



## POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI, FITNESS I TRÓJBOJU SIŁOWEGO

### II Ogólnopolskie Mistrzostwa Małopolskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej w Trójboju Siłowym Klasycznym Zielonki, 18 września 2016

#### KLASYFIKACJA INDYWIDUALNA

##### Seniorki

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		
Kategoria open																	
1	Laska Małgorzata/86	UKS Centrum Kulturyistyczne Genetic Ostrołęka	62,80	1,07650	4	1	120	130	140	60	65	-70	130	140	150	355	382,157500
2	Skalska Nina/89	TKKF Azory Kraków	44,20	1,40380	50	1	77,5	-85	-85	50	52,5	-55	92,5	95	100	230	322,874000
3	Karus-Wysocka Katarzyna/85	TKKF Azory Kraków	70,80	0,98710	22	1	90	100	107,5	62,5	67,5	70	125	140	145	322,5	318,339750
4	Tarnowska Anna/78	SSW Skierniewice	52,30	1,24110	46	1	-80	85	-95	-35	-40	40	85	95	100	225	279,247500
5	Dziężok Katarzyna/85	UKS Eugen Knurów	71,40	0,98150	41	1	65	70	75	52,5	57,5	60	92,5	-97,5	100	235	230,652500

##### Juniorzy do lat 18

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		
Kategoria open																	
1	Lenart Jakub/01	TKKF Azory Kraków	72,80	0,72780	29	2	160	170	177,5	115	122,5	127,5	155	170	180	485	352,983000
2	Oźga Dawid/99	UKS Eugen Knurów	70,20	0,74780	8	2	125	130	135	92,5	95	97,5	140	147,5	152,5	385	287,903000
3	Gwiazdoń Grzegorz/00	TKKF Azory Kraków	64,70	0,79830	57	1	-115	120	-130	65	70	-75	150	165	170	360	287,388000
4	Cieślak Grzegorz/99	UKS Eugen Knurów	62,50	0,82230	10	1	110	115	120	75	77,5	80	120	125	130	330	271,359000
5	Włoczka Radosław/99	UKS Eugen Knurów	74,10	0,71860	65	2	85	90	97,5	75	80	82,5	-140	140	150	330	237,138000

## Juniorzy do lat 23

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		

### Kategoria open

1	<b>Łazor Patryk/93</b>	<i>kandydat</i>	116,90	0,57860	78	3	220	230	240	155	162,5	-170	270	300	0	<b>702,5</b>	406,466500
2	<b>Szczurek Andrzej/93</b>	<i>TKKF Azory Kraków</i>	83,40	0,66560	40	3	185	200	207,5	127,5	135	140	215	230	237,5	<b>585</b>	389,376000
3	<b>Brito Mariusz/94</b>	<i>KS Wisła Puławy</i>	73,40	0,72350	2	2	175	185	-192,5	-112,5	115	120	215	225	232,5	<b>537,5</b>	388,881250
4	<b>Kampa Przemysław/93</b>	<i>Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza</i>	91,90	0,63180	44	3	200	-210	215	150	155	-160	240	245	-250	<b>615</b>	388,557000
5	<b>Rzepecki Seweryn/97</b>	<i>SSW Skierniewice</i>	88,90	0,64240	35	3	180	195	207,5	130	140	-145	230	245	252,5	<b>600</b>	385,440000
6	<b>Rejdych Mikołaj/97</b>	<i>Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza</i>	83,90	0,66330	15	2	150	-170	170	110	115	-122,5	150	170	0	<b>455</b>	301,801500

## Seniorzy

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		

### Kategoria open

1	<b>Wrona Hubert/79</b>	<i>KSSSiKW Wiking Starachowice</i>	111,20	0,58660	59	3	245	260	270	155	165	-170	270	290	310	<b>745</b>	437,017000
2	<b>Lipka Rafał/75</b>	<i>KSSSiKW Wiking Starachowice</i>	121,70	0,57310	21	3	245	255	270	157,5	165	170	240	260	272,5	<b>712,5</b>	408,333750
3	<b>Gromek Józef/58</b>	<i>UKS Pover Kuźnik Chorzów</i>	90,10	0,63800	31	3	210	232,5	240	130	0	0	240	260	270	<b>640</b>	408,320000
4	<b>Rumel Krzysztof/83</b>	<i>Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza</i>	83,30	0,66610	39	3	200	210	215	140	145	147,5	250	-255	-255	<b>612,5</b>	407,986250
5	<b>Łazor Patryk/93</b>	<i>kandydat</i>	116,90	0,57860	78	3	220	230	240	155	162,5	-170	270	300	0	<b>702,5</b>	406,466500
6	<b>Świątek Kamil/90</b>	<i>TKKF Azory Kraków</i>	78,90	0,68880	27	2	180	190	200	130	135	140	230	240	250	<b>590</b>	406,392000
7	<b>Skrabarczyk Grzegorz/84</b>	<i>UKS Pover Kuźnik Chorzów</i>	65,70	0,78810	77	1	150	160	175	130	-137,5	-145	180	200	210	<b>515</b>	405,871500
8	<b>Brito Mariusz/94</b>	<i>KS Wisła Puławy</i>	73,40	0,72350	2	2	175	185	-192,5	-112,5	115	120	215	225	232,5	<b>537,5</b>	388,881250
9	<b>Rzepecki Seweryn/97</b>	<i>SSW Skierniewice</i>	88,90	0,64240	35	3	180	195	207,5	130	140	-145	230	245	252,5	<b>600</b>	385,440000
10	<b>Żmijewski Włodzimierz/49</b>	<i>KS Kobra Kościan</i>	74,10	0,71860	60	2	190	205	0	70	75	0	240	-270	-270	<b>520</b>	373,672000
11	<b>Kandefer Piotr/81</b>	<i>Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza</i>	87,00	0,64990	24	2	-160	160	-162,5	150	165	172,5	210	230	240	<b>572,5</b>	372,067750
12	<b>Zabłocki Beniamin/92</b>	<i>SSW Skierniewice</i>	90,20	0,63770	53	3	160	170	177,5	130	140	147,5	190	205	217,5	<b>542,5</b>	345,952250
13	<b>Stępiak Sebastian/74</b>	<i>SSW Skierniewice</i>	87,40	0,64830	38	3	155	170	185	100	110	-120	190	205	215	<b>510</b>	330,633000
14	<b>Oźga Dawid/99</b>	<i>UKS Eugen Knurów</i>	70,20	0,74780	8	2	125	130	135	92,5	95	97,5	140	147,5	152,5	<b>385</b>	287,903000
15	<b>Cieślak Grzegorz/99</b>	<i>UKS Eugen Knurów</i>	62,50	0,82230	10	1	110	115	120	75	77,5	80	120	125	130	<b>330</b>	271,359000
16	<b>Włoczka Radosław/99</b>	<i>UKS Eugen Knurów</i>	74,10	0,71860	65	2	85	90	97,5	75	80	82,5	-140	140	150	<b>330</b>	237,138000

### Weterani 40-49 lat

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		

#### Kategoria open

1	<b>Lipka Rafał/75</b>	<i>KSSSiKW Wiking Starachowice</i>	121,70	0,57310	21	3	245	255	270	157,5	165	170	240	260	272,5	712,5	408,333750
2	<b>Stępnia Sebastian/74</b>	<i>SSW Skierniewice</i>	87,40	0,64830	38	3	155	170	185	100	110	-120	190	205	215	510	330,633000
3	<b>Kordeczka Wojciech/71</b>	<i>TKKF Azory Kraków</i>	73,90	0,72000	72	2	140	145	150	100	107,5	110	180	190	-200	450	324,000000

### Weterani 50-59 lat

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		

#### Kategoria open

1	<b>Gromek Józef/58</b>	<i>UKS Pover Kuźnik Chorzów</i>	90,10	0,63800	31	3	210	232,5	240	130	0	0	240	260	270	640	408,320000
2	<b>Piwowarczyk Marian/61</b>	<i>PMKS Rybak Władysławowo</i>	62,10	0,82700	76	1	100	110	-150	90	95	100	140	160	170	380	314,260000

### Weterani 60-69 lat

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a
							1	2	3	1	2	3	1	2	3		

#### Kategoria open

1	<b>Żmijewski Włodzimierz/49</b>	<i>KS Kobra Kościan</i>	74,10	0,71860	60	2	190	205	0	70	75	0	240	-270	-270	520	373,672000
---	---------------------------------	-------------------------	-------	---------	----	---	-----	-----	---	----	----	---	-----	------	------	-----	------------

Sędzia główny zawodów: Łukasz Kazimierczak

Sekretarz: Arkadiusz Znojek

Data wykonania: 2016-09-19

Wersja: 1.00

**POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI, FITNESS I TRÓJBOJU SIŁOWEGO****II Ogólnopolskie Mistrzostwa  
Małopolskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej  
w Trójboju Siłowym Klasycznym**

Zielonki, 18 września 2016

**KLASYFIKACJA NAJLEPSZYCH****Wszystkie zawodniczki**

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Punkty Wilks'a	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Wynik	Uwagi
1	Laska Małgorzata/86	UKS Centrum Kulturyistyczne Genetic Ostrołęka	382,157500	62,80	1,07650	4	1	355	
2	Skalska Nina/89	TKKF Azory Kraków	322,874000	44,20	1,40380	50	1	230	
3	Karus-Wysocka Katarzyna/85	TKKF Azory Kraków	318,339750	70,80	0,98710	22	1	322,5	
4	Tarnowska Anna/78	SSW Skierniewice	279,247500	52,30	1,24110	46	1	225	
5	Dziężok Katarzyna/85	UKS Eugen Knurów	230,652500	71,40	0,98150	41	1	235	

**Wszyscy zawodnicy**

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Punkty Wilks'a	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Wynik	Uwagi
1	Wrona Hubert/79	KSSSiKW Wiking Starachowice	437,017000	111,20	0,58660	59	3	745	
2	Lipka Rafał/75	KSSSiKW Wiking Starachowice	408,333750	121,70	0,57310	21	3	712,5	
3	Gromek Józef/58	UKS Pover Kuźnik Chorzów	408,320000	90,10	0,63800	31	3	640	
4	Rumel Krzysztof/83	Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza	407,986250	83,30	0,66610	39	3	612,5	
5	Łazor Patryk/93	kandydat	406,466500	116,90	0,57860	78	3	702,5	
6	Świątek Kamil/90	TKKF Azory Kraków	406,392000	78,90	0,68880	27	2	590	
7	Skrabarczyk Grzegorz/84	UKS Pover Kuźnik Chorzów	405,871500	65,70	0,78810	77	1	515	
8	Szczurek Andrzej/93	TKKF Azory Kraków	389,376000	83,40	0,66560	40	3	585	
9	Brito Mariusz/94	KS Wisła Puławy	388,881250	73,40	0,72350	2	2	537,5	
10	Kampa Przemysław/93	Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza	388,557000	91,90	0,63180	44	3	615	
11	Rzepecki Seweryn/97	SSW Skierniewice	385,440000	88,90	0,64240	35	3	600	
12	Żmijewski Włodzimierz/49	KS Kobra Kościan	373,672000	74,10	0,71860	60	2	520	
13	Kandefer Piotr/81	Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza	372,067750	87,00	0,64990	24	2	572,5	
14	Lenart Jakub/01	TKKF Azory Kraków	352,983000	72,80	0,72780	29	2	485	
15	Zabłocki Beniamin/92	SSW Skierniewice	345,952250	90,20	0,63770	53	3	542,5	
16	Stępnia Sebastian/74	SSW Skierniewice	330,633000	87,40	0,64830	38	3	510	
17	Kordeczka Wojciech/71	TKKF Azory Kraków	324,000000	73,90	0,72000	72	2	450	
18	Piwowarczyk Marian/61	PMKS Rybak Władysławowo	314,260000	62,10	0,82700	76	1	380	
19	Rejdych Mikołaj/97	Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza	301,801500	83,90	0,66330	15	2	455	
20	Ożga Dawid/99	UKS Eugen Knurów	287,903000	70,20	0,74780	8	2	385	
21	Gwiazdoń Grzegorz/00	TKKF Azory Kraków	287,388000	64,70	0,79830	57	1	360	
22	Cieślak Grzegorz/99	UKS Eugen Knurów	271,359000	62,50	0,82230	10	1	330	
23	Włoczka Radosław/99	UKS Eugen Knurów	237,138000	74,10	0,71860	65	2	330	

Sędzia główny zawodów: Łukasz Kazimierczak

Sekretarz: Arkadiusz Znojek

Data wykonania: 2016-09-19

Wersja: 1.00