



a.co.

KOŚCIELNA WIEŚ - CEN
04.10.24-05.10.24, RUSZÓW

LISTA KONKURENCJI

1	CEI2* CIM					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	07:00		Prędkość min. (km/h):	12	
	Meta - zamkn.:	19:50:00		Prędkość maks. (km/h):		
Dystans (km):	120					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:40:00			
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 5	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			

2	CEIYJ2*					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	07:15		Prędkość min. (km/h):	12	
	Meta - zamkn.:	20:05:00		Prędkość maks. (km/h):		
Dystans (km):	120					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:40:00			
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 5	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			

3	CEI1*					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	07:30		Prędkość min. (km/h):	12	
	Meta - zamkn.:	18:00:00		Prędkość maks. (km/h):		
Dystans (km):	100					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			



a.co.

KOŚCIELNA WIEŚ - CEN
04.10.24-05.10.24, RUSZÓW

LISTA KONKURENCJI

4	CEIYJ1*						
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64		
	Start:	07:45		Prędkość min. (km/h):	12		
	Meta - zamkn.:	18:15:00		Prędkość maks. (km/h):			
Dystans (km):	100						
Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			

5	Mistrzostwa Polski Seniorów CEN 2* 120 KM						
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64		
	Start:	07:00		Prędkość min. (km/h):	12		
	Meta - zamkn.:	19:50:00		Prędkość maks. (km/h):			
Dystans (km):	120						
Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:40:00			
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 5	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			

6	CEN1* 100 KM						
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64		
	Start:	07:30		Prędkość min. (km/h):	12		
	Meta - zamkn.:	18:00:00		Prędkość maks. (km/h):			
Dystans (km):	100						
Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			



a.co.

KOŚCIELNA WIEŚ - CEN
04.10.24-05.10.24, RUSZÓW

LISTA KONKURENCJI

7	Mistrzostwa Polski Juniorów i Młodych Jeźdźców 100km					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	07:45		Prędkość min. (km/h):	12	
	Meta - zamkn.:	18:15:00		Prędkość maks. (km/h):		
Dystans (km):	100					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00			
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:50:00			X
Etap 4	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00			

8	CEN N 80 KM					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	08:00		Prędkość min. (km/h):	10	
	Meta - zamkn.:	17:30:00		Prędkość maks. (km/h):	16	
Dystans (km):	80					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:15:00	00:40:00	01:52:30	03:00:00	
Etap 2	30	CZERWONA	00:15:00	00:50:00	01:52:30	03:00:00	X
Etap 3	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00	01:15:00	02:00:00	

9	CEN P 40 KM					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	08:15		Prędkość min. (km/h):	10	
	Meta - zamkn.:	12:55:00		Prędkość maks. (km/h):	16	
Dystans (km):	40					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	20	NIEBIESKA	00:15:00	00:40:00	01:15:00	02:00:00	
Etap 2	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00	01:15:00	02:00:00	

10	CEN L 30 KM					
	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64	
	Start:	09:00		Prędkość min. (km/h):	10	
	Meta - zamkn.:	12:00:00		Prędkość maks. (km/h):	14	
Dystans (km):	30					

Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	30	CZERWONA	00:20:00	00:00:00	02:08:34	03:00:00	



a.co.

KOŚCIELNA WIEŚ - CEN
04.10.24-05.10.24, RUSZÓW

LISTA KONKURENCJI

		ZT L 20 KM					
11	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64		
	Start:	09:30		Prędkość min. (km/h):	10		
	Meta - zamkn.:	11:30:00		Prędkość maks. (km/h):	14		
	Dystans (km):	20					
Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	20	NIEBIESKA	00:20:00	00:00:00	01:25:42	02:00:00	

		ZT LL 10 KM					
12	Data:	05.10.2024		Puls (bpm):	64		
	Start:	10:00		Prędkość min. (km/h):	8		
	Meta - zamkn.:	11:15:00		Prędkość maks. (km/h):	14		
	Dystans (km):	10					
Etap	Długość	Pętla	Maks. czas wejścia	Odpoczynek	Min. czas jazdy	Maks. czas jazdy	Rek ontr.
Etap 1	10	ZIELONA	00:20:00	00:00:00	00:42:51	01:15:00	