

# Biegacze lepsi od morsów

W Lesie Śmiecińskim odbyła się druga edycja biegów przełajowych o Grand Prix Ciechanowa. Pomimo mroźnej niedzieli na linii startu przy ulicy Monte Cassino stanęło 21 biegaczy. Towarzyszyła im liczna grupa chodźców z ciechanowskiego Klubu Nordic Walking.

Zawodnicy mieli do wyboru różne dystanse w zależności od przygotowania kondycyjnego. Wytyczona trasa wcale do łatwych nie należała, udeptany śnieg zalegający nawierzchnię ścieżek był zmrożony, a miejscami oblodzony. Kilkunastostopniowy mróz do sprzymierzeńców również nie należał. Rywalizacja w biegu głównym na 10 km rozegrała się pomiędzy braćmi Piechnami. Tym razem minimalnie lepszy okazał się starszy Andrzej, który linię mety przekroczył w czasie 40 minut i 39 sekund. Włodzimierz przybiegł sekundę później. Trzecie miejsce już ze znaczną stratą czasową przypadło Szymonowi Drabczykowi (42,25) z Warszawy.

Nad prawidłowym przebiegiem marszu z kijami czuwał Krzysztof Człapski. Najpierw przeprowadził rozgrzewkę, a później przedstawił jednego z najlepszych zawodników NW w Polsce Macieja Brzezinę z Sochaczewa.

Obok wyniki na poszczególnych dystansach:



FOT. ZENON LEWANDOWSKI

**Jednemu z biegaczy tempo wyznaczał... pies**

### **Kobiety: dystans 2 km**

1. Ewelina Karolak (K-10) – 8,27 Gimnazjum 3 Ciechanów

### **dystans 4 km**

1. Katarzyna Adamska (K-20) – 20,22 Płońsk, 2. Karolina Lewandowska (K-20) – 26,44 KB Promyk Ciechanów

### **Mężczyźni: dystans 4 km**

1. Roman Przybylkiewicz (M-50) – 18,30 Promyk Ciechanów, 2. Krzysztof Wyszkowski (M-50) – 19,33 Ciechanów

### **dystans 10 km**

1. Andrzej Piechna (M-40) – 40,39; 2. Włodzimierz Piechna (M-40) – 40,40 (obaj

Promyk Ciechanów); 3. Szymon Drabczyk (M-50) – 42,25 Warszawa; 4. Remigiusz Fąderski (M-40) – 44,28 (Promyk Ciechanów); 5. Robert Szczec (M-40) – 47,42 (IPA Płońsk); 6. Krzysztof Jastrzębski (M-40) – 47,53 (Gmina Szelków); 7. Dariusz Kielbasa (M-40) – 47,55; 8. Zenon Lewandowski (M-60) – 50,50 (obaj Promyk Ciechanów); 9. Krzysztof Dąbrowski (M-60) – 50,52 (KB Accenture Warszawa); 10. Artur Kazimierski (M-40) – 52,00 (KM Aktywni Sochaczew)

### **Nordic walking: 2 km**

1. Karolina Stadnik (K-10) – 13,03; 2. Karolina Górka (K-10) – 13,30; 3. Weronika Pyrzyńska (K-10) – 14,26; 4. Monika Truszczyńska (K-10) – 14,27 (wszystkie Gimnazjum nr 4 Ciechanów); 5. Katarzyna Józwiak (K-40) – 14,40 (NW Ciechanów); 6. Paulina Kucińska (K-10) – 16,52; 7. Elżbieta Nowak (K-50) – 17,56; 8. Teresa Wypysa (K-50) – 18,12 (obydwie NW Ciechanów)

1. Artur Wiśniewski (M-40) – 13,57; 2. Sławomir Kufel (M-50) – 14,56 (obydwaj NW Ciechanów)

### **4 km**

1. Olga Kruszyńska (K-30) – 38,08 (NW Ciechanów)

1. Józef Brzezina (M-50) – 26,11 (NW SPEED Sochaczew)

### **6 km**

1. Ewa Brzezina (K-50) – 47,02 (NW SPEED Sochaczew)

1. Krzysztof Człapski (M-40) – 42,25 (NW Ciechanów)