

Wyniki konkurencji

KATEGORIA: K3

1	Bieg 2	3	Paulina JURCZAK	(K3) Slavo.pl	28.07
2	Bieg 3	3	Kornelia ŁOZA	(K3) Pruszków	30.70
3	Bieg 3	4	Aleksandra MAJEWSKA	(K3) Warszawa	33.15
4	Bieg 2	7	Hanna POPIEL	(K3) Pruszków	33.23
5	Bieg 2	8	Zuzanna MARCZEWSKA	(K3) Resilia Bemowo	33.74
6	Bieg 2	9	Klara ZIELIŃSKA	(K3) Warszawa	34.47
7	Bieg 3	7	Hela BALCERSKA	(K3) Konstancin-Jeziorna	36.55
8	Bieg 3	8	Jagoda DOROCIAK	(K3) Warszawa	37.43
9	Bieg 1	6	Wanda TARCZYŃSKA	(K3) Real Madrid	45.68
10	Bieg 1	7	Hanna ZIELIŃSKA	(K3) Warszawa	45.70
11	Bieg 1	8	Julia SUSABOWSKA	(K3) Baszkówka	48.99
12	Bieg 1	10	Antonina BEDNARSKA	(K3) Warszawa	51.00

KATEGORIA: K5

1	Bieg 6	3	Constance LEGUERN	(K5) Konstancin-Jeziorna	22.18
2	Bieg 6	4	Eliza KRYSZKIEWICZ	(K5) Warszawa	22.19
3	Bieg 7	5	Agata ZYCH	(K5) Warszawa	23.08
4	Bieg 7	6	Pola MASZCZYK	(K5) Warszawa	23.13
5	Bieg 6	6	Agata CMIEL	(K5) Warszawa	23.29
6	Bieg 5	2	Maja ZIELIŃSKA	(K5) Pruszków	23.52
7	Bieg 7	7	Emilia GRZYWACZ	(K5) Warszawa	23.66
8	Bieg 7	8	Helena BŁUŚ	(K5) Warszawa	23.82
9	Bieg 6	7	Nadia GAWLIK	(K5) Warszawa	24.91
10	Bieg 6	8	Mia STRZAŁKOWSKA	(K5) Strzałki	25.02
11	Bieg 6	9	Klara KANIEWSKA	(K5) Ożarów Mazowiecki	25.72
12	Bieg 5	5	Laura ZIENTARSKA	(K5) Warszawa	25.78
13	Bieg 6	10	Zofia MAROSZ	(K5) Warszawa	25.83
14	Bieg 4	5	Aleksandra FILIPPOWICZ	(K5) Warszawa	25.86
15	Bieg 6	11	Hanna SKOŁOŻYŃSKA	(K5) Warszawa	26.04
16	Bieg 5	7	Hanna TYKOCKA	(K5) Warszawa	26.30
17	Bieg 7	10	Kaja SIKORA	(K5) Warszawa	26.66
18	Bieg 4	6	Aleksandra SUSABOWSKA	(K5) Baszkówka	26.79
19	Bieg 7	11	Kalina SIKORA	(K5) Warszawa	26.82
20	Bieg 5	8	Zosia WIECZOREK	(K5) Piaseczno	27.00
21	Bieg 6	14	Blanka BRUSOKAS	(K5) Warszawa	28.66
22	Bieg 4	10	Maja WINNICKA	(K5) Warszawa	31.53
23	Bieg 5	11	Magdalena AMPULSKA	(K5) Nasielsk	34.13
24	Bieg 5	12	Nadia SŁUGOCKA	(K5) Warszawa	41.85
25	Bieg 6	15	Aleksandra NOWAK	(K5) Przedszkole Nr 87 W Warszawie	41.99

KATEGORIA: M3

1	Bieg 2	1	Piotr STOLARSKI	(M3) Warszawa	25.92
2	Bieg 2	2	Igor STASZEWSKI	(M3) Ks Staszewscy	27.35
3	Bieg 2	4	Władysław TARCZYŃSKI	(M3) Real Madrid	28.45
4	Bieg 3	1	Albert KRYSZKIEWICZ	(M3) Warszawa	29.13
5	Bieg 3	2	Roch PAŚNIK	(M3) Warszawa	30.44
6	Bieg 2	5	Bruno WCISŁY	(M3) Warszawa	30.47
7	Bieg 2	6	Antoni KĘDZIORA	(M3) Warszawa	32.96
8	Bieg 3	5	Tomasz DZIĘGIELEWSKI	(M3) Treningibiegowe.pl	33.84

9	Bieg 3	6	Aleksander RZEWUSKI	(M3) Warszawa	35.05
10	Bieg 1	1	Natan MASZCZYK	(M3) Warszawa	37.68
11	Bieg 1	2	Maciej SZANIAWSKI	(M3) Warszawa	38.89
12	Bieg 1	3	Ludwik GLASSER	(M3) Warszawa	39.91
13	Bieg 3	9	Wiktor KANIEWSKI	(M3) Ożarów Mazowiecki	42.63
14	Bieg 1	4	Julian JANKOWSKI-MASZCZYK	(M3) Warszawa	42.88
15	Bieg 1	5	Witold ROSTWOROWSKI	(M3) Warszawa	42.90
16	Bieg 1	9	Bartosz FOKT	(M3) Brwinów	50.88
17	Bieg 1	11	Henryk SZYMURA	(M3) Warszawa	54.00

KATEGORIA: M5

1	Bieg 6	1	Alan ŚWIOSTEK	(M5) Runalan	19.17
2	Bieg 7	1	Sebastian DULNIAK	(M5) AZS AWF Warszawa	20.23
3	Bieg 7	2	Tymon RZEWUSKI	(M5) AZS AWF Warszawa	20.75
4	Bieg 5	1	Bartłomiej WYSZOMIRSKI	(M5) Warszawa	21.29
5	Bieg 6	2	Filip WINNICKI	(M5) Warszawa	21.96
6	Bieg 7	3	Jan TYKOCKI	(M5) Warszawa	22.35
7	Bieg 7	4	Patryk DUDEK	(M5) Warszawa	22.38
8	Bieg 6	5	Mikołaj PODSIADŁO	(M5) Warszawa	23.03
9	Bieg 4	1	Adam DANEK	(M5) Trinergy.pl	23.14
10	Bieg 4	2	Paweł MAZUR	(M5) Warszawa	23.55
11	Bieg 7	9	Borys ORLOWSKI	(M5) Wołomin	24.04
12	Bieg 4	3	Antoni SZANIAWSKI	(M5) Warszawa	24.75
13	Bieg 5	3	Eryk RZĘPAŁA	(M5) Warszawa	25.18
14	Bieg 4	4	Kacper BAŁACKI	(M5) Warszawa	25.23
15	Bieg 5	4	Filip ŁOZIŃSKI	(M5) Warszawa	25.48
16	Bieg 5	6	Julian MAŁECKI	(M5) Dzika Panda	26.23
17	Bieg 4	7	Antoni GDYŃSKI	(M5) Łomianki	26.81
18	Bieg 6	12	Wojtek LUTOMIRSKI	(M5) Przedszkole 240	26.88
19	Bieg 6	13	Leo STRZAŁKOWSKI	(M5) Strzałki	27.17
20	Bieg 4	8	Oliwier WALCZAK	(M5) Biegam Bo Lubię Złbki Team	27.24
21	Bieg 4	9	Jakub URBAŃSKI	(M5) Logwin Team	27.76
22	Bieg 5	9	Andrzej GRZYB	(M5) Warszawa	28.40
23	Bieg 5	10	Jan CIEŚLIŃSKI	(M5) Warszawa	28.68

KATEGORIA: D

1	Bieg 12	1	Jakub KARASEK	(D) Entre Running	4:42.14
2	Bieg 12	2	Damian WYSOCKI	(D) Biegnę, żeby Bartek mógł Biegać	4:50.76
3	Bieg 19	11	Krzysztof KRYGIER	(D) Spieszypowoli.pl	4:53.79
4	Bieg 19	18	Diana DAWIDZIUK-GOSK	(D) DD Running Team	5:21.28
5	Bieg 19	22	Katarzyna GORLO	(D) Warszawa	5:54.41
6	Bieg 11	11	Anna BAGIŃSKA	(D) Adidas Runners Warsaw	6:37.16

KATEGORIA: K16

1	Bieg 17	12	Kinga REDA	(K16) The Runner Project	5:12.96
2	Bieg 19	20	Izabela BARWICKA	(K16) Suwałki	5:31.36
3	Bieg 13	10	Alicja STAWICKA	(K16) Dabrowskiteam	5:38.61
4	Bieg 14	13	Paulina CZAJA	(K16) AZS UAM Poznań	5:46.70
5	Bieg 14	14	Wioleta JAWORSKA	(K16) Adidas Runners Warsaw	5:48.41
6	Bieg 14	18	Dorota PALUCH	(K16) Adidas Runners Warsaw	6:01.69
7	Bieg 5	3	Joanna JÓŹWIK	(K16) Warszaw	6:12.88
8	Bieg 8	16	Maja MICHALAK	(K16) Warszawa	6:17.48
9	Bieg 5	5	Marcelina KARBOWIAK	(K16) Decathlon Strong Team	6:19.29

10	Bieg 9	13	Aleksandra BIAŁOWAŚ	(K16) Żórawski Team	6:19.51
11	Bieg 5	6	Daria SMOLNIK	(K16) Wieluń Biega	6:19.73
12	Bieg 2	3	Aneta ŻERNACZUK	(K16) BBKTS	6:26.26
13	Bieg 9	14	Joanna CIEŚLIK	(K16) Adidas Runners	6:27.08
14	Bieg 9	18	Anna KADŁUBOWSKA	(K16) Warszawa	6:35.05
15	Bieg 9	19	Joanna FURMANIAK	(K16) RozpędzOne	6:36.10
16	Bieg 4	6	Małgorzata ŁASZCZYCH	(K16) Warszawa	6:45.29
17	Bieg 6	13	Klaudia KOMUDA	(K16) Czerwin	6:48.37
18	Bieg 2	4	Marta ROŻEK	(K16) Warszawa	6:50.93
19	Bieg 6	14	Magda JASKÓLSKA	(K16) Vege Runners	6:51.81
20	Bieg 9	20	Agnieszka GRODZICKA	(K16) Dziewule	6:54.80
21	Bieg 7	19	Katarzyna BAL	(K16) Kraków	6:57.81
22	Bieg 2	6	Agata SZANIAWSKA	(K16) Runwoman	7:26.31
23	Bieg 4	17	Dorota MARKOWSKA	(K16) Płock	7:28.64
24	Bieg 5	16	Beata LELEK	(K16) Decathlon	7:32.06
25	Bieg 4	18	Sara DYGAS	(K16) Nike+ Run Club	7:34.80
26	Bieg 11	19	Katarzyna BORZYSZKOWSKA	(K16) Gdańsk	7:43.19
27	Bieg 3	12	Emilia SZCZEPAŃSKA	(K16) Akademia Holistyczna	7:51.29
28	Bieg 5	18	Monika KRAWCZYK	(K16) Decathlon Bemowo	8:06.07
29	Bieg 1	10	Klaudia MILA	(K16) Kielce	8:08.96
30	Bieg 2	16	Justyna KRÓL	(K16) Piaseczno	9:05.25
	Bieg 1	DNF	Katarzyna ZIELIŃSKA	(K16) Warszawa	DNF
	Bieg 3	DNF	Anna MALESZYK	(K16) Warszawa	DNF

KATEGORIA: K30

1	Bieg 15	11	Agnieszka WÓJCIK	(K30) Dziuba Team	5:44.85
2	Bieg 7	4	Anna SZEWCZYKOWSKA	(K30) Team360Stopni	5:50.65
3	Bieg 5	2	Iwona RAKOWSKA	(K30) biegaMY	6:12.44
4	Bieg 9	11	Lucyna CHRUŚCIEL	(K30) Mylan Running Team	6:17.51
5	Bieg 6	12	Magdalena KACPRZYŃSKA	(K30) Warszawa	6:47.76
6	Bieg 5	13	Joanna TRZASKOWSKA	(K30) Trucht Tarchomin Team	6:49.21
7	Bieg 9	21	Dorota SKRZYŃIECKA	(K30) Warszawa	7:01.94
8	Bieg 4	8	Izabela MASZCZYK	(K30) Warszawa	7:02.00
9	Bieg 4	10	Katarzyna JANICKA	(K30) Warszawa	7:10.21
10	Bieg 3	10	Izabela SAŁAMACHA	(K30) Warszawa	7:32.91
11	Bieg 6	19	Sylwia KRALIK	(K30) Warszawa	7:34.24
12	Bieg 3	13	Katarzyna KACZMAREK	(K30) Rozpędzone	7:55.30
13	Bieg 2	13	Agata KĄKIEL	(K30) Warszawa	8:08.76
14	Bieg 1	12	Monika SZYJKA	(K30) Warszawa	8:16.36
15	Bieg 3	17	Klaudia KOWALCZYK	(K30) Radom	8:23.66
16	Bieg 1	15	Joanna URBANOWSKA	(K30) Mazoviaproactiv	8:34.20
17	Bieg 3	18	Marta SALAMON	(K30) Bydgoszcz	8:34.40
18	Bieg 1	16	Bożena AMPULSKA	(K30) Nasielsk Baszta Team	8:37.56

19	Bieg 1	17	Agnieszka SAMITOWSKA	(K30) Warszawa	8:40.88
20	Bieg 2	17	Karolina USAREK	(K30) Vege Runners	9:11.07

KATEGORIA: K40

1	Bieg 7	8	Agnieszka ŻURANIEWSKA	(K40) Trucht Tarchomin Team/liga Starszych	5:55.46
2	Bieg 6	3	Beata ADAMCZYK-NOWAK	(K40) Miechowicka Grupa Biegowa	5:58.74
3	Bieg 8	9	Sylwia MADEJAK	(K40) Żórawski Team	6:01.80
4	Bieg 8	13	Barbara MISZTA	(K40) Biegam bo lubię Ząbki Team	6:06.09
5	Bieg 7	16	Kinga STASZEWSKA	(K40) Ks Staszewscy	6:40.70
6	Bieg 6	16	Aleksandra MADEJA	(K40) Miechowicka Grupa Biegowa	6:58.15
7	Bieg 5	15	Marta MICHALAK	(K40) Kb Im. P. Sękowskiego	7:04.15
8	Bieg 7	20	Agnieszka CIBORSKA	(K40) Naprzód Młociny	7:13.43
9	Bieg 4	14	Monika FICOŃ	(K40) Warszawa	7:19.70
10	Bieg 5	17	Iwona ZAMOJSKA	(K40) Miechowicka Grupa Biegowa	7:39.49
11	Bieg 3	11	Małgorzata JANYSZKO	(K40) Warszawa	7:49.41
12	Bieg 3	16	Barbara MIECZNIKOWSKA	(K40) Warszawa	8:18.62

KATEGORIA: K50

1	Bieg 3	20	Małgorzata MAŁKIEWICZ	(K50) Warszawa	8:46.74
---	--------	----	------------------------------	----------------	----------------

KATEGORIA: K60

1	Bieg 3	15	Sabina SZMYTKE	(K60) niezrzeszona	8:16.55
---	--------	----	-----------------------	--------------------	----------------

KATEGORIA: M16

1	Bieg 19	1	Daniel ŻOCHOWSKI	(M16) Żórawski TEAM	4:25.01
2	Bieg 19	4	Łukasz MARKOWICZ	(M16) Ku Azs Uwr/ Wosiek Team	4:35.63
3	Bieg 19	6	Bartosz ŚWIĄTKOWSKI	(M16) LKS Sana Kościan	4:36.94
4	Bieg 18	2	Albert WRONOWSKI	(M16) -	4:37.51
5	Bieg 19	7	Wojciech KARWOWSKI	(M16) The Runner Project	4:37.52
6	Bieg 18	3	Paweł GAWRON	(M16) Adidas Runners Warsaw	4:42.68
7	Bieg 17	1	Kacper DZIEWICKI	(M16) AZS SGH	4:43.35
8	Bieg 17	2	Kamil GRENZIŃSKI	(M16) Twister Team	4:43.83
9	Bieg 18	4	Łukasz WIĘCKOWSKI	(M16) Kifato MK	4:45.99
10	Bieg 18	5	Michał KANIA	(M16) Adidas Runners Warsaw	4:46.41
11	Bieg 19	9	Jacek SŁOTA	(M16) Żurowa	4:48.12
12	Bieg 19	10	Krzysztof GRUSZCZYŃSKI	(M16) Maraton Turek	4:49.30
13	Bieg 16	1	Michał DZIKOWSKI	(M16) Żórawski Running Team	4:55.01
14	Bieg 18	9	Jakub BAL	(M16) Los Trepos Companieros	4:55.08
15	Bieg 17	5	Maciej MARON	(M16) Azs Uw	4:58.14
16	Bieg 12	5	Błażej ŁUKASZEWSKI	(M16) Azs Uniwersytet Gdański	4:58.68
17	Bieg 19	14	Igor NIEWIADOMSKI	(M16) Azs Uniwersytet Warszawski	5:04.69
18	Bieg 15	1	Daniel SUJAK	(M16) Ruch Biegaczy Kołbiel	5:11.94
19	Bieg 17	11	Remigiusz JENDRYCH	(M16) Warszawa	5:12.40
20	Bieg 15	2	Dominik ZALEWSKI	(M16) Skoki	5:14.65
21	Bieg 17	14	Miłosz KACZKOWSKI	(M16) Sudeckie Wycieczki Biegowe	5:14.71
22	Bieg 16	4	Jakub ZIELIŃSKI	(M16) Warszawa	5:15.85
23	Bieg 12	8	Mateusz JASIŃSKI	(M16) TrenerBiegania.pl	5:17.19
24	Bieg 15	5	Łukasz ZYCH	(M16) Marki	5:18.26
25	Bieg 17	15	Michał GAZDOWICZ	(M16) Przysietnica	5:20.50
26	Bieg 19	17	Dominik GOSK	(M16) DD Running Team	5:21.17
27	Bieg 17	17	Szymon MRÓWCZYŃSKI	(M16) The Runner Project	5:21.42
28	Bieg 16	7	Karol KUCHARSKI	(M16) ADIDAS RUNNERS WARSAW	5:23.12
29	Bieg 13	1	Jakub RUDO	(M16) Pgb Sportowa Paczka	5:24.21
30	Bieg 9	1	Michał KOCHANOWSKI	(M16) Warszawa	5:25.74
31	Bieg 16	9	Marcin ŁĘGOCKI	(M16) Pietrzyk Running Team	5:25.84
32	Bieg 13	2	Zbigniew ZAMARA	(M16) Adidas Runners Warsaw	5:27.24

33	Bieg 13	3	Mateusz SAŁEK	(M16) Adidas Runners Warsaw	5:27.36
34	Bieg 19	19	Adrian PRZYBYSZ	(M16) Skb Dzik	5:27.48
35	Bieg 13	5	Filip SOBCZAK	(M16) Łódź	5:29.87
36	Bieg 15	10	Mateusz SEKUŁA	(M16) Stare Babice Biegają	5:30.32
37	Bieg 13	6	Adrian SKRZYPCZAK	(M16) Nieporęt	5:32.17
38	Bieg 13	7	Mateusz ZGODA	(M16) Naprzód Młociny	5:32.72
39	Bieg 13	8	Konrad ZDUNEK	(M16) Brak	5:32.86
40	Bieg 9	3	Paweł KOŁODZIEJSKI	(M16) WTS Deski	5:37.41
41	Bieg 14	6	Michał PACKI	(M16) Wieluń Biega	5:37.92
42	Bieg 17	21	Dariusz STRZAŁKOWSKI	(M16) Zespół Szkół Specjalnych Nr 105	5:38.86
43	Bieg 13	12	Krzysztof BONDAR	(M16) Adidas Runners Warsaw	5:40.09
44	Bieg 16	15	Emanuel GŁÓD	(M16) Uks Bieganie Stryszawa	5:44.36
45	Bieg 14	12	Damian MARCIŃCZYK	(M16) Sudeckie Wycieczki Biegowe	5:44.41
46	Bieg 4	1	Aleksander KWAPIS	(M16) Opacz-Kolonia	5:45.55
47	Bieg 9	4	Mikołaj DUBANIK	(M16) Warszawa	5:45.62
48	Bieg 8	3	Marcin KUŻMA	(M16) Stryj	5:47.27
49	Bieg 14	15	Oliver KUNC	(M16) We Run Lx	5:48.58
50	Bieg 7	3	Adam ZAWIASA	(M16) TEAM Biegaj Pod Okiem Trenera	5:49.74
51	Bieg 6	1	Tomasz GOGOL	(M16) Warszawa	5:49.92
52	Bieg 15	13	Kacper SZCZĘSNY	(M16) Bóbr Tłuszcz	5:50.14
53	Bieg 7	5	Tomasz USAREK	(M16) Warszawa	5:51.26
54	Bieg 6	2	Artur ŁUKIANOW	(M16) Adidas Runners Warsaw	5:53.52
55	Bieg 1	1	Marek ŁĘCKI	(M16) Pruszków	5:54.99
56	Bieg 9	6	Patryk KELLER	(M16) Łiszczacy Biegają	5:55.47
57	Bieg 19	23	Rafał NASIŁOWSKI	(M16) Decathlon	5:58.46
58	Bieg 8	7	Bartosz PULIT	(M16) Ostrowiec Świętokrzyski	5:59.25
59	Bieg 11	3	Kuba QUE	(M16) Warszawa	6:02.75
60	Bieg 8	10	Kamil PAWELEC	(M16) Pzu Sport Team	6:03.37
61	Bieg 9	7	Piotr BUGARA	(M16) Bydgoszcz	6:05.79
62	Bieg 9	8	Bartłomiej WIŚNIEWSKI	(M16) Warszawa	6:05.89
63	Bieg 4	2	Bartosz KAWECKI	(M16) Warszawa	6:08.48
64	Bieg 2	1	Arkadiusz WOŹNY	(M16) Warszawa	6:08.60
65	Bieg 16	17	Mateusz KRZYŻANOWSKI	(M16) Warszawa	6:10.18
66	Bieg 7	11	Hubert WIATROWSKI	(M16) wiatrowski.pl	6:14.47
67	Bieg 10	3	Michał WOŹNY		6:17.77
68	Bieg 2	2	Damian PANEK	(M16) Warszawa	6:19.83
69	Bieg 3	1	Wiktor ULIK	(M16) Kunów	6:25.48
70	Bieg 3	2	Ignacy TYSZKA	(M16) Piaseczno	6:26.87
71	Bieg 8	18	Sebastian KOWALIK	(M16) Warszawa	6:29.88
72	Bieg 5	9	Przemysław PANASZEWSKI	(M16) Warszawa	6:30.45
73	Bieg 7	14	Oskar BĄK	(M16) Drużyna Szpiku	6:38.20
74	Bieg 7	17	Michał WIŚNIEWSKI	(M16) Karczew	6:46.63
75	Bieg 5	12	Jędrzej ŚWIĘCICKI	(M16) Laga Warszawa	6:48.68
76	Bieg 10	6	Andrzej WŁODARCZYK	(M16) RETRO	6:49.32
77	Bieg 6	15	Kamil KIEJKO	(M16) Stock	6:55.89
78	Bieg 1	9	Dominik MAZURKIEWICZ	(M16) Warszawa	7:28.83
79	Bieg 2	7	Jan SCHULZ	(M16) Warszawa	7:32.52
80	Bieg 10	7	Piotr BIAŁAS	(M16) RETRO BIEG	7:35.87
81	Bieg 2	9	Marcin KUŚMIERSKI-KUŚMIERCZYK	(M16) Warszawa	
7:44.36					
82	Bieg 2	10	Kamil MAŁKIEWICZ	(M16) Warszawa	7:48.59
	Bieg 19	DNF	Łukasz STANIAK	(M16) Vege Runners	DNF

KATEGORIA: M30

1	Bieg 19	3	Paweł ROZMIANIEC	(M30) Olsztyn	4:31.77
2	Bieg 18	1	Rafał WRONOWSKI	(M30) Banie Mazurskie	4:33.88
3	Bieg 19	8	Paweł CZYŻKOWSKI	(M30) Mkb Dreptak	4:41.27
4	Bieg 18	7	Wawrzyniec PAWSKI	(M30) Zakopane	4:48.51
5	Bieg 12	3	PEREIRA Oswald RODRIGO	(M30) Wild For The Run	4:55.80
6	Bieg 19	12	Jacek MEJER	(M30) Drużyna Szpiku / AsicsFrontRunnerPoland	4:56.03
7	Bieg 17	4	Grzegorz KULIS	(M30) Warszawa	4:56.99
8	Bieg 12	4	Tomasz BAGROWSKI	(M30) Radość Biegania	4:57.51
9	Bieg 19	13	Paweł OLSZEWSKI	(M30) Warszawiacy	4:59.41
10	Bieg 16	2	Jarosław SAŁAMACHA	(M30) Żórawski Team	5:00.02
11	Bieg 16	3	Paweł WITKOWSKI	(M30) Wieliszew Heron Team	5:02.65
12	Bieg 17	8	Rafał STANKOWSKI	(M30) Ożarów Mazowiecki	5:10.14
13	Bieg 17	9	Dariusz PRZEWOŹNY	(M30) Pruszków	5:11.61
14	Bieg 17	13	Paweł GAWRON	(M30) Axa Running Team	5:14.49
15	Bieg 15	3	Karol MARSZYCKI	(M30) Jeziórko	5:16.44
16	Bieg 16	6	Sebastian JANKOWSKI	(M30) Wieliszew Heron Team	5:17.57
17	Bieg 19	16	Bartosz OLSZEWSKI	(M30) Warszawa	5:19.50
18	Bieg 12	9	Sebastian WOJCIECHOWSKI	(M30) Vege Runners	5:20.19
19	Bieg 18	11	Łukasz WOJTYNA	(M30) 12Tri.pl	5:20.66
20	Bieg 15	6	Krzysztof WIŚNIEWSKI	(M30) Biegaj Pod Okiem Trenera	5:20.86
21	Bieg 14	1	Michał JASNOWSKI	(M30) Warszawa	5:23.46
22	Bieg 13	4	Łukasz AMBROZIK	(M30) Żyrardów	5:28.82
23	Bieg 16	11	Michał KUREK	(M30) Warszawa	5:29.13
24	Bieg 12	10	Kamil KALKA	(M30) Rkathletics	5:32.11
25	Bieg 14	5	Kris GIERAK	(M30) Bzwbk Runners	5:37.69
26	Bieg 14	7	Mariusz KĘDZIORA	(M30) Pgb Sportowa Paczka	5:38.69
27	Bieg 8	1	Damian ROŻEJ	(M30) Warszawa	5:39.92
28	Bieg 13	13	Rafał BIELIŃSKI	(M30) Powązki	5:42.72
29	Bieg 7	2	Grzegorz PAŁYSA	(M30) Piekarnia Oskroba	5:43.54
30	Bieg 12	13	Marcin DULNIK	(M30) Asics FrontRunner Poland	5:45.62
31	Bieg 13	14	Jerzy ROSTWOROWSKI	(M30) Warszawa	5:45.68
32	Bieg 12	14	Piotr GALUS	(M30) Warszawa	5:46.58
33	Bieg 8	4	Łukasz MATUSZEWSKI	(M30) Sbrt Warszawa	5:49.17
34	Bieg 8	5	Adam ONOSZKO	(M30) Sokółka	5:51.78
35	Bieg 7	7	Marcin WESOŁOWSKI	(M30) Warszawa	5:53.54
36	Bieg 13	18	Michał ZDUNEK	(M30) Eurosoft Team	5:59.01
37	Bieg 15	14	Daniel SZTOMBER	(M30) Axa Running Team	6:00.51
38	Bieg 11	2	Sebastian MILA	(M30) Koszalin	6:01.31
39	Bieg 13	19	Tomasz SĘK	(M30) Piastów	6:02.59
40	Bieg 5	1	Michał WIECZOREK	(M30) Accelerating Poland	6:03.12
41	Bieg 10	1	Tomasz KARCZEWSKI	(M30) Retro Bieg	6:03.38
42	Bieg 12	16	Marcin CHŁOPĄS	(M30) Lost Rooms	6:04.15
43	Bieg 10	2	Krzysztof ZAJĄC	(M30) Retro liga KSRH	6:05.17
44	Bieg 7	10	Krzysztof WAŻNY	(M30) Warszawa	6:11.11
45	Bieg 8	14	Piotr MOŚCICKI	(M30) Roadtobiegzeznika	6:13.06
46	Bieg 8	15	Leszek MAŁECKI	(M30) Dzika Panda	6:14.07
47	Bieg 9	9	Bartłomiej CIASTEK	(M30) Parzniew	6:17.05
48	Bieg 9	12	Mieszko CYNKIER	(M30) Żyrardów	6:19.30
49	Bieg 8	17	Dariusz ŁUKASZEWSKI	(M30) Warszawa	6:19.64
50	Bieg 1	3	Maciej JAMBOR	(M30) Warszawa	6:22.67
51	Bieg 10	4	Witold WALCZAK	(M30) Bieg Retro	6:24.09

52	Bieg 6	7	Mateusz GOTZ	(M30) Warszawa	6:24.44
53	Bieg 5	7	Przemysław SZACIŁOWSKI	(M30) Białystok	6:25.73
54	Bieg 12	17	Radosław CHMIELEWSKI	(M30) Żyjesz.pl	6:27.03
55	Bieg 5	8	Maciej URBAŃSKI	(M30) Logwin Team	6:27.10
56	Bieg 4	4	Tomasz KANIEWSKI	(M30) Kb Ożarów Mazowiecki Biega	6:29.11
57	Bieg 11	9	Tomasz LESKIER	(M30) Warszawa	6:29.77
58	Bieg 9	16	Michał CZECHOWSKI	(M30) Warszawa	6:29.95
59	Bieg 12	18	Marcel MIERZICKI	(M30) Power Training	6:34.80
60	Bieg 5	10	Łukasz CEMBROWICZ	(M30) Warszawa	6:37.03
61	Bieg 7	15	Paweł SZYMAŃSKI	(M30) Warszawa	6:38.99
62	Bieg 1	4	Michał JAMBOR	(M30) Bractwo Biegowe Bgk	6:42.82
63	Bieg 7	18	Tomasz BRUSOKAS	(M30) Warszawa	6:51.75
64	Bieg 1	5	Artur BEDNARSKI	(M30) Warszawa	6:52.08
65	Bieg 4	7	Tomasz FOK	(M30) Warszawa	6:54.96
66	Bieg 3	4	Sławomir JURCZAK	(M30) Slavo.pl	6:57.47
67	Bieg 11	13	Paweł BERNACIAK	(M30) Gabryelin	6:57.70
68	Bieg 4	9	Marcin KOWALSKI	(M30) Warszawa	7:04.36
69	Bieg 12	20	Wojtek SANECKI	(M30) Biegam Bo Muszę	7:04.44
70	Bieg 1	6	Grzegorz WRONIEWSKI	(M30) Legia	7:09.29
71	Bieg 3	7	Michał POLAK	(M30) Warszawa	7:11.31
72	Bieg 11	14	Szymon MICHAŁEK	(M30) W Serii Z Tomkiem Smokowskim	7:13.47
73	Bieg 1	7	Jarosław RYDZEWSKI	(M30) Węgrów	7:13.80
74	Bieg 4	12	Tomasz KRASUSKI	(M30) Warszawa	7:14.48
75	Bieg 2	5	Maciej PAŃCZUK	(M30) Warszawa	7:21.58
76	Bieg 4	15	Mariusz AMPULSKI	(M30) Nasielsk Baszta Team	7:24.07
77	Bieg 4	16	Krzysztof DYKIER	(M30) Kosewko	7:24.81
78	Bieg 6	18	Łukasz KOZŁOWSKI	(M30) Żyrardów	7:27.55
79	Bieg 3	9	Krzysztof PANFIL	(M30) Warszawa	7:30.58
80	Bieg 11	17	Maciej HARTFIL	(M30) Warszawa	7:31.10
81	Bieg 4	19	Marcin KOPCZYK	(M30) Warszawa	7:34.98
82	Bieg 2	12	Michał MAZURKIEWICZ	(M30) Wkurw_team	8:03.08
83	Bieg 1	14	Tomasz SALAMON	(M30) Bydgoszcz	8:33.85
84	Bieg 10	8	Michał JĘDRAK	(M30) Retro Liga	9:53.01
	Bieg 18	DNF	Mariusz ROGOZIK	(M30) Warszawa	DNF

KATEGORIA: M40

1	Bieg 18	6	Andrzej CZERWIŃSKI	(M40) biegaMY	4:48.18
2	Bieg 18	8	Marek WILCZURA	(M40) Ks Staszewscy / Liga Starszych	4:52.92
3	Bieg 18	10	Konrad KOBIAŁKA	(M40) Rkathletics	4:55.90
4	Bieg 17	6	Tomasz ŁUCZYŃSKI	(M40) treningibiegowe.pl/Adidas Runners	4:58.25
5	Bieg 12	6	Tomasz LIPIEC	(M40) Lipiec Running Team	5:06.29
6	Bieg 19	15	Dariusz KORZENIOWSKI	(M40) Acceleratin Poland	5:09.89
7	Bieg 17	10	Zbigniew DZIĘGIELEWSKI	(M40) Treningibiegowe.pl	5:12.15
8	Bieg 15	4	Błażej WIATROWSKI	(M40) wiatrowski.pl	5:17.31
9	Bieg 17	16	Lubomir LUBAS	(M40) Trinergy Team	5:20.54
10	Bieg 15	7	Melchior SZCZEPANIK	(M40) Warszawa	5:22.20
11	Bieg 15	8	Marcin CIESIELSKI	(M40) Ab Team	5:23.03
12	Bieg 15	9	Mirosław MIELNICZUK	(M40) Warszawa	5:24.65
13	Bieg 16	8	Krzysztof WOŹNIAK	(M40) innogy runners	5:25.26
14	Bieg 17	18	Michał MIRECKI	(M40) Warszawa	5:26.11
15	Bieg 17	20	Mariusz MICHALAK	(M40) Warszawa	5:27.32
16	Bieg 16	10	Robert MARCZUK	(M40) Warszawa	5:27.82
17	Bieg 12	11	Kamil DĄBROWA	(M40) Meloradio	5:34.46

18	Bieg 14	4	Tomas GREWIŃSKI	(M40) Lipiec Running Team	5:36.57
19	Bieg 16	12	Mariusz KURMANEK	(M40) Klub Biegacza Rtv Euro Agd	5:36.61
20	Bieg 16	13	Michał MACIOPA	(M40) Warszawa	5:38.22
21	Bieg 14	10	Jarosław GLINICKI	(M40) Warszawa	5:41.58
22	Bieg 8	2	Krzysztof MAKSYMIK	(M40) Adidas Runners Warsaw	5:41.94
23	Bieg 14	11	Marek GRUZA	(M40) Nowy Dwór Mazowiecki	5:42.01
24	Bieg 16	14	Jacek BZURA	(M40) Legia Run Club	5:44.15
25	Bieg 16	16	Mariusz AUGUSTYNIAK	(M40) Marki	5:45.42
26	Bieg 13	15	Edward PRUSZYŃSKI	(M40) Kb Ożarów Mazowiecki Biega	5:46.13
27	Bieg 9	5	Remigiusz GAŁKA	(M40) Bartek Trenuje Team	5:51.16
28	Bieg 13	16	Radosław FIJAŁKOWSKI		5:51.17
29	Bieg 13	17	Łukasz PISARSKI	(M40) Warszawa	5:51.59
30	Bieg 7	6	Daniel WALCZAK	(M40) Biegam Bo Lubię Ząbki Team	5:51.86
31	Bieg 14	16	Waldemar JASKÓŁOWSKI	(M40) Mazoviaproactivciechanów	5:57.89
32	Bieg 14	17	Cezary KMIEĆ	(M40) Naprzód Młociny	5:58.75
33	Bieg 11	4	Tomasz SMOKOWSKI	(M40) Warszawa	6:03.40
34	Bieg 8	11	Andrzej KUCHARCZYK	(M40) Warszawa	6:03.85
35	Bieg 14	19	Marcin ŁACIAK	(M40) Warszawa	6:04.16
36	Bieg 8	12	Jarosław PŁONKA	(M40) Warszawa	6:04.90
37	Bieg 13	20	Paweł PAŃTA		6:04.91
38	Bieg 13	21	Klaudiusz URBAŃSKI	(M40) Otwock	6:06.02
39	Bieg 15	15	Jacek BRZOZOWSKI	(M40) Uniwersytet W Białymstoku	6:08.20
40	Bieg 11	5	Norbert DUMAŃSKI	(M40) Warszawa	6:08.30
41	Bieg 4	3	Mariusz KELLER	(M40) Ślężacy Biegają	6:10.54
42	Bieg 1	2	Krzysztof HRYCKO	(M40) Żurawski team	6:14.88
43	Bieg 7	12	Mariusz SUCHODOLSKI	(M40) Ks Staszewscy	6:15.68
44	Bieg 6	4	Adrian GNIEWKOWSKI	(M40) Opypy	6:16.45
45	Bieg 5	4	Artur MIKICIUK	(M40) Warszawa	6:16.47
46	Bieg 9	10	Krzysztof JEŻ	(M40) Warszawa	6:17.31
47	Bieg 6	5	Daniel KILIAN	(M40) Pwpw S.a.	6:19.49
48	Bieg 6	6	Artur DUDKOWSKI	(M40) Warszawa	6:19.84
49	Bieg 11	6	Konrad PIASECKI		6:20.70
50	Bieg 13	22	Konrad BUCZYŁO	(M40) Warszawa	6:25.65
51	Bieg 11	7	Tomasz LIPIŃSKI	(M40) Canal+	6:25.72
52	Bieg 9	15	Lech DUTKIEWICZ	(M40) Warszawa	6:27.41
53	Bieg 4	5	Filip KWIATKOWSKI	(M40) Warszawa	6:29.19
54	Bieg 6	8	Albert JAWORSKI	(M40) Warszawa	6:29.51
55	Bieg 11	8	Wojciech PAŃCZYK	(M40) The Pańczyks	6:29.69
56	Bieg 9	17	Maciej KIETLIŃSKI	(M40) Warszawa	6:30.08
57	Bieg 6	9	Szymon MAZURKIEWICZ	(M40) Warszawa	6:32.83
58	Bieg 11	10	Łukasz WIDULIŃSKI	(M40) Brak	6:34.19
59	Bieg 6	10	Łukasz GOŁĘBIEWSKI	(M40) Warszawa	6:35.05
60	Bieg 12	19	Darek SOKOŁOWSKI	(M40) Azs Warszawa	6:40.44
61	Bieg 10	5	Daniel PAŁYGA	(M40) STOWARZYSZENIE HISTORYCZNE 10 PP	6:41.50
62	Bieg 6	11	Piotr GAŚCZCZ	(M40) Warszawa	6:43.82
63	Bieg 11	12	Andrzej TWAROWSKI	(M40) Zapinamy Pasy Radio	6:46.51
64	Bieg 5	11	Maciej ŚWIĘCICKI	(M40) Laski	6:48.67
65	Bieg 3	3	Bartosz ZAMOJSKI	(M40) Miechowicka Grupa Biegowa	6:54.01
66	Bieg 3	5	Cezary PASZKOWSKI	(M40) Warszawa	6:59.02
67	Bieg 16	18	Arkadiusz BUTOR	(M40) Ostrów Biega	7:02.03
68	Bieg 6	17	Aleksander JANISZEWSKI	(M40) Warszawa	7:07.64
69	Bieg 3	6	Artur MAJEWSKI	(M40) Warszawa	7:09.05

70	Bieg 4	11	Marcin MARCZEWSKI	(M40) Resilia Bemowo	7:12.24
71	Bieg 4	13	Robert MACKIEWICZ	(M40) Łomianki	7:18.74
72	Bieg 3	8	Arkadiusz BANASZCZYK	(M40) #runmen	7:19.59
73	Bieg 7	21	Wojciech BUDNIAK	(M40) Warszawa	7:25.38
74	Bieg 11	15	Rafał DARŻYNKIEWICZ	(M40) Józefostaw	7:26.35
75	Bieg 11	18	Przemysław RUDZKI	(M40) Warszawa	7:36.27
76	Bieg 2	8	Tomasz WITEK	(M40) Nowy Dwór Mazowiecki	7:39.90
77	Bieg 12	21	Maciej TABISZEWSKI	(M40) Warszawa	8:03.03
78	Bieg 2	14	Maciej NOWICKI	(M40) Warszawa	8:13.83
79	Bieg 1	11	Janusz SAMEL		8:15.68
	Bieg 18	DNF	Piotr MAJ	(M40) Trinergy Team	DNF

KATEGORIA: M50

1	Bieg 12	7	Robert KORZENIOWSKI	(M50) RK Athletics	5:08.03
2	Bieg 14	2	Czarek KNAP	(M50) Arkońska Mila / Hoża Team	5:29.00
3	Bieg 14	3	Dariusz KOSIOREK	(M50) Adidas Runners Warsaw	5:30.98
4	Bieg 13	9	Bogdan ŻEWŁAKOW	(M50) Kraków	5:34.14
5	Bieg 7	1	Wojciech STASZEWSKI	(M50) Ks Staszewscy	5:37.74
6	Bieg 14	8	Jarosław JANIUK	(M50) Białystok	5:39.54
7	Bieg 13	11	Adam ZAJĄC	(M50) Naprzód Młociny	5:39.57
8	Bieg 14	9	Ryszard ŁUKASZEWICZ	(M50) Warszawa	5:40.58
9	Bieg 12	12	Dariusz STRZESZEWSKI	(M50) Goleniów	5:42.06
10	Bieg 15	12	Leszek PIENIAŻEK	(M50) Ortoreh Team	5:49.35
11	Bieg 11	1	Sławomir SZCZĘSNY	(M50) Warszawa	5:55.83
12	Bieg 8	6	Paweł POMASKI	(M50) Adidas Runner's Warsaw	5:57.83
13	Bieg 8	8	Sławomir RUTKOWSKI	(M50) Warszawa	6:00.71
14	Bieg 12	15	Artur KOSTRZEWA	(M50) dziennikarz	6:02.62
15	Bieg 7	13	Wojciech SKOWROŃSKI	(M50) Bz Wbk Runners Team	6:17.99
16	Bieg 1	8	Marek ŻYWIEN	(M50) Warszawa	7:16.21
17	Bieg 11	16	Rafał NAHORNY	(M50) Canal+Sport	7:27.65
18	Bieg 17	22	Leszek JUSZCZAK	(M50) Strzelec Żyrardów	7:44.19
19	Bieg 4	20	Bertrand LEGUERN	(M50) Konstancin-Jeziorna	7:44.94
20	Bieg 2	11	Marek MAJEWSKI	(M50) Wilanów-Zawady	7:59.12

KATEGORIA: M60

1	Bieg 7	9	Janusz SYSUŁA	(M60) Białystok	6:07.17
2	Bieg 5	14	Janusz WAWROWSKI	(M60) Nat-Com	6:55.27
3	Bieg 3	14	Jerzy MICHALAK	(M60) Kb Im. P.sekowskiego W Plonsku	7:59.06
4	Bieg 14	20	Jacek DOMAŃSKI		8:11.00
5	Bieg 1	13	Jacek SOBOLSKI	(M60) Jordanów	8:16.88
6	Bieg 2	15	Józef KĄKIEL	(M60) Warszawa	8:21.65
7	Bieg 3	19	Marek GLASSER	(M60) Warszawa	8:45.91
8	Bieg 3	21	Jerzy CZECHOWSKI	(M60) Mza-Warszawa	9:34.51

KATEGORIA: PRO

1	Bieg 19	2	Piotr MIELEWCZYK	(PRO) Korporunner	4:25.74
2	Bieg 19	5	Piotr CYPRYAŃSKI	(PRO) Runfollowme	4:36.50
3	Bieg 17	3	Grzegorz PILISZEK	(PRO) Rk Athletics	4:45.80
4	Bieg 17	7	Maciej DUCZYŃSKI	(PRO) Kaczmar Project	4:59.32
5	Bieg 16	5	Artur CZERWOŃSKI	(PRO) Widłorogi	5:17.23
6	Bieg 17	19	Jacek NOWAKOWSKI	(PRO) Ks Niemaniemogę	5:26.91
7	Bieg 9	2	Maciej GACH	(PRO) Azs Uniwersytet Warszawski	5:27.01
8	Bieg 18	12	Michał SURTEL	(PRO) Kaczmar Project	5:29.65
9	Bieg 19	21	Mariola ŚLUSARCZYK	(PRO) Warszawa	5:46.27

KATEGORIA: K10

1	Bieg 7	1	Oliwia JUNG-RĄBALSKA	(K10) AWF	1:15.31
2	Bieg 6	2	Łucja KOCHMAŃSKA	(K10) Klampa Ciechanów	1:17.16
3	Bieg 7	2	Maja MICHAŁKIEWICZ	(K10) Warszawa	1:17.27
4	Bieg 5	1	Lena ZAMOJSKA	(K10) Miechowicka Grupa Biegowa	1:18.82
5	Bieg 6	4	Zofia TOMCZYK	(K10) Tomaszów Maz	1:21.02
6	Bieg 7	3	Amelia WÓJCIK	(K10) Glinianka	1:21.28
7	Bieg 5	3	Zuzia MAJEWSKA	(K10) Warszawa	1:21.81
8	Bieg 7	4	Karolina STANULA	(K10) Warszawa	1:23.03
9	Bieg 7	7	Michalina ŚCIUBA	(K10) Warszawa	1:24.67
10	Bieg 7	8	Zofia PROTAS	(K10) Warszawa	1:25.97
11	Bieg 7	9	Martyna LUDWINIAK	(K10) Warszawa	1:27.20
12	Bieg 5	6	Lena PŁONKA	(K10) Sp307	1:28.58
13	Bieg 5	8	Weronika PASZKOWSKA	(K10) Warszawa	1:30.99
14	Bieg 6	6	Ania SULIŃSKA	(K10) Warszawa	1:31.28
15	Bieg 6	7	Hanna BŁUŚ	(K10) Warszawa	1:32.72
16	Bieg 7	11	Helene LEGUERN	(K10) Konstancin-Jeziorna	1:33.74
17	Bieg 5	10	Emma PŁONKA	(K10) Sp307	1:35.42
18	Bieg 6	9	Martyna PINGWARA	(K10) Warszawa	1:36.13
19	Bieg 5	11	Katarzyna GROCHOWALSKA	(K10) Warszawa	1:55.05
20	Bieg 5	12	Gabriela JURCZAK	(K10) Slavo.pl	1:57.12

KATEGORIA: K7

1	Bieg 4	1	Zofia STOMA	(K7) AZS AWF Warszawa	1:19.62
2	Bieg 3	2	Lena POGODA	(K7) Warszawa	1:21.59
3	Bieg 4	3	Łucja KWAŚNIEWSKA	(K7) AZS AWF	1:23.59
4	Bieg 4	4	Pola SMOLARCZYK	(K7) KS WARSZAWIANKA	1:25.64
5	Bieg 4	5	Alicja WÓJCIK	(K7) Glinianka	1:25.72
6	Bieg 3	5	Karolina KIEWRA	(K7) Naprzód Młociny	1:27.89
7	Bieg 2	2	Liliana HARTFIL	(K7) Azs Awf Warszawa	1:28.98
8	Bieg 2	3	Maria ŁOPATKA	(K7) Promotion Góra Żar	1:30.19
9	Bieg 2	4	Asia LUTOMIRSKA	(K7) Azs Awf Warszawa	1:31.12
10	Bieg 2	6	Matylda STANISZEWSKA	(K7) Azs Awf Warszawa	1:32.14
11	Bieg 1	3	Kornelia CIEŚLAK	(K7) Mazovia Proactive	1:35.95
12	Bieg 1	5	Nadia WILKOS	(K7) Zso Sto Nr 1	1:39.33
13	Bieg 2	8	Marianna LEGUERN	(K7) Konstancin-Jeziorna	1:39.56
14	Bieg 1	6	Ola LINDNER	(K7) Warszawa	1:43.97
15	Bieg 2	12	Urszula LASOCKA	(K7) AZS AWF Warszawa	1:45.36
16	Bieg 1	7	Urszula JAROSŁAWSKA	(K7) Rk Athletics	1:46.02
17	Bieg 2	13	Marysia SULIŃSKA	(K7) Warszawa	1:47.08
18	Bieg 2	14	Weronika WOJCIECHOWSKA	(K7) Klampa Ciechanów	1:47.49
19	Bieg 2	15	Łucja KANIEWSKA	(K7) Ożarów Mazowiecki	1:48.69
20	Bieg 4	10	Aleksandra JURCZAK	(K7) Slavo.pl	1:53.58
21	Bieg 2	16	Lena OLSZEWSKA	(K7) Radom	1:56.93
22	Bieg 3	13	Antonina MIECZNIKOWSKA	(K7) Warszawa	1:58.82
23	Bieg 2	17	Victoria BIEŃKOWSKA	(K7) Warszawa	2:04.12
24	Bieg 3	14	Martyna ZYCH	(K7) Warszawa	2:04.53
25	Bieg 2	19	Magdalena KOWALSKA	(K7) Klampa Ciechanów	2:14.70

KATEGORIA: M10

1	Bieg 6	1	Mateusz NOWAK	(M10) Miechowicka Grupa Biegowa	1:17.13
2	Bieg 6	3	Janek KACZOROWSKI	(M10) AZS AWF Warszawa	1:20.26
3	Bieg 5	2	Paweł PUWALSKI	(M10) Warszawa	1:20.35
4	Bieg 5	4	Filip WENCEL	(M10) Lomianki Dolne	1:22.15

5	Bieg 7	5	Jakub DOBROWOLSKI	(M10) Warszawa	1:23.62
6	Bieg 6	5	Maciej TOMCZYK	(M10) Tomaszów Maz	1:24.27
7	Bieg 7	6	Rafał KRUPA	(M10) Azswarszawa	1:24.49
8	Bieg 5	5	Wojciech MIRECKI	(M10) Warszawa	1:27.74
9	Bieg 7	10	Krzysztof KURCZ	(M10) Serock	1:29.65
10	Bieg 5	7	Wiktor LINDNER	(M10) Warszawa	1:30.41
11	Bieg 7	12	Filip KROCHMALSKI	(M10) Krochmale	1:34.17
12	Bieg 5	9	Szymon ZIELIŃSKI	(M10) Warszawa	1:34.28
13	Bieg 6	8	Franek WOJDYŁO	(M10) AZS AWF	1:34.70
14	Bieg 7	13	Jan BARCHOŃ	(M10) Warszawa	1:36.31
15	Bieg 6	10	Konstanty LESZCZYŃSKI	(M10) Warszawa	1:38.10
16	Bieg 6	11	Aleksander KOPKA	(M10) Nowa Iwiczna	2:03.01

KATEGORIA: M7

1	Bieg 3	1	Marcin MAKSYMIOUK	(M7) Azs Awf Warszawa	1:11.64
2	Bieg 4	2	Rysiek ŁATACZ	(M7) AZS AWF	1:22.78
3	Bieg 3	3	Tomasz WRÓBLEWSKI	(M7) Klampa	1:22.79
4	Bieg 3	4	Grzegorz LINDNER	(M7) Warszawa	1:25.02
5	Bieg 2	1	Seweryn KOSIK	(M7) Biegi Grodzisk Mazowiecki	1:27.10
6	Bieg 1	1	Filip GOŁĘBIEWSKI	(M7) Warszawa	1:28.94
7	Bieg 3	6	Grzegorz KIEWRA	(M7) Naprzód Młociny	1:30.84
8	Bieg 2	5	Aleksander DOBROWOLSKI	(M7) AZS AWF Warszawa	1:31.18
9	Bieg 3	7	Julian MIKICIUK	(M7) Warszawa	1:32.70
10	Bieg 3	8	Karol WITEK	(M7) Nowy Dwór Mazowiecki	1:32.92
11	Bieg 3	9	Wojciech SZYMANCZAK	(M7) Warszawa	1:33.37
12	Bieg 4	6	Mikołaj MARCZEWSKI	(M7) Resilia Bemowo	1:33.53
13	Bieg 1	2	Antek BALCERSKI	(M7) Konstancin-Jeziorna	1:34.11
14	Bieg 1	4	Wojciech FILIPEK	(M7) Warszawa	1:36.22
15	Bieg 4	7	Jan ŁACIAK	(M7) GIM92	1:36.22
16	Bieg 3	10	Mateusz GOŁĘBIEWSKI	(M7) Warszawa	1:37.33
17	Bieg 2	7	Fryderyk GZOWSKI	(M7) Warszawa	1:37.74
18	Bieg 3	11	Aleksander WIERZBICKI	(M7) Warszawa	1:41.84
19	Bieg 2	9	Oliwier ZDZIEBORSKI	(M7) Rk-Athletics	1:42.82
20	Bieg 2	10	Olivier BANASZCZYK	(M7) #runmen	1:44.52
21	Bieg 2	11	Paweł PROTAS	(M7) Warszawa	1:44.71
22	Bieg 4	8	Wiktor MIĘKUS	(M7) Warszawa	1:44.73
23	Bieg 4	9	NIEDŹWIADEK Beniamin MISIAK	(M7) Warszawa	

1:46.88

24	Bieg 1	8	Paweł SUSABOWSKI	(M7) Baszkówka	1:48.49
25	Bieg 1	9	Max BANASZCZYK	(M7) #runmen	1:52.76
26	Bieg 1	10	Ignacy KROCHMALSKI	(M7) Krochmale	1:53.82
27	Bieg 1	11	Tomek MAJEWSKI	(M7) Warszawa	1:54.45
28	Bieg 3	12	Andrzej KACPRZAK	(M7) Rk Athletics	1:54.87
29	Bieg 1	12	Hania PŁOŃSKA	(M7) Józefosław	1:55.14
30	Bieg 4	11	Dawid BOGDAN	(M7) SP209	1:55.81
31	Bieg 2	18	Mateusz SEWERYN	(M7) Warszawa	2:11.76
32	Bieg 1	13	Robert WCISLY	(M7) Warszawa	3:25.27

KATEGORIA: K12

1	Bieg 1	3	Zofia LEWANDOWSKA	(K12) Nowa Iwiczna	2:46.15
2	Bieg 1	7	Oliwia PIĄTKOWSKA	(K12) AZS AWF Warszawa	2:53.86
3	Bieg 2	3	Joanna PIASECKA	(K12) azs awf	2:55.96

4	Bieg 1	8	Ola DANEK	(K12) Trinergy.pl	2:58.88
5	Bieg 1	9	Amelia LUDWINIAK	(K12) Warszawa	2:59.80
6	Bieg 1	10	Monika NOWAK	(K12) Mks Ochota Warszawa	3:00.09
7	Bieg 2	4	Julia SMOLARCZYK	(K12) KS WARSZAWIANKA	3:01.31
8	Bieg 2	5	Karolina KRUPA	(K12) AZS AWF WARSZAWA	3:05.85
9	Bieg 2	6	Marta WITEK	(K12) Nowy Dwór Mazowiecki	3:18.81
10	Bieg 2	7	Natalia DUDEK	(K12) Warszawa	3:21.47

KATEGORIA: K14

1	Bieg 3	3	Maja NOWAK	(K14) Mks Ochota Warszawa	2:34.42
2	Bieg 3	6	Aleksandra PAWLAK	(K14) AZS AWF WARSZAWA	3:04.40
3	Bieg 3	7	Zuzanna MATERKOWSKA	(K14) -	3:06.63
4	Bieg 3	8	Eleonora BOLESTA-BORKOWSKA	(K14) Warszawa	

3:54.24

KATEGORIA: M12

1	Bieg 1	1	Franciszek MIRECKI	(M12) Warszawa	2:42.59
2	Bieg 1	2	Antoni ŁACIAK	(M12) Warszawa	2:43.05
3	Bieg 2	1	Stanisław PIASECKI	(M12) azs awf	2:45.98
4	Bieg 1	4	Wojciech POGODA	(M12) Rk Athletics	2:47.55
5	Bieg 1	5	Hubert WIATROWSKI	(M12) wiatrowski.pl	2:48.15
6	Bieg 2	2	Krzysztof KUŹMIŃSKI	(M12) Warszawa	2:50.77
7	Bieg 1	6	Patryk WASILEWSKI	(M12) Łapy	2:53.29
8	Bieg 1	11	Maciej JASIŃSKI	(M12) Klampa Ciechanów	4:06.02

KATEGORIA: M14

1	Bieg 3	1	Antoni NOWICKI	(M14) Celestynów	2:24.89
2	Bieg 3	2	Marcin BOGDAN	(M14) G73	2:33.44
3	Bieg 3	4	Aleksander ULIK	(M14) Kunów	2:55.43
4	Bieg 3	5	Jędrzej OLECHOWSKI	(M14) Warszawa	3:02.28