

STARTY - 2001 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	03 III	Wrocław	VI Cross Między Mostami	12,3 km	45:06	XIV	III	9.OMW
2.	25 III	Sobótka	II Ślązański Maraton 33,3 km	~32 km	2:07:27	XII	I	różne opady
3.	01 IV	Bukówiec Górny	17. Bieg "Sokoła"	15 km	54:58	XXXII	VII	
4.	07 IV	Wrocław	II Bieg o Puchar Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego	4,1 km	13:35	XXI	I	
5.	22 IV	Wrocław	19. MARATON WROCŁAW	maraton (42,195 km)	2:48:20	XXXV drużyna	VII I	9.OMW
6.	28 IV	Wrocław (Złotniki)	Złotnickie Biegi Przełajowe 1.Memoriał Sławka Bobowskiego	~ 10 km przełaj	38:00	XII	IV	M31-50
7.	02 V	Kąty Wrocławskie	I Bieg Konstytucji 3 Maja	10 mil	60:48	XII	III	
8.	13 V	Wleń	X Jubileuszowy Memoriał Uliczny Michała Fludra	10 km	36:07	XVIII	II	
9.	26 V	Sobótka	Otwarte Mistrzostwa X LO w Biegu Górskim	4,1 km	23:52	IX	II	
10.	03 VI	Jawor	VII Półmaraton Jaworski	~ 21 km	1:18:13	XXIII	III	
11.	09 VI	Wrocław	Bieg Sztafetowy o Puchar Wielkiej Wyspy	3 x 1,5 km	13:46,04 sztafeta	V	II	kat.90 - - 119 lat
12.	10 VI	Twardogóra	VII Międzynarodowy Bieg o Puchar Przewodniczącego Rady Miasta w Twardogórze	10 km	36;58	XV	III	
13.	16 VI	Wrocław	IV Bieg Półgodzinny	30 min	8377 m	V	II	9.OMW
14.	17 VI	Bukownica k. Ostrzeszowa	IX Ogólnopolski Bieg Sokoła	10 km	36;29	XIX	V	
15.	22 VI	Rawicz	II Nocny Bieg Wokół Plant	~ 3,5 km	11:47			brak komuni- - katu
16.	01 VII	Lubiąż	VII Bieg Szlakiem Cystersów	~ 5,6 km	19:32	XXVI	VI	
17.	22 VII	Kudowa Zdrój	XIII Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba	15 km	55:58	XXII	VI	
18.	28 VII	Puck	XVIII Maraton Ziemi Puckiej Strzelno-Krokowa-Puck I MP Nauczycieli w Maratonie	maraton (42,195 km)	2:53:38 I MPN	XII II	III II	upał, parno kat. : 36-49

STARTY - 2001 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
19.	11 VIII	Borowice	I Międzynarodowy Bieg Górski Borowice - Mały Szyszak	~9.5 km bieg górski			II	nie mam komunikacji - tu
20.	15 VIII	Kobylin	X Bieg im. Marszałka Józefa Piłsudskiego	~15 km	55:36	XVII	IV	
21.	18 VIII	Milicz	XXII Bieg Baryczan	~15 km	52:06	XII	II	parno
22.	19 VIII	Zagórze Śląskie	II Ogólnopolski Bieg "O Wstęgę Bystrzycy"	~10.8 km	37:26	XV	II	
23.	26 VIII	Kamienna Góra	XII Ogólnopolski Bieg Uliczno - Terenowy o Puchar Solidarności	~10.1 km	36:52	XXXIII	II	
24.	02 IX	Bogaczów k. Jawora	III Bieg Górski o Puchar KB TKKF Jaworzanie	~10 km	38;13,80	X	II	
25.	09 IX	Wrocław	XI Bieg Solidarności	5.2 km	18:52	XXXIX	VI	
26.	16 IX	Karpacz	XIV Międzynarodowy Półmaraton Karkonoski Podzamcze - Karpacz	21,120 km	1:31:27	IV	II	
27.	22 IX	Ustroń	I Mistrzostwa Świata Weteranów w Biegach Górskich	~8 km	38:03	kat. M40	XX	
28.	30 XI	Warszawa	XXIII Maraton Warszawski	maraton (42,195 km)	2:45:09	XXVIII	III	
29.	06 X	Wrocław	Bieg na Wzgórzu Andersa	~5.7 km	21:37	XI	IV	9.OMW
30.	14 X	Poznań	II Hansaplast Maraton	maraton (42,195 km)	2:44:11	XXII	III	
31.	21 X	Wrocław (Patynice)	II Bieg Śladem Konia	4.3 km cross	15:12	XVI	II	
32.	10 XI	Wrocław	Krzycka Piątka	5 km	16:41	VIII	II	9.OMW
33.	11 XI	Wrocław (Złotniki)	XII Mały Maraton Złotnicki	~ 4,2 km	13:10	XVI	VI	kat.M35
34.	24 XI	Gracze	Bieg Skalnika	13.9 km	51:22	XLII	X	
35.	25 XI	Lubin	XVI Barbórkowy Bieg o Lampką Górnica	10 km	34;09,87	XXXIV	VI	

STARTY - 2001 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
36.	02 XII	Wrocław	I Bieg Mikołajkowy	6 km	20:58		III M35	brak komuni- - katu
37.	15 XII	Wrocław	Bieg "Schody Poltegoru"	22 piętra	2;22,94	XCII	X	kat. M seniorzy
38.	31 XII	Trzebnica	XVII Uliczny Bieg Sylwestrowy	10 km	38:13	LVII	VIII	



I Mistrzostwa Polski Nauczycieli w Maratonie
Puck - 28 lipca 2001 r.



Klasyfikacja generalna nauczycieli :

srebrny medal - Zbigniew Siemaszko



Kategoria M36-49 nauczycieli :

srebrny medal - Zbigniew Siemaszko



19. MARATON WROCŁAW - 22 kwietnia 2001 r.

KB Wrocław - 1 miejsce w w klasyfikacji drużynowej :
Jerzy Siemaszko, Tomasz Sobczyk, **Zbigniew Siemaszko**



I Mistrzostwa Świata Weteranów w Biegach Górskich
Ustroń, 22 września 2001 r.

20 miejsce w kategorii M40 - Zbigniew Siemaszko



9. Otwarte Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Długich

Wyniki końcowe Grand Prix :



Kategoria M40 :
srebrny medal - Zbigniew Siemaszko (KB Burza Wrocław)

2001 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	0	1	0
w kategorii wiekowej	3	13	8

STARTY - 2002 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	02 III	Wrocław	VII Cross Między Mostami	12,3 km	48:03	XII	IV	10.OMW
2.	23 III	Sobótka	III Ślązański Maraton 33,3 km	~32.5 km	2:07:53	XI	V	
3.	07 IV	Bukówiec Górny	18. Bieg "Sokoła"	15 km	53:52	XXXV	X	
4.	21 IV	Wrocław	20. MARATON WROCŁAW	maraton (42,195 km)	2:41:43	XXXIV drużyna	VIII I	10.OMW
5.	27 IV	Wrocław (Złotniki)	Złotnickie Biegi Przełajowe 2.Memoriał Sławka Bobowskiego	~ 6 km	20:02	XII	IV	M35
6.	01 V	Krapkowice	XX Krapkowicki Bieg Uliczny	10 km	36:02	XX	III	
7.	03 V	Kąty Wrocławskie	II Bieg Konstytucji 3 Maja	10 mil	59:49	XIII	IV	
8.	13 V	Wleń	XI Memoriał Uliczny Michała Fludra	10 km	35:48	XXIV	V	
9.	12 V	Bojanowo	XVIII Bieg Zwycięstwa	12 km	46:07 treningowy start	XXVIII	X	11 V zajeżdźnia Kraków
10.	18 V	Wałbrzych	VIII Nocny Półmaraton	21.1 km	1:18:20	XXIV	VII	
11.	19 V	Jaszkowa Dolna k. Kłodzka	II Przełajowy Bieg Górski	~14 km	58:35	XVI	IV	czułem start z 18 V
12.	25 V	Toruń	20. Maraton Toruński Chełmno - Toruń III Klubowe MP w Maratonie	maraton (42,195 km)	2:47:14 Klubowe	XX MP	III VI	
13.	02 VI	Jawor	VIII Półmaraton Jaworski	21.1 km	1:17:27	XXIII	VI	
14.	08 VI	Wrocław	Bieg Sztafetowy o Puchar Wielkiej Wyspy	3 x 1.5 km	13;46,04 sztafeta	V	I	kat.120 lat plus
15.	15 VI	Wrocław	V Bieg Półgodzinny	30 min	8378 m	VIII	III	10.OMW
16.	16 VI	Nowogrodziec	IV Bieg Uliczny "Nowogrodziecka Dziesiątka"	10 km	36:52	XVI	VI	
17.	23 VI	Lębork	XI Maraton Ekologiczny pamięci Tomasza Hopfera XVI MPWeteran. w Maratonie	maraton (42,195 km)	2:48:36 MPW	XXVIII M40	X VIII	
18.	30 VI	Lubiąż	VIII Bieg Szlakiem Cystersów	5 km	17:31	XXII	V	

STARTY - 2002 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
19.	13 VII	Wrocław	I Bieg pod Powodziową Falę	~14 km	50;17,49	VII	II	M35
20.	21 VII	Kudowa Zdrój	XIV Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba	15 km	56:54	XV	V	
21.	27 VII	Puck	XIX Maraton Ziemi Puckiej Strzelno-Krokowa-Puck II MP Nauczycieli w Maratonie	maraton (42,195 km)	2:51:26 II MPN	XIV II	III I kat. :	upał, parno 36-49
22.	03 VIII	Międzygórze	X Jubileuszowy Bieg Śnieżnicki MP Weteranów w B.Górskich	9.5 km Międzygórze -Śnieżnik	53:21		IV IV	M40-44
23.	04 VIII	Jakuszyce k. Szklarskiej Poręby	1. Letni Bieg Piastów Terenowy Półmaraton Górski	21,5 km	1;42:41,2	XV	II	
24.	10 VIII	Zagórze Śląskie	III Ogólnopolski Bieg "O Wstęgę Bystrzycy"	~10.8 km	38;30,9	XIX	IV	
25.	11 VIII	Widziszewo	XVI Bieg Przyjaźni im. Edwarda Kusika	10 km	35:23	XXIV	X	
26.	15 VIII	Kobylin	XI Bieg im. Marszałka Józefa Piłsudskiego	~15 km	57:07	XXVI	VI	
27.	31 VIII	Karpacz	XV Jubileuszowy Półmaraton Karkonoski Podzamcze - Karpacz	22,300 km	1:35:36	V	I	
28.	07 IX	Wrocław	"Biegiem po zdrowie" Festyn Wielkiej Wyspy	~ 3 km (2.1 km)	umówiona	III	-	brak ko- -munikatu
29.	08 IX	Wrocław	XII Bieg Solidarności	5.2 km	19:03	XXXVI	VIII	
30.	15 IX	Bogaczów k. Jawora	IV Bieg Górski o Puchar KB TKKF Jaworzanie	~10 km	nie mam komunikatu			
31.	21 IX	Złotoryja	IV Bieg Uliczny o Memoriał Tadeusza Pietroszka	~ 4.5 km	brak mojego czasu	XII	I	
32.	05 X	Kowary	XI Ogólnopolski Bieg Bieg Uliczny w Kowarach	10 km	37:42	XVIII	VI	
33.	06 X	Wolibórz k. Nowej Rudy	I Ogólnopolski Bieg Przełajowy Wolibórz'2002	12 km		XV	V	brak pełnego komunikat.
34.	12 X	Jelenia Góra	Memoriał Biegowy im. Ireny Stańkowskiej o Puchar Prezydenta m. Jeleniej Góry	5 km	18:29 (przełaj)	X	IV	
35.	19 X	Legnica	XV Bieg Lwa Legnickiego	~ 6 km	23;50,88	XIII	IV	

STARTY - 2002 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
36.	27 X	Wrocław (Patynice)	III Bieg Śladem Konia	4.3 km cross	15;48,43	XX	IV	
37.	09 XI	Wrocław	Krzycka Piątka	5 km	17:19	VII	I	10.OMW
38.	11 XI	Wrocław (Złotniki)	XIII Mały Maraton Złotnicki	4 km	13:22	XXVI	V	
39.	24 XI	Lubin	XVI Barbórkowy Bieg o Lampką Górniczą	10 km	36;05,35	XLVIII	VII	
1R	23 XI	Wrocław (WSO) ul. Czajkowskiego	XXXII Bieg Uliczny z okazji Dnia Podchorążego	~3.5 km	nie mam komunikatu			prowadzi- -tem Joli Sobczak
0.	11 V	Kraków	I Międzynarodowy Cracovia Maraton	maraton (42,195 km)	zajeżdżnia po 23 km 21.1 km	~1:20:20		b.mocne obtarcie pięty
0.	25 VIII	Poczdám (Niemcy)	Mistrzostwa Europy Weteranów w Maratonie	maraton (42,195 km)	zajeżdżnia po 23 km			upał, źle się czułem
0.	14 IX	Oleśnica	XVIII Bieg Uliczny o Memoriał Bogusława Psujka	10 km	zajeżdżnia prawie przed metą	biegłem na ~ 36:30		aby nie być sklasyfik.
0.	31 XII	Trzebnica	XVIII Uliczny Bieg Sylwestrowy	10 km	zajeżdżnia prawie przed metą			aby nie być sklasyfik.

20. MARATON WROCŁAW - 21 kwietnia 2002 r.

KB Burza Wrocław - 1 miejsce w klasyfikacji drużynowej :
Tomasz Sobczyk, Jerzy Siemaszko, **Zbigniew Siemaszko**

**10. Otwarte Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Długich**

Wyniki końcowe Grand Prix :



Kategoria M40 :
srebrny medal - Zbigniew Siemaszko (ITAKA Opole)

2002 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	0	0	1
w kategorii wiekowej	6	2	4

STARTY - 2003 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	01 III	Wrocław	VIII Cross Między Mostami	12,3 km	46:44	XXIV	VII	11.OMW
2.	29 III	Sobótka	IV Ślązański Maraton 33,3 km	~32.5 km	2:08:56	XXII	X	
3.	05 IV	Wrocław	IV Bieg o Puchar J.M. Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego	~ 4 km	14:14	XXII	II	
4.	06 IV	Bukówiec Górny	19. Bieg "Sokoła"	15 km	57:24	XLV	XIII	
5.	27 IV	Wrocław	21. MARATON WROCŁAW	maraton (42,195 km)	2:49:04	XXXV drużyna	V M45 III	11.OMW
6.	03 V	Brzeg Dolny	Bieg Chemika	5 km	16:58	XV	I	
7.	04 V	Wrocław	Bieg Smoka Strachoty	11.2 km	40:07,16	IV	II	
8.	10 V	Wrocław (Złotniki)	Złotnickie Biegi Przelajowe III Memoriał Sławka Bobowskiego	~ 6 km	20:45	III	I M35	
9.	11 V	Bojanowo	XIX Bieg Zwycięstwa	12 km	46:04	XXVI	VI	
10.	17 V	Wałbrzych	IX Nocny Półmaraton	21.1 km	1:20:58	XXXV	VI	
11.	24 V	Piaski k. Gostynia	XX Bieg im. Błogosławionego Edmunda Bojanowskiego	10 km	37:09	XXI	VII	kontuzja lewa łydka
12.	01 VI	Jawor	IX Półmaraton Jaworski	21.1 km	1:32:15 ostanie 2 km-marsz	XXVII	VI M45	kontuzja l.łydka -ból-
13.	14 VI	Wrocław	VI Bieg Półgodzinny	30 min	7960 m	XI	IV	kontuzja l.łydka 11.OMW
14.	28 VI	Głuchołazy	I Bieg Uliczny im. Marka Kotańskiego	10 km	37:48	XXI	IV	kontuzja prawy achilles
15.	30 VI	Lubiąż	IX Bieg Szlakiem Cystersów	~ 5.6 km	20:15	XXI	VI	
16.	05 VII	Opole	I Bieg Opolski	~12 km	43:48	XXI	VII	
17.	06 VII	Świerzawa	XVII Świerzawski Bieg Uliczny	9 km	33:54	VIII	II	
18.	12 VII	Wrocław	II Bieg pod Powodziową Falę	~14 km	50:57	XI	VI	bez formy

STARTY - 2003 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
19.	20 VII	Kudowa Zdrój	XV Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba	15 km	58:54	XX	VI	
20.	26 VII	Puck	XX Maraton Ziemi Puckiej Strzelno-Krokowa-Puck III MP Nauczycieli w Maratonie	maraton (42,195 km)	2:58:35 II MPN	XIX VI	VI II kat. :	M45 kontuzja 36-49
21.	17 VIII	Wrocław (Patynice)	IV Bieg Śladem Konia	4.3 km cross	15:50	XII	V	
22.	06 IX	Oleśnica	XIX Bieg Uliczny o Memoriał Bogusława Psujka	10 km	38:22	XLIV	X	
23.	07 IX	Wrocław	XIII Bieg Solidarności	5.2 km	18:57	XXXIX	IX	
24.	14 IX	Bogaczów k. Jawora	V Bieg Górski o Puchar KB TKKF Jaworzanie	~10 km	nie mam komunikatu	X	V	
25.	20 IX	Złotoryja	V Bieg Uliczny o Memoriał Tadeusza Pietroszka	~ 4.5 km	14;26,99	VI	II	
26.	27 IX	Wałbrzych (Podzamcze)	XXIII Bieg Przełajowy Podzamcza	~ 10 km	36;43,5	XX	VI	
27.	04 X	Wrocław	Bieg na Wzgórzu Andersa	~5.7 km	21:26	IX	V	11.OMW
28.	19 X	Wrocław	"Przewietrz się na Olimpijskim" 1.Edycja	8 km	29:31	XII	II	M45
29.	25 X	Świebodzice	I Uliczny "Bieg Piasta - Mieszka Starego"	~ 10 km	36:40	XIX	VIII	
30.	26 X	Legnica	XVI Bieg Lwa Legnickiego	~ 6,5 km przełaj	brak komunikatu	IX		kontuzja p. noga udo
31.	08 XI	Wrocław	Krzycka Piątka	5 km	17:32	XIII	VII	11.OMW
32.	11 XI	Wrocław (Złotniki)	XIV Mały Maraton Złotnicki	4 km	13:45	XVII	VI	
33.	23 XI	Lubin	XVII Barbórkowy Bieg o Lampką Górnica	10 km	35;43,16	LIII	XII	
34.	28.12	Strzelce Opolskie	XIV Bieg Sylwestrowy	~ 15 km	57:08	LI	X	
35.	31.12	Trzebnica	19. Uliczny Bieg Sylwestrowy	10 km	38:55	LXXVIII	XIX	

STARTY - 2003 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1R	16 VIII	Milicz	XXIV Bieg Baryczan	3.5 km Mały Bieg Baryczan	biegłem z Michaeliem Siemaszko			start PK
0.	09 VIII	Widziszewo	XVIII Bieg Przyjaźni	10 km	zajeżdźnia po 2,5 km			kontuzja p.pachw. +I.tydzka
0.	31 VIII	Kamienna Góra	XIV Ogólnopolski Bieg Uliczno - Terenowy o Puchar Solidarności	~10.1 km	zajeżdźnia po 7 km			kontuzja

21. MARATON WROCŁAW - 27 kwietnia 2003 r.

**OKB ITAKA Opole - 3 miejsce w klasyfikacji drużynowej :
Zbigniew Siemaszko, Antoni Domicz, Sławomir Pieczurowski**



**III Mistrzostwa Polski Nauczycieli w Maratonie
Puck - 26 lipca 2003 r.**

Klasyfikacja generalna nauczycieli :

6 miejsce - Zbigniew Siemaszko



Kategoria M36-49 nauczycieli :

srebrny medal - Zbigniew Siemaszko

**11. Otwarte Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Długich**

Wyniki końcowe Grand Prix :



**Kategoria M40 :
srebrny medal - Zbigniew Siemaszko (OKB ITAKA Opole)**

2003 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	0	0	1
w kategorii wiekowej	2	6	1

Tak było przed rokiem na Mistrzostwach Polski Nauczycieli w Maratonie :



**II Mistrzostwa Polski Nauczycieli w Maratonie
Puck - 27 lipca 2002 r.**



Klasyfikacja generalna nauczycieli :

srebrny medal - Zbigniew Siemaszko



Kategoria M36-49 nauczycieli :

złoty medal - Zbigniew Siemaszko

STARTY - 2004 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	01 III	Wrocław	IX Cross Między Mostami	12,3 km	46:44	XXIV	VII	12.OMW
2.	20 III	Wrocław	V Bieg o Puchar J.M. Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego	~ 4 km	13:30	XVI	IV	
3.	27 III	Sobótka	V Ślęzański Maraton 33,3 km	~ 33 km	2:15:53	XVIII	IX	
4.	04 IV	Bukówiec Górny	20. Bieg "Sokoła"	15 km	57:47	XLV	XVI	
5.	17 IV	Wrocław (Złotniki)	Złotnickie Biegi Przełajowe 4.Memoriał Sławka Bobowskiego	~ 6 km	22:42	XV	VII M35	
6.	18 IV	Ostrzeszów	40. Cross Ostrzeszowski Mistrzostwa Polski Nauczycieli w Biegach Przełajowych	3 km		kat.M35+	IX	nie było kat. M45+ (II miejsce)
7.	27 IV	Wrocław	22. MARATON WROCŁAW	maraton (42,195 km)	2:53:10	LX	V M45	12.OMW
8.	01 V	Wolibórz k. Nowej Rudy	I Międzynarodowy Bieg Uliczny ku Zjednoczonej Europie	~12 km szosa	?	?	?	brak komuni- -katu
9.	02 V	Lewin Brzeski	Biegi Uliczne	~ 4 km bieg główny	?	?	?	brak komuni- -katu
10.	09 V	Bojanowo	XX Bieg Zwycięstwa	12 km	47:10	XXXIII	XI	
11.	15 V	Wałbrzych	X Nocny Półmaraton	21.1 km	1:24:58	XXX	XIII	
12.	23 V	Bolesławiec	Europejskie Biegi Uliczne	10 km	37:40	XXXIX	XI	37:22 mój pomiar
13.	29 V	Sobótka	XI Otwarte Mistrzostwa X LO w Biegu Górskim	4,1 km	25:37	XIV	V	
14.	30 V	Jaszkowa Dolna k. Kłodzka	IV Przełajowy Bieg Górski	~14 km	54:42	XXX	IX	
15.	06 VI	Murowana Goślina	VIII Mistrzostwa Polski Weteranów w Półmaratonie	21.1 km	1:23:03	XXIII	VIII M45	
16.	12 VI	Wrocław	VII Bieg Półgodzinny	30 min	8056 m	XI	V	12.OMW
17.	20 VI	Mulheim (Niemcy)	9. Tengemann - Lauf	10 km	37:20	XXIII	II M45	

STARTY - 2004 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
18.	27 VI	Jawor	X Półmaraton Jaworski	21.1 km	1:21:21	XXIX	VI M45	
19.	03 VII	Opole	II Bieg Opolski	11.2 km	42:51	XXXI	IX	
20.	10 VII	Wrocław	III Bieg pod Powodziową Falę	~13.5 km	51:50	XI	IV M35	
21.	18 VII	Kudowa Zdrój	XVI Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba	15 km	60:19	XXIV	IX	upał, parno
22.	01 VIII (maraton)	Aarhus (Dania)	14. Mistrzostwa Europy Weteranów w Lekkiej Atletyce	maraton (42,195 km)	2:55:20		IX M45 I	powinno być !!!
23.	14 VIII	Milicz	XXV Bieg Baryczan	15 km	55:20	XXVII	VIII	cały bieg kontuzja achillesa
24.	05 IX	Wrocław	VII Bieg Sztafetowy o Puchar Wielkiej Wyspy	3 x 1.5 km sztafeta	14:08	IV	I	
25.	18 IX	Bogaczów k. Jawora	VI Bieg Górski o Puchar KB TKKF Jaworzanie	~10 km	nie mam komunikatu			
26.	25 IX	Złotoryja	VI Bieg Uliczny o Memoriał Tadeusza Pietroszka	~ 4.5 km	14:58,72	VII	II	
27.	02 X	Wrocław	Bieg na Wzgórzu Andersa	~5.8 km	22:40	XIV	VII	12.OMW
28.	10 X	Wrocław (Patynice)	V Bieg Śladem Konia	4.3 km cross	16:21	XIV	VI	
29.	17 X	Wrocław	"Przewietrz się na Olimpijskim" 2.Edycja	8 km	31:16	XXXIII	VII	M45
30.	23 X	Legnica	XVII Bieg Lwa Legnickiego	~ 6 km przełaj	? brak komunikatu	?	?	
31.	11 XI	Wrocław (Złotniki)	XV Mały Maraton Złotnicki	4 km	13:44	XX	VI	
32.	21 XI	Lubin	XVIII Barbórkowy Bieg o Lampkę Górnica	10 km	36;22,39	XLV	VIII	
33.	27 XI	Gracze	X Bieg Skalinika	13.9 km	53:14	XXIX	XV	
34.	04 XII	Wrocław (WSO) ul. Czajkowskiego	XXXIV Bieg Uliczny z okazji Dnia Podchorążego	~3.6 km	12:37 nie mam komunikatu			

STARTY - 2004 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
35.	18.12	Strzelce Opolskie	XV Bieg Sylwestrowy	~ 15 km	57:49	LI	XX	przebieganie
36.	31.12	Trzebnica	20. Uliczny Bieg Sylwestrowy	10 km	38:59	XCIV	M40:	XXVIII m. przebieganie

**12. Otwarte Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Długich**

Wyniki końcowe Grand Prix :

Kategoria M40 :

4 miejsce - Zbigniew Siemaszko (OKB ITAKA Opole)



Drużyna, której ukradziono Mistrzostwo Europy

14. Mistrzostwa EuropyWeteranów w Lekkiej Atletyce
maraton - 01.08.2004, Aarhus

2004 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	0	0	0
w kategorii wiekowej	2	2	0

STARTY - 2005 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	05 III	Wrocław	X Cross Między Mostami	12,3 km	48:47	XX	IV	13.OMW
2.	19 III	Sobótka	VI Ślęzański Maraton 33,3 km	~ 32 km	2:13:26	VIII	V	
3.	09 III	Wrocław	VI Bieg o Puchar J.M. Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego	~ 5 km	19:23	XXXI	IV	nowa trasa
4.	16 IV	Wrocław (Złotniki)	XVII Złotnickie Biegi Przelajowe 5.Memoriał Sławka Bobowskiego	~ 6 km	22:22	XIV	M35	kontuzja I.kostka skręcenie
5.	24 IV	Wrocław	23. MARATON WROCŁAW	maraton (42,195 km)	2:55:16	LIII drużyna	IX M45 III	13.OMW kontuzja I.kostka
6.	08 V	Bojanowo	XXI Bieg Zwycięstwa	12 km	49:42	XXII	V	kontuzja dwugło - - wy p.ł.
7.	14 V	Wałbrzych	XI Nocny Półmaraton	21.1 km	1:26:37	XXXIV	XIX	kontuzja j.w.
8.	21 V	Sobótka	Otwarte Mistrzostwa X LO w Biegu Górskim	4,1 km	26:22	XIII	V	kontuzja dwugło - - wy p.
9.	22 V	Wrocław	Bieg Smoka Strachoty	~12,5 km	51:43	VII	IV	kontuzja dwugło - - wy p.ł.
10.	29 V	Wrocław	Bieg Sztafetowy o Puchar Wielkiej Wyspy	3 x 1.5 km sztafeta	17:56 towarzyski start	XXII	III	kontuzja dwugło - - wy p.
11.	12 VI	Srebrna Góra	I Bieg na Forty	~ 5 km	25:39	XIV	IX	oznaki kontuzji j.w.
12.	18 VI	Wrocław	VIII Bieg Półgodzinny	30 min	7802 m	XXVIII	VI	13.OMW oznaki jw. kontuzji
13.	26 VI	Wrocław (Patynice)	VI Bieg Śladem Konia	4.3 km cross	15:51	XXII	VIII	
14.	02 VII	Opole	III Bieg Opolski	~10,5 km	39:27	XXX	-	
15.	03 VII	Świerzawa	XIX Świerzawski Bieg Uliczny	9 km	35:25	XI	V	
16.	09 VII	Wrocław	IV Bieg pod Powodziową Falę	~14,5 km	55:13	XVI	II M45	kontuzja ścięgno p. noga
17.	04 IX	Jawor	II Memoriał S. Mielczarka	~ 8.5 km	32:43		II M40	brak komunikat.
18.	11 IX	Wrocław	I Bieg Morskiego Oka	7 km	27:04	XII	IV	

STARTY - 2005 r.

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
19.	05 XI	Wrocław	I Bieg na Wzgórzu Miłości (tzw. Mała Sobótka)	~ 6 km	22:59	XL	IX	13.OMW
20.	11 XI	Wrocław (Złotniki)	XVI Mały Maraton Złotnicki	4 km	14:38	XXXIV	V	
21.	15 XI	Wrocław	Bieg o Puchar J.M. Rektora Politechniki Wrocławskiej	~ 6 km	23:16			brak komuni- - katu
22.	26 XI	Wrocław (WSO) ul. Czajkowskiego	35. Bieg Uliczny z okazji Dnia Podchorążego	~3.5 km	13:03	XXXVIII		
1R	13 VIII	Milicz	XXVI Bieg Baryczan	~ 4 km Mały Bieg Baryczan	biegłem z Michaeliem Siemaszko	start PK		kontuzja ścięgno p. noga
0.	28 V	Oleśnica	XXI Bieg Uliczny o Memoriał Bogusława Psujka	10 km	zajeżdźnia po 4 km			kontuzja dwugłó - - wy p.
0.	24 VII	Kudowa Zdrój	XVII Ogólnopolski Bieg Homolan im. Józefa Duba	15 km	zajeżdźnia 7.5 km (30;19,5)	(1 pętla)		kontuzja ścięgno p. noga
0.	10 IX	Wrocław	XV Bieg Solidarności	5.2 km	zajeżdźnia 5 km (19:31)	bez formy		aby nie być sklasyfik.
0.	25 IX	Berlin	32. Real Berlin Marathon	maraton (42,195 km)	zajeżdźnia 21 km (~1:27)			kontuzja dwugłó - - wy p.
0.	01 X	Wrocław	Krzycka Piątka	5 km	zajeżdźnia 3km - 11:18	problem dwugł.p		13.OMW

23. MARATON WROCŁAW - 24 kwietnia 2005 r.

OKB ITAKA Opole - 3 miejsce w klasyfikacji drużynowej :
Sławomir Pieczurowski, Zbigniew Siemaszko, Józef Zachariasz

**13. Otwarte Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Długich**

Wyniki końcowe Grand Prix :

Kategoria M40 :

4 miejsce - Zbigniew Siemaszko (OKB ITAKA Opole)

2005 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	0	0	0
w kategorii wiekowej	0	2	2

Był to bardzo słaby sezon z uwagi na przewlekłe kontuzje.

Podsumowanie : Lata 2001 - 2005

Liczba miejsc generalnie :	I	II	III
2001 rok	0	1	0
2002 rok	0	0	1
2003 rok	0	0	1
2004 rok	0	0	0
2005 rok	0	0	0
lata 2001-2005 (razem)	0	1	2

Liczba miejsc w kat. M40 :	I	II	III
2001 rok	3	13	8
2002 rok	6	2	4
2003 rok	2	6	1
2004 rok	2	2	0
2005 rok	0	2	2
lata 2001-2005 (razem)	13	25	15