

Kornelia Polek-Duraj – Starty w 2011 r.

III Bieg Częstochowski – 9 kwietnia 2011 r.

10 km

Kornelia Polek-Duraj – 40:27 (7 miejsce wśród pań, 3 miejsce w kategorii K30)
[bieg ukończyło 90 kobiet]



XXV Mistrzostwa Polski Nauczycieli w Biegach Przełajowych, 17.04.2011 r. – Ostrzeszów

Dystans : 4 km – Kobiety



Kornelia Polek-Duraj – złoty medal (nauczycielki kategoria K30) ; 4km – 13:20,1
[Bieg dla nauczycielek odbył się łącznie z Biegiem Kobiet im. Zdzisława Krzyszkowiaka.
Te biegi ukończyło łącznie 14 pań. Kornelia nie tylko była najszybsza z nauczycielek,
pokonała również wszystkie inne rywalki. Druga zawodniczka na mecie (zwyciężczyni Biegu
im. Zdzisława Krzyszkowiaka – 4 km) straciła do Kornelii aż 1 min 25,3 s !!!]

9. Bieg Opolski – 2 lipca 2011 r.

10 km



Top 3 Kobiet ; 1. Katarzyna Durak (LUKS Żórawina) – 36:07
2. Kornelia Polek-Duraj – 40:33
3. Anna Ryguła – 42:18

I Bieg do Pani Fatimskiej – 15 sierpnia 2011 r.

Oleśnica

Dystans : 5 km – Kobiety



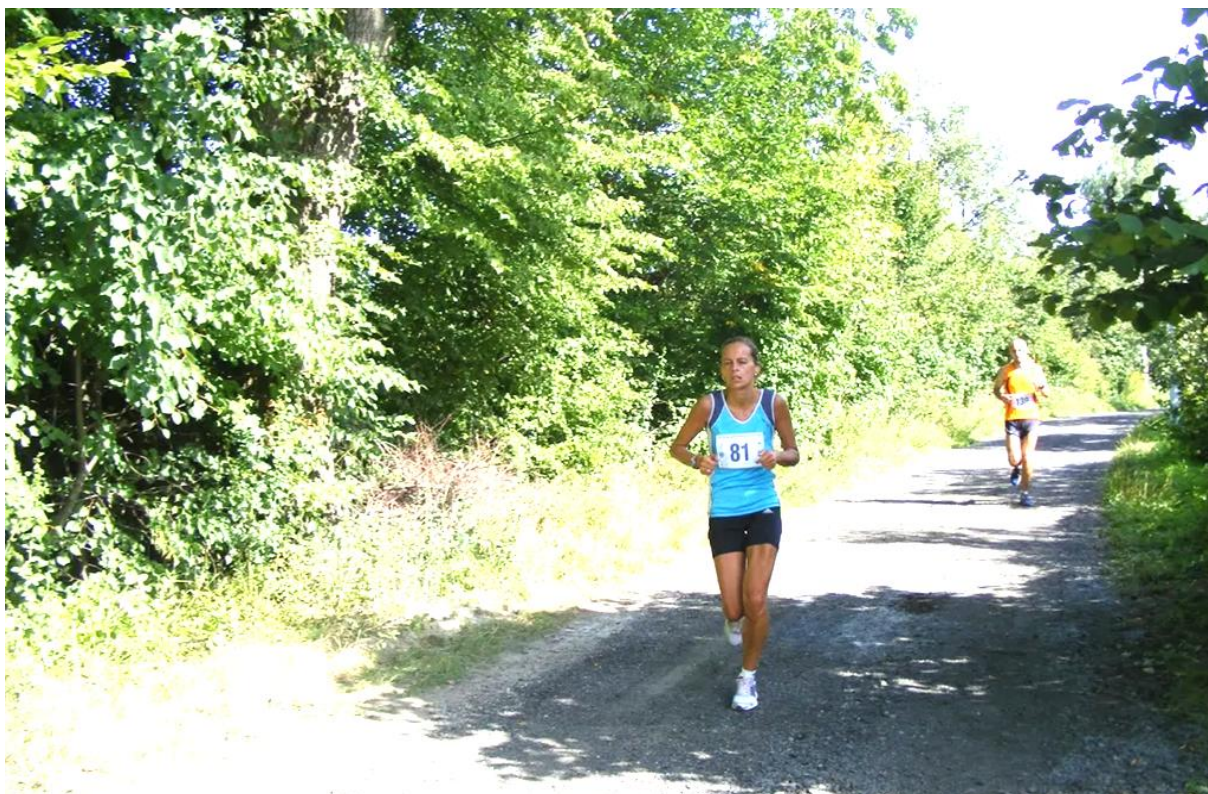
**Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 1 miejsce wśród kobiet (czas : 19:53).
[bieg ukończyło 18 kobiet]**

10. Bieg pod Powodziową Falę – 21 sierpnia 2011 r.

12,5 km : Wrocław – Łany (upał)



Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) na trasie X Biegu pod Powodziową Falę.



Kornelia zwycięża wśród pań (prawie minutowa przewaga nad następną zawodniczką).



Top 3 Kobiet (od lewej) ;

1.Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 53:35

2.Barbara Sobczyk (Wrocław) – 54:32

3.Natalia Czartoryska (LUKS Żórawina) – 57:25

[bieg ukończyło 19 kobiet]

21. Bieg Solidarności – 3 września 2011 r.

5,2 km : Wrocław



**Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 19:26 (8 miejsce wśród kobiet,
3 miejsce w kategorii K30)**

[bieg ukończyło 199 kobiet]

XVII Międzynarodowy Bieg Uliczny o Puchar Przewodniczącego Rady Miejskiej

18 września 2011 r. - Twardogóra

Dystans : 5 km – Kobiety

**Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 19:51 (4 miejsce wśród kobiet,
1 miejsce w kategorii K30)**

Kornelia była najszybsza ze wszystkich biegaczek z Polski, startowało ich 25.

[bieg ukończyło 28 kobiet]



9. Bieg „Przewietrz się na Olimpijskim” 9 października 2011 r. – Wrocław

3,4 km – Top 6 ;

1. Katarzyna Durak	LUKS Żórawina	11:47
2. Monika Kalicińska	AZS AWF Wrocław	12:30
3. Elżbieta Jarosz	PAO QUEST Jelcz-Laskowice	12:38
4. Kornelia Polek-Duraj	LUKS Żórawina	12:45
5. Mariusz Kowalski	Wrocław	12:53
6. Dominika Kaszuba	MKS Parasol Wrocław	13:40

[Bieg na 3,4 km ukończyły 33 osoby, w tym 27 pań]



Tuż po starcie biegu na 3,4 km ...



Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 12:45
(4 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kategorii K30)



Bieg główny – 8,1 km



Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) 31:46 (3 miejsce wśród kobiet)
[Bieg Główny-8,1 km ukończyło 265 osób, w tym 33 kobiety]

I BIEG KOZIOŁKÓW O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA KĘDZIERZYN-KOŹLE



11 września 2011 r.

10 km – Kędzierzyn-Koźle

Top 3 Kobiet ;

1. Karolina Pilarska (WKB Meta Lubliniec) – 36:51
2. Katarzyna Rurynkiewicz (AZS Politechnika Opolska) – 39:02
3. **Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 39:25**

[bieg ukończyło 30 kobiet]

XXVI Bieg Barbórkowy o Lampkę Górniczą 23 października 2011 r. – Lubin

10 km – Kobiety Top 5 :

- 1.Olga Kalenderowa-Ochal (ASICS Team) – 32:45
 - 2.Volha Krautsova – 32:49
 - 3.Aleksandra Duliba (Dynamo Mińsk) – 33:26
 - 4.Monika Kalicińska (AZS AWF Wrocław) – 36:26
 - 5.Kornalia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 36:58**
- [bieg ukończyły 63 kobiety]

XXIV Ogólnopolskie Biegi Crossowe w Korfantowie Grand Prix PZLA w Biegach Przelajowych 4 listopada 2011 r.

5 km Kobiet – Top 4 :

- 1.Zita Kacser (Benedek-Team, Węgry) – 17:54
 - 2.Marta Pachota (Chorzów) – 17:56
 - 3.Monika Kopera (Katowice) – 18:37
 - 4.Kornalia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 18:48**
- [bieg ukończyło 18 kobiet]

17. Barbórkowy Bieg Skalnika – 19.11.2011 r. 15 km (pętla +) – Gracze

**Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 60:03 (3 miejsce wśród kobiet,
2 miejsce w kategorii K30)**

[bieg ukończyły 33 kobiety]

Kornelia Polek-Duraj – Starty w 2012 r.



IV Bieg Częstochowski – 7 kwietnia 2012 r.

10 km

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 41:42

(7 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kategorii K30)

[bieg ukończyło 111 kobiet]

XXX Jubileuszowy Krapkowicki Bieg Uliczny

1 maja 2012 r. – Krapkowice

10 km

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 40:48

(4 miejsce wśród kobiet, 3 miejsce w kategorii K30)

[bieg ukończyło 89 kobiet]

XVII Oleskie Uliczne Biegi Pokoju

12 maja 2012 r. – Olesno



Bieg o Różę Olesna – 5 km

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 17:22

(6 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kategorii K30)

[bieg ukończyło 31 kobiet]



**II Bieg Nyski – 17 czerwca 2012 r.
10 km [atest]**



Kornelia na trasie II Biegu Nyskiego ...



Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 40:26 (upał, duchota)
(7 miejsce wśród kobiet, 4 miejsce w kategorii K30)

[bieg ukończyło 91 kobiet]

IX Bieg Namysłowian – 2 września 2012 r.

10 km

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 42:57
(3 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kategorii K30)

[bieg ukończyło 25 kobiet]

XXVIII Międzynarodowy Bieg Uliczny o Memoriał Bogusława Psujka w Oleśnicy – 22 września 2012 r. 6 km

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 25:37

(7 miejsce wśród kobiet, 2 miejsce w kategorii K35)

[bieg ukończyło 50 kobiet]



Bieg i Marsz Niepodległości w Opolu – 11.11.2012 r. 4 000 m (bieżnia Stadionu Miejskiego w Opolu) - Kobiety

Kornelia Polek-Duraj (LUKS Żórawina) – 16:32

(1 miejsce wśród kobiet, 1 miejsce w kategorii K35)

[bieg ukończyło 11 kobiet]