

**POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI, FITNESS I TRÓJBOJU SIŁOWEGO****Otwarte Mistrzostwa Śląska w Trójboju Siłowym Klasycznym**
Ruda Śląska, 19 - 20 marca 2016**Juniorki 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	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria open																		
1	Grzywniak Aleksandra/97	KS Team Wrocław	56,30	1,17170	48	1	75	85	-90	50	55	-57,5	100	110	115	255	298,783500	
2	Ilczuk Alicja/93	KS-MOSSITF Relax Kamienna Góra	85,40	0,88460	112	3	90	100	110	50	-57,5	-57,5	100	120	130	290	256,534000	

Seniorci

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria 47																		
1	Franke Sylwia/86	KS Olimp Zabrze	46,80	1,34900	32	1	75	-85	85	40	-42,5	-42,5	90	95	102,5	227,5	306,897500	
2	Skalska Nina/89	TKKF Azory Kraków	44,00	1,40810	72	1	70	75	80	45	47,5	50	85	90	-95	220	309,782000	
Kategoria 52																		
1	Kulczycka Kornelia/85	KS Team Wrocław	51,70	1,25220	88	1	100	105	107,5	62,5	67,5	-70	120	130	135	310	388,182000	
2	Hawrylec Olha/83	TKKF Azory Kraków	50,90	1,26730	93	1	65	70	75	40	-45	-45	85	90	95	210	266,133000	
3	Stanek Joanna/95	UKS Eugen Knurów	51,70	1,25220	107	1	77,5	-80	-82,5	40	42,5	45	85	-87,5	-87,5	207,5	259,831500	
Kategoria 57																		
1	Martyniuk Sylwia/80	RCF Poznań sp z o.o.	56,00	1,17660	108	1	110	115	120	65	70	72	135	-142,5	-142,5	327	384,748200	
2	Laska Małgorzata/86	UKS Centrum Kultury i Sportu Genetic Ostrołęka	56,70	1,16520	113	1	120	125	-127,5	55	60	-62,5	130	-140	0	315	367,038000	
Kategoria 63																		
1	Cieślak Małgorzata/83	RCF Poznań sp z o.o.	62,00	1,08710	42	2	110	-115	117,5	62,5	70	-75	120	130	135	322,5	350,589750	
2	Pyrk Dominika/90	Stow. Centrum Formy Dębowa Górnica - KANDYDATKA	62,70	1,07790	51	2	-85	92,5	97,5	62,5	65	70	110	117,5	122,5	290	312,591000	
3	Shadlikova Sofia/91	KS Olimp Zabrze	63,00	1,07400	67	2	-85	85	90	47,5	-50	-50	-110	110	115	252,5	271,185000	
4	Leśniewska Aleksandra/84	KS Team Wrocław	62,10	1,08580	115	2	75	85	90	42,5	-45	-45	90	100	105	237,5	257,877500	
Kategoria 72																		
1	Wierzbicka Marzena/89	MOSIR Mikołów	68,20	1,01310	76	3	125	135	-142,5	70	77,5	82,5	-155	165	170	387,5	392,576250	
2	Liszyk-Świder Justyna/88	TKKF Śródmieście Legnica	69,60	0,99880	45	3	125	135	140	60	-65	-65	145	155	160	360	359,568000	
3	Mierzejewska Patrycja/84	KS Team Wrocław	71,80	0,97790	55	3	-105	105	115	75	80	-85	130	140	145	340	332,486000	
4	Karus-Wysocka Katarzyna/85	TKKF Azory Kraków	69,90	0,99580	58	3	95	102,5	107,5	62,5	65	-67,5	130	140	-145	312,5	311,187500	
5	Dzieżok Katarzyna/85	UKS Eugen Knurów	70,90	0,98620	85	3	62,5	67,5	70	-45	47,5	50	85	90	95	215	212,033000	
Kategoria 84																		
1	Szot Aneta/84	Stow. Centrum Formy Dębowa Górnica	72,10	0,97510	98	3	115	120	122,5	100	-102,5	102,5	155	165	-167,5	390	380,289000	
Kategoria 84+																		
1	Ilczuk Alicja/93	KS-MOSSITF Relax Kamienna Góra	85,40	0,88460	112	3	90	100	110	50	-57,5	-57,5	100	120	130	290	256,534000	

Weteranki 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	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria open																		
1	Kotowicz Anna/67	KS Olimp Zabrze	61,40	1,09520	18	2	-85	90	92,5	45	47,5	-50	95	100	105	245	268,324000	

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	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria open																		
1	Tokarski Bartosz/00	KS-MOSSITF Relax Kamienna Góra	84,00	0,66280	121	7	150	165	180	100	105	107,5	155	170	180	467,5	309,859000	
2	Kolbusz Tomasz/98	TKKF Azory Kraków	87,10	0,64950	78	7	140	152,5	157,5	95	100	102,5	180	-200	202,5	462,5	300,393750	
3	Borkowski Marek/98	UKS Pover Kuźnik Chorzów	59,00	0,86620	109	4	105	110	-115	87,5	-92,5	-92,5	120	130	135	332,5	288,011500	
4	Ożga Dawid/99	UKS Eugen Knurów	71,10	0,74060	52	5	115	-120	120	82,5	87,5	-90	120	130	140	347,5	257,358500	

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	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria open																		
1	Sidorowicz Sławomir/93	LZS KS Olszanka Pogorzela SSS	102,70	0,60240	43	10	245	255	260	180	-185	-185	275	-285	285	725	436,740000	
2	Filipiak Kamil/93	KS Team Wrocław	90,90	0,63520	15	8	240	-255	255	140	150	-155	240	255	-260	660	419,232000	
3	Besztak Kamil/93	KSSSiKW Wiking Starachowice	99,00	0,61110	14	10	-200	202,5	210	165	172,5	177,5	250	-265	-265	637,5	389,576250	
4	Szczurek Andrzej/93	TKKF Azory Kraków	82,44	0,67020	94	8	190	-197,5	-197,5	130	135	-137,5	220	230	235	560	375,312000	
5	Brodaczewski Wojciech/93	UMCS Lublin	65,70	0,78810	17	4	-155	-162,5	165	95	100	-105	190	-200	-200	455	358,585500	
6	Grela Mateusz/95	UKS Pover Kuźnik Chorzów	112,90	0,58400	118	11	170	180	190	110	122,5	-130	210	225	-237,5	537,5	313,900000	
-	Rzepecki Seweryn/97	SSW Skierniewice	91,60	0,63280	130	7	-200	207,5	-217,5	-135	-142,5	142,5	-253	-253	-253	0	0,000000	

Seniorzy

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Przysiady			Wyciskanie leżąc			Martwy ciąg			Wynik	Punkty Wilks'a	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria 59																		
1	Śledź Sławomir/76	TKKF Śródmieście Legnica	58,20	0,87730	100	4	170	180	182,5	140	-142,5	0	180	190	0	512,5	449,616250	
2	Janik Dariusz/83	UMCS Lublin	57,50	0,88740	99	4	130	-135	135	-95	95	100	155	162,5	170	405	359,397000	
3	Borkowski Marek/98	UKS Pover Kuźnik Chorzów	59,00	0,86620	109	4	105	110	-115	87,5	-92,5	-92,5	120	130	135	332,5	288,011500	
Kategoria 66																		
1	Brodaczewski Wojciech/93	UMCS Lublin	65,70	0,78810	17	4	-155	-162,5	165	95	100	-105	190	-200	-200	455	358,585500	
Kategoria 74																		
1	Świątek Kamil/90	TKKF Azory Kraków	72,70	0,72850	86	6	190	195	205	125	127,5	130	225	235	240	575	418,887500	
2	Poręba Kamil/91	KS Team Wrocław	72,60	0,72930	103	6	185	200	-205	140	145	-150	205	220	-225	565	412,054500	
3	Jonczak Szymon/87	KS Team Wrocław	72,80	0,72780	19	6	180	187,5	-192,5	135	-145	145	210	227,5	232,5	565	411,207000	
4	Angierski Rafał/92	KS Team Wrocław	72,60	0,72930	59	6	195	202,5	-205	125	127,5	-130	-215	220	-230	550	401,115000	
Kategoria 83																		
1	Rumel Krzysztof/83	Stow. Centrum Formy Dębowa Górnicza - KANDYDATKA	82,00	0,67240	71	8	185	195	202,5	135	-140	140	235	245	250	592,5	398,397000	
2	Szczurek Andrzej/93	TKKF Azory Kraków	82,44	0,67020	94	8	190	-197,5	-197,5	130	135	-137,5	220	230	235	560	375,312000	
3	Zabłocki Beniamin/92	SSW Skierniewice	82,10	0,67190	49	7	-142,5	142,5	152,5	127,5	-135	-137,5	185	200	-205	480	322,512000	
4	Stępiak Sebastian/74	SSW Skierniewice	82,25	0,67115	47	8	-135	145	155	-105	-107,5	107,5	185	195	-205	457,5	307,051125	
Kategoria 93																		
1	Wierzbiński Krzysztof/90	MOSIR Mikołów	92,00	0,63150	104	9	250	260	272,5	160	170	177,5	340	360	-370	810	511,515000	
2	Gromek Józef/58	UKS Pover Kuźnik Chorzów	89,90	0,63880	61	9	210	-225	225	145	152,5	155	240	255	265	645	412,026000	
3	Pokorski Piotr/89	TKKF Śródmieście Legnica	89,00	0,64210	31	9	205	215	225	145	150	-155	240	250	260	635	407,733500	
4	Kieroński Dawid/89	UKS Pover Kuźnik Chorzów	92,45	0,62995	82	9	160	170	-180	120	125	-130	225	-230	230	525	330,723750	
Kategoria 105																		
1	Sidorowicz Sławomir/93	LZS KS Olszanka Pogorzela SSS	102,70	0,60240	43	10	245	255	260	180	-185	-185	275	-285	285	725	436,740000	
2	Bontor Przemysław/90	KS Olimp Zabrze	103,90	0,59980	65	10	220	240	250	160	-162,5	-170	270	300	310	720	431,856000	
3	Joskowski Jan/91	PMKS Rybak Władysławowo	104,10	0,59940	122	10	250	260	265	165	-167,5	-167,5	290	-300	-300	720	431,568000	
4	Besztak Kamil/93	KSSSiKW Wiking Starachowice	99,00	0,61110	14	10	-200	202,5	210	165	172,5	177,5	250	-265	-265	637,5	389,576250	
5	Mitera Andrzej/90	TKKF Azory Kraków	98,90	0,61130	123	10	185	-200	200	145	155	-160	240	260	267,5	622,5	380,534250	
Kategoria 120																		
1	Jurczyński Paweł/88	KS Team Wrocław	118,30	0,57690	124	11	250	265	280	165	175	185	260	275	-285	740	426,906000	
2	Soboń Radosław/89	KS Tęcza-Społem Kielce	112,40	0,58470	119	11	210	220	230	170	180	-185	230	250	-255	660	385,902000	
3	Koszyk Andrzej/79	UKS Pover Kuźnik Chorzów	110,00	0,58850	89	11	205	215	-220	170	-175	0	240	255	272,5	657,5	386,938750	
4	Bocheński Adam/86	KS Team Wrocław	107,10	0,59350	84	11	170	185	200	100	0	0	230	250	260	560	332,360000	
Kategoria 120+																		
1	Stanek Jacek/80	Stow. Centrum Formy Dębowa Górnicza	145,30	0,55580	125	11	-325	330	342,5	195	208,5	209,5	322,5	340	-348	892	495,773600	
2	Szklarz Grzegorz/89	KS Olimp Zabrze	133,80	0,56280	23	11	235	250	265	195	205	-209	280	300	-310	770	433,356000	
3	Lipka Rafał/75	KSSSiKW Wiking Starachowice	120,30	0,57460	53	11	240	250	260	155	165	-167,5	230	245	-277,5	670	384,982000	

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	Uwagi
							1	2	3	1	2	3	1	2	3			
Kategoria open																		
1	Śledź Sławomir/76	TKKF Śródmieście Legnica	58,20	0,87730	100	4	170	180	182,5	140	-142,5	0	180	190	0	512,5	449,616250	
2	Gromek Józef/58	UKS Pover Kuźnik Chorzów	89,90	0,63880	61	9	210	-225	225	145	152,5	155	240	255	265	645	412,026000	
3	Lipka Rafał/75	KSSSiKW Wiking Starachowice	120,30	0,57460	53	11	240	250	260	155	165	-167,5	230	245	-277,5	670	384,982000	
4	Kania Mirosław/66	TKKF Azory Kraków	95,60	0,62030	83	10	190	202,5	207,5	140	145	150	200	220	-240	577,5	358,223250	
5	Głowacz Łukasz/76	UKS Pover Kuźnik Chorzów	82,40	0,67040	68	8	145	155	-162,5	130	135	-137,5	185	195	-200	485	325,144000	
6	Stępiak Sebastian/74	SSW Skierniewice	82,25	0,67115	47	8	-135	145	155	-105	-107,5	107,5	185	195	-205	457,5	307,051125	

Sędzia główny zawodów: Wojciech Kardynalski

Sekretarz: Grzegorz Leski

Data wykonania: 2016.03.20

Wersja: 1.00

**POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI, FITNESS I TRÓJBOJU SIŁOWEGO****Otwarte Mistrzostwa Śląska w Trójboju Siłowym Klasycznym**
Ruda Śląska, 19 - 20 marca 2016**Klasyfikacja Najlepszej Zawodniczki Pucharu**

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Punkty Wilks'a	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Wynik	Uwagi
1	Wierzbicka Marzena/89	<i>MOSiR Mikołów</i>	392,576250	68,20	1,01310	76	3	387,5	
2	Kulczycka Kornelia/85	<i>KS Team Wrocław</i>	388,182000	51,70	1,25220	88	1	310	
3	Martyniuk Sylwia/80	<i>RCF Poznań sp z o.o.</i>	384,748200	56,00	1,17660	108	1	327	
4	Szot Aneta/84	<i>Stow. Centrum Formy Dąbrowa Górnicza</i>	380,289000	72,10	0,97510	98	3	390	
5	Laska Małgorzata/86	<i>UKS Centrum Kulturyistyczne Genetic Ostrołęka</i>	367,038000	56,70	1,16520	113	1	315	
6	Liszyk-Świder Justyna/88	<i>TKKF Śródmieście Legnica</i>	359,568000	69,60	0,99880	45	3	360	
7	Cieślik Małgorzata/83	<i>RCF Poznań sp z o.o.</i>	350,589750	62,00	1,08710	42	2	322,5	
8	Mierzejewska Patrycja/84	<i>KS Team Wrocław</i>	332,486000	71,80	0,97790	55	3	340	
9	Pyrk Dominika/90	<i>Stow. Centrum Formy Dąbrowa Górnicza - KANDYDATKA</i>	312,591000	62,70	1,07790	51	2	290	
10	Karus-Wysocka Katarzyna/85	<i>TKKF Azory Kraków</i>	311,187500	69,90	0,99580	58	3	312,5	
11	Skalska Nina/89	<i>TKKF Azory Kraków</i>	309,782000	44,00	1,40810	72	1	220	
12	Franke Sylwia/86	<i>KS Olimp Zabrze</i>	306,897500	46,80	1,34900	32	1	227,5	
13	Grzywniak Aleksandra/97	<i>KS Team Wrocław</i>	298,783500	56,30	1,17170	48	1	255	
14	Shadlikova Sofia/91	<i>KS Olimp Zabrze</i>	271,185000	63,00	1,07400	67	2	252,5	
15	Kotowicz Anna/67	<i>KS Olimp Zabrze</i>	268,324000	61,40	1,09520	18	2	245	
16	Hawrylec Olha/83	<i>TKKF Azory Kraków</i>	266,133000	50,90	1,26730	93	1	210	
17	Stanek Joanna/95	<i>UKS Eugen Knurów</i>	259,831500	51,70	1,25220	107	1	207,5	
18	Leśniewska Aleksandra/84	<i>KS Team Wrocław</i>	257,877500	62,10	1,08580	115	2	237,5	
19	Ilczuk Alicja/93	<i>KS-MOSSiTF Relax Kamienna Góra</i>	256,534000	85,40	0,88460	112	3	290	
20	Ilczuk Alicja/93	<i>KS-MOSSiTF Relax Kamienna Góra</i>	256,534000	85,40	0,88460	112	3	290	
21	Dziężok Katarzyna/85	<i>UKS Eugen Knurów</i>	212,033000	70,90	0,98620	85	3	215	

Sędzia główny zawodów: *Wojciech Kardynalski*Sekretarz: *Grzegorz Leski*Data wykonania: *2016.03.20*

Wersja: 1.00



POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI, FITNESS I TRÓJBOJU SIŁOWEGO

Otwarte Mistrzostwa Śląska w Trójboju Siłowym Klasycznym Ruda Śląska, 19 - 20 marca 2016

Klasyfikacja Najlepszego Zawodnika Zawodów

Miejsce	Nazwisko i imię /rocznik	Klub	Punkty Wilks'a	Waga ciała	Wsp. Wilks'a	Nr start.	Grupa	Wynik	Uwagi
1	Wierzbicki Krzysztof/90	MOSiR Mikołów	511,515000	92,00	0,63150	104	9	810	
2	Stanek Jacek/80	Stow. Centrum Formy Dąbrowa Górnicza	495,773600	145,30	0,55580	125	11	892	
3	Śledź Sławomir/76	TKKF Śródmieście Legnica	449,616250	58,20	0,87730	100	4	512,5	
4	Sidorowicz Sławomir/93	LZS KS Olszanka Pogorzela SSS	436,740000	102,70	0,60240	43	10	725	
5	Szklarz Grzegorz/89	KS Olimp Zabrze	433,356000	133,80	0,56280	23	11	770	
6	Bontor Przemysław/90	KS Olimp Zabrze	431,856000	103,90	0,59980	65	10	720	
7	Joskowski Jan/91	PMKS Rybak Władysławowo	431,568000	104,10	0,59940	122	10	720	
8	Jurczyński Paweł/88	KS Team Wrocław	426,906000	118,30	0,57690	124	11	740	
9	Filipiak Kamil/93	KS Team Wrocław	419,232000	90,90	0,63520	15	8	660	
10	Świątek Kamil/90	TKKF Azory Kraków	418,887500	72,70	0,72850	86	6	575	
11	Poręba Kamil/91	KS Team Wrocław	412,054500	72,60	0,72930	103	6	565	
12	Gromek Józef/58	UKS Pover Kuźnik Chorzów	412,026000	89,90	0,63880	61	9	645	
13	Jonczak Szymon/87	KS Team Wrocław	411,207000	72,80	0,72780	19	6	565	
14	Pokorski Piotr/89	TKKF Śródmieście Legnica	407,733500	89,00	0,64210	31	9	635	
15	Angierski Rafał/92	KS Team Wrocław	401,115000	72,60	0,72930	59	6	550	
16	Rumel Krzysztof/83	Stow. Centrum Formy Dąbrowa Górnicza - KANDYDATKA	398,397000	82,00	0,67240	71	8	592,5	
17	Besztak Kamil/93	KSSSiKW Wiking Starachowice	389,576250	99,00	0,61110	14	10	637,5	
18	Koszyk Andrzej/79	UKS Pover Kuźnik Chorzów	386,938750	110,00	0,58850	89	11	657,5	
19	Soboń Radosław/89	KS Tęcza-Społem Kielce	385,902000	112,40	0,58470	119	11	660	
20	Lipka Rafał/75	KSSSiKW Wiking Starachowice	384,982000	120,30	0,57460	53	11	670	
21	Mitera Andrzej/90	TKKF Azory Kraków	380,534250	98,90	0,61130	123	10	622,5	
22	Szczurek Andrzej/93	TKKF Azory Kraków	375,312000	82,44	0,67020	94	8	560	
23	Janik Dariusz/83	UMCS Lublin	359,397000	57,50	0,88740	99	4	405	
24	Brodaczewski Wojciech/93	UMCS Lublin	358,585500	65,70	0,78810	17	4	455	
25	Kania Mirosław/66	TKKF Azory Kraków	358,223250	95,60	0,62030	83	10	577,5	
26	Bocheński Adam/86	KS Team Wrocław	332,360000	107,10	0,59350	84	11	560	
27	Kieroński Dawid/89	UKS Pover Kuźnik Chorzów	330,723750	92,45	0,62995	82	9	525	
28	Głowacz Łukasz/76	UKS Pover Kuźnik Chorzów	325,144000	82,40	0,67040	68	8	485	
29	Zabłocki Beniamin/92	SSW Skierniewice	322,512000	82,10	0,67190	49	7	480	
30	Grela Mateusz/95	UKS Pover Kuźnik Chorzów	313,900000	112,90	0,58400	118	11	537,5	
31	Tokarski Bartosz/00	KS-MOSSiTF Relax Kamienna Góra	309,859000	84,00	0,66280	121	7	467,5	
32	Stępnia Sebastian/74	SSW Skierniewice	307,051125	82,25	0,67115	47	8	457,5	
33	Kolbusz Tomasz/98	TKKF Azory Kraków	300,393750	87,10	0,64950	78	7	462,5	
34	Borkowski Marek/98	UKS Pover Kuźnik Chorzów	288,011500	59,00	0,86620	109	4	332,5	
35	Oźga Dawid/99	UKS Eugen Knurów	257,358500	71,10	0,74060	52	5	347,5	

Sędzia główny zawodów: Wojciech Kardynalski

Sekretarz: Grzegorz Leski

Data wykonania: 2016.03.20

Wersja: 1.00