

# Podkarpacki Puchar Nordic Walking

## Mistrzostwa Podkarpacia

### Kategorie wiekowe

WORLD  
NW  
LEAGUE



2024-09-21, Chmielnik

Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
------	----	-----------------	---------	-------------	------	-------	-------	-------	------	--------

### Nordic Walking 5 km

#### Kobiety

##### K(1-9)

1.	465	<b>SEJMICKA Gabriela</b>	2015	Łódź	Kijowa Wataha	24:44	25:58	<b>50:43</b>		
2.	322	<b>BALAJEJDER Amelia</b>	2016	Handzlówka	Lejdis of nordic	26:33	27:33	<b>54:07</b>		
3.	395	<b>MUSKUS Julia</b>	2016	Łańcut	Lejdis of nordic	26:50	30:15	<b>57:05</b>		
4.	396	<b>MUSKUS Lena</b>	2015	Łańcut	Lejdis of nordic	29:21	34:32	<b>1:03:53</b>		
5.	440	<b>WOŚ Martyna</b>	2017	Łańcut	Lejdis of nordic	29:21	35:04	<b>1:04:25</b>		
6.	333	<b>DROZD Iga</b>	2016	Nowosielce	Stowarzyszenie Aktywna Gmina Zarszyn	35:30	37:55	<b>1:13:25</b>		

##### K(10-17)

1.	463	<b>TAMA Julia</b>	2011	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	21:33	22:46	<b>44:19</b>		
2.	386	<b>LETNIEWSKA Julia</b>	2009	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	21:44	23:15	<b>45:00</b>		x1
3.	397	<b>MUSKUS Oliwia</b>	2012	Łańcut	Lejdis of nordic	22:57	25:18	<b>48:16</b>		
4.	335	<b>DWORAK Zuzanna</b>	2010	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	21:45	26:41	<b>48:26</b>		
5.	450	<b>ZIĘBA Oliwia</b>	2010	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	24:22	26:09	<b>50:32</b>		
6.	423	<b>SUDOŁ Natalia</b>	2008	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	24:35	25:58	<b>50:34</b>		
7.	329	<b>BOROWIEC Natalia</b>	2011	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	24:19	27:02	<b>51:21</b>		

##### K(18-39)

1.	431	<b>FLIS Maria</b>	1998	Mielec		21:55	22:18	<b>44:13</b>		
2.	451	<b>ZIĘBA Sylwia</b>	1985	Głogów Małopolski	Zawadzka Team	22:25	23:03	<b>45:29</b>		
3.	323	<b>BALAJEJDER Kinga</b>	1988	Wysoka	Lejdis of nordic	22:32	23:01	<b>45:34</b>		
4.	342	<b>FURMANKIEWICZ Gabriela</b>	1995	Ostrów		22:34	23:59	<b>46:34</b>		
5.	407	<b>PSZONKA Monika</b>	1986	Łańcut	Lejdis of nordic	23:30	24:13	<b>47:43</b>		
6.	349	<b>HAŁCZYŃSKA-DROZD Agnieszka</b>	1987	Nowosielce	Stowarzyszenie Aktywna Gmina Zarszyn	25:51	27:06	<b>52:58</b>		
7.	324	<b>BALAJEJDER Sabina</b>	1994	Handzlówka	Lejdis of nordic	26:32	27:33	<b>54:06</b>		
8.	361	<b>KALIŃSKA Gabriela</b>	1986	Stare Oleszyce	SPRING Horyniec-Zdroj	26:58	28:16	<b>55:15</b>		
9.	394	<b>MUSKUS Joanna</b>	1988	Łańcut	Lejdis of nordic	27:11	29:56	<b>57:08</b>		
DNF	325	<b>BĘDKOWSKA Monika</b>	1985	Mielec		24:54		<b>DNF</b>		

# Kategorie wiekowe

Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
<b>K(40-49)</b>										
1.	483	<b>ZIMNICKA Lidia</b>	1980	Kraków		18:25	19:17	<b>37:42</b>		
2.	473	<b>OLECHOWSKA Monika</b>	1980	Mielec		18:30	19:30	<b>38:00</b>		
3.	485	<b>TUZIMEK Agata</b>	1984	Kurów	Kur-team	18:36	19:30	<b>38:06</b>		
4.	344	<b>GIEŁBAGA Aneta</b>	1977	Kozłów	Active Team - KOZŁÓW	18:51	19:41	<b>38:32</b>		
5.	464	<b>WALCZAK Jadwiga</b>	1979	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	20:06	20:09	<b>40:15</b>		
6.	480	<b>WOŚ Anna</b>	1983	ŁAŃCUT	Lejdis of nordic	19:30	21:39	<b>41:09</b>		
7.	442	<b>WYCIŚLAK Aneta</b>	1976	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	20:40	22:00	<b>42:40</b>		
8.	345	<b>GŁADYSZ Katarzyna</b>	1976	Borek Stary	Lejdis of nordic	21:27	22:03	<b>43:30</b>		
9.	481	<b>ZAREMBA Katarzyna</b>	1983	Horniec-Zdrój	SPRING Horyniec-Zdroj	21:24	22:36	<b>44:00</b>		
10.	326	<b>BIAŁEK Ewa</b>	1977	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	21:36	22:55	<b>44:31</b>		
11.	400	<b>NYCZ Anna</b>	1983	Łańcut	Lejdis of nordic	21:17	23:17	<b>44:34</b>		
12.	462	<b>TAMA Monika</b>	1979	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	22:33	22:38	<b>45:12</b>		
13.	327	<b>BIGOS Bogusława</b>	1976	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	23:20	23:42	<b>47:03</b>		
14.	352	<b>HRYNIEWSKA Marta</b>	1976	Żołyń		23:09	24:07	<b>47:16</b>		
15.	321	<b>BABIARZ Ewa</b>	1981	Wysoka	Lejdis of nordic	22:43	24:51	<b>47:35</b>		
16.	393	<b>MARCINIAK Joanna</b>	1978	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	23:25	24:46	<b>48:12</b>		
17.	359	<b>JÓWKO Karolina</b>	1984	Kurów	Kur-team	24:53	24:21	<b>49:14</b>		
18.	357	<b>JAROSZ Agnieszka</b>	1979	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	23:44	25:40	<b>49:24</b>		
19.	370	<b>KOCAJ Aneta</b>	1980	Chmielnik	Lejdis of nordic	24:20	25:27	<b>49:47</b>		
20.	460	<b>ANTOSIEWICZ-TAMA Anna</b>	1975	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	24:28	26:07	<b>50:36</b>		
21.	376	<b>KOPEĆ Ewa</b>	1975	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	24:19	27:01	<b>51:21</b>		

# Kategorie wiekowe



Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
<b>K(50-59)</b>										
1.	382	<b>KUBISZYN Wiesława</b>	1969	Lubaczów	SPRING Horyniec-Zdroj	19:36	20:10	<b>39:47</b>		
2.	430	<b>TOMCZYK Dorota</b>	1973	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	20:11	20:58	<b>41:09</b>		
3.	328	<b>BOROWIEC WILK Agnieszka</b>	1974	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	20:33	21:58	<b>42:32</b>		
4.	383	<b>KUJAWSKA Urszula</b>	1974	Krosno		20:45	22:09	<b>42:54</b>		
5.	339	<b>FRANUSZKIEWICZ Ewa</b>	1973	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	21:00	22:17	<b>43:17</b>		
6.	453	<b>ZIOBRO Agata</b>	1971	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	21:15	22:07	<b>43:23</b>		
7.	373	<b>KOLB Barbara</b>	1968	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	22:16	22:26	<b>44:42</b>		
8.	358	<b>JASIŃSKA Małgorzata</b>	1966	CHMIELNIK		21:36	23:07	<b>44:43</b>		
9.	366	<b>KIJAK Iwona</b>	1972	Jaśło		22:06	23:27	<b>45:34</b>		
10.	365	<b>KICIŃSKA Dorota</b>	1973	Przemyśl	SPRING Horyniec-Zdroj	22:53	23:15	<b>46:08</b>		
11.	384	<b>KULCZYCKA Katarzyna</b>	1969	Horyniec-zdroj	SPRING Horyniec-Zdroj	23:12	23:27	<b>46:39</b>		
12.	346	<b>GRUSZECKA Beata</b>	1973	Koźuchów	Strzyżowski Nordic Team	23:12	26:17	<b>49:30</b>		
13.	412	<b>SEJMICKA Ilona</b>	1967	Ostrowiec Świętokrzyski	Kijowa Wataha	24:43	25:59	<b>50:43</b>		
14.	469	<b>OSSOWSKA Kazimiera</b>	1968	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	25:04	26:33	<b>51:38</b>		
15.	332	<b>DROGOŃ Małgorzata</b>	1971	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	25:10	26:50	<b>52:01</b>		
16.	468	<b>WOJNAROWSKA Ewelina</b>	1974	Krosno		26:01	28:20	<b>54:22</b>		
17.	456	<b>ZUBIEL Beata</b>	1967	mielec		26:52	31:32	<b>58:25</b>		
18.	444	<b>ZAJĄC Karina</b>	1974	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	28:55	29:43	<b>58:38</b>		
<b>K(60-69)</b>										
1.	375	<b>KOŃCZEWSKA Bożena</b>	1961	Ustrzyki Dolne	Bieszczadzki Klub Nordic Walking	18:37	19:00	<b>37:37</b>		
2.	408	<b>PUKAS Małgorzata</b>	1961	Ustrzyki Dolne	Bieszczadzki Klub Nordic Walking	19:18	19:31	<b>38:50</b>		
3.	475	<b>STYGA Krystyna</b>	1962	Kolbuszowa	KS NW Bełchatów	19:56	20:45	<b>40:42</b>		
4.	472	<b>KURDYBACHA Danuta</b>	1961	Horyniec-Zdrój	SPRING Horyniec-Zdroj	22:52	24:13	<b>47:05</b>		
5.	455	<b>ZUBER Krystyna</b>	1955	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	22:58	25:24	<b>48:22</b>		x1
6.	422	<b>SUDOŁ Maria</b>	1956	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	24:14	24:39	<b>48:53</b>		
7.	436	<b>WIŚNIEWSKA Marta</b>	1957	Jaśło	NW-Team Jaśło	25:21	26:51	<b>52:13</b>		
8.	457	<b>MACIEJKO Elwira</b>	1963	Denkówka	Kijowa Wataha	26:12	27:22	<b>53:35</b>		
9.	377	<b>KOZAK Teresa</b>	1958	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	26:39	29:04	<b>55:43</b>		

# Kategorie wiekowe



Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
<b>K(70-74)</b>										
1.	354	<b>HUSIATYŃSKA Janina</b>	1953	Horyniec-Zdrój	SPRING Horyniec-Zdroj	24:50	26:02	<b>50:53</b>		
2.	380	<b>KRÓL Grażyna</b>	1953	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	26:47	24:41	<b>51:28</b>		
3.	374	<b>KOŁODZIEJ Halina</b>	1950	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	28:14	32:10	<b>1:00:25</b>		
4.	387	<b>MADEJ Krystyna</b>	1953	Jaśło	NW-Team Jaśło	31:58	37:49	<b>1:09:47</b>		
DNF	372	<b>KOCZUR Dorota</b>	1953	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	28:11		<b>DNF</b>		
DNF	406	<b>PRZYBYŁSKA Wiesława</b>	1950	Jaśło	NW-Team Jaśło	32:53		<b>DNF</b>		
<b>K(75+)</b>										
1.	360	<b>KACHLIK Małgorzata</b>	1949	Jaśło	NW-Team Jaśło	28:51	31:22	<b>1:00:13</b>		
2.	351	<b>HANUS Teresa</b>	1949	Krosno	Pasjonanci Krosno	32:25	36:34	<b>1:09:00</b>		
<b>Mężczyźni</b>										
<b>M(1-9)</b>										
1.	448	<b>ZIĘBA Jakub</b>	2015	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	23:35	24:29	<b>48:04</b>		
<b>M(10-17)</b>										
1.	340	<b>FRANUSZKIEWICZ Kacper</b>	2010	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	20:22	19:28	<b>39:51</b>		
2.	424	<b>SUMARA Jakub</b>	2009	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	20:22	19:42	<b>40:05</b>		
3.	414	<b>SERAFIN Oliwier</b>	2011	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	20:22	19:47	<b>40:09</b>		
4.	367	<b>KLUCZEWSKI Artur</b>	2011	Rzeszów	ARTPIO	20:57	21:52	<b>42:50</b>		
5.	378	<b>KRAKOWSKI Igor</b>	2013	Mielec	PTG Sokół 1893 Mielec	20:55	23:08	<b>44:04</b>		
6.	432	<b>TWARDOWSKI Mikołaj</b>	2014	Mielec	PTG Sokół 1893 Mielec	22:50	26:12	<b>49:03</b>		
7.	441	<b>WOŚ Olivier</b>	2012	Łańcut	Lejdis of nordic	23:43	27:56	<b>51:39</b>		
8.	362	<b>KALIŃSKI Karol</b>	2008	Stare Oleszyce	SPRING Horyniec-Zdroj	26:09	27:21	<b>53:30</b>		
<b>M(18-39)</b>										
1.	476	<b>TOMCZYK Jakub</b>	2005	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	17:54	19:23	<b>37:18</b>		
2.	486	<b>SOBEK Mateusz</b>	1985	Albigowa	Lejdis of nordic	19:26	20:01	<b>39:28</b>		x1

# Kategorie wiekowe



Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
<b>M(40-49)</b>										
1.	461	<b>TAMA Łukasz</b>	1976	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	17:51	18:16	<b>36:08</b>		
2.	449	<b>ZIĘBA Łukasz</b>	1981	Głogów Małopolski	Zawadzka Team	18:54	19:23	<b>38:18</b>		
3.	331	<b>DOMARADZKI Tomasz</b>	1979	Dębica	Active Team - KOZŁÓW	18:40	19:48	<b>38:28</b>		
4.	334	<b>DWORAK Grzegorz</b>	1977	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	19:18	21:28	<b>40:46</b>		
5.	353	<b>HRYNIEWSKI Grzegorz</b>	1976	Żołyń		20:07	21:47	<b>41:55</b>		x1
6.	471	<b>KALIŃSKI Stanisław</b>	1980	Oleszyce	SPRING Horyniec-Zdroj	21:01	21:58	<b>43:00</b>		
7.	434	<b>WIĘCŁAW Tomasz</b>	1976	Rzeszów		21:02	22:38	<b>43:40</b>		
8.	368	<b>KLUCZEWSKI Piotr</b>	1983	Rzeszów	ARTPIO	21:41	23:09	<b>44:51</b>		
9.	355	<b>JANKOWSKI Maciej</b>	1979	Poznań		22:45	22:09	<b>44:55</b>		
10.	429	<b>SZUKAŁA Rafał</b>	1976	KOZŁÓW	Active Team - KOZŁÓW	22:18	22:49	<b>45:08</b>		
11.	363	<b>KAMIŃSKI Paweł</b>	1975	Ostrowiec Świętokrzyski	Kijowa Wataha	24:05	26:23	<b>50:29</b>		
12.	459	<b>WOŚ Piotr</b>	1977	Łańcut	Lejdis of nordic	29:19	35:02	<b>1:04:22</b>		
<b>M(50-59)</b>										
1.	478	<b>ZYCH Witold</b>	1970	Krosno		18:04	18:04	<b>36:08</b>		
2.	341	<b>FRANUSZKIEWICZ Marek</b>	1970	Huta Komorowska	Klub Nordic Walking Hucieńskie Włóczy Kije	18:39	19:34	<b>38:14</b>		
3.	474	<b>PASIERB Wojciech</b>	1965	Łąka	Lejdis of nordic	18:54	19:32	<b>38:26</b>		
4.	477	<b>WOJTKIEWICZ Jarek</b>	1968	Bystre gm. Baligród	Bieszczadzki Klub Nordic Walking	18:55	19:32	<b>38:27</b>		
5.	428	<b>SZPUNAR Mariusz</b>	1969	Sonina	Z Nurtem Sawy Nordic Walking Club	19:24	20:28	<b>39:53</b>		
6.	403	<b>PALUDKIEWICZ Piotr</b>	1968	Czarny Las	Nordic Team Częstochowa	20:15	21:57	<b>42:13</b>		
7.	371	<b>KOCUREK Mariusz</b>	1971	Strzyżów	NW-Team Jasło	20:40	22:05	<b>42:45</b>		
8.	348	<b>GUJDA Janusz</b>	1972	Przeworsk	Jarosławskie Włóczykije	20:58	23:15	<b>44:13</b>		
9.	404	<b>PELC Krzysztof</b>	1968	Handzlówka	Lejdis of nordic	21:32	22:55	<b>44:27</b>		
10.	356	<b>JANKOWSKI Przemysław</b>	1969	Wierzyce		22:42	22:10	<b>44:53</b>		
11.	419	<b>SOCHA Bogusław</b>	1967	Jarosław	Jarosławskie Włóczykije	22:11	24:06	<b>46:18</b>		
12.	479	<b>ŚCIBIOR Robert</b>	1972	Kurów	Kur-team	22:55	23:33	<b>46:29</b>		
13.	410	<b>RZEPECKI Sławomir</b>	1972	Maków Mazowiecki		22:09	24:23	<b>46:33</b>		
14.	390	<b>MAJEWSKI Maciej</b>	1972	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	24:38	24:56	<b>49:34</b>		
15.	343	<b>GEŁETA Dawid</b>	1966	Poznań		27:58	28:43	<b>56:42</b>		
DNF	433	<b>WAWRÓW Grzegorz</b>	1970	Mielec		24:54		<b>DNF</b>		

# Kategorie wiekowe



Msc.	Nr	Nazwisko i imię	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Okr.1	Okr.2	Wynik	Kara	Ostrz.
<b>M(60-69)</b>										
1.	381	<b>KUBISZYN Tadeusz</b>	1961	Lubaczów	SPRING Horyniec-Zdroj	17:50	18:18	<b>36:08</b>		x1
2.	364	<b>KĘDZIA Henryk</b>	1959	Tarnobrzeg	KS Esteka	18:03	18:22	<b>36:26</b>		
3.	454	<b>ŻMUDA Jerzy</b>	1962	Gorzyce	Gorzyce chodzi z kijkami	18:17	18:35	<b>36:53</b>		
4.	379	<b>KRAKOWSKI Jerzy Piotr</b>	1963	Mielec	PTG Sokół 1893 Mielec	18:24	19:09	<b>37:34</b>		
5.	458	<b>MACIEJKO Antoni</b>	1960	Denkówka	Kijowa Wataha	20:05	21:00	<b>41:06</b>		x1
6.	427	<b>SZCZĘŚNIAK Zbigniew</b>	1962	Częstochowa	Nordic Team Częstochowa	20:18	21:14	<b>41:33</b>		
7.	447	<b>ZBOCH Jacek</b>	1958	Sandomierz	Gorzyce chodzi z kijkami	20:40	21:31	<b>42:11</b>		
8.	402	<b>PALUCH Krzysztof</b>	1956	Jasło	NW-Team Jasło	20:33	21:47	<b>42:21</b>		
9.	420	<b>SONDEJ Wiesław</b>	1962	Rzeszów		20:41	22:09	<b>42:51</b>		
10.	413	<b>SEJMICKI Stanisław</b>	1961	Ostrowiec Świętokrzyski	Kijowa Wataha	23:32	26:04	<b>49:37</b>		
11.	398	<b>NITKA Andrzej</b>	1956	Jasło	NW-Team Jasło	28:35	26:15	<b>54:50</b>		
12.	338	<b>FASZCZOWY Andrzej</b>	1961	HORYNIEC-ZDRÓJ	SPRING Horyniec-Zdroj	32:35	33:09	<b>1:05:44</b>		
<b>M(70-74)</b>										
1.	392	<b>MARCHUT Kazimierz</b>	1950	Jelna	Nowosarzyńska Grupa Biegowa	19:19	19:54	<b>39:13</b>		
2.	388	<b>MAJEWSKI Jan</b>	1952	Gorzyce	Gorzyce chodzi z kijkami	21:26	22:00	<b>43:27</b>		
3.	415	<b>SIMKO Zbigniew</b>	1952	Nowa Sarzyna		22:08	23:14	<b>45:23</b>		
4.	425	<b>ŚWIRSZCZ Tomasz</b>	1954	Świdnik	Lublin chodzi z kijkami	23:26	23:54	<b>47:20</b>		
5.	437	<b>WÓJCIK Tadeusz</b>	1950	Jasło	NW-Team Jasło	23:08	25:09	<b>48:17</b>		
<b>M(75+)</b>										
1.	405	<b>PODORSKI Roman</b>	1939	Tarnów		23:48	24:28	<b>48:17</b>		
2.	389	<b>MAJEWSKI Leszek</b>	1947	Strzyżów	Strzyżowski Nordic Team	27:28	29:32	<b>57:00</b>		
3.	421	<b>STUDNICKI Ryszard</b>	1945	Kolbuszowa	Kolbuszowski Klub Nordic Walking	32:32	35:51	<b>1:08:24</b>		