

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
1	153	Michał	Kubiak	Night Runners	Poznań	1981	M3	1	1		00:13:31	00:13:30
2	289	Łukasz	Sztul	SzymanowskiTeam	Kościan	1991	M2	1	2		00:14:49	00:14:49
3	254	Alicja	Radziej	Night Runners	Poznań	1991	K2	1		1	00:15:04	00:15:02
4	110	Adam	Kaczmarek	Meta i Amiś Poznań	Poznań	1970	M4	1	3		00:15:13	00:15:11
5	73	Marcin	Grzegorzek	KB Gepard Murowana Goślina	Białężyn	1978	M3	2	4		00:15:54	00:15:39
6	68	Piotr	Gos	Naramowice Biegają	Poznań	1976	M3	3	5		00:16:01	00:15:58
7	344	Grzegorz	Twardoń		Murowana Goślina	1995	M2	2	6		00:16:06	00:16:03
8	20	Damian	Brączkowski		Poznań	1996	M2	3	7		00:16:14	00:16:05
9	243	Dominik	Piaskowski	Hernik Team	Poznań	1981	M3	4	8		00:16:14	00:16:09
10	6	Adam	Bartkowski		Środa Wlkp.	1992	M2	4	9		00:16:58	00:16:56
11	102	Dariusz	Jędrusek	Stajnia Crossfit	Poznań	1983	M3	5	10		00:16:58	00:16:56
12	343	Władysław	Wieczorkowski		Poznań	1956	M5	1	11		00:17:00	00:16:58
13	180	Andrzej	Ludzkowski	KB Katorżnik Murowana Goślina	Murowana Goślina	1969	M4	2	12		00:17:06	00:17:03
14	235	Joanna	Nycz	Suchy las biega	Suchy las	1986	K3	1		2	00:17:08	00:17:05
15	234	Maciej	Nowak	gRUNwald Team	Poznań	1974	M3	6	13		00:17:09	00:17:05
16	194	Mirosław	Małęgowski		Poznań	1984	M3	7	14		00:17:27	00:17:24
17	201	Jakub	Matuska		Jabłonna	1997	M2	5	15		00:17:40	00:17:20
18	311	Wiesław	Wierzbicki	KB Gepard Murowana	Murowana Goślina	1973	M3	8	16		00:18:05	00:17:50
19	219	Patryk	Mroziński	KB MARATOŃCZYK JAROCIN	Witaszyce	1993	M2	6	17		00:18:14	00:18:08
20	216	Adam	Mofina	LZS Zalesie	Jarocin	1985	M3	9	18		00:18:16	00:18:10
21	142	Dariusz	Kozłowski		LUBOŃ	1968	M4	3	19		00:18:35	00:18:31
22	329	Norbert	Zborowski	gRUNwald team Poznań	Poznań	1990	M2	7	20		00:18:40	00:18:33
23	242	Marek	Pfajfer	Spójnia Białe Błota	Poznań	1984	M3	10	21		00:19:13	00:18:44
24	625	Adrian	Sierzant		Poznan	1989	M2	8	22		00:19:18	00:18:41
25	72	Anna	Gruszka		PLEWISKA	1974	K3	2		3	00:19:25	00:19:21
26	168	Marcin	Leiman	Iron Arena	Kiekrz	1989	M2	9	23		00:19:28	00:19:06
27	89	Iza	Jabłońska	Początkująca optymistka	Koziegłowy	1981	K3	3		4	00:19:44	00:19:40
28	13	Magdalena	Beisert-Kaczmarek	Iron Arena	Rumianek	1985	K3	4		5	00:19:54	00:19:35
29	305	Jonasz	Walachowski	Iron Arena	Widziszewo	1988	M3	11	24		00:19:57	00:19:42

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
30	166	Krzysztof	Lasak	Hernik Team	Poznań	1979	M3	12	25		00:19:59	00:19:36
31	29	Wojciech	Cholewinski	Hernik Team	Murowana Gosłina	1966	M4	4	26		00:19:59	00:19:38
32	167	Maria	Lasak	Hernik Team	Poznań	1983	K3	5		6	00:19:59	00:19:37
33	245	Dariusz	Pietruszewski	Iron Arena	Poznań	1986	M3	13	27		00:20:04	00:19:46
34	116	Dominik	Kajzerski	Pan	Suchy Las	1993	M2	10	28		00:20:13	00:19:32
35	135	Bartosz	Kościelny		Wielichowo	2006	M0	1	29		00:20:17	00:20:07
36	286	Konrad	Szczepaniak		wielichowo	1980	M3	14	30		00:20:17	00:20:06
37	203	Adrian	Merda	IronArena	Kamionki	1978	M3	15	31		00:20:22	00:20:02
38	113	Karolina	Kaczmarek	Poznań	Jabłonna	1996	K2	2		7	00:20:22	00:20:02
39	342	Magdalena	Palmowska		Poznań	1989	K2	3		8	00:20:28	00:20:19
40	308	Lidia	Wawrzyniak	Wesoły Rower	Owińska	1974	K3	6		9	00:20:29	00:20:10
41	61	Aleksander	Fok		Dąbrówka	2003	M1	1	32		00:20:35	00:20:35
42	310	Joanna	Wierzbicka	KB Gepard Murowana	Murowana Goślina	1975	K3	7		10	00:20:36	00:20:18
43	350	Artur	Bobrowski		Poznań	1966	M4	5	33		00:20:37	00:20:09
44	63	Tomasz	Furmaniuk	SPEED FREAKS	Poznań	1984	M3	16	34		00:20:39	00:20:21
45	230	Bartosz	Nejman	FAR	Kamionki	2006	M0	2	35		00:20:40	00:20:39
46	150	Maciej	Kubacki	FAR	Kościan	2003	M1	2	36		00:20:43	00:20:43
47	261	Oliwier	Rogosiński	FAR	Swarzędz	2006	M0	3	37		00:20:45	00:20:23
48	39	Paweł	Cieszyński		Poznań	1986	M3	17	38		00:20:49	00:20:31
49	64	Maja	Gałęska	SP 2 Murowana Goślina	Murowana Goślina	2005	K0	1		11	00:20:53	00:20:45
50	211	Marcel	Mieloszyński	FAR	Środa Wlkp	2000	M2	11	39		00:20:55	00:20:28
51	282	Bartek	Stepczak	1988	Poznań	1988	M3	18	40		00:20:56	00:20:30
52	189	Beata	Majchrzak		Poznań	1975	K3	8		12	00:20:56	00:20:39
53	117	Mateusz	Kawka		Poznań	1988	M3	19	41		00:20:59	00:20:27
54	332	Aleksandra	Ziemniewska		Kaźmierz	2005	K0	2		13	00:21:12	00:21:06
55	223	Dariusz	Nadol		Poznan	1981	M3	20	42		00:21:13	00:20:45
56	333	Karolina	Ziemniewska		Kaźmierz	1977	K3	9		14	00:21:13	00:21:06
57	298	Tomasz	Tomczyk		Bądecz	1992	M2	12	43		00:21:14	00:21:10
58	195	Igor	Malinowski	FAR	Wysoka	2006	M0	4	44		00:21:14	00:21:10

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
59	277	Maja	Spadzińska	IRON IRENA	Poznań	1983	K3	10		15	00:21:16	00:21:00
60	334	Michał	Zietarski		Lubon	1981	M3	21	45		00:21:16	00:21:12
61	191	Wiktoria	Malczewska		Łubowo	1997	K2	4		16	00:21:16	00:20:49
62	190	Małgorzata	Malczewska		Łubowo	1994	K2	5		17	00:21:16	00:20:50
63	54	Agnieszka	Dzięcielska		Poznań	1976	K3	11		18	00:21:30	00:21:11
64	179	Klaudia	Ludzkowska	KB Katorżnik Murowana Goślina	Murowana Goślina	1999	K2	6		19	00:21:33	00:20:59
65	171	Włodzimierz	Lewicki		Poznań	1959	M4	6	46		00:21:34	00:21:09
66	588	Tomasz	Makowski	Night Runners	Poznań	1985	M3	22	47		00:21:37	00:21:14
67	178	Edyta	Ludzkowska	KB Katorżnik Murowana Goślina	Murowana Goślina	1968	K4	1		20	00:21:38	00:21:04
68	8	Paweł	Bąkowski	Iron Arena	Poznań	1983	M3	23	48		00:21:39	00:21:23
69	7	Agata	Bąkowska	Iron Arena	Poznań	1985	K3	12		21	00:21:39	00:21:23
70	341	Agnieszka	Rosińska	Świerczewo Run	Poznań	1982	K3	13		22	00:21:50	00:21:16
71	326	Blanka	Zarzeczańska-Janasiak	1982	Pecna	1982	K3	14		23	00:21:53	00:21:14
72	158	Agnieszka	Kurkowiak	Poznań	Poznań	1974	K3	15		24	00:21:55	00:21:38
73	139	Natalia	Kozierska	Hernik Team	Poznań	1986	K3	16		25	00:21:57	00:21:35
74	263	Krzysztof	Roszczenko	NOGI DO GÓRY I DO PRZODU	Poznań	1976	M3	24	49		00:22:01	00:21:22
75	23	Dorota	Brzezińska	Jelonek	Jelonek	1981	K3	17		26	00:22:04	00:21:44
76	221	Artur	Mumot	Pomóż Tosi	Rogalinek	1976	M3	25	50		00:22:07	00:22:02
77	187	Magdalena	Maćkowiak		Poznań	1986	K3	18		27	00:22:10	00:21:53
78	193	Sylwia	Małęgowska		Poznań	1983	K3	19		28	00:22:12	00:21:49
79	28	Longina	Cholewińska	Hernik Team	Murowana Goślina	1966	K4	2		29	00:22:12	00:21:51
80	328	Tomasz	Zawadzki		Luboń	1986	M3	26	51		00:22:13	00:21:40
81	35	Julia	Ciesielska	FAR	Rogoźno	2000	K2	7		30	00:22:14	00:22:14
82	217	Monika	Moździoch	Naramowice Biegają	Poznań	1987	K3	20		31	00:22:23	00:22:06
83	40	Wojciech	Konopka		Baranowo	1972	M4	7	52		00:22:23	00:21:47
84	222	Monika	Mumot	Pomóż Tosi	Rogalinek	1976	K3	21		32	00:22:25	00:22:20
85	133	Jakub	Konieczny	KAJAKtywni Wikliniarze	Nowy Tomyśl	1978	M3	27	53		00:22:27	00:21:59
86	271	Emilia	Skrzypczak	KAJAKtywni Wikliniarze	Nowy Tomyśl	1990	K2	8		33	00:22:28	00:21:59
87	163	Natalia	Kutzner	El-Cab RUNNING TEAM	Murowana Goślina	1986	K3	22		34	00:22:28	00:22:17

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
88	292	Kamila	Środa		Poznań	2006	K0	3		35	00:22:28	00:22:21
89	293	Sylwia	Środa	gRUNwald team Poznań	Poznań	1984	K3	23		36	00:22:28	00:22:21
90	276	Łukasz	Sobkowski	gRUNwald team Poznań	Luboń	1987	M3	28	54		00:22:29	00:22:21
91	281	Dariusz	Stempowski	Kolejorz	Poznań	1982	M3	29	55		00:22:29	00:21:55
92	85	Wiola	Hulewicz	Hernik Team	Września	1975	K3	24		37	00:22:35	00:22:14
93	170	Piotr	Leśniewski	Razem Poznań	Poznań	1981	M3	30	56		00:22:37	00:22:31
94	46	Marika	Dera		Oborniki	1996	K2	9		38	00:22:42	00:22:35
95	336	Anna	Zyffert		Poznań	1984	K3	25		39	00:22:45	00:22:27
96	15	Magdalena	Binkowska		Poznan	1984	K3	26		40	00:22:45	00:22:27
97	103	Katarzyna	Jokiel		Szamotuły	1983	K3	27		41	00:22:46	00:22:35
98	78	Wiesław	Grzywczak	KB Gepard Murowana Goślina	Murowana Goślina	1956	M5	2	57		00:22:52	00:22:07
99	213	Marta	Mika	Iron Arena	Poznań	1993	K2	10		42	00:22:54	00:22:32
100	316	Karolina	Włocławska	Hangar	Poznań	1985	K3	28		43	00:23:02	00:22:17
101	129	Justyna	Komorek	Hangar	Poznań	1978	K3	29		44	00:23:06	00:22:21
102	283	Daria	Sterczyńska	Poznań	Poznań	1989	K2	11		45	00:23:07	00:22:34
103	38	Krzysztof	Ciesielski		Gniezno	1955	M5	3	58		00:23:10	00:23:05
104	14	Agnieszka	Biernacka		Poznań	1975	K3	30		46	00:23:12	00:22:51
105	30	Maja	Chorzewska	MAJA FAR	Drawsko	2006	K0	4		47	00:23:13	00:22:59
106	31	Rafał	Chorzewski	MAJA TEAM	Drawsko	1974	M3	31	59		00:23:13	00:22:59
107	60	Ewelina	Firlej	gRUNwald team Poznań	Poznań	1990	K2	12		48	00:23:13	00:23:04
108	665	Kamil	Jagła	gRUNwald team Poznań	Poznań	1996	M2	13	60		00:23:13	00:23:02
109	299	Sebastian	Trzeciak	Rokietnica Biega	Rokietnica	1983	M3	32	61		00:23:14	00:22:50
110	198	Anna	Marecka		Wrocław	1990	K2	13		49	00:23:18	00:22:34
111	62	Michał	Frątczak		Poznań	1988	M3	33	62		00:23:19	00:22:54
112	225	Vasylyna	Nagirna		Podkowa Lesna	1985	K3	31		50	00:23:24	00:23:09
113	136	Natalia	Kowalczyk	Night Runners	Stęszew	1990	K2	14		51	00:23:31	00:22:59
114	59	Remigiusz	Felsmann		Poznań	2004	M0	5	63		00:23:49	00:23:47
115	58	Dominika	Felsmann	FAR	Poznań	2006	K0	5		52	00:23:52	00:23:50
116	322	Małgorzata	Zagrodzka		Poznań	1979	K3	32		53	00:23:54	00:23:49

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
117	172	Agnieszka	Lijewska	Iron Arena	Poznań	1977	K3	33		54	00:23:58	00:23:37
118	111	Aneta	Kaczmarek		Poznań	1980	K3	34		55	00:23:59	00:23:46
119	325	Martyna	Zapolska	Droga wolna	Łódź	1982	K3	35		56	00:24:03	00:23:33
120	87	Florian	Iskrzak		Poznań	2006	M0	6	64		00:24:05	00:23:46
121	86	Adam	Iskrzak	KKS Lech Poznań	Murowana Goślina	1979	M3	34	65		00:24:06	00:23:47
122	200	Emilia	Matula	FAR	Szamotuly	1988	K3	36		57	00:24:09	00:23:55
123	18	Agnieszka	Borowiecka	Night Runners	Poznań	1979	K3	37		58	00:24:16	00:23:55
124	300	Anna	Urbańska	Biegacze Jarocin	Jarocin	1984	K3	38		59	00:24:17	00:24:01
125	220	Klaudia	Mruk	FAR	Brudzew	2002	K1	1		60	00:24:27	00:24:27
126	291	Mateusz	Szwarcer	Droga wolna	Łódź	1980	M3	35	66		00:24:27	00:23:57
127	214	Katarzyna	Misterska	Hernik Team	Przeźmierowo	1974	K3	39		61	00:24:27	00:24:03
128	215	Karol	Mnich		Poznań	1960	M4	8	67		00:24:33	00:23:50
129	79	Katarzyna	Gwóźdź	TKKF WODNIK WIĘCIBORK - BIEGAJĄCA RODZINKA	Więcibork	1989	K2	15		62	00:24:35	00:24:26
130	148	Joanna	Kryś-Muszytowska	FAR	Opalenica	1983	K3	40		63	00:24:40	00:24:15
131	146	Filip	Kryszczyński		Czerwonak	1973	M3	36	68		00:24:43	00:24:16
132	173	Magdalena	Lizik		Poznań	1977	K3	41		64	00:24:46	00:24:41
133	90	Adam	Jakubiec	gRUNwald team Poznań	Poznań	2006	M0	7	69		00:24:58	00:24:11
134	197	Robert	Mamys	gRUNwald Team	Poznań	1975	M3	37	70		00:24:58	00:24:12
135	313	Michał	Witczak	gRUNwald team Poznań	Poznań	1989	M2	14	71		00:24:58	00:24:10
136	250	Alicja	Rachuta	gRUNwald team Poznań	Poznań	1990	K2	16		65	00:24:59	00:24:12
137	77	Jakub	Grzeszczyk	wkurw_team	Wągrowiec	1991	M2	15	72		00:24:59	00:24:16
138	107	Natalia	Judek		Nowy Tomyśl	1983	K3	42		66	00:25:03	00:24:35
139	233	Karolina	Nowak		Nowy Tomyśl	1983	K3	43		67	00:25:06	00:24:39
140	324	Paulina	Zalaszewska	Biegający Wągrowiec	Wągrowiec	1988	K3	44		68	00:25:08	00:24:57
141	169	Natalia	Leśna	CONSDATA Supersportowy TEAM	Murowana Goślina	1986	K3	45		69	00:25:08	00:24:58
142	16	Paulina	Błachut		Poznań	1986	K3	46		70	00:25:08	00:24:54
143	207	Dominik	Michałowski	CONSDATA Supersportowy TEAM	Murowana Goślina	1988	M3	38	73		00:25:08	00:24:58
144	236	Tomasz	Ogrodnik	Night Runners	Poznań	1988	M3	39	74		00:25:08	00:25:00
145	323	Krystian	Zajęc	Drużyna Bartka	Poznań	1988	M3	40	75		00:25:09	00:24:57

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
146	273	Michał	Słomski	CONSDATA Supersportowy TEAM	Murowana Goślina	1982	M3	41	76		00:25:09	00:24:55
147	21	Łukasz	Brycki	CONSDATA Supersportowy TEAM	Poznań	1985	M3	42	77		00:25:09	00:24:55
148	100	Martyna	Jaskuła	Wronki	Nowa Wieś	1991	K2	17		71	00:25:11	00:24:58
149	218	Magdalena	Mroczkowska		Suchy Las	1978	K3	47		72	00:25:14	00:24:54
150	270	Magdalena	Sierzant		Poznań	1995	K2	18		73	00:25:23	00:24:45
151	312	Sylwia	Wiśniewska		Murowana Goślina	1976	K3	48		74	00:25:24	00:24:54
152	260	Joanna	Rogozińska	FAR	Swarzędz	1981	K3	49		75	00:25:32	00:25:09
153	108	Angelika	Jurkiewicz	Poznań	Radomin	1996	K2	19		76	00:25:33	00:25:12
154	5	Monika	Augustyn	Zaprawieni w boju	Kaźmierz	1975	K3	50		77	00:25:36	00:24:59
155	132	Matylda	Kondys	MajaUrbanska	Wągrowiec	2006	K0	6		78	00:25:37	00:24:55
156	50	Zbigniew	Dworek	MajaUrbanska	Mieścisko	1952	M5	4	78		00:25:42	00:24:57
157	66	Marta	Gogolewska	Maja Urbańska	Wągrowiec	1986	K3	51		79	00:25:42	00:25:01
158	279	Jakub	Staszewski	MajaUrbanska	Wągrowiec	1978	M3	43	79		00:25:43	00:24:59
159	302	Maja	Urbańska	MajaUrbańska	Wągrowiec	2006	K0	7		80	00:25:43	00:24:59
160	301	Dominika	Urbańska	MajaUrbanska	Wągrowiec	1982	K3	52		81	00:25:44	00:25:00
161	22	Natalia	Brzeszczyńska	Stowarzyszenie Bezpieczny Port	Trzcianka	1984	K3	53		82	00:25:53	00:25:45
162	99	Mateusz	Jarosiński	Stowarzyszenie Bezpieczny Port	Trzcianka	2000	M2	16	80		00:25:53	00:25:14
163	205	Sylwia	Michalska	El-Cab RUNNING TEAM	Murowana Goślina	1974	K3	54		83	00:26:05	00:25:54
164	115	Oskar	Kaczmarek	FAR	Pępowo	2005	M0	8	81		00:26:10	00:25:57
165	204	Małgorzata	Michalak		Poznań	1981	K3	55		84	00:26:10	00:25:38
166	248	Stanisław	Przybylak	Przybylak Team	Poznań	1946	M5	5	82		00:26:10	00:25:46
167	98	Kamila	Jankowska	FAR	Pudliszki	1985	K3	56		85	00:26:10	00:25:57
168	164	Jakub	Kuźma	FAR Kuba Team	Poznań	2006	M0	9	83		00:26:13	00:26:08
169	192	Kamila	Malengowska-Waszak	CZERWONAK BIEGA	Czerwonak	1983	K3	57		86	00:26:23	00:25:59
170	134	Szymon	Kościelniak	CZERWONAK BIEGA	Czerwonak	1973	M3	44	84		00:26:30	00:26:04
171	186	Krystyna	Maćkowiak	KB Katorżnik Murowana Goślina	Długa Goślina	1956	K5	1		87	00:26:33	00:25:58
172	227	Beata	Nawrocka	KB Gepard Murowana Goślina	Rakownia	1976	K3	58		88	00:26:43	00:26:26
173	199	Karolina	Matelska		Poznań	1980	K3	59		89	00:26:46	00:26:26
174	126	Nikodem	Kobus	FAR	Murowana Goślina	1999	M2	17	85		00:26:50	00:26:48

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
175	51	Dominik	Dziatkiewicz	FAR	Grudziądz	2005	M0	10	86		00:26:52	00:26:43
176	145	Łukasz	Krygier	FAR	Opalenica	1983	M3	45	87		00:27:11	00:26:46
177	147	Marta	Kryś	FAR	Opalenica	1988	K3	60		90	00:27:11	00:26:47
178	71	Justyna	Grefkiewicz		Murowana Goślina	1976	K3	61		91	00:27:23	00:26:45
179	288	Mariola	Szemiel-Afek		POZNAŃ	1974	K3	62		92	00:27:33	00:27:04
180	174	Karina	Lovon P.de Kuś	CENTRUM JĘZYKÓW OBCYCH BRITANICO Karina Fransheska Lovon Pena de Kuś	MUROWANA GOSLINA	1973	K3	63		93	00:27:37	00:26:59
181	184	Michał	Maciejewski	CONSDATA Supersportowy TEAM	poznań	1977	M3	46	88		00:27:44	00:27:31
182	244	Katarzyna	Pietek	CONSDATA Supersportowy TEAM	Bolechowo	1977	K3	64		94	00:27:44	00:27:32
183	165	Monika	Kuźma	FAR Kuba Team	Poznań	1982	K3	65		95	00:28:01	00:27:25
184	52	Kacper	Dziatkiewicz	FAR	Grudziądz	2006	M0	11	89		00:28:07	00:27:58
185	53	Michał	Dziatkiewicz	FAR	Grudziądz	1982	M3	47	90		00:28:07	00:27:57
186	335	Agnieszka	Zuszek		Ostrów Wielkopolski	1994	K2	20		96	00:28:08	00:27:46
187	105	Dariusz	Jóźwiak	Hernik Team	Poznań	1964	M4	9	91		00:28:08	00:27:44
188	258	Zuzanna	Resterny	FAR Wielkopolska	Oborniki	2005	K0	8		97	00:28:09	00:28:02
189	275	Monika	Smektała	FAR	Pępowo	1996	K2	21		98	00:28:12	00:27:55
190	274	Donata	Smektała	FAR	Pępowo	1973	K3	66		99	00:28:15	00:27:58
191	327	Lucyna	Zawada	gRUNwald team Poznań	Poznań	1993	K2	22		100	00:28:17	00:28:08
192	160	Patrycja	Kurowska	gRUNwald team Poznań	Poznań	1993	K2	23		101	00:28:18	00:28:09
193	149	Jan	Krzyżaniak	FAR	Swarzędz	1999	M2	18	92		00:28:49	00:28:25
194	56	Adam	Feder	FAR	Nowy Tomyśl	2000	M2	19	93		00:28:50	00:28:24
195	75	Helena	Grzelka	STAY STRONG	Kaźmierz	2006	K0	9		102	00:28:51	00:28:12
196	208	Natalia	Mielnik		Poznań	1987	K3	67		103	00:29:04	00:28:25
197	239	Paulina	Orwat		Poznań	2000	K2	24		104	00:29:18	00:28:49
198	259	Beata	Robak	katorznik	Murowana Goslina	1971	K4	3		105	00:29:36	00:29:01
199	315	Barbara	Włocławska	Iron Arena	Gołęczewo	1981	K3	68		106	00:29:40	00:28:51
200	285	Izabela	Szacht		poznań	1982	K3	69		107	00:30:02	00:29:23
201	47	Julia	Domagała	FAR	Opatówek	2006	K0	10		108	00:30:04	00:29:54
202	256	Oskar	Ratajczak	FAR	Śmigiel	2004	M0	12	94		00:30:19	00:30:19
203	255	Anita	Ratajczak		karśnice	1981	K3	70		109	00:30:19	00:30:17



integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
204	25	Gabriela	Brzostowska	FAR	Poznań	2005	K0	11		110	00:30:46	00:30:37
205	247	Tomasz	Pokladecki	FAR WLKP	Gniezno	1982	M3	48	95		00:30:52	00:30:47
206	246	Szymon	Pokladecki	FAR WLKP	Gniezno	2006	M0	13	96		00:30:52	00:30:50
207	101	Tobiasz	Jendrzajak	FAR	Opatówek	2006	M0	14	97		00:30:53	00:30:39
208	337	Justyna	Żok	FAR	Wolsztyn	1996	K2	25		111	00:30:53	00:30:39
209	156	Nikodem	Kulka	FAR	Kotlin	2005	M0	15	98		00:30:58	00:30:44
210	252	Maciej	Raczak	FAR	Więckowice	1996	M2	20	99		00:30:59	00:30:43
211	265	Dominik	Ryder	#Ryderteam	Wałcz	1994	M2	21	100		00:31:00	00:30:31
212	266	Klaudia	Ryder	#Ryderteam	Wałcz	1994	K2	26		112	00:31:01	00:30:30
213	267	Łukasz	Ryder	#Ryderteam	Wałcz	1993	M2	22	101		00:31:01	00:30:31
214	159	Dariusz	Kurkowiak		Poznań	1967	M4	10	102		00:31:09	00:30:42
215	238	Sandra	Opat		Góra	2003	K1	2		113	00:31:59	00:31:53
216	152	Ilona	Kubasik	FAR	Wągrowiec	1985	K3	71		114	00:32:04	00:31:44
217	151	Cyprian	Kubasik	FAR	Wągrowiec	2006	M0	16	103		00:32:05	00:31:47
218	125	Ewa	Kobus	FAR	Murowana Goślina	1975	K3	72		115	00:32:06	00:31:37
219	19	Patrycja	Bożkiewicz	Hernik Team	Murowana Goślina	1980	K3	73		116	00:32:06	00:31:40
220	339	Jacek	Dożkiewicz		Głębocko	1975	M3	49	104		00:32:06	00:31:40
221	317	Jakub	Wojciech	FAR	Przemęt	2006	M0	17	105		00:32:36	00:32:25
222	318	Tomasz	Wojciech	FAR	Przemęt	1977	M3	50	106		00:32:36	00:32:24
223	251	Agata	Raczak	FAR	Ostrów Wielkopolski	1995	K2	27		117	00:32:37	00:32:25
224	290	Łukasz	Szurgot	FAR	Gozdów	1992	M2	23	107		00:32:47	00:32:29
225	182	Amelia	Łazarz	FAR	Wągrowiec	2006	K0	12		118	00:32:47	00:32:30
226	45	Joanna	Dawiec	FAR	Opalenica	1993	K2	28		119	00:33:05	00:32:58
227	264	Marcin	Rózewski	FAR Wielkopolska	Oborniki Wlkp	1999	M2	24	108		00:33:05	00:32:59
228	253	Iwona	Radomska	Gumisie	Opalenica	1978	K3	74		120	00:33:06	00:32:58
229	65	Monika	Gaszyńska		Poznań	1979	K3	75		121	00:33:11	00:32:21
230	74	Anna	Grzelka	STAY STRONG	Kazmierz	1982	K3	76		122	00:33:40	00:32:59
231	104	Dominik	Joksz	FAR	Wolsztyn	2006	M0	18	109		00:33:46	00:33:41
232	262	Paulina	Rosik	FAR	Kalisz	1996	K2	29		123	00:33:46	00:33:40



integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km



## Wyniki

4 km

Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
233	185	Aleksandra	Maćkowiak	FAR	RYDZYNA	2005	K0	13		124	00:34:06	00:33:51
234	188	Tomasz	Maćkowiak		RYDZYNA	1977	M3	51	110		00:34:07	00:33:51
235	229	Maja	Nawrot		Młodasko	2005	K0	14		125	00:34:08	00:33:32
236	228	Justyna	Nawrot		Młodasko	1976	K3	77		126	00:34:08	00:33:31
237	340	Justyna	Radomska	Park Dzieje	Murowana Goślina	1976	K3	78		127	00:34:14	00:33:56
238	231	Marcin	Nejman	FAR	Kamionki	2004	M0	19	111		00:34:18	00:34:12
239	232	Tomasz	Nejman	FAR	Kamionki	1976	M3	52	112		00:34:20	00:34:11
240	97	Karolina	Jankowiak	FAR	Przybyszewo	2000	K2	30		128	00:34:52	00:34:47
241	212	Dominik	Miernik	Stowarzyszenie Bezpieczny Port	Trzcianka	1990	M2	25	113		00:34:52	00:34:12
242	2	Mariola	Andruszczak		Poznań	1965	K4	4		129	00:35:09	00:34:25
243	128	Małgorzata	Kominowska	centrum szkolemiowo konsultacyjne bawirehabilituj Bartosz Andruszczak	Poznań	1971	K4	5		130	00:35:10	00:34:26
244	162	Zuzanna	Kusztelak		Pakosław	2004	K0	15		131	00:35:17	00:35:06
245	161	Eugeniusz	Kusztelak		Pakosław	1982	M3	53	114		00:35:17	00:35:04
246	17	Mikołaj	Błaszczyk		Turek	2002	M1	3	115		00:35:20	00:35:11
247	287	Mateusz	Szczepaniak		Komorniki	1993	M2	26	116		00:35:20	00:35:11
248	114	Leszek	Kaczmarek	FAR	Pępowo	1976	M3	54	117		00:35:30	00:35:16
249	176	Sandra	Lubiszewska		Bydgoszcz	2006	K0	16		132	00:35:44	00:35:25
250	309	Alina	Wieczorek		Murowana Goślina	1965	K4	6		133	00:35:44	00:34:59
251	175	Dominika	Lubiszewska		Bydgoszcz	1991	K2	31		134	00:35:44	00:35:22
252	49	Emilia	Drózdź	FAR	Brzeziny	1987	K3	79		135	00:35:53	00:35:48
253	84	Krzysztof	Hernik	Hernik Team	POZNAŃ	1966	M4	11	118		00:35:54	00:35:02
254	3	Jakub	Anyszka	FAR	Dopiewiec	2006	M0	20	119		00:36:24	00:36:05
255	4	Natalia	Anyszka	FAR	Dopiewiec	1988	K3	80		136	00:36:24	00:36:03
256	118	Maciej	Kaysiewicz	Natural Born Runners Team	Poznań	1971	M4	12	120		00:36:25	00:36:05
257	83	Zachariasz	Harendarz	FAR	Rokosowo	2006	M0	21	121		00:36:26	00:36:24
258	82	Krzysztof	Harendarz	FAR	Rokosowo	1970	M4	13	122		00:36:27	00:36:23
259	257	Piotr	Ratajczak		Śrem	1982	M3	55	123		00:37:02	00:36:31
260	127	Zuzanna	Koluch		Poznań	1997	K2	32		137	00:38:20	00:37:52
261	240	Karolina	Paech		Poznań	1980	K3	81		138	00:38:20	00:37:52

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
262	224	Malgorzata	Nadol		Poznan	1977	K3	82		139	00:38:20	00:37:53
263	96	Kamila	Jankowiak		Śrem	1989	K2	33		140	00:38:21	00:37:51
264	138	Martyna	Kowalska		Kościan	1996	K2	34		141	00:38:34	00:38:15
265	137	Aleksandra	Kowalska		Kościan	1972	K4	7		142	00:38:34	00:38:15
266	70	Oliwia	Grądzielewska		Czarnków	1999	K2	35		143	00:38:36	00:38:11
267	249	Michał	Ptak		Poznań	1997	M2	27	124		00:38:38	00:38:11
268	33	Julia	Cierpiszewska		Środa Wielkopolska	2006	K0	17		144	00:38:41	00:38:30
269	34	Robert	Cierpiszewski	FAR WLKP	Środa Wielkopolska	1975	M3	56	125		00:38:42	00:38:30
270	32	Daria	Cierpiszewska	FAR WLKP	Środa Wielkopolska	1983	K3	83		145	00:38:42	00:38:30
271	95	Janusz	Janaszczak		Opalenica	1999	M2	28	126		00:38:46	00:38:06
272	27	Klaudia	Bułkowska		Września	1996	K2	36		146	00:38:55	00:38:36
273	48	Sylvia	Drozdowska	FAR	Toruń	1979	K3	84		147	00:39:10	00:38:49
274	143	Tomasz	Kozłowski		Bydgoszcz	2006	M0	22	127		00:39:11	00:38:49
275	141	Katarzyna	Kozłowska		Bydgoszcz	1991	K2	37		148	00:39:13	00:38:48
276	130	Laura	Konczyńska	FAR	Kalisz	2006	K0	18		149	00:39:40	00:39:27
277	131	Michał	Konczyński	FAR	Kalisz	1985	M3	57	128		00:39:40	00:39:27
278	296	Leon	Świerczyński	FAR	Bydgoszcz	2004	M0	23	129		00:39:54	00:39:25
279	295	Krzysztof	Świerczyński	FAR	Bydgoszcz	1984	M3	58	130		00:39:54	00:39:22
280	307	Ewa	Wawrzyniak	FAR	Poznań	1973	K3	85		150	00:40:02	00:39:25
281	24	Agnieszka	Brzostowska	FAR	Poznań	1980	K3	86		151	00:40:03	00:39:27
282	181	Dorota	Łagowska	Night Runners	Poznań	1977	K3	87		152	00:40:04	00:39:32
283	123	Krzysztof	Kiwertz	Run Vegan TEAM	Poznań	2006	M0	24	131		00:41:00	00:40:18
284	122	Anna	Kiwertz	Run Vegan TEAM	Poznań	1979	K3	88		153	00:41:12	00:40:30
285	94	Ewa	Janaszczak		Opalenica	1966	K4	8		154	00:41:23	00:40:46
286	121	Wiktoria	Kaźmierczak	FAR	Witkowo	2002	K1	3		155	00:41:51	00:41:47
287	330	Michalina	Zielińska	FAR	Ostrów Wielkopolski	1996	K2	38		156	00:41:51	00:41:38
288	303	Zofia	Urbańska	FAR	Luboń	2005	K0	19		157	00:42:10	00:41:37
289	81	Wiktor	Hancyk	FAR	Szamotuły	2002	M1	4	132		00:42:10	00:41:28
290	80	Paweł	Hancyk	FAR	Szamotuły	1980	M3	59	133		00:42:11	00:41:28

integRUN (4 km)

Organizator: Stowarzyszenie „Jedna Chwila”

Poznań, 2018-11-04

Dystans: 4 km

## Wyniki

4 km



Miejsce	Numer	Imię	Nazwisko	Klub	Miejscowość	Rocznik	Kat. wiek.	Miejsce			Wynik	Czas netto
								kat.	M	K		
291	304	Bartosz	Urbański	FAR	Luboń	1983	M3	60	134		00:42:11	00:41:37
292	36	Grzegorz	Ciesielski	FAR	Rogoźno	1977	M3	61	135		00:42:26	00:42:02
293	206	Marzena	Michalska-Ciesielska	FAR	Rogoźno	1976	K3	89		158	00:42:27	00:42:03
294	37	Jan	Ciesielski	FAR	Rogoźno	2006	M0	25	136		00:42:27	00:42:05
295	280	Emil	Stefaniak	FAR	Poznań	1990	M2	29	137		00:43:19	00:43:08
296	120	Weronika	Kaźmierczak	FAR	Witkowo	2002	K1	4		159	00:43:19	00:43:11
297	196	Tymon	Malinowski	FAR WLKP	Wysoka	2006	M0	26	138		00:43:29	00:43:13
298	57	Dawid	Feder	FAR	Poznań	1983	M3	62	139		00:43:30	00:43:14
299	26	Aleksandra	Budzyńska	FAR	Gniezno	2002	K1	5		160	00:43:43	00:43:37
300	44	Zuzanna	Danił	FAR Wielkopolska	Kaźmierz	1999	K2	39		161	00:43:58	00:43:38
301	306	Asia	Wawrocka	FAR	Leszno	1990	K2	40		162	00:43:58	00:43:37
302	155	Monika	Kukła	CF Kraków	Zabierzów Bocheński	1996	K2	41		163	00:44:19	00:43:59
303	154	Halina	Kubica		Chorzów	1979	K3	90		164	00:44:20	00:43:58
304	76	Justyna	Grzesik	FAR	Poznań	1992	K2	42		165	00:44:38	00:44:21
305	41	Katarzyna	Czajkowska	FAR	Poznań	2006	K0	20		166	00:44:41	00:44:25
306	209	Wiktoria	Mieloszyńska	FAR	Środa Wielkopolska	2004	K0	21		167	00:44:48	00:44:38
307	210	Gerard	Mieloszyński	FAR	Środa Wlkp	1972	M4	14	140		00:44:50	00:44:40
308	88	Julia	Izydorczyk	FAR	Ryczywół	2005	K0	22		168	00:45:13	00:45:02
309	106	Marta	Jóźwiak	FAR	Łobżenica	1998	K2	43		169	00:45:13	00:45:01
310	297	Tomasz	Tasiemski		Chyby	1965	M4	15	141		00:45:34	00:45:02
311	566	Dariusz	Kowalczyk	RDK Serwis Biega	Luboń	1974	M3	63	142		00:47:19	00:46:33
312	109	Mieszko	Kachel	FAR	Oborniki	2006	M0	27	143		00:53:15	00:52:58
313	272	Małgorzata	Skrzypczak	FAR	Poniec	1995	K2	44		170	00:53:16	00:52:58
314	67	Konstancja	Gorączniak		Ryczywół	1994	K2	45		171	00:53:16	00:52:58
315	202	Maja	Medecka		Bolesławiec	1990	K2	46		172	00:58:01	00:58:01
RAZEM: 315												