



# PZLA Mistrzostwa Polski w Biegu na 10 000 m

MIĘDZYRZECZ, 23 kwietnia 2022



## Wyniki konkurencji

### 10000 metrów kobiet

Sędzia: LUBOWSKI Tomasz

Rekord Świata(Open)	29:01.03	GIDEY Letesenbet	ETH	Hengelo (NED)	21-06-08
Rekord Europy(Open)	29:06.82	HASSAN Sifan	NED	Hengelo (NED)	21-06-06
Rekord Polski(Open)	31:43.51	JARZYŃSKA Karolina	Niestowarzyszona	Ostrava	13-06-27
Rekord Polski(U23)	32:37.89	PYZIK Weronika	LKS Znicz Biłgoraj	Sacramento (USA)	18-05-24

Miejsce	Tor	Numer	Imię i nazwisko	Data ur.	Klub (woj)	Wynik
---------	-----	-------	-----------------	----------	------------	-------

#### Bieg 1/2

Start: 22-04-23 18:25:10

1	16	7	Aleksandra LISOWSKA	90-12-12	KS AZS UWM Olsztyn(WN)	32:55.09	PB
2	15	24	Beata TOPKA	99-01-20	ULKS Talex Borzytuchom(PM)	33:12.93	PB
3	2	15	Weronika LIZAKOWSKA	98-11-02	KUKS Remus Kościerzyna(PM)	33:14.52	
4	14	22	Kinga KRÓLIK	99-09-26	UKS Azymut Pabianice(LD)	33:16.11	PB
5	13	2	Patrycja KAPAŁA	97-03-26	AZS-AWF Katowice(SL)	33:49.96	PB
6	3	81	Julia KORALEWSKA	02-02-17	AZS-AWFis Gdańsk(PM)	33:55.13	U23(1) 25
7	17	17	Renata PLIŚ	85-02-05	MKL Maraton Świnoujście(ZP)	33:56.48	
8	11	5	Sabina JARZĄBEK	93-12-05	KKL Kielce(SK)	33:58.00	PB
9	5	83	Agnieszka CHORZĘPA	01-01-14	KS AZS AWF Warszawa(MZ)	34:30.59	U23(2) 21
10	1	87	Natalia BIELAK	02-05-10	KS SMS Szklarska Poręba(DS)	34:44.49	U23(3) 18
11	10	4	Julia AFELT	99-11-06	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL(KP)	35:04.32	PB
12	4	91	Anna ŁAWRUKAJTIS	01-08-02	RKS Rumia(PM)	36:11.77	U23(4) 16
13	8	92	Katarzyna GŁÓWCZEWSKA	01-11-23	ULKS Talex Borzytuchom(PM)	36:37.00	PB U23(5) 14
14	7	25	Małgorzata CZARNOTA	99-02-22	UMKS Nadir Jędrzejów(SK)	36:58.10	PB
15	9	30	Milena SADOWSKA	99-01-04	WMLKS Pomorze Stargard(ZP)	37:03.35	
16	6	88	Beata NIEMYJSKA	01-02-09	LKS Zantyr Sztum(PM)	37:24.52	U23(6) 12
	12	11	Olga OCHAL-KALENDAROVA	85-07-15	KS Prefbet-Sonarol(PD)	DNS	

#### Międzyczasy

1000m	17	Renata PLIŚ	3:23.13	5000m	7	Aleksandra LISOWSKA	16:48.41
2000m	7	Aleksandra LISOWSKA	6:43.60	6000m	7	Aleksandra LISOWSKA	21:19.35
3000m	7	Aleksandra LISOWSKA	10:05.68	7000m	7	Aleksandra LISOWSKA	23:16.10
4000m	17	Renata PLIŚ	13:24.91	8000m	7	Aleksandra LISOWSKA	26:31.15

#### Bieg 2/2

Start: 22-04-23 16:20:13

1	16	14	Iwona WICHA	87-11-18	KS Prefbet-Sonarol(PD)	36:50.97	PB
2	19	23	Martyna BUDZIŁEK	96-01-07	UKS Siódemka Ostrołęka(MZ)	37:27.91	PB
3	18	21	Judyta RĘBISZ	97-04-19	TL Pogoń Ruda Śląska(SL)	38:18.75	PB
4	17	3	Barbara WOJTYŁA-SIKORA	95-12-01	AZS-AWF Katowice(SL)	39:02.00	
5	5	20	Żaneta POWOLNA	95-11-20	MKS Siechnice(DS)	39:03.54	
6	9	84	Adrianna JABŁOŃSKA	00-07-11	KS AZS AWF Wrocław(DS)	39:26.73	U23(7) 10
7	4	26	Dominika ŁUKASIEWICZ	94-03-07	UMKS Nadir Jędrzejów(SK)	39:45.21	
8	6	16	Paulina GAJ	93-01-29	MCKis Jaworzno(SL)	40:47.06	
9	2	19	Marta FRĄCKOWIAK	98-12-31	MKS Siechnice(DS)	40:48.53	
10	11	93	Wiktoria METLICKA	01-12-07	ULKS Talex Borzytuchom(PM)	40:57.32	U23(8) 8
11	7	13	Sylvia WALCZAK	91-01-24	KS Prefbet-Sonarol(PD)	41:06.60	
12	12	6	Milena KĘDZIA	97-06-18	KS AZS UWM Olsztyn(WN)	41:09.75	
13	8	9	Anna ŻUCHOWSKA	98-10-11	KS AZS-AWF Biała Podlaska(LU)	41:17.28	
14	15	10	Monika NAWRAT	88-01-06	KS Prefbet-Sonarol(PD)	41:23.35	
15	14	86	Izabela WIERCIOCH	00-04-13	KS AZS-AWF Biała Podlaska(LU)	41:59.34	U23(9)
16	3	27	Klaudia SZMIGIEL	96-11-13	UMKS Nadir Jędrzejów(SK)	42:43.69	
17	1	90	Julia MORAWSKA	00-02-11	MKS Siechnice(DS)	43:05.34	U23(10)
	13	82	Anna WIECZOREK	00-12-31	KBKS Radomsko(LD)	DNF	U23
	10	85	Kinga PIETRAS	01-10-15	KS AZS AWF Wrocław(DS)	DNF	U23

Strona 1 z 2

Druk: 22-04-25 13:01:4

DNS-nie wyst., DNF-nie ukoń., DQ-dyskw., NM-bez wyn., PB-r.życ., SB-r.sez., Q,q-awans, YC-zółta kartka

MIĘDZYRZECZ 2022

Przygotowanie: DomTel Sport Timing Słupsk, tel. 602 314171 www.domtel-sport.pl



Międzyczasy					
1000m	14	Iwona WICHA	3:41.26	5000m	14 Iwona WICHA 18:26.88
2000m	14	Iwona WICHA	7:27.11	6000m	14 Iwona WICHA 22:08.19
3000m	23	Martyna BUDZIŁEK	11:07.29	7000m	14 Iwona WICHA 25:52.05
4000m	23	Martyna BUDZIŁEK	14:45.02	8000m	14 Iwona WICHA 29:34.09

## Wyniki konkurencji

Miejsce	B-G/Miejsce	Imię i nazwisko	Data ur.	Klub (woj)	Wynik	
1	Bieg 1 1	Aleksandra LISOWSKA	90-12-12	KS AZS UWM Olsztyn	32:55.09	PB
2	Bieg 1 2	Beata TOPKA	99-01-20	ULKS Talex Borzytucho	33:12.93	PB
3	Bieg 1 3	Weronika LIZAKOWSKA	98-11-02	KUKS Remus Kościerzyna	33:14.52	
4	Bieg 1 4	Kinga KRÓLIK	99-09-26	UKS Azymut Pabianice	33:16.11	PB
5	Bieg 1 5	Patrycja KAPAŁA	97-03-26	AZS-AWF Katowice	33:49.96	PB
6	Bieg 1 6	Julia KORALEWSKA	02-02-17	AZS-AWFIS Gdańsk	33:55.13	U23(1) 25
7	Bieg 1 7	Renata PLIŚ	85-02-05	MKL Maraton Świnoujście	33:56.48	
8	Bieg 1 8	Sabina JARZĄBEK	93-12-05	KKL Kielce	33:58.00	PB
9	Bieg 1 9	Agnieszka CHORZĘPA	01-01-14	KS AZS AWF Warszawa	34:30.59	U23(2) 21
10	Bieg 1 10	Natalia BIELAK	02-05-10	KS SMS Szklarska Poręba	34:44.49	U23(3) 18
11	Bieg 1 11	Julia AFELT	99-11-06	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL	35:04.32	PB
12	Bieg 1 12	Anna ŁAWRUKAJTIS	01-08-02	RKS Rumia	36:11.77	U23(4) 16
13	Bieg 1 13	Katarzyna GŁÓWCZEWSKA	01-11-23	ULKS Talex Borzytucho	36:37.00	PB U23(5) 14
14	Bieg 2 1	Iwona WICHA	87-11-18	KS Prefbet-Sonarol	36:50.97	PB
15	Bieg 1 14	Małgorzata CZARNOTA	99-02-22	UMKS Nadir Jędrzejów	36:58.10	PB
16	Bieg 1 15	Milena SADOWSKA	99-01-04	WMLKS Pomorze Stargard	37:03.35	
17	Bieg 1 16	Beata NIEMYSKA	01-02-09	LKS Zantyr Sztum	37:24.52	U23(6) 12
18	Bieg 2 2	Martyna BUDZIŁEK	96-01-07	UKS Siódemka Ostrotęka	37:27.91	PB
19	Bieg 2 3	Judyta RĘBISZ	97-04-19	TL Pogoń Ruda Śląska	38:18.75	PB
20	Bieg 2 4	Barbara WOJTYŁA-SIKORA	95-12-01	AZS-AWF Katowice	39:02.00	
21	Bieg 2 5	Żaneta POWOLNA	95-11-20	MKS Siechnice	39:03.54	
22	Bieg 2 6	Adrianna JABŁOŃSKA	00-07-11	KS AZS AWF Wrocław	39:26.73	U23(7) 10
23	Bieg 2 7	Dominika ŁUKASIEWICZ	94-03-07	UMKS Nadir Jędrzejów	39:45.21	
24	Bieg 2 8	Paulina GAJ	93-01-29	MCKiS Jaworzno	40:47.06	
25	Bieg 2 9	Marta FRĄCKOWIAK	98-12-31	MKS Siechnice	40:48.53	
26	Bieg 2 10	Wiktoria METLICKA	01-12-07	ULKS Talex Borzytucho	40:57.32	U23(8) 8
27	Bieg 2 11	Sylwia WALCZAK	91-01-24	KS Prefbet-Sonarol	41:06.60	
28	Bieg 2 12	Milena KĘDZIA	97-06-18	KS AZS UWM Olsztyn	41:09.75	
29	Bieg 2 13	Anna ŻUCHOWSKA	98-10-11	KS AZS-AWF Biała Podlaska	41:17.28	
30	Bieg 2 14	Monika NAWRAT	88-01-06	KS Prefbet-Sonarol	41:23.35	
31	Bieg 2 15	Izabela WIERCIOCH	00-04-13	KS AZS-AWF Biała Podlaska	41:59.34	U23(9)
32	Bieg 2 16	Klaudia SZMIGIEL	96-11-13	UMKS Nadir Jędrzejów	42:43.69	
33	Bieg 2 17	Julia MORAWSKA	00-02-11	MKS Siechnice	43:05.34	U23(10)
	Bieg 1 DNS	Olga OCHAL-KALENDAROVA	85-07-15	KS Prefbet-Sonarol	DNS	
	Bieg 2 DNF	Anna WIECZOREK	00-12-31	KBKS Radomsko	DNF	U23
	Bieg 2 DNF	Kinga PIETRAS	01-10-15	KS AZS AWF Wrocław	DNF	U23

### Legenda:

PB -rekord życiowy