

## 12. Leśna Dycha św. Rocha

9.08.2025, Kalinowo



Bieg na 10 km

OPEN	IMIĘ	NAZWISKO	NUMER	PŁEĆ	MIASTO	KLUB	Parafianin	CZAS
1	Adam	Szydlik	474	M	Łomża	Biegamy dla Zdrowia		00:35:49
2	Krystian	Kalinowski	418	M	Białystok	AGR Podlasie		00:37:57
3	Rafał	Dzięgielewski	410	M	Natalin	KB Wyszaków		00:38:05
4	Alan	Szczepanski	472	M	Ząbki			00:39:16
5	Łukasz	Sarnacki	453	M	Wyszaków	KB Wyszaków		00:39:36
6	Kamil	Rafalik	445	M	Kalinowo	ROCH Jasienica	Tak	00:41:03
7	Adrian	Traczyk	477	M	Ostrow Maz	Ostrów Biega		00:41:17
8	Kamil	Pietrzak	438	M	Wyszaków	KB Wyszaków		00:42:47
9	Marcin	Nowak	431	M	Jasienica	ROCH Jasienica	Tak	00:42:59
10	Adam	Rafalik	444	M	Nieszków		Tak	00:44:45
11	Henryk	Skłodowski	458	M	Dąbrowa	ROCH Jasienica	Tak	00:44:59
12	Leszek	Kuśmirak	425	M	Łapy	Grupa Biegowa Zwycięzca		00:45:03
13	Marcin	Korzeniecki	420	M	Ostrołęka	Dąbrowski Team	Tak	00:45:23
14	Mariusz	Michałowski	429	M	Ostrów Mazowiecka			00:45:34
15	Ewa	Pazuła	435	K	Wyszaków	KB Wyszaków		00:45:37
16	Grzegorz	Brylak	403	M	Wąsewo			00:45:39
17	Sebastian	Sawicki	456	M	Warszawa	Kuźnia Triathlonu		00:45:41
18	Wojtek	Han	416	M	Króle Duże	ROCH Jasienica	Tak	00:45:53
19	Monika	Kędziora	405	K	Łochów			00:45:59
20	Michał	Sielecki	457	M	Komorowo	Drużyna Szpiku		00:46:19

21	Łukasz	Czmoch	406	M	Ząbki			00:47:11
22	Wiesław	Wajszczyk	481	M	Podborze	Podborze		00:47:40
23	Marcin	Żach	486	M	Ostrów Mazowiecka			00:47:45
24	Magdalena	Leszczyńska	426	K	Ostrów Mazowiecka	ROCH Jasienica		00:48:33
25	Marcin	Żach	487	M	Kalinowo	ROCH Jasienica	Tak	00:48:36
26	Radosław	Perzanowski	437	M	Wyszaków	ZIELONE BIEGANIE WYSZAKÓW		00:49:00
27	Katarzyna	Puścian	440	K	Wyszaków	KB Wyszaków		00:49:12
28	Mateusz	Puścian	441	M	Wyszaków			00:49:13
29	Radek	Szablowski	470	M	Ostrów Mazowiecka			00:49:37
30	Łukasz	Kuczyński	423	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		00:49:37
31	Krzysztof	Gajewski	412	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	Tak	00:49:46
32	Jarosław	Pecura	436	M	Nieszków	OSP Nieszków	Tak	00:50:14
33	Wojciech	Żyłowski	488	M	Ostrów Mazowiecka			00:50:20
34	Olena	Babenko	401	K	Warszawa	StartDnipro		00:50:42
35	Albert	Han	415	M	Jasienica	ROCH Jasienica	Tak	00:51:11
36	Maciej	Szcześniak	473	M	Warmiaki	Lecę Bo Chcę		00:51:30
37	Jan	Krysiak	422	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		00:51:40
38	Damian	Rukat	449	M	Kosuty			00:52:02
39	Wojciech	Suchodolski	469	M	Zaręby Kościelne			00:52:02
40	Krzysztof	Sobieraj	461	M	Chmielewo	ROCH Jasienica	Tak	00:52:17
41	Krzysztof	Piotrak	439	M	Jasienica		Tak	00:52:19
42	Olga	Nowak	432	K	Podborze	ROCH Jasienica		00:52:46
43	Agnieszka	Strąg	467	K	Łochów	Lecę Bo Chcę		00:52:49
44	Krzysztof	Dzikowski	411	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		00:52:50
45	Aneta	Młodzianowska	430	K	Warszawa			00:52:50
46	Mateusz	Dębek	408	M	Chmielewo	Huragan Jasienica	Tak	00:52:57

47	Wiola	Michalik	428	K	Wyszaków	ZIELONE BIEGANIE		00:52:59
48	Beata	Rosinska	494	K		MKB TEAM Małkinia		00:53:24
49	Rafał	Kępiński	419	M	Ostrów Mazowiecka			00:53:57
50	Andrzej	Strąk	466	M	Łochów	Lecę Bo Chcę		00:54:02
51	Andrzej	Zaniewski	485	M	Łapy	Grupa Biegowa Zwycięzca		00:54:16
52	Kamil	Kulesza	424	M	Nieszków	ROCH Jasienica	Tak	00:56:55
53	Justyna	Owsianko	434	K	Strachówka	Lecę Bo Chcę		00:56:56
54	Dariusz	Twarowski	479	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		00:57:11
55	Monika	Twarowska	478	K	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		00:57:11
56	Jacek	Jastrzębski	417	M	Króle Duże	ROCH Jasienica	Tak	00:57:21
57	Ryszard	Warda	483	M	Sadowne	Wicher		00:58:44
58	Antoni	Rafalik	442	M	Nieszków		Tak	00:58:56
59	Urszula	Sokołowska	462	K	Ostrów Mazowiecka	ROCH Jasienica	Tak	00:59:04
60	Damian	Tyszko	480	M	Małkinia Górna	Huragan Jasienica		01:01:03
61	Ewa	Zaniewska	484	K	Łapy	Grupa Biegowa Zwycięzca		01:02:12
62	Tomasz	Książak	492	M	Koszalin			01:02:21
63	Sylwia	Rybarczyk	451	K	Smolechy	Smolinoski	Tak	01:02:56
64	Justyna	Krupa	421	K	Smolechy	Smolinoski	Tak	01:02:56
65	Oliwia	Rybarczyk	452	K	Smolechy	Smolinoski	Tak	01:05:20
66	Julia	Rybarczyk	450	K	Smolechy	Smolinoski	Tak	01:07:07
67	Emilia	Dębek	407	K	Ugniewo			01:07:34
68	Małgorzata	Szymczuk	475	K	Żabikowo Prywatne			01:08:20
69	Urszula	Sawicka	454	K	Komorowo	Ostrów Biega		01:08:47
70	Adam	Sawicki	455	M	Komorowo	Ostrów Biega		01:08:48
71	Jerzy	Michalak	427	M	Plonsk	KB Im. P.Sekowskiego W Plonsku		01:16:34

**NAJSZYBSZA DRUŻYNA W BIEGU NA 10 km**

1	KB Wyszaków	00:45:37	00:39:36	00:38:05	00:42:47	02:46:05
2	ROCH Jasienica	00:48:33	00:41:03	00:42:59	00:44:59	02:57:34
3	Ostrów Biega	00:57:11	00:41:17	00:49:37	00:49:46	03:17:51
4	Lecę bo chcę	00:51:30	00:52:49	00:54:02	00:56:56	03:35:17
5	Smolinowski	01:02:56	01:02:56	01:05:20	01:07:07	04:18:19

## NW 6km

OPEN	IMIĘ	NAZWISKO	NUMERY	PŁEĆ	MIASTO	KLUB	CZAS
1	Paweł	Kowalik	322	M	Ząbki		00:41:55
2	Sławomir	Reda	334	M	Warszawa	Team ZabieganeDni	00:43:04
3	Adam	Bugajski	309	M	Warszawa	Dead on Arrival	00:44:12
4	Małgorzata	Ożarowska	328	K	Podborze		00:45:39
5	Marta	Kowalczyk	321	K	Warsaw		00:47:59
6	Adam	Zacheja	341	M	Małkinia Górna	NW GOKiS Małkinia Górna	00:48:55
7	Patrycja	Popiołek	332	K	Podborze		00:48:58
8	Paulina	Dmochowska	409	K	Małkinia Górna		00:50:29
9	Rafał	Kornacki	319	M	Jasienica		00:50:35
10	Małgorzata	Kietlińska	318	K	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega	00:50:38
11	Aneta	Jasinska	314	K	Ostrów Mazowiecka	Forma na Ostro	00:50:40
12	Andrzej	Żach	343	M	Małkinia Górna	NW GOKiS Małkinia Górna	00:51:18
13	Monika	Skonieczna	338	K	Ostrów Mazowiecka		00:52:30
14	Ewa	Kos	320	K	Jasienica		00:52:32
15	Dorota	Zacheja	345	K	Małkinia Górna	NW GOKiS Małkinia Górna	00:54:05
16	Marek	Jastrzębski	317	M	Małkinia Górna	NW GOKiS Małkinia Górna Klub	00:55:23

17	Lidia	Han	311	K	Jasienica	Roch Jasienica		00:58:15
18	Kinga	Zakrzewska-Han	339	K	Króle Duże			00:58:20
19	Arkadiusz	Jaros	312	M	Brwinów	VEGE RUNNERS		00:59:09
20	Piotr	Murzyn	324	M	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		01:02:35
21	Anna	Mróz	323	K	Ostrów Mazowiecka	Ostrów Biega		01:07:40

### BIEG 1km

OPEN	IMIĘ	NAZWISKO	NUMERY	PŁEĆ	MIASTO	KLUB		CZAS
1	Bartosz	Chelstowski	221	M	Nożewo	OKLA Elektro-Energetyka		00:03:10
2	Szymon	Korzeniecki	229	M	Ostrołęka	OKLA Elektro-Energetyka/Dąbrowski TEAM		00:03:15
3	Aleksander	Nowak	239	M	Jasienica	ROCH Jasienica		00:03:26
4	Zuzanna	Strzeszewska	247	K	Borawe	OKLA Elektro-Energetyka		00:03:37
5	Anna	Paraducha	490	K	Ostrów Mazowiecka	MKS OSTROWIANKA		00:03:38
6	Anna	Mioduszewska	236	K	Ostrów Mazowiecka	MKS OSTROWIANKA		00:03:38
7	Bartosz	Suchcicki	248	M	Jasienica	ROCH Jasienica		00:03:41
8	Aleksandra	Piotrowska	241	K	Borawe	OKLA Elektro-Energetyka		00:03:45
9	Patryk	Łuniewski	235	M	Króle Duże			00:04:03
10	Alan	Krupa	232	M	Smolechy			00:04:13
11	Antoni	Siwek	246	M	Jasienica			00:04:15
12	Kornelia	Podleś	242	K	Niesków			00:04:32
13	Bianka	Popiołek	244	K	Podborze			00:04:36
14	Bartosz	Mioduszewski	238	M	Ostrów Mazowiecka	MKS OSTROWIANKA		00:04:36
15	Julia	Zawistowska	250	K	Dąbrowa			00:04:43
16	Alicja	Krupa	491	K				00:04:45
17	Aleksander	Deluga	226	M	Niesków			00:05:01
18	Maja	Lulewicz	233	K	Ostrów Mazowiecka			00:05:05

19	Oliwia	Piersa	240	K	Ostrołęka		00:05:05
20	Oliwier	Głowacki	227	M	Ostrołęka		00:05:05
21	Robert	Sawicki	245	M	Warszawa		00:05:07

#### BIEG NA 500m DZIEWCZĘTA

OPEN	IMIĘ	NAZWISKO	NUMERY	PŁEĆ	MIASTO	KLUB	CZAS
1	Laura	Filipiak	258	K	Ostrołęka		00:02:03
2	Kaja	Suska	298	K	Kańkowo	Gramy w Ręczną Malkinia	00:02:06
3	Maria	Sawicka	291	K	Warszawa		00:02:17
4	Paulina	Kos	264	K	Jasienica		00:02:19
5	Aniela	Siwek	294	K	Jasienica		00:02:22
6	Amelia	Śmiecińska	300	K	Ostrów Mazowiecka		00:02:27
7	Michalina	Bakuła	251	K	Kalinowo		00:02:28
8	Lena	Zawistowska	302	K	Dąbrowa		00:02:30
9	Kornelia	Śmiecińska	301	K	Ostrów Mazowiecka		00:02:32
10	Lena	Łuniewska	269	K	Króle Duże		00:02:32
11	Maja	Matusik	274	K	Kępiste-Borowe		00:02:59
12	Marcelina	Deluga	254	K	Niesków		00:03:01
13	Maja	Zyskowska	305	K	Podborze		00:03:09
14	Marianna	Jasińska	262	K	Komorowo		00:03:21
15	Aleksandra	Han	261	K	Jasienica		00:03:26
16	Antonina	Stachacz	296	K	Ostrów Mazowiecka		00:03:32
17	Rozalia	Malek	273	K	Kalinowo		00:03:49
18	Emilia	Dmochowska	256	K	Małkinia Górna		00:03:50
19	Zuzanna	Malek	271	K	Kalinowo		00:03:51
20	Pola	Spizewska	295	K	Kępiste-Borowe		00:04:13

21	Nela	Sawicka	293	K	Komorowo		00:04:14
22	Zofia	Stachacz	297	K	Ostrów Mazowiecka		00:04:15
23	Zoja	Sawicka	292	K	Komorowo		00:04:30
24	Pola	Zyskowska	306	K	Podborze		00:04:43
25	Alicja	Romańczyk	290	K	Ostrów Mazowiecka		00:06:13

#### BIEG NA 500m CHŁOPCY

OPEN	IMIĘ	NAZWISKO	NUMERY	PŁEĆ	MIASTO	KLUB	CZAS
1	Tobiasz	Grądzki	260	M	Stary Lubotyń		00:01:45
2	Aleksander	Żyłowski	308	M	Stary Lubotyń		00:01:47
3	Antoni	Malek	270	M	Kalinowo		00:01:51
4	Jakub	Mioduszewski	276	M	Ostrów Mazowiecka	MKS OSTROWIANKA	00:01:57
5	Mateusz	Korytkowski	263	M	Ostrołęka		00:02:00
6	Franciszek	Piórkowski	282	M	Warszawa	IUKS Muszelka	00:02:00
7	Franek	Kropidłowski	213	M	Brok		00:02:02
8	Juliusz	Murawski	278	M	Nieszków		00:02:05
9	Błażej	Popiołek	285	M	Podborze		00:02:06
10	Jan	Piórkowski	283	M	Warszawa	IUKS Muszelka	00:02:09
11	Aleksander	Szarnacki	299	M	Ostrów Mazowiecka		00:02:18
12	Alan	Litwa	267	M	Króle Duże		00:02:20
13	Hubert	Bakuła	252	M	Kalinowo		00:02:22
14	Tymoteusz	Nowak	280	M	Jasienica	ROCH Jasienica	00:02:23
15	Antoni	Szarnacki	215	M	Ostrów Mazowiecka		00:02:37
16	Oliwier	Rafalik	286	M	Nieszków		00:02:43
17	Denis	Piędziak	281	M	Ostrów Mazowiecka		00:02:44
18	Antoni	Czmoch	255	M	Ząbki		00:02:45

19	Mikołaj	Kowalski	266	M	Zakrzewek			00:02:55
20	Staś	Kropidłowski	212	M	Brok			00:02:59
21	Mateusz	Kowalski	265	M	Zakrzewek			00:03:02
22	Dawid	Rafalik	288	M	Niesków			00:03:02
23	Gabriel	Nowak	279	M	Ostrów Mazowiecka			00:03:52
24	Antoni	Wołowicz	289	M	Ostrów Mazowiecka			00:03:57