



# Korona Himalajów i Karakorum

## MAKALU

### 8463 M

WYNIKI BIEGU Z 14.10.2020 - dystans 5 km  
(trasa przy Centrum Olimpijskim w Warszawie)

#### Kobiety

miejsce	nazwisko	imię	miasto	klub / team	czas
1	ŻURANIEWSKA	AGNIESZKA	WARSZAWA	NUDNE PIĄTKI	0:21:39
2	SZYSZKO	EWA	MARKI	MARKOWI BIEGACZE	0:21:53
3	SARNOWSKA	KAROLINA	WARSZAWA	PRORUNNING PROMOTION	0:22:45
4	GAŃSKA- KARAMON	MONIKA	WARSZAWA	BIEGAM	0:23:01
5	BUCZAK	MAŁGORZATA	MIĘDZYRZEC PODLASKI	MIĘDZYRZEC PODLASKI	0:23:26
6	PRZYBYŁOWICZ	OLGA	WARSZAWA	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:24:21
7	TURCZYŃSKA	MONIKA	WARSZAWA	LECZO TEAM	0:24:49
8	CABAŃSKA	DOROTA	ŁOMIANKI		0:25:14
9	GĘBALSKA	JOANNA	WARSZAWA		0:25:34
10	KRAWCZYKIEWICZ	DOROTA	WARSZAWA	ŻÓRAWSKI TEAM	0:26:04
11	HERMAN	ANNA	WARSZAWA	TEAM GRZYBKI	0:26:19
12	STAŃCZYK	ZOFIA	ZIELONKA		0:26:27
13	SIERZPUTOWSKA	EWA	WARSZAWA	SIE BIEGA	0:27:40
14	PIRÓG	PAULINA	WARSZAWA		0:28:00
15	BALCERZAK - DANILEWICZ	KATARZYNA	WARSZAWA		0:28:01
16	KRAWCZYKIEWICZ	MAGDALENA	WARSZAWA	ŻÓRAWSKI TEAM	0:28:54
17	TORZEWSKA	AGNIESZKA	WARSZAWA		0:29:01
18	KLUSEK	JOLANTA	WARSZAWA	YOLA YOLANDA	0:29:02
19	SŁUPECKA	BEATA	CHOTOMÓW	FREEDOM TEAM	0:29:02
20	RELIGA	LILIANA	WARSZAWA		0:29:11
21	KOMPIŃSKA	SYLWIA	PŁOCK		0:29:22
22	GĘBALSKA	AGNIESZKA	WARSZAWA		0:29:58
23	WIĘCKOWSKA	BOGUMIŁA	MARKI		0:30:09
24	LACH	MARTA	WARSZAWA	SLOW JOGGING WARSZAWA	0:30:22
25	RĄCZKA	MARITA	WARSZAWA		0:30:36
26	MIKOŚ	TERESA	OTWOCK		0:31:33
27	STRYCHALSKA	ANNA	WARSZAWA	TBD	0:32:24
28	NOWAK	MONIKA	WARSZAWA	TBD	0:32:26
29	GĘBALSKA	KATARZYNA	WARSZAWA		0:32:50
30	PEŁSZYK	MONIKA	WARSZAWA		0:33:19
31	CZYŻ	JUSTYNA	WARSZAWA	DWIE PUMBY I TYMON	0:34:28
32	SZŁĄZAK	POLA	WARSZAWA		0:34:34
33	GAWRACZYŃSKA	ANNA	WARSZAWA	WTŁ STEGNY	0:34:55
34	KOLASA	BARBARA	WARSZAWA-WESOŁA	KLUB J.SŁOWACKIEGO	0:35:17
35	TOMCZAK	EWA	CIECHANÓW	KOCI PAZUR	0:38:20
36	REDA	ALICJA	WARSZAWA	NW CZŁAPSKI TEAM	0:46:17
37	BARON- BROWARSKA	HALINA	WARSZAWA	TBD	0:50:55

Rekord trasy:

Joanna Trzcńska 18:51 (29.07.2020) poprzedni Kopka Marcelina 19:06 (17.06.2020)

Rekord Polski:

Grażyna Syrek 15.34 (19.09.2004 Praga)



# Korona Himalajów i Karakorum

## MAKALU

### 8463 M

WYNIKI BIEGU Z 14.10.2020 - dystans 5 km  
(trasa przy Centrum Olimpijskim w Warszawie)

#### Mężczyźni

miejsce	nazwisko	imię	miasto	klub / team	czas
1	WYSOCKI	MARCIN	MICHAŁOWICE	WARSZAWIACY	0:16:51
2	GOŁASZEWSKI	MICHAŁ	LEGIONOWO	TEAM KOPEĆ	0:17:30
3	SKORY	WOJCIECH	WARSZAWA	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:17:42
4	JUSIŃSKI	KRYSTIAN	WARSZAWA	BRACHTWO BIEGOWE BGK	0:18:27
5	RUDO	JAKUB	ŁOCHÓW	ŁOCHOWSKA GRUPA BIEGOWA	0:18:48
6	TOMCZAK	MARCIN	CIECHANÓW	KOCI PAZUR	0:18:49
7	MICHALSKI	ROBERT	WARSZAWA	ZABIEGANY WOŁOMIN	0:19:05
8	CHMIEL	PRZEMYSŁAW	WARSZAWA	ALBATROSY	0:19:06
9	KŁUDKIEWICZ	TOMASZ	LESZNO	DYSTANS LESZNO	0:19:10
10	KUROWSKI	JAKUB	KOBYŁKA		0:19:17
11	PANCER	MICHAŁ	WARSZAWA	ŻÓRAWSKI TEAM	0:19:21
12	KLAS	ŁUKASZ	WARSZAWA	NUDNE PIĄTKI	0:19:28
13	BAJ	ROBERT	TERESIN	#BAJOT TEAM	0:19:33
14	KRAWCZYK	GRZEGORZ	RADOM	BIEGIEM RADOM!	0:19:54
15	KOŚCIK	JAKUB	WARSZAWA	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:20:24
16	SYGUŁA	MATEUSZ	WARSZAWA	KOLARSKI TEAM	0:20:25
17	TORZEWSKI	JANUSZ	WARSZAWA		0:20:32
18	MALUCHNIK	MAREK	NASIELSK	BLUE RUNNER	0:20:40
19	DZIUBANY	TOMASZ	WARSZAWA	YOKOGAWA RUNNERS	0:20:44
20	PALUCH	KAMIL	WARSZAWA		0:21:11
21	TRONOWSKI	MAREK	WARSZAWA	JACK TEAM	0:21:29
22	SIWIAK	MARCIN	ŻYRARDÓW	PKP INTERCITY RUNNING TEAM	0:21:33
23	SZPANOWSKI	MAREK	WARSZAWA	KAJ TA META TEAM	0:21:37
24	DRABCZYK	SZYMON	WARSZAWA		0:21:38
25	KOSIŃSKI	TOMASZ	WARSZAWA		0:21:45
26	KAMIŃSKI	WIESŁAW	WARSZAWA	CITOS VON GRODNO	0:21:47
27	SZOTA	WOJCIECH	WARSZAWA	MARATOŃCZYK.PL	0:21:48
28	WYPYCH	RADOSŁAW	WARSZAWA	MARATONCZYK.PL	0:22:00
29	POMASKI	PAWEŁ	WARSZAWA	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	0:22:01
30	ŁUBIŃSKI	KRZYSZTOF	WARSZAWA		0:22:14
31	SYPNIEWSKI	TOMASZ	WARSZAWA	EMO OI!	0:22:20
32	MATUSIK	PIOTR	WARSZAWA	WATAHA TEAM	0:22:24
33	GÓRAL	TADEUSZ	WARSZAWA	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:22:26
34	BIELEŃ	ŁUKASZ	WARSZAWA		0:22:28
35	DALGIEWICZ	DARIUSZ	ŁOMIANKI		0:22:44
36	KAMIŃSKI	STANISŁAW	NADARZYN	GOS NADARZYN	0:23:03
37	KLUJ	BOGUSŁAW	ZAKRĘT	BIEGNĘ DLA SANDRY I ROBERTA	0:23:03
38	KACZMARCZYK	ADAM	WARSZAWA		0:23:04
39	FREITES	LUIS			0:23:12
40	MIKINA	ARTUR	WARSZAWA	PWPW SA	0:23:28
41	PIĄTEK	BOGDAN	ZIELONKA	LECHICI ZIELONKA	0:23:44
42	PAWŁOWSKI	PIOTR	WARSZAWA		0:23:56
43	SÓWKA	GRZEGORZ	CHORZÓW	STADION ŚLĄSKI	0:23:56
44	WALAC	JACEK	GRODZISK MAZOWIECKI	DOGOŃ GRODZISK MAZOWIECKI	0:24:07



# Korona Himalajów i Karakorum

## MAKALU

### 8463 M

WYNIKI BIEGU Z 14.10.2020 - dystans 5 km  
(trasa przy Centrum Olimpijskim w Warszawie)

45	NOWINA-KONOPKA	STANISŁAW	WARSZAWA		0:24:24
46	BIERNACKI	RAFAŁ	WARSZAWA		0:24:42
47	KUBASIEWICZ	ARTUR	WARSZAWA	TBD	0:24:57
48	CIMOCHOWSKI	MIECZYŚŁAW	KANIE	KAMAN	0:25:21
49	HELMAN	ARTUR	WARSZAWA	ARCZI TEAM	0:25:27
50	GUDEL	ANDRZEJ	WARSZAWA		0:25:35
51	RZEPKOWSKI	RAFAŁ	NOWA IWICZNA	POLISH WINGS	0:26:22
52	JASZCZUK	JAROSŁAW	BRANIEWO		0:26:24
53	STAŃCZYK	GRZEGORZ	ZIELONKA		0:26:37
54	KOCIMSKI	JAN	SOCHACZEW	KM AKTYWNI SOCHACZEW	0:27:00
55	DZIEPAK	PIOTR	WOLA MROKOWSKA	1. BLTR	0:27:19
56	BRZOZOWSKI	ANDRZEJ	ZAMOŚĆ	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:27:36
57	KOWALCZYK	RYSZARD	WARSZAWA	APOSTOŁOWIE TRX	0:27:45
58	GAUDYNEK	BOGUSŁAW	WARSZAWA		0:28:12
59	KOLASA	ANDRZEJ	WARSZAWA-WESOŁA	KLUB J.SŁOWACKIEGO	0:28:44
60	NASKRĘT	MARIUSZ	WARSZAWA - WESOŁA		0:28:44
61	DUDZIŃSKI	PAWEŁ	WARSZAWA	SAUCE LABS	0:28:53
62	MAREK	ROMAN	WARSZAWA	IPN	0:29:15
63	MIKOŚ	ROMAN	OTWOCK		0:31:33
64	MUSIAŁ	PAWEŁ	WARSZAWA		0:32:12
65	MIKUŁA	TOMASZ	WARSZAWA		0:34:08
66	NOWORYTA	JACEK	WARSZAWA	ASA TEAM BIEGIEM PO ZDROWIE	0:34:29
67	KALINOWSKI	JANUSZ	WARSZAWA	KRÓLEWSKI KLUB BIEGACZA	0:36:02
68	WASILEWSKI	SŁAWOMIR	WARSZAWA	PASJA NORDIC WALKING	0:37:03
69	STAŃCZYK	KRZYSZTOF	WARSZAWA	KB V-MAX ADAMÓW	0:42:00
70	KULCZYCKI	JAN	GDAŃSK		0:46:43

Rekord trasy: Michał Bernardelli 16:19 (12.11.2016)  
Rekord Polski: Michał Bartoszak 13:39 (7.03.1993 Los Angeles)

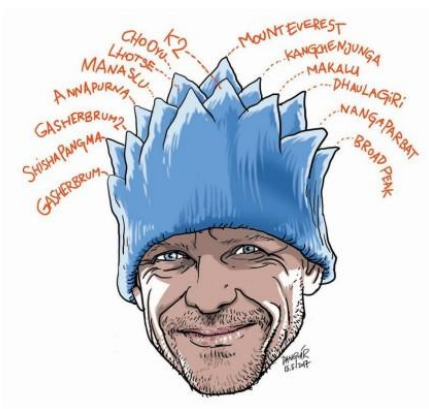
#### Klasyfikacja nordic walking

##### Kobiety

1	TOMCZAK	EWA	CIECHANÓW	KOCI PAZUR	0:38:20
2	REDA	ALICJA	WARSZAWA	NW CZŁAPSKI TEAM	0:46:17
3	BARON-BROWARSKA	HALINA	WARSZAWA	TBD	0:50:55

##### Mężczyźni

1	WASILEWSKI	SŁAWOMIR	WARSZAWA	PASJA NORDIC WALKING	0:37:03
2	STAŃCZYK	KRZYSZTOF	WARSZAWA	KB V-MAX ADAMÓW	0:42:00
3	KULCZYCKI	JAN	GDAŃSK		0:46:43



# Korona Himalajów i Karakorum

## MAKALU

### 8463 M

WYNIKI BIEGU Z 14.10.2020 - dystans 5 km  
(trasa przy Centrum Olimpijskim w Warszawie)

Opracowanie:  
Jolanta Klusek

Sędziowie:  
Ewa Gołębiewska  
Lena Majchrowicz  
Paweł Tarasiuk

