIŁO	MONIKA	K	K 19-29	FALCOM WROCŁAW	0:31:32	7,61 [km/h]	07:53 [min/km]
3	565	KULIK	GOSIA	K	K 19-29	BYDGOSZCZ	0:35:13	6,81 [km/h]	08:49 [min/km]
4	582	SZCZĘSNA	KAROLINA	K	K 19-29		0:35:19	6,80 [km/h]	08:49 [min/km]
5	425	OLSZAK	WIOLETTA	K	K 19-29	HART SŁAWNO	0:35:25	6,78 [km/h]	08:51 [min/km]
6	568	TATARYNOWICZ	ANNA	K	K 19-29	LESZNO	0:37:22	6,42 [km/h]	09:21 [min/km]
7	462	ŻĘŁOBOWSKA	KAMILA	K	K 19-29	CHOJNÓW	0:40:09	5,98 [km/h]	10:02 [min/km]
8	506	WEŻGOWIEC	JOANNA	K	K 19-29	"FORMA" WODZISŁAW ŚLĄSKI	0:58:03	4,13 [km/h]	14:32 [min/km]
9	551	SZUMIŁO	JOANNA	K	K 19-29	FALCOM WROCŁAW	0:25:09	9,54 [km/h]	06:17 [min/km]
10	506	WEŻGOWIEC	JOANNA	K	K 19-29	"FORMA" WODZISŁAW ŚLĄSKI	0:58:03	4,13 [km/h]	14:32 [min/km]
<b>Kategoria: K 30-39</b>									
1	592	BRZESKA	AGNIESZKA	K	K 30-39		0:31:49	7,54 [km/h]	07:57 [min/km]
2	595	BUCZYŃSKA	SYLWIA	K	K 30-39	ŚCINAWSKA GRUPA NORDIC WALKING	0:33:21	7,20 [km/h]	08:20 [min/km]
3	576	NAPORA	DOROTA	K	K 30-39	ACTEAM	0:33:26	7,18 [km/h]	08:21 [min/km]
4	464	WISS	JOANNA	K	K 30-39		0:35:09	6,83 [km/h]	08:47 [min/km]
5	601	MAROŃ	MAGDALENA	K	K 30-39		0:35:42	6,60 [km/h]	08:30 [min/km]
6	580	SPENA	SYLWIA	K	K 30-39		0:36:54	6,50 [km/h]	09:14 [min/km]
7	447	NAORNIAKOWSKA	JOLANTA	K	K 30-39	NORDIC WALKING FAN TEAM	0:36:57	6,50 [km/h]	09:14 [min/km]
8	505	PATERNAK	ANITA	K	K 30-39	ŚRODA WLKP.	0:37:17	6,44 [km/h]	09:19 [min/km]
9	443	BANASIAK	ANNA	K	K 30-39	MKS WIELEN	0:37:20	6,43 [km/h]	09:20 [min/km]
10	573	ŚWIERAD	MONIKA	K	K 30-39	ACTEAM	0:38:01	6,31 [km/h]	09:31 [min/km]
11	419	PASTERNAK	IZABELLA	K	K 30-39	HART SŁAWNO	0:38:24	6,25 [km/h]	09:36 [min/km]
12	559	SOKOŁOWSKA	SYLWIA	K	K 30-39	WROCŁAW	0:39:23	6,09 [km/h]	09:51 [min/km]
13	597	PIEPRZYK	KATARZYNA	K	K 30-39	BOJANOWSKIE KIJKI SZCZĘŚCIA	0:39:24	6,09 [km/h]	09:51 [min/km]
14	420	MILCZAREK	ANETA	K	K 30-39	HART SŁAWNO	0:43:38	5,50 [km/h]	10:55 [min/km]



Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: K 40-49</b>									
1	528	PAKOSZ	IRENA	K	K 40-49		<b>0:28:30</b>	8,42 [km/h]	07:08 [min/km]
2	490	PTAŚ	JOLANTA	K	K 40-49	TKKF SATURN CZELADZ	<b>0:30:32</b>	7,86 [km/h]	07:38 [min/km]
3	499	WIDERKIEWICZ	IWONA	K	K 40-49	PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:30:50</b>	7,78 [km/h]	07:43 [min/km]
4	593	FELISZEK	DOROTA	K	K 40-49	ŚCINAWSKA GRUPA NORDIC WALKING	<b>0:31:08</b>	7,71 [km/h]	07:47 [min/km]
5	591	TORENC	MAŁGORZATA	K	K 40-49	GREEN TEAM ZIELONA GÓRA	<b>0:31:43</b>	7,57 [km/h]	07:56 [min/km]
6	540	SKIBIŃSKA-SOBCZUK	MARZENA	K	K 40-49	ZNORDIC ŚWIDNIK	<b>0:32:01</b>	7,50 [km/h]	08:00 [min/km]
7	468	NAREJKO	AGATA	K	K 40-49	ŻARY	<b>0:32:14</b>	7,45 [km/h]	08:03 [min/km]
8	451	LISOWSKA	ALICJA	K	K 40-49	PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:32:23</b>	7,41 [km/h]	08:06 [min/km]
9	588	REKAWICZNA	ELŻBIETA	K	K 40-49	NORDIC OSIR LUBIN	<b>0:32:32</b>	7,38 [km/h]	08:08 [min/km]
10	545	ADAMSKA-PAWLICKA	IZABELA	K	K 40-49	BRAK	<b>0:32:47</b>	7,32 [km/h]	08:12 [min/km]
11	418	NIEWIŃSKA	BEATA	K	K 40-49	CHODZĘZKIJAMI	<b>0:33:21</b>	7,20 [km/h]	08:20 [min/km]
12	450	WASILEWSKA	JOANNA	K	K 40-49	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:33:49</b>	7,10 [km/h]	08:27 [min/km]
13	574	KUJAWA	ANNA	K	K 40-49		<b>0:34:22</b>	6,98 [km/h]	08:36 [min/km]
14	432	GROCHOWALSKA	JADWIGA	K	K 40-49	HART SŁAWNO	<b>0:34:41</b>	6,92 [km/h]	08:40 [min/km]
15	578	NAGÓRNA	DOROTA	K	K 40-49	WŁÓCZYKIJKI MIEROSZÓW	<b>0:34:44</b>	6,91 [km/h]	08:41 [min/km]
16	467	ŁABUL	ALICJA	K	K 40-49	ŻARY	<b>0:35:47</b>	6,71 [km/h]	08:57 [min/km]
17	556	KUBALA	SYLWIA	K	K 40-49	KB LUVENA	<b>0:35:49</b>	6,70 [km/h]	08:57 [min/km]
18	438	NABOROWSKA	HANNA	K	K 40-49	KRAKÓW	<b>0:35:52</b>	6,69 [km/h]	08:58 [min/km]
19	527	RAKOCZY	JOLANTA	K	K 40-49	GDYNIA	<b>0:35:55</b>	6,68 [km/h]	08:59 [min/km]
20	612	SOKOŁOWICZ	ALINA	K	K 40-49		<b>0:36:10</b>	6,64 [km/h]	09:02 [min/km]
21	437	ZAGOREC	BEATA	K	K 40-49	KRAKÓW	<b>0:36:13</b>	6,63 [km/h]	09:03 [min/km]
22	532	WYBIERAŁA	NATASZA	K	K 40-49	NW UNIA GÓROWIAN	<b>0:36:17</b>	6,61 [km/h]	09:05 [min/km]
23	448	UBOWSKA	JOLANTA	K	K 40-49	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:36:52</b>	6,51 [km/h]	09:13 [min/km]
24	469	ZAJCZKOWSKA	BEATA	K	K 40-49	ŻARY	<b>0:36:57</b>	6,50 [km/h]	09:14 [min/km]
25	479	NOWACKA	JOANNA	K	K 40-49	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:37:48</b>	6,35 [km/h]	09:27 [min/km]
26	472	LEWANDOWSKA	JOLA	K	K 40-49	ŻARY	<b>0:37:51</b>	6,34 [km/h]	09:28 [min/km]

## Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



1211-2011



800 LAT MIASTA ZŁOTORYI



### Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
27	547	MARCINIAK	AGNIESZKA	K	K 40-49	ACTEAM	0:37:55	6,33 [km/h]	09:29 [min/km]
28	600	SZYMAŃSK	RENATA	K	K 40-49		0:39:27	6,08 [km/h]	09:52 [min/km]
29	548	MARCINEK	JOLANTA	K	K 40-49	AVIVA LEGNICA	0:40:01	6,00 [km/h]	10:00 [min/km]
30	495	NOWAK	JOANNA	K	K 40-49	POZNAŃ	0:43:09	5,56 [km/h]	10:47 [min/km]
31	428	JURKIEWICZ	TERESA	K	K 40-49	HART SŁAWNO	0:47:25	5,06 [km/h]	11:51 [min/km]
32	511	CHMIELEWSKA	URSZULA	K	K 40-49		0:47:32	5,05 [km/h]	11:53 [min/km]
33	423	KOZAK	BOŻENA	K	K 40-49	HART SŁAWNO	0:49:13	4,88 [km/h]	12:18 [min/km]

# Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



1211-2011



800 LAT MIASTA ZŁOTORYI



## Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: K 50-59</b>									
1	526	BRZEZINA	EWA	K	K 50-59	NW SPEED SOCHACZEW	<b>0:32:02</b>	7,49 [km/h]	08:01 [min/km]
2	515	WILKOŁEK-SZUDARSKA	SATURNINA	K	K 50-59	BRAK	<b>0:32:28</b>	7,39 [km/h]	08:07 [min/km]
3	488	LESZCZY SZYN	KRYSTYNA	K	K 50-59	SZCZECINEK	<b>0:33:30</b>	7,16 [km/h]	08:23 [min/km]
4	475	WITUL	ELŻBIETA	K	K 50-59	ŻARY	<b>0:34:16</b>	7,00 [km/h]	08:34 [min/km]
5	570	MAMCZAR	STANISŁAWA	K	K 50-59	LUBIN	<b>0:34:43</b>	6,91 [km/h]	08:41 [min/km]
6	459	SZAŁAJ	ANNA	K	K 50-59	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:35:12</b>	6,82 [km/h]	08:48 [min/km]
7	449	KALUSCHA	ARLETA	K	K 50-59	GKS MIRKÓW	<b>0:35:25</b>	6,78 [km/h]	08:51 [min/km]
8	484	ADAMIN	GRAŻYNA	K	K 50-59	KTK "CYKLISTA" KALISZ	<b>0:35:48</b>	6,70 [km/h]	08:57 [min/km]
9	521	JEMRYCH	DOROTA	K	K 50-59	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	<b>0:36:13</b>	6,63 [km/h]	09:03 [min/km]
10	470	KLISZCZAK-ZYS	BOŻENA	K	K 50-59	ŻARY	<b>0:36:15</b>	6,62 [km/h]	09:04 [min/km]
11	412	GADULA	GRAŻYNA	K	K 50-59	USZCZYN	<b>0:36:40</b>	6,55 [km/h]	09:10 [min/km]
12	427	KAZIÓW	KRYSTYNA	K	K 50-59	AKTYWNY SŁUPSK	<b>0:37:12</b>	6,45 [km/h]	09:18 [min/km]
13	587	ROSSA	HALINA	K	K 50-59	KB LUVENA	<b>0:37:23</b>	6,42 [km/h]	09:21 [min/km]
14	523	ANDRZEJEWSKA	BOGUSŁAWA	K	K 50-59	KB LUVENA	<b>0:37:28</b>	6,41 [km/h]	09:22 [min/km]
15	439	HUZAR	IRENA	K	K 50-59	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:37:53</b>	6,34 [km/h]	09:28 [min/km]
16	466	LIPIŃSKA	DOROTA	K	K 50-59	ŻARY	<b>0:37:54</b>	6,33 [km/h]	09:29 [min/km]
17	486	JAGODZIŃSKA	KRYSTYNA	K	K 50-59		<b>0:38:01</b>	6,31 [km/h]	09:31 [min/km]
18	446	KOWALKOWSKA	JANINA	K	K 50-59	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:38:34</b>	6,22 [km/h]	09:39 [min/km]
19	522	LIS	EWA	K	K 50-59	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	<b>0:38:37</b>	6,21 [km/h]	09:40 [min/km]
20	520	NADOLNA	ELŻBIETA	K	K 50-59	UKS GIMNAZJON SUCHY LAS	<b>0:39:02</b>	6,15 [km/h]	09:45 [min/km]
21	417	CHOPCIAN	GRAŻYNA	K	K 50-59	UNIwersytet Trzeciego Wieku przy CKU Legnica	<b>0:40:13</b>	5,97 [km/h]	10:03 [min/km]
22	478	MAJEWSKA	HANNA	K	K 50-59	ZGŁOSZENIE INDYWIDUALNE	<b>0:40:16</b>	5,96 [km/h]	10:04 [min/km]
23	416	DROZD	KRYSTYNA	K	K 50-59	UTW	<b>0:41:38</b>	5,76 [km/h]	10:25 [min/km]
24	458	SOWA	ELŻBIETA	K	K 50-59	ZGŁOSZENIE INDYWIDUALNE	<b>0:42:22</b>	5,66 [km/h]	10:36 [min/km]
25	422	SKARBEK	HENRYKA	K	K 50-59	HART SŁAWNO	<b>0:43:07</b>	5,57 [km/h]	10:46 [min/km]
26	473	ŚLUSAREK	FRANCISZKA	K	K 50-59	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:46:00</b>	5,22 [km/h]	11:30 [min/km]



Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: K 60 i więcej</b>									
1	512	STAWNIAK	WANDA	K	K 60 i więcej	UTW	<b>0:34:37</b>	6,93 [km/h]	08:39 [min/km]
2	590	KUBICKA	DANUTA	K	K 60 i więcej	LUBIN	<b>0:35:38</b>	6,74 [km/h]	08:54 [min/km]
3	541	PRZYBYLAK	DOROTA	K	K 60 i więcej	TOW BIEGOWE MSICS POZNAŃ	<b>0:36:37</b>	6,55 [km/h]	09:10 [min/km]
4	444	SZYK	ANNA	K	K 60 i więcej	WROCŁAW	<b>0:37:20</b>	6,43 [km/h]	09:20 [min/km]
5	566	KOLBUSZ	JANINA	K	K 60 i więcej	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:38:03</b>	6,31 [km/h]	09:31 [min/km]
6	509	JABŁONKA	MARIA	K	K 60 i więcej	CZĘSTOCHOWA	<b>0:38:30</b>	6,23 [km/h]	09:38 [min/km]
7	517	NAPIERAŁA	DANUTA	K	K 60 i więcej	SITG	<b>0:38:42</b>	6,20 [km/h]	09:41 [min/km]
8	543	SZAROLETA	ZOFIA	K	K 60 i więcej	Poznań	<b>0:39:01</b>	6,15 [km/h]	09:45 [min/km]
9	414	RADZINSKA	LARYSA	K	K 60 i więcej	UNIwersytet TRZECIEGO WIEKU PRZY CKU LEGNICA	<b>0:39:31</b>	6,07 [km/h]	09:53 [min/km]
10	415	ZAJĄCZKOWSKA	HALINA	K	K 60 i więcej	UTW	<b>0:39:34</b>	6,07 [km/h]	09:53 [min/km]
11	483	WALIGÓRSKA-WOWCZAK	KRYSTYNA	K	K 60 i więcej	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:40:28</b>	5,93 [km/h]	10:07 [min/km]
12	435	KLOCEK	STANISŁAWA	K	K 60 i więcej	LEGNICA	<b>0:40:43</b>	5,89 [km/h]	10:11 [min/km]
13	476	KORPIK	ELŻBIETA	K	K 60 i więcej	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:41:23</b>	5,80 [km/h]	10:21 [min/km]
14	524	OLEJNICZAK	IWONA	K	K 60 i więcej	SUCHY LAS	<b>0:41:41</b>	5,76 [km/h]	10:25 [min/km]
15	434	SZYMAŃSKA	ANNA	K	K 60 i więcej	UTW	<b>0:42:26</b>	5,66 [km/h]	10:36 [min/km]
16	477	ŁUKASIK	ALEKSANDRA	K	K 60 i więcej	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:43:29</b>	5,52 [km/h]	10:52 [min/km]
17	436	JAMROŻY	KRYSTYNA	K	K 60 i więcej	UTW LEGNICA	<b>0:45:07</b>	5,32 [km/h]	11:17 [min/km]
18	474	SZYMAŃSKA	MARIA	K	K 60 i więcej	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:45:13</b>	5,31 [km/h]	11:18 [min/km]
19	496	GAJEK	HALINA	K	K 60 i więcej	ZŁOTORYJA	<b>0:46:29</b>	5,16 [km/h]	11:38 [min/km]
20	445	GŁOGOWSKA	KRYSTYNA	K	K 60 i więcej	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:48:50</b>	4,91 [km/h]	12:13 [min/km]
21	507	WEŻGOWIEC	KRYSTYNA	K	K 60 i więcej	JASTRZĘBIE ZDRÓJ	<b>0:54:36</b>	4,40 [km/h]	13:38 [min/km]





Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: K 7-18</b>									
1	536	RADOSZ	ALEKSANDRA	K	K 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:28:31</b>	8,42 [km/h]	07:08 [min/km]
2	534	LIPOWICZ	SANDRA	K	K 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:28:54</b>	8,30 [km/h]	07:14 [min/km]
3	535	BEDNARCZYK	KAROLINA	K	K 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:29:21</b>	8,18 [km/h]	07:20 [min/km]
4	594	BRZESKA	EWA	K	K 7-18		<b>0:29:31</b>	8,13 [km/h]	07:23 [min/km]
5	533	LIPOWICZ	JUDYTA	K	K 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:30:13</b>	7,94 [km/h]	07:33 [min/km]
6	489	PTAŚ	AGNIESZKA	K	K 7-18	TKKF SATURN CZELADZ	<b>0:30:17</b>	7,93 [km/h]	07:34 [min/km]
7	598	ADAMSKA	PAULINA	K	K 7-18		<b>0:30:46</b>	7,80 [km/h]	07:42 [min/km]
8	563	GRAJEWSKA	ELŻBIETA	K	K 7-18	NA PRZEŁAJ BRZEG	<b>0:30:56</b>	7,76 [km/h]	07:44 [min/km]
9	481	NOWACKA	ZUZANNA	K	K 7-18	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:32:45</b>	7,33 [km/h]	08:11 [min/km]
10	493	FILUSZ	MAGDALENA	K	K 7-18	ZDISZOWICE	<b>0:35:29</b>	6,76 [km/h]	08:53 [min/km]
11	480	NOWACKA	HELENA	K	K 7-18	MARSZ PO ZDROWIE POZNAŃ	<b>0:35:33</b>	6,75 [km/h]	08:53 [min/km]
12	421	MILCZAEK	KATARZYNA	K	K 7-18	HART SŁAWNO	<b>0:36:39</b>	6,55 [km/h]	09:10 [min/km]
13	581	KRYPEL	KAMILA	K	K 7-18	Nysa	<b>0:37:14</b>	6,45 [km/h]	09:18 [min/km]
14	492	FILUSZ	JOANNA	K	K 7-18	ZDISZOWICE	<b>0:37:20</b>	6,43 [km/h]	09:20 [min/km]
15	557	SOKOŁOWSKA	SARA	K	K 7-18	UKS REKIN WROCŁAW	<b>0:39:15</b>	6,11 [km/h]	09:49 [min/km]
16	529	WYBIERAŁA	ALEKSANDRA	K	K 7-18	NW UNIA GÓROWIAN	<b>0:41:36</b>	5,77 [km/h]	10:24 [min/km]

# Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



## Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: M 19-29</b>									
1	498	WIDERKIEWICZ	DAMIAN	M	M 19-29	PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:26:43</b>	8,98 [km/h]	06:41 [min/km]
2	553	SZUMIŁO	NIKODEM	M	M 19-29	FALCOM WROCŁAW	<b>0:27:02</b>	8,88 [km/h]	06:45 [min/km]
3	538	MIGACZ	WOJCIECH	M	M 19-29		<b>0:28:01</b>	8,57 [km/h]	07:00 [min/km]
4	564	NOWAK	MARCIN	M	M 19-29	BYDGOSZCZ	<b>0:29:37</b>	8,10 [km/h]	07:24 [min/km]
5	586	POŹNIAK	GRZEGORZ	M	M 19-29	POLITECHNIKA WROCŁAWSKA WYDZ. MECHANICZNY	<b>0:30:41</b>	7,82 [km/h]	07:40 [min/km]
6	514	SZUDARSKI	MAREK	M	M 19-29	SŁUPSK	<b>0:32:53</b>	7,30 [km/h]	08:13 [min/km]
7	569	TATARYNOWICZ	NAMYSŁAW	M	M 19-29	LESZNO	<b>0:43:16</b>	5,55 [km/h]	10:49 [min/km]
8	424	CZARNECKI	GRZEGORZ	M	M 19-29	HART SŁAWNO	<b>0:45:06</b>	5,32 [km/h]	11:17 [min/km]
<b>Kategoria: M 30-39</b>									
1	456	WYCISZKIEWICZ	TOMASZ	M	M 30-39	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:27:41</b>	8,67 [km/h]	06:55 [min/km]
2	599	ZARĘBSKI	MICHAŁ	M	M 30-39	CZĘSTOCHOWSKI KLUB NW MIZA-REH	<b>0:28:17</b>	8,49 [km/h]	07:04 [min/km]
3	452	LISOWSKI	MARCIN	M	M 30-39	PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:29:18</b>	8,19 [km/h]	07:20 [min/km]
4	572	WROŃSKI	MARCIN	M	M 30-39	ACTEAM	<b>0:30:23</b>	7,90 [km/h]	07:36 [min/km]
5	571	MOTYKA	ANDRZEJ	M	M 30-39	ACTEAM	<b>0:31:01</b>	7,74 [km/h]	07:45 [min/km]
6	589	PANEK	ROBERT	M	M 30-39	BRAK	<b>0:39:06</b>	6,14 [km/h]	09:46 [min/km]
7	430	SALWOWSKI	PAWEŁ	M	M 30-39	HART SŁAWNO	<b>0:42:45</b>	5,61 [km/h]	10:42 [min/km]
8	431	ANDRZEJEWSKI	KRYSPIN	M	M 30-39	HART SŁAWNO	<b>1:00:53</b>	3,94 [km/h]	15:14 [min/km]



Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: M 40-49</b>									
1	494	GRZYB	JAROSŁAW	M	M 40-49	DANKÓW	<b>0:27:34</b>	8,71 [km/h]	06:53 [min/km]
2	575	KLEPACZ	MIROŚLAW	M	M 40-49	DAMEN KOŻLE	<b>0:27:45</b>	8,65 [km/h]	06:56 [min/km]
3	491	CZERNATOWICZ	ADAM	M	M 40-49	OLAWS	<b>0:31:33</b>	7,61 [km/h]	07:53 [min/km]
4	518	LACHOWSKI	MIROŚLAW	M	M 40-49	SITG	<b>0:32:00</b>	7,50 [km/h]	08:00 [min/km]
5	413	ŁAWER	JÓZEF	M	M 40-49	HART SŁAWNO	<b>0:32:40</b>	7,35 [km/h]	08:10 [min/km]
6	562	SOKOŁOWSKI	KRZYSZTOF	M	M 40-49	KLUB SPORTÓW WODNYCH I ROWEROWYCH "PEGAZ"	<b>0:32:56</b>	7,29 [km/h]	08:14 [min/km]
7	429	MARZEC	ANDRZEJ	M	M 40-49	HART SŁAWNO	<b>0:33:40</b>	7,13 [km/h]	08:25 [min/km]
8	550	SZUMIŁO	IRENEUSZ	M	M 40-49	FALCOM WROCŁAW	<b>0:33:47</b>	7,10 [km/h]	08:27 [min/km]
9	471	ROGALIŃSKI	WIESŁAW	M	M 40-49	ŻARY	<b>0:35:17</b>	6,80 [km/h]	08:49 [min/km]
<b>Kategoria: M 50-59</b>									
1	583	ZYS	EDWARD	M	M 50-59	ŻARY	<b>0:28:46</b>	8,34 [km/h]	07:12 [min/km]
2	460	ZMACZYŃSKI	BOGUSŁAW	M	M 50-59	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:29:27</b>	8,15 [km/h]	07:22 [min/km]
3	513	SZUDARSKI	EDWARD	M	M 50-59	SŁUPSK	<b>0:29:33</b>	8,12 [km/h]	07:23 [min/km]
4	558	PIATCZYC	WACŁAW	M	M 50-59	Grodzisk Wilkp.	<b>0:29:41</b>	8,09 [km/h]	07:25 [min/km]
5	525	ANDRZEJEWSKI	MIECZYŚLAW	M	M 50-59	KB LUVENA	<b>0:30:09</b>	7,96 [km/h]	07:32 [min/km]
6	503	WIDERKIEWICZ	KRZYSZTOF	M	M 50-59	PATYCZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:30:27</b>	7,88 [km/h]	07:37 [min/km]
7	585	SANAK	MAREK	M	M 50-59	ŻARY	<b>0:30:47</b>	7,80 [km/h]	07:42 [min/km]
8	482	MARKOWSKI	MARIAN	M	M 50-59	BRODNICA	<b>0:30:48</b>	7,79 [km/h]	07:42 [min/km]
9	442	DOROBEK	LESZEK	M	M 50-59	WROCŁAW	<b>0:31:10</b>	7,70 [km/h]	07:48 [min/km]
10	546	ŻOCHOWSKI	MAREK	M	M 50-59	SZWLA	<b>0:31:33</b>	7,61 [km/h]	07:53 [min/km]
11	440	STANISŁAWSKI	HENRYK	M	M 50-59	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:32:19</b>	7,43 [km/h]	08:05 [min/km]
12	542	SOBCZUK	MIROŚLAW	M	M 50-59	ZNORDIC ŚWIDNIK	<b>0:35:34</b>	6,75 [km/h]	08:53 [min/km]
13	426	POŁCZYŃSKI	WALDEMAR	M	M 50-59	HART SŁAWNO	<b>0:37:43</b>	6,36 [km/h]	09:26 [min/km]



## Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



1211-2011



800 LAT MIASTA ZŁOTORYI



### Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: M 60 i więcej</b>									
1	1	SOWA	ANDRZEJ	M	M 60 i więcej	NORDIC OSIR LUBIN	<b>0:29:17</b>	8,20 [km/h]	07:19 [min/km]
2	530	PAKOSZ	PIOTR	M	M 60 i więcej	GÓRNIK JANUSZKOWICE	<b>0:29:28</b>	8,14 [km/h]	07:22 [min/km]
3	516	NAPIERAŁA	BOGUSŁAW	M	M 60 i więcej	SITG	<b>0:30:03</b>	7,99 [km/h]	07:31 [min/km]
4	441	SZUBRYT	EDWARD	M	M 60 i więcej	NORDIC WALKING FAN TEAM	<b>0:30:08</b>	7,96 [km/h]	07:32 [min/km]
5	465	SIKORSKI	KAZIMIERZ	M	M 60 i więcej	WIT WŁOCŁAWEK	<b>0:32:33</b>	7,37 [km/h]	08:08 [min/km]
6	544	NOWAK	KRZYSZTOF	M	M 60 i więcej		<b>0:32:36</b>	7,36 [km/h]	08:09 [min/km]
7	463	LISZKOWSKI	PIOTR	M	M 60 i więcej		<b>0:33:18</b>	7,21 [km/h]	08:19 [min/km]
8	567	TATARYNOWICZ	EUGENIUSZ	M	M 60 i więcej	NOWE MIASTECZKO	<b>0:42:04</b>	5,71 [km/h]	10:30 [min/km]
9	496	GAJEK	HALINA	K	K 60 i więcej	ZŁOTORYJA	<b>0:46:29</b>	5,16 [km/h]	11:38 [min/km]

# Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking

Miejsce: Złotoryja - 2011-09-04

Organizator: Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking



## Dystans: 4 km

Miejsce kat. M / K	Numer	Nazwisko	Imię	Płeć	Kategoria	Klub	Wynik	km/h	min/km
<b>Kategoria: M 7-18</b>									
1	539	DORS	MAREK	M	M 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:26:35</b>	9,03 [km/h]	06:39 [min/km]
2	555	ŁUŻNY	MARCIN	M	M 7-18	FALKON WIELICZKA	<b>0:26:37</b>	9,02 [km/h]	06:39 [min/km]
3	508	WOJNAR	MATEUSZ	M	M 7-18	WŁÓCZYKIJE-SKOCZÓW	<b>0:27:01</b>	8,88 [km/h]	06:45 [min/km]
4	554	TUCZYŃSKI	JACEK	M	M 7-18	FALCOM GŁOGÓW	<b>0:27:22</b>	8,77 [km/h]	06:50 [min/km]
5	537	WOŹNIAK	PATRYK	M	M 7-18	ULKS "RUN PODKOWA" JANÓW	<b>0:28:21</b>	8,47 [km/h]	07:05 [min/km]
6	561	SOKOŁOWSKI	JAN	M	M 7-18	PEGAZ WROCŁAW	<b>0:28:46</b>	8,34 [km/h]	07:12 [min/km]
7	531	PAKOSZ	PIOTR	M	M 7-18		<b>0:29:00</b>	8,28 [km/h]	07:15 [min/km]
8	504	WIDERKIEWICZ	MATEUSZ	M	M 7-18	PATY CZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:29:02</b>	8,27 [km/h]	07:15 [min/km]
9	485	ZWOLAK	MATEUSZ	M	M 7-18	OLSZENICA	<b>0:29:03</b>	8,26 [km/h]	07:16 [min/km]
10	453	LISOWSKI	JAKUB	M	M 7-18	PATY CZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:29:05</b>	8,25 [km/h]	07:16 [min/km]
11	577	KUJAWA	MACIEJ	M	M 7-18	SKOKI	<b>0:31:14</b>	7,68 [km/h]	07:49 [min/km]
12	461	CHOMICZ	MATEUSZ	M	M 7-18	NORDIC DEX LUBIN	<b>0:31:43</b>	7,57 [km/h]	07:56 [min/km]
13	487	PASEK	PATRYK	M	M 7-18	ZŁOTORYJA	<b>0:32:12</b>	7,45 [km/h]	08:03 [min/km]
14	579	WALCZEWSKI	DAWID	M	M 7-18		<b>0:33:45</b>	7,11 [km/h]	08:26 [min/km]
15	455	LISOWSKI	KAROL	M	M 7-18	PATY CZAKI GRUDZIĄDZ	<b>0:33:58</b>	7,07 [km/h]	08:29 [min/km]
16	560	PIATCZYC	MICHAŁ	M	M 7-18	Grodzisk Wilkp.	<b>0:34:49</b>	6,89 [km/h]	08:42 [min/km]
17	433	GROCHOWALSKI	MIKOŁAJ	M	M 7-18	HART SŁAWNO	<b>0:37:06</b>	6,47 [km/h]	09:16 [min/km]
18	584	ŁABIŃSKI	ALEKSANDER	M	M 7-18		<b>0:37:29</b>	6,40 [km/h]	09:23 [min/km]
19	596	ŁAWNICZEK	DAWID	M	M 7-18		<b>0:39:41</b>	6,05 [km/h]	09:55 [min/km]