# Warszawa - WAT 2026-10-10

## Bieg Profilaktyczny Widzisz? Reaguj! - NORDIC WALKING

### Wyniki kategorii Nordic Walking 3km 60+

| Miejsce | Nr | Nazwisko / Imię | Miejscowość | Klub/Drużyna | Okr. 1 | Czas sum. | Vśr | Tempo | Różnica |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 367 | JEZIERSKI Jan | WARSZAWA | CHTMO | 19:45 / 1 | 19:45 | 9.1 | 6:35 | 00:00:00 |
| 2 | 343 | WROŃSKI Vlodi | Warszawa | K.S. Victoria Potęgowo | 20:28 / 2 | 20:28 | 8.8 | 6:49 | 00:00:42 |
| 3 | 436 | MIKINA Artur | Warszawa | Guns n' Roses Run Team | 20:36 / 3 | 20:36 | 8.7 | 6:52 | 00:00:50 |
| 4 | 380 | PODSIADŁY Stanisław | Warszawa | K.S. Victoria Potęgowo | 20:47 / 4 | 20:47 | 8.7 | 6:56 | 00:01:02 |
| 5 | 362 | FRANCZAK Dariusz | Warszawa | brak | 21:00 / 5 | 21:00 | 8.6 | 7:00 | 00:01:14 |
| 6 | 951 | DOMINIAK Józef | Żychlin | Oldboy,,Viktoria,,Żychlin | 21:05 / 6 | 21:05 | 8.5 | 7:02 | 00:01:19 |
| 7 | 365 | WASILEWSKI Sławomir | Warszawa | brak | 21:24 / 7 | 21:24 | 8.4 | 7:08 | 00:01:38 |
| 8 / 1 | 396 | **KELLER Iwona** | Warszawa | brak | 21:47 / 8 | 21:47 | 8.3 | 7:16 | 00:02:01 |
| 9 / 2 | 344 | **GRZESZAK Danuta** | Nowy Dwór Mazowiecki | brak | 22:02 / 9 | 22:02 | 8.2 | 7:21 | 00:02:16 |
| 10 / 3 | 379 | **MAZUR Elżbieta** | Warszawa | brak | 22:15 / 10 | 22:15 +30 sek kary | 8.1 | 7:25 | 00:02:29 |
| 11 / 4 | 336 | **MARCZAK Grażyna** | Warszawa | Skaryszewskie Ciacha | 23:13 / 11 | 23:13 | 7.8 | 7:44 | 00:03:27 |
| 12 / 5 | 327 | **MAŁKOWSKA Zofia** | Warszawa | brak | 23:29 / 12 | 23:29 | 7.7 | 7:50 | 00:03:43 |
| 13 | 364 | HULANICKI Andrzej | Warszawa | Biegaj z Asics | 23:31 / 13 | 23:31 | 7.7 | 7:50 | 00:03:45 |
| 14 / 6 | 117 | **ONACIK Jolanta** | Warszawa | Bemowo Biega | 23:31 / 14 | 23:31 | 7.7 | 7:50 | 00:03:45 |
| 15 / 7 | 368 | **HULANICKA Irina** | Warszawa | Biegaj z Asics | 23:55 / 15 | 23:55 | 7.5 | 7:59 | 00:04:09 |
| 16 / 8 | 333 | **JARECKA Marta** | Warszawa | Kojoty z Ochoty | 24:00 / 16 | 24:00 | 7.5 | 8:00 | 00:04:15 |
| 17 / 9 | 382 | **WŁODARCZYK Dorota** | Warszawa | NW CZŁAPSKI TEAM | 24:17 / 17 | 24:17 | 7.4 | 8:06 | 00:04:31 |
| 18 / 10 | 370 | **KUCHAREK Alicja** | Warszawa | NW CZŁAPSKI TEAM | 24:38 / 18 | 24:38 | 7.3 | 8:13 | 00:04:53 |
| 19 / 11 | 384 | **OMARSKA Grażyna** | Warszawa | brak | 24:53 / 19 | 24:53 | 7.2 | 8:18 | 00:05:07 |
| 20 / 12 | 309 | **TERESZCZUK Danuta** | warszawa | Bemowo Biega | 24:58 / 20 | 24:58 | 7.2 | 8:20 | 00:05:13 |
| 21 | 301 | KALUZNY Modest | Warszawa | brak | 25:04 / 21 | 25:04 | 7.2 | 8:22 | 00:05:19 |
| 22 | 373 | RZEPECKI Andrzej | Warszawa (Mokotów) | Kojoty z Ochoty | 25:06 / 22 | 25:06 | 7.2 | 8:22 | 00:05:20 |
| 23 | 393 | NOWORYTA Jacek | Warszawa | brak | 25:06 / 23 | 25:06 | 7.2 | 8:22 | 00:05:21 |

| Miejsce | Nr | Nazwisko / Imię | Miejscowość | Klub/Drużyna | Okr. 1 | Czas sum. | Vśr | Tempo | Różnica |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 24 / 13 | 952 | **DOMINIAK Jolanta** | Żychlin | Oldboy,,Viktoria,,Żychlin | 25:22 / 24 | 25:22 | 7.1 | 8:28 | 00:05:37 |
| 25 | 385 | BOJAKOWSKI Waldemar | Warszawa | Bemowo | 25:30 / 25 | 25:30 | 7.1 | 8:30 | 00:05:44 |
| 26 | 947 | DĄBROWSKI Józef | Warszawa | ROWERY i GALERY | 25:31 / 26 | 25:31 | 7.1 | 8:30 | 00:05:45 |
| 27 | 347 | SZYSZKA Mirosław | Warszawa | brak | 25:48 / 27 | 25:48 | 7 | 8:36 | 00:06:02 |
| 28 | 308 | ŁUKASIAK Ryszard | Warszawa | brak | 25:56 / 28 | 25:56 | 6.9 | 8:39 | 00:06:10 |
| 29 / 14 | 386 | **KOPICA Elżbieta** | Warszawa | Bemowo | 26:06 / 29 | 26:06 | 6.9 | 8:42 | 00:06:21 |
| 30 / 15 | 320 | **PROKOP Stefania** | Warszawa | brak | 26:19 / 30 | 26:19 | 6.8 | 8:47 | 00:06:33 |
| 31 / 16 | 358 | **WIELICKA-MACIOSZEK Grażyna** | Warszawa | NW CZŁAPSKI TEAM | 26:22 / 31 | 26:22 | 6.8 | 8:48 | 00:06:36 |
| 32 / 17 | 395 | **OKULICZ-KOZARYN Zofia** | STARE bABICE | brak | 26:23 / 32 | 26:23 | 6.8 | 8:48 | 00:06:37 |
| 33 / 18 | 360 | **KOLASA Agnieszka** | Warszawa | NW CZŁAPSKI TEAM | 26:28 / 33 | 26:28 | 6.8 | 8:49 | 00:06:42 |
| 34 / 19 | 354 | **JĘDRZEJEWSKA Elżbieta** | Warszawa | brak | 26:28 / 34 | 26:28 | 6.8 | 8:49 | 00:06:42 |
| 35 / 20 | 304 | **LECIEJEWSKA Bożena** | Warszawa | brak | 26:55 / 35 | 26:55 | 6.7 | 8:58 | 00:07:09 |
| 36 / 21 | 392 | **SKUDLARSKA Bożena** | Warszawa | Bemowska Rada Seniorów | 27:01 / 36 | 27:01 | 6.7 | 9:00 | 00:07:15 |
| 37 / 22 | 302 | **BARDADYN Grażyna** | Warszawa | brak | 27:14 / 37 | 27:14 | 6.6 | 9:05 | 00:07:28 |
| 38 / 23 | 331 | **ROSZCZYPAŁA Grażyna** | Warszawa | Klub wędrownika | 27:46 / 38 | 27:46 | 6.5 | 9:16 | 00:08:00 |
| 39 / 24 | 383 | **MANTHEY Elżbieta** | Warszawa | Kojoty z Ochoty | 28:07 / 39 | 28:07 | 6.4 | 9:23 | 00:08:21 |
| 40 / 25 | 399 | **KIRSTEN Agnieszka** | Warszawa | ROWERY I GALERY | 28:19 / 40 | 28:19 | 6.4 | 9:27 | 00:08:34 |
| 41 / 26 | 329 | **BUDEK Halina** | Warszawa | Klub wędrownika | 29:19 / 41 | 29:19 | 6.1 | 9:46 | 00:09:33 |
| 42 / 27 | 307 | **SOBIERAJ Zdzisława** | Warszawa | Klub wędrownika | 29:23 / 42 | 29:23 | 6.1 | 9:48 | 00:09:38 |
| 43 / 28 | 374 | **JEZIERSKA Danuta** | WARSZAWA | brak | 29:46 / 43 | 29:46 | 6 | 9:55 | 00:10:00 |
| 44 / 29 | 317 | **SZUCHTA Helana** | Warszawa | Klub wędrownika | 30:04 / 44 | 30:04 | 6 | 10:02 | 00:10:19 |
| 45 / 30 | 442 | **KOŁTONOWICZ Joanna** | Warszawa | brak | 30:24 / 45 | 30:24 | 5.9 | 10:08 | 00:10:38 |
| 46 / 31 | 316 | **WOJCIECHOWSKA Maryla** | Warszawa, MAZOWIECKIE | ROWERY I GALERY | 30:25 / 46 | 30:25 | 5.9 | 10:09 | 00:10:40 |
| 47 / 32 | 326 | **TRACZYK Wiesława** | Warszawa | Bemowski Klub Seniora | 30:31 / 47 | 30:31 | 5.9 | 10:10 | 00:10:45 |
| 48 / 33 | 306 | **ZIOMKO Janina** | Warszawa | Bemowski Klub Seniora | 30:44 / 48 | 30:44 | 5.9 | 10:15 | 00:10:58 |
| 49 / 34 | 357 | **WRÓBLEWSKA Joanna** | Warszawa | brak | 30:47 / 49 | 30:47 | 5.8 | 10:16 | 00:11:01 |
| 50 / 35 | 311 | **CHACHAJ Elżbieta** | Warszawa, MAZOWIECKIE | ROWERY I GALERY | 30:48 / 50 | 30:48 | 5.8 | 10:16 | 00:11:02 |

| Miejsce | Nr | Nazwisko / Imię | Miejscowość | Klub/Drużyna | Okr. 1 | Czas sum. | Vśr | Tempo | Różnica |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 51 / 36 | 353 | **PAJER Ewa** | Warszawa | brak | 30:57 / 51 | 30:57 | 5.8 | 10:19 | 00:11:12 |
| 52 / 37 | 319 | **BOBIN Alicja** | Warszawa | Klub wędrownika | 30:58 / 52 | 30:58 | 5.8 | 10:20 | 00:11:12 |
| 53 / 38 | 931 | **MASZCZYK Agnieszka** | Warszawa | brak | 30:59 / 53 | 30:59 | 5.8 | 10:20 | 00:11:14 |
| 54 | 390 | GAS Bogusław | Warszawa | ROWERY i GALERY | 31:01 / 54 | 31:01 | 5.8 | 10:21 | 00:11:16 |
| 55 | 932 | MASZCZYK Krzysztof | Warszawa | brak | 31:03 / 55 | 31:03 | 5.8 | 10:21 | 00:11:17 |
| 56 | 381 | SAJNAJ Marek | Warszawa | ROWERY i GALERY | 31:03 / 56 | 31:03 | 5.8 | 10:21 | 00:11:17 |
| 57 / 39 | 314 | **SYTA Małgorzata** | Warszawa | Bemowski Klub Seniora | 31:05 / 57 | 31:05 | 5.8 | 10:22 | 00:11:19 |
| 58 | 337 | CAŁKA Marek | Warszawa | brak | 31:07 / 58 | 31:07 | 5.8 | 10:22 | 00:11:21 |
| 59 / 40 | 315 | **STOCZYŃSKA Jadwiga** | Warszawa | brak | 31:37 / 59 | 31:37 | 5.7 | 10:32 | 00:11:51 |
| 60 / 41 | 303 | **SOKOŁOWSKA Janina** | Warszawa | brak | 31:38 / 60 | 31:38 | 5.7 | 10:33 | 00:11:53 |
| 61 / 42 | 332 | **KUROWSKA Elżbieta** | Warszawa | Klub wędrownika | 31:43 / 61 | 31:43 | 5.7 | 10:35 | 00:11:58 |
| 62 | 371 | KĘPCZYŃSKI Jan | Ożarów mazowiecki | Ożarów biega | 31:54 / 62 | 31:54 | 5.6 | 10:38 | 00:12:08 |
| 63 / 43 | 312 | **KULBICKA Ewa** | Warszawa | ROWERY I GALERY | 32:38 / 63 | 32:38 | 5.5 | 10:53 | 00:12:53 |
| 64 | 324 | ŁADA Adam | Warszawa | ROWERY i GALERY | 32:39 / 64 | 32:39 | 5.5 | 10:53 | 00:12:53 |
| 65 / 44 | 366 | **ZAGRZEJEWSKA Irena** | warszawa | ROWERY I GALERY | 38:25 / 65 | 38:25 | 4.7 | 12:49 | 00:18:39 |
| 66 / 45 | 397 | **FABISIAK Irena** | Warszawa | Bemowo Biega | 38:26 / 66 | 38:26 | 4.7 | 12:49 | 00:18:40 |
| 67 / 46 | 953 | **KUKLINSKA Barbara** | Warszawa | ROWERY I GALERY | 38:27 / 67 | 38:27 | 4.7 | 12:49 | 00:18:41 |
| 68 / 47 | 948 | **NAWECKA Danuta** | Warszawa | brak | 38:55 / 68 | 38:55 | 4.6 | 12:58 | 00:19:09 |
| 69 | 949 | NAWECKI Marek | Warszawa | brak | 38:59 / 69 | 38:59 | 4.6 | 12:60 | 00:19:13 |
| 70 / 48 | 387 | **BALAWAJDER Jadwiga** | Warszawa | brak | 39:07 / 70 | 39:07 | 4.6 | 13:02 | 00:19:21 |
| 71 / 49 | 361 | **STANICKA Grażyna** | Warszawa | brak | 39:08 / 71 | 39:08 | 4.6 | 13:03 | 00:19:22 |
| 72 | 400 | STANICKI Stanisław | Warszawa | brak | 39:08 / 72 | 39:08 | 4.6 | 13:03 | 00:19:23 |

| | | |
|---|---|---|
| **Ukończyło:** | 72 | Przygotowanie i Pomiar czasu: ProTimer (www.ProTimer.pl), Wydrukowano 2026-11-16 |
| **Wystartowało:** | 72 | |
| **Zapisało się:** | 106 | |