

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

2019-06-29, Prudnik

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
10 km							
K30-39							
1.	207	Barbara CIEŚLAR	1981	Wisła		1:18:06	
2.	220	Daria KOBIELA	1989	Częstochowa	KABEX Podkowa Janów	1:24:40	
3.	224	Sonia KOŁODZIEJ	1989	Krapkowice		1:30:08	
4.	214	Anna GERLE-KOTULA	1986	Katowice	UNIA MIAST	1:40:04	
5.	213	Joanna GAŚSIOR-ŚCIBOR	1980	Prudnik		1:40:14	
K40-49							
1.	217	Iwona JUZOF	1973	Pogwizdów	Fantastic Team	1:26:42	01:00
2.	253	Halina ZBYRYT	1973	Nowa Ruda	AKTYWNA NOWA RUDA	1:26:51	
3.	248	Beata ŚWITALSKA	1977	Przystajń		1:27:58	
4.	212	Halina GAJEK	1974	Prudnik	RUNNERS TEAM NYSA/TIGERS PRUDNIK	1:28:37	
5.	229	Ewa MĄDRY	1974	Wrocław	Acteam	1:31:28	01:00
6.	265	Dorota BARTNIK	1970	Prudnik	LZS Trzebina	1:31:47	01:00
7.	268	Elżbieta DUMAŃSKA	1976	Nysa	KS Literatki	1:33:02	
8.	221	Magdalena KOBIELA	1975	Blachownia		1:33:02	
9.	228	Magdalena KOZIAROWSKA	1977	Prudnik		1:33:59	
10.	240	Magdalena STEFANÓW	1978	Prudnik		1:42:46	01:00
K50-59							
1.	223	Joanna KOŁODZIEJ	1968	Ruda Śląska	STADION ŚLĄSKI	1:16:39	
2.	262	Irena JANOSZKA	1963	Radzionków	Cidry Lotajom	1:25:26	
3.	269	Dorota BARTYZEL	1964	Jelcz-Laskowice		1:28:11	
4.	234	Anna POHL	1968	Biała	CZKiU Mechanik Nysa	1:36:13	
5.	210	Krystyna DROZD	1961	Bytom	Cidry Lotajom	1:41:38	
6.	237	Jolanta ROKACZ	1965	Kędzierzyn - Koźle		1:47:08	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
K60-69							
1.	256	Janina GAPIŃSKA	1958	Trzebina	LZS Trzebina	1:28:19	01:00
2.	239	Emilia STEFANIAK	1957	Sosnowiec		1:29:14	
3.	263	Wanda PRZYBYLSKA	1955	Wisła		1:33:31	
4.	201	Maria ANYŻ	1951	Będzin	Kije w Dobrych Rękach	1:34:29	
5.	216	Elżbieta GRZEBIELUCH	1956	Sosnowiec		1:39:24	01:00
6.	259	Aleksandra DRYGALSKA	1954	Będzin	Kije w Dobrych Rękach	1:45:36	
K70+							
1.	235	Aleksandra RACZYŃSKA	1938	Chorzów	STADION ŚLĄSKI	1:46:32	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
M18-29							
1.	250	Jakub WEINER	2000	Prudnik	CZKiU Mechanik Nysa	1:19:10	
2.	230	Mariusz NOWICZ	1993	Księży Las	Cidry Lotajom	1:23:10	
3.	258	Marcin POLUS	1992	Opole		1:46:25	
M30-39							
1.	241	Karol STILLER	1984	Kusięta	KABEX Podkowa Janów	1:14:06	
2.	226	Jakub KOTULA	1984	Katowice	UNIA MIAST	1:30:50	
M40-49							
1.	251	Krzysztof WILCZEK	1973	Zębówice	Sopel Dobrodzien	1:17:18	
2.	257	Tomasz KULCZYCKI	1974	Prudnik		1:22:20	
3.	222	Grzegorz KOCEL	1973	Nowa Wieś		1:27:01	
4.	211	Krzysztof FRYDRYCH	1979	Prudnik		1:29:16	
5.	204	Paweł CHMIELEWSKI	1977	Namysłów	5HOPS+	1:30:02	02:00
6.	244	Tomasz SUMIŃSKI	1973	Siemysłów		1:30:31	01:00
7.	225	Tomasz KOPROWSKI	1972	Oława	Nordiki	1:32:36	
M50-59							
1.	232	Norbert PALETTA	1966	Pietrowice Wielkie		1:17:04	
2.	227	Marek KOWALSKI	1964	Strzebiń	Unia Miast	1:18:39	
3.	206	Jarosław CIECIELĄG	1968	Nysa	NYSA BIEGA	1:21:18	
4.	247	Zbigniew SZCZĘŚNIAK	1962	Blachownia	Nordic Team Częstochowa	1:23:49	
5.	267	Jan PAC	1962	Bytom	Cidry Lotajom	1:27:05	
6.	266	Jórek LEPCZAK	1964	Wrocław	LZS Trzebina	1:29:56	
7.	264	Grzegorz ERNT	1965			1:30:53	02:00
8.	208	Leszek CZEREBA	1967	Prudnik		1:31:21	
M60-69							
1.	238	Stanisław STANIEC	1953	Strzelin	Amator	1:23:26	
2.	261	Jerzy HRYNDIO	1955	Katowice	STADION ŚLĄSKI	1:23:53	
3.	205	Stanisław CHORABIK	1954	Dębowiec	Amator	1:26:14	01:00

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
4.	202	Stanisław BAJ	1958	Ścinawa	Ścinawska Grupa Nordic Walking	1:28:29	
5.	209	Janusz DEREŃ	1958	Prudnik		1:31:05	01:00
6.	260	Marek MOSOŃ	1957	Wrocław	DWAMARKI	1:31:14	
7.	219	Marek KIEŁBIK	1957	Wrocław	DWAMARKI	1:34:53	
M70+							
1.	233	Kazimierz PIKSA	1949	Brzeg		1:32:10	
2.	249	Bogdan THOMALLA	1942	Zabrze	Stadion Slaski	1:43:33	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
5 km							
K-Dzieci							
1.	2	Hanna CHMIELEWSKA	2008	Namysłów	5HOPS+	53:14	
2.	84	Aleksandra PYKA	2010	Lubliniec		54:21	
3.	5	Olga CHMIELEWSKA	2010	Namysłów	5HOPS+	1:00:06	
4.	93	Lena SURMA	2010	Nysa	PTTK Tryton Nysa	1:00:06	
5.	4	Julia CHMIELEWSKA	2008	Namysłów	5HOPS+	1:03:48	
K-Jun.							
1.	85	Agnieszka MARCINKOWSKA	2004	Lubliniec	Unia Miast	42:23	
2.	31	Magdalena KUPCZYK	2002	Dziergowice	Bbl Kędzierzyn Koźle	44:59	
3.	50	Kinga NIECHWIEJCZYK	2004	Świętochłowice	Unia Miast	45:13	
4.	22	Daria JAWORSKA	2006	Prudnik		45:38	
K18-29							
1.	83	Malwina BEDNARCZYK	1991			42:56	
2.	13	Justyna GAŚKA	1995	Prudnik		43:31	
3.	26	Elżbieta KOZUBAL	1990	Wojnowice		46:13	
K30-39							
1.	69	Izabela SZYJKA	1983	Kamieniec Wrocławski	NORDIKI	43:14	
2.	49	Agnieszka MORYS	1983	Ruda Śląska	Stadion Śląski	43:28	
3.	97	Katarzyna JASIK	1985	Stradunia	CZKiU Mechanik Nysa	45:21	
4.	99	Anna GRABOWSKA	1981	Bytom	Bobry Walking	48:09	
5.	39	Joanna MARCINKOWSKA	1989	Jeszkowice	Nordiki	50:35	
6.	106	Jolanta HUSAK	1980	Prudnik		57:24	
K40-49							
1.	67	Marzena SPYCHAŁA	1970	Biała	CZKiU Mechanik Nysa	38:21	
2.	75	Ewa WILD	1974	Oława		41:41	
3.	58	Aneta POLEWCZAK	1972	Zawiercie	CLLEO ZAWIERCIE	42:32	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
4.	111	Joanna GALLUS-CZEREBA	1977	Prudnik	CZKiU Mechanik Nysa	45:35	
5.	21	Beata JASIK	1979	Łącznik		47:04	
6.	73	Aleksandra WERNER	1974	Ruda Śląska	EKIPA NA KIJACH	48:08	
7.	30	Joanna KUPCZYK	1973	Dziergowice	Bbl Kędzierzyn Koźle	48:28	
8.	104	Małgorzata PALETTA	1971	Pietrowice Wielkie		51:18	
9.	52	Sylwia ONDYCZ	1970	Dobrzykowice	Nordiki	53:09	
10.	40	Anna MATUKIN-PAKUSZYNSKA	1973	Opole		53:26	
11.	95	Ewa SUMIŃSKA	1976	Siemysłów		55:11	
12.	94	Aneta KOPROWSKA	1976	Oława		57:56	
13.	81	Katarzyna ZWOLIŃSKA	1977	Oława	WALKING FAMILY	57:56	
14.	1	Anna CHMIELEWSKA	1977	Namysłów	5HOPS+	1:02:40	
15.	44	Agnieszka MIKLAS-KOŻUSZEK	1973	Będzin	Kije w Dobrych Rękach	1:10:16	

K50-59

1.	10	Maria DROZD	1967	Kruszyna	Nordic Walking Kruszyna	44:07	
2.	32	Marzena KURZAWIŃSKA	1966	Jelcz-Laskowice		49:32	
3.	105	Krystyna ERNT	1968			51:48	
4.	76	Zdzisława WOLANIUK	1967	Trzebina		52:15	
5.	101	Marzena BĘGOWSKA	1965	Prudnik		54:19	
6.	6	Ola CIECIELĄG	1968	Nysa		55:02	

K60-69

1.	87	Bogusława KUPIBIDA	1959	Katowice	Silesia Nordic Team	41:56	
2.	45	Anna MIŚKOWICZ	1958	Głogówek		42:14	
3.	68	Ilona SZENDZIELORZ	1957	Ruda Śląska	STADION ŚLĄSKI	42:42	
4.	53	Barbara PAWŁOWSKA-SOSIN	1953	Chorzow	Stadion Slaski	44:47	
5.	108	Ewa ZYDEK	1953	Dobieszowice		45:20	
6.	98	Katarzyna GWIAZDOŃ	1959	Prudnik		46:17	00:30
7.	60	Joanna RACŁAWSKA	1959	Skarbimierz-Osiedle	Amatorka	48:29	
8.	14	Irmgarda GOLENIA	1958	Dobra	DOBRA-Grupa Nordic Walking	49:42	
9.	8	Jolanta DEREŃ	1959	Prudnik		50:24	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
10.	72	Danuta WARZOCHA	1957	Ruda Śląska	Ekipa Na Kijach	50:28	
11.	34	Barbara ŁĄCZYK	1954	Czeladź	Optyka K.M. Szczerba	50:47	
12.	41	Alicja MEDRAK	1957	Wrocław		51:58	
13.	18	Bożena JAGODZIŃSKA	1958	Wrocław		53:58	
14.	91	Anna MAŁATA	1950			58:20	
15.	80	Elżbieta ZWOLIŃSKA	1956	Oława	WALKING FAMILY	1:09:04	
K70+							
1.	100	Maria HALEK	1949	Prudnik		57:06	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
M-Dzieci							
1.	102	Mateusz BĘGOWSKI	2007	Prudnik		54:04	
2.	48	Kaspian MORAWSKI	2009	Oława	WALKING FAMILY	55:09	
3.	27	Dominik KOŻUSZEK	2008	Będzin	Kije w Dobrych Rękach	1:13:24	
M-Jun.							
1.	103	Kacper MIZGAŁA	2003	Złoty Potok	KABEX Podkowa Janów	35:00	00:30
2.	55	Szymon PODGÓRSKI	2002	Węża	CZKiU Mechanik Nysa	35:24	
3.	28	Maurycy KOŻUSZEK	2003	Będzin	Kije w Dobrych Rękach	47:35	
4.	96	Kacper SUMIŃSKI	2002	Siemysłów		50:13	00:30
M18-29							
1.	71	Konrad TOPOLNICKI	2001	Przechód	CZKiU Mechanik Nysa	34:55	
2.	20	Gracjan JANCZY	2000	Złotogłowice	CZKiU Mechanik Nysa	41:13	00:30
3.	43	Mateusz MIKA	1999	Olszynka	Specjalny Ośrodek Szkolno- Wychowawczy	42:10	
4.	63	Jakub RYDZAK	1996	Racibórz	Śląski Uniwersytet Medyczny	43:22	
M30-39							
1.	110	Konrad SITKOWSKI	1984	Dobroszyce		41:58	
2.	92	Wojciech OSTROWSKI	1984	Prudnik		53:01	
M40-49							
1.	7	Bogdan CYRUS	1970	Strzebiń	Victoria Strzebiń	34:45	
2.	37	Janusz MACHNIK	1974	Zawiercie	CLLEO ZAWIERCIE	35:26	
3.	59	Mariusz POLEWCZAK	1970	Zawiercie	CLLEO ZAWIERCIE	36:17	
4.	29	Andrzej KUPCZYK	1973	Dziergowice	Bbl Kędzierzyn Koźle	38:40	00:30
5.	90	Dariusz BUL	1974	Prudnik	Fear The Return	38:53	
6.	54	Artur PINTAK	1979	Kolnowice		40:02	00:30
7.	77	Maciej WROŃSKI	1974	Błachownia		40:50	
8.	70	Robert ŚWITALSKI	1972	Przystajń		44:41	
9.	47	Jarek MORAWSKI	1974	Oława	WALKING FAMILY	54:21	

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking

pru
dnik
Prudnik
spotkajmy się



Kategorie wiekowe

M-ce	Nr	Imię i nazwisko	Rok ur.	Miejscowość	Klub	Wynik	Kara
M50-59							
1.	66	Lesław SPYCHAŁA	1966	Biała	CZKiU Mechanik Nysa	37:09	
2.	74	Arek WILD	1966	Oława		43:01	
3.	89	Jarosław JASICZEK	1969	Prudnik		48:31	
4.	19	Andrzej JAGODZIŃSKI	1961	Wrocław		49:52	
M60-69							
1.	38	Marian MAŁKA	1959	Gliwice		37:59	
2.	61	Jan RACŁAWSKI	1956	Skarbimierz-Osiedle	Amator	41:48	
3.	9	Janusz DONIGIEWICZ	1954	Brzeg	Kruszyna nordic walking	42:36	
4.	51	Bolesław NOGA	1956	Żórawina	Zespół Niepokojnych Nóg	44:37	
5.	35	Jerzy ŁĄCZYK	1952	Czeladź	Optyka K.M. Szczerba	44:54	
6.	15	Reinhold GOLENIA	1957	Dobra	DOBRA-Grupa Nordic Walking	52:09	
7.	42	Józef MĘDRAK	1952	Wrocław		56:07	
8.	82	Andrzej ZWOLIŃSKI	1950	Oława	WALKING FAMILY	59:25	
M70+							
1.	88	Marian ADAMUS	1949	Bytom	Silesia Nordic Team	39:59	
2.	62	Paweł RYBAŁTOWSKI	1944	Oborniki Śląskie		44:17	