

## VII BIEGOWY MIX ANDRZEJKOWY

W sobotę 5 grudnia w godzinach przedpołudniowych w miejscowości Majdan pod Wołominem zostały zorganizowane przez Towarzystwo Aktywny Relaks zawody biegowe na dystansie docelowym i rzec by można koronnym 21 kilometrów i 98 metrów , czyli półmaraton. Bieg pomimo wywiązującej się rywalizacji miał charakter czysto koleżeński , dlatego też przewidziano możliwość startu na krótszych dystansach , a mianowicie  $\frac{1}{4}$  ,  $\frac{1}{2}$  i  $\frac{3}{4}$  dystansu głównego, co pozwoliło wystartować debiutantom oraz zawodnikom o skromniejszych możliwościach . Poza trzydziestoosobową grupą biegaczek i biegaczy o szerokim przekroju rocznikowym w tym dniu przewidziano również trasę dla Nordic Walking na którą wyruszył trochę skromniejszy pod względem ilości uczestników zespół , a szkoda bo marsz wiódł po ciekawie wytyczonej trasie o dostępności dostosowanej dla każdego.

Pomimo pochmurnego nieba , pogoda jak na tę porę roku okazała się wyjątkowo łaskawa i sprzyjająca tym formom rekreacji ruchowej, a dla niektórych również mocnej rywalizacji. Najliczniejszą grupę wśród startujących stanowili reprezentanci Towarzystwa Aktywny Relaks z Wołomina oraz Lechici Zielonka. Poza nimi były osoby z Radzymina, Kobyłki i goście z Warszawy.

O godzinie 9.30 w pierwszej kolejności na trasę wyścigu wyruszyli półmaratończycy , a po upływie piętnastu minut wystartowali pozostali zawodnicy, co zważywszy na różne osiągnięte przez nich szybkości pozwoliło na w miarę skompensowanie czasowe dobiegania do mety.

Na poszczególnych dystansach najlepiej wypadli:

- 21.098m półmaraton - Sebastian Przepióra,
- 15.825m - Eugeniusz Dembiński,
- 10.550m - Michał Ciuk,
- 5.275m - Marcin Kurek.



Po ukończonej rywalizacji na uczestników czekał nieodzowny przy jesiennych warunkach pogodowych gorący posiłek i słodki pączkowy poczęstunek, oraz na sam finał jak przystało na dzień przed mikołajkowy losowanie drobnych upominków.

Poniżej podajemy oficjalnie przyjęte wyniki:

#### **Półmaraton - dystans 21.098m**

1. Sebastian Przepióra	1:19,45 ( 1 godzina, 19 minut, 45 sekund )
2. Dariusz Król	1:22,48
3. Andrzej Figat	1:27,45
4. Kamil Gajewski	1:30,38
5. Jarosław Szczepaniuk	1:31,21
6. Paweł Kowalczyk	1:36,16
7. Grzegorz Radomski	1:37,27
8. Marek Pytkowski	1:48,41
9. Maciej Szele	1:51,15
10. Stanisław Marcinkiewicz	1:54,13
11. Małgorzata Dziobkowska	1:56,30
12. Bogdan Krysiński	1:59,59
13. Anna Matras	2.12,02



#### **Dystans – 15.825m**

1. Eugeniusz Dembiński	1:21,59
2. Ryszard Ejsmund	1:38,13

#### **Dystans - 10.550m**

1. Michał Ciuk	46,50
2. Marek Jankowski	49,44
3. Dariusz Połaski	49,18
4. Tadeusz Gołębiwski	50,28
5. Andrzej Sawczenko	55,06
6. Waldemar Nowak	56,00
7. Daniel Moćko	57,18
8.	
9. Dominik Stachewicz	58,00
10. Jerzy Fido	1:17,00
11. Grzegorz Sawczenko	1:27,00



#### **Dystans - 5.275m**

1. Marcin Kurek	24,35
2. Sebastian Mierzwiński	24,52
3. Przemysław Modeński	31,57
4. Bożena Dulko	37,00
5. Dominika Olszewska	37,00

#### **Nordic Walking**

Jolanta Pytkowska, Bożena Król i Mariusz Piątkowski

Impreza została zorganizowana w oparciu o środki i zaangażowanie członków Towarzystwa Aktywny Relaks z Wołomina przy wsparciu dotacyjnym ze środków Urzędu Miasta Wołomin. Tą drogą składamy podziękowanie za gościnność dla Dyrekcji Szkoły Podstawowej w Majdanie oraz fundatorowi smakowitych pączków cukierni Franciszka Ciuk.

Dariusz Król