



KUDOWA ZDRÓJ

BIEG HOMOLAN

Z kart historii ... Starty Naszych Biegaczy

VI Ogólnopolski Bieg Homolan

20 km – 22 lipca 1988 r. – Kudowa Zdrój

Top 3

- 1. Zbigniew Siemaszko (Wrocław) – 1:08:11**
2. Stanisław Brylowski (Grajewo) – 1:08:33
3. Jerzy Smoleń (Prudnik) – 1:09:36

X Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

20 km – 18 lipca 1998 r. – Kudowa Zdrój

- | | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| 5. Jerzy Siemaszko | 1:08:49 (1 miejsce w kategorii M30) |
| 8. Zbigniew Siemaszko | 1:10:52 (3 miejsce w kategorii M40) |
- [ten dystans ukończyło 45 mężczyzn]

XI Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

20 km – 18 lipca 1999 r. – Kudowa Zdrój

15. Zbigniew Siemaszko 1:15:14 (3 miejsce w kategorii M40)
[ten dystans ukończyło 41 mężczyzn]

XII Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

20 km – 18 lipca 2000 r. – Kudowa Zdrój

10. Zbigniew Siemaszko 1:15:23 (5 miejsce w kategorii M40)
[ten dystans ukończyło 37 mężczyzn]

XIII Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 22 lipca 2001 r. – Kudowa Zdrój

Trzech reprezentantów ITAKI Opole, wzięło udział w tym ciężkim biegu (4 pętle, trudna, falista trasa). Najlepiej spisał się **Tomasz Sobczyk**, zajmując 7 miejsce generalnie.
A oto wyniki naszych reprezentantów ;

7. Tomasz Sobczyk 52:30 (5 miejsce w kategorii M20)
13. Łukasz Tymków 54:05 (7 miejsce w kategorii M20)
22. Zbigniew Siemaszko 55:58 (6 miejsce w kategorii M40)
[bieg ukończyło 69 osób]

XIV Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 21 lipca 2002 r. – Kudowa Zdrój

Wyniki zawodników ITAKI OPOLE ;

4. Zbigniew Błaszczuk 50:09 (2 miejsce w kategorii M40)
5. Jerzy Siemaszko 50:45 (3 miejsce w kategorii M40)
6. Tomasz Sobczyk 51:50 (2 miejsce w kategorii M20)
12. Łukasz Tymków 55:18 (4 miejsce w kategorii M20)
15. Zbigniew Siemaszko 56:54 (5 miejsce w kategorii M40)
[bieg ukończyło 69 osób]

XV Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 20 lipca 2003 r. – Kudowa Zdrój

20. Zbigniew Siemaszko 58:54 (6 miejsce w kategorii M40)
[brak komunikatu]

XVI Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 18 lipca 2004 r. – Kudowa Zdrój

Najszybciej bardzo trudną 15.kilometrową trasę (4 pętle po 3750 metrów) pokonał Krzysztof Przybyła (B-Krang Gazownik Wawelno) – 48:01, ustanawiając nowy rekord trasy (przed dwoma tygodniami Przybyła zwyciężył w II Biegu Opolskim). Na drugim miejscu finiszował Andrzej Krzyścin (Altom Gniezno) – 50:46, który przed rokiem triumfował w I Biegu Opolskim. Trzecie miejsce zajął Paweł Kaczmar (AZS-KK Jelenia Góra) – 50:56, **czwarty był Tomasz Sobczyk (OKB ITAKA Opole) – 51:19.**



Dekoracja najlepszych zawodników – Top 5 ;

- 1. Krzysztof Przybyła (B-Krang Gazownik Wawelno) – 48:01**
- 2. Andrzej Krzyścin (Altom Gniezno) – 50:46**
- 3. Paweł Kaczmar (AZS-KK Jelenia Góra) – 50:56**
- 4. Tomasz Sobczyk (OKB ITAKA Opole) – 51:19**
- 5. Zbigniew Błaszczak (Częstochowa) – 51:50**

W pierwszej dziesiątce było jeszcze dwóch biegaczy z Opolszczyzny :

Jerzy Siemaszko zajął 8 miejsce – 53:34 (2 miejsce w kat. M40),
Sławomir Pieczurowski był 10 – 54:38 (4 miejsce w kat. M40), obaj to reprezentanci OKB ITAKA Opole.

Zbigniew Siemaszko (OKB ITAKA Opole) zajął 24 miejsce – 60:19 (9 miejsce w kat. M40),
a **Zygmunt Zagórski** (KB Branice) 34 miejsce – 64:40 (zwyciężył w kategorii M60).
Bieg główny (15 km) ukończyło 86 biegaczy.



Dekoracja kategorii M40...

Była to również udana impreza dla naszych młodych biegaczy:
Marcin Błaziński (Gazownik Wawelno), trenowany przez Krzysztofa Przybyłę, zwyciężył
w biegu młodzieżowym na dystansie 3750 metrów (1 pętla),
Michael Siemaszko (OKB ITAKA Opole) był trzeci w biegu szkół podstawowych na
dystansie 600 metrów.



Dekoracja biegaczy ze szkół podstawowych.

XVII Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 24 lipca 2005 r. – Kudowa Zdrój

7. Tomasz Sobczyk 49:53 (2 miejsce w kategorii M20)

12. Sławomir Pieczurowski 53:25 (4 miejsce w kategorii M40)

[bieg ukończyło 77 osób]

Zbigniew Siemaszko – zajeżdźnia po 7,5 km (30:19,5) – odnowienie się kontuzji dwugłowego

XX Ogólnopolski Bieg Homolan

15 km – 20 lipca 2008 r. – Kudowa Zdrój



4. Tomasz Sobczyk

51:30 (4 miejsce w kategorii M30)

5. Sławomir Pieczurowski

54:05 (1 miejsce w kategorii M40)

7. Jerzy Siemaszko

55:14 (3 miejsce w kategorii M40)

[bieg ukończyło 66 osób]



15 km – najszybsi biegacze (Top 5).



Medaliści kategorii M40.

Bieg młodzieżowy – 3,75 km (1 pętla)



11. Michael Siemaszko
[ten bieg ukończyło 16 osób]

17:08 (1 miejsce w kategorii M15)

XXI Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba

15 km – 19 lipca 2009 r. – Kudowa Zdrój



3. Jerzy Siemaszko
4. Sławomir Pieczurowski
25. Zbigniew Siemaszko
[bieg ukończyło 67 osób]

53:11 (1 miejsce w kategorii M40)
53:27 (2 miejsce w kategorii M40)
64:12 (5 miejsce w kategorii M50)



Na podium najszybsi biegacze kategorii M40.

Bieg młodzieżowy – 3,75 km



Michael Siemaszko – 2 miejsce w kategorii M16 w biegu młodzieżowym (3,75 km).

XXII BIEG HOMOLAN



im. Józefa Duba

pod patronatem Polskiego Związku Lekkiej Atletyki

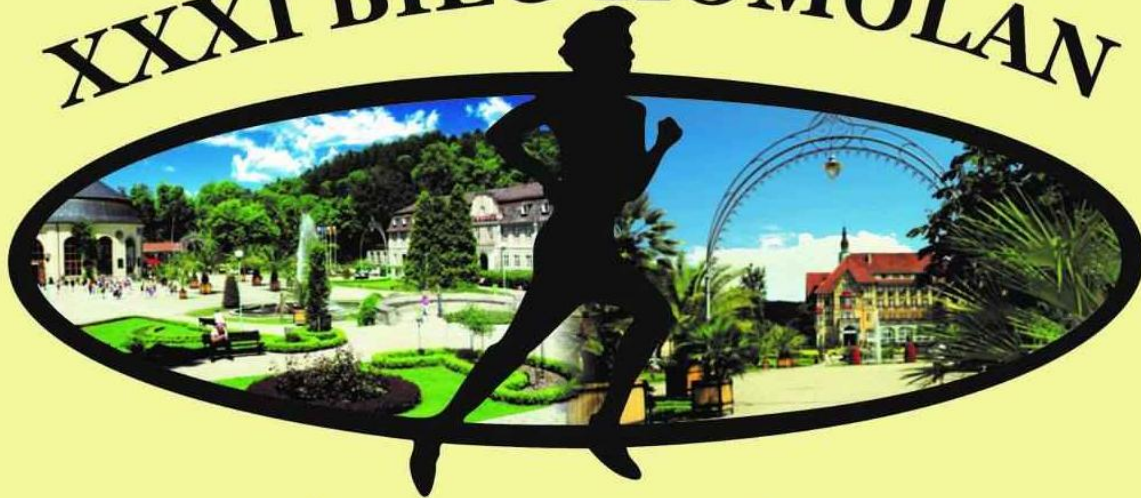
15 km – 18 lipca 2010 r. – Kudowa Zdrój

Wyniki zawodników LUKSU-u Żórawina ;

11. Jerzy Siemaszko	57:06 (3 miejsce w kategorii M40)
16. Katarzyna Durak	58:55 (2 miejsce wśród kobiet, 1 miejsce w kat. K20)
21. Justyna Jędro	63:26 (3 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kat. K20)
23. Zbigniew Siemaszko	66:13 (2miejsce w kategorii M50)

[upał !!! – bieg ukończyły 63 osoby, w tym 11 kobiet]

XXXI BIEG HOMOLAN



im. Józefa Duba



KUDOWA ZDRÓJ

10 km – 14 lipca 2019 r.

Biegi młodzieżowe



Biegi młodzieżowe odbyły się przed biegiem głównym (10 km).

Dagmara i Daria wzięły udział w biegu dziewcząt na dystansie 400 m, w którym **Dagmara** była druga, a **Daria** czwarta. Pierwsze i trzecie miejsce wywalczyły dziewczęta z Czech, reprezentantki BKL Machov.



Przed startem biegu na 400 m dziewcząt.



Dagmara – 2 miejsce.



Daria – 4 miejsce (na prowadzeniu w tej grupie dziewcząt).



Na podium najszybsze dziewczęta w biegu na 400 m.



Top 3 – bieg na 400 m dziewcząt.

BIEG GŁÓWNY- 10km

(2 x 5 km pętla z licznymi podbiegami w trudnym terenie)



Zwycięstwo Danuty Piskorowskiej



Wśród kobiet, z dużą przewagą (ponad 3 i pół minuty), zwyciężyła **Danuta Piskorowska** – **47:05** (11 miejsce w gronie 78 osób, które ukończyły ten bieg).
Trasę biegu głównego pokonały 24 panie.



Na podium najszybsze panie w biegu na 10 km – 1 miejsce Danuta Piskorowska.



Dekoracja kategorii KB (panie powyżej 35 lat) – 1 miejsce Danuta Piskorowska.