

Półmaraton (21,0975 km)

L p.	Data	Nazwa biegu	Miejscowość	Rezultat	Miejsce generalnie	Mój wiek	Kat.	Miejsce w kat.
1.	05.06.1988	12. Semi Marathon des 3 Departementns	Moussy le Neuf (Francja)	1:10:42	XIX	30	M20 -39	XVII
2.	30.04.1989	I Bieg Namysłowian Namysłów-Mińkowskie	Namysłów	1:08:12	III	31	M30	III
3.	03.09.1989	V Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:15:48	II	31	M30	II
4.	29.04.1990	II Bieg Namysłowian Mińkowskie-Namysłów	Namysłów	1:10:52	III	32		
5.	30.06.1990	Stichting Internationale 5-e Wolloop Ede 1990 Halve Marathon	Ede k. Wageningen (Holandia)	1:12:32	II	32		
6.	05.08.1990	I Półmaraton Solidarności Namysłów-Staroścín	Namysłów - Staroścín	1:14:23 - upał -	II	32	M30	II
7.	09.09.1990	VI Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:16:23	III	32	M30	II
8.	03.11.1990	8-e HALVE MARATHON (21,1 km)	Elspeet (Holandia)	1:12:56	V	32		
9.	03.05.1991	III Bieg Namysłowian Wilków-Idzikowice	Namysłów	1:11:03	II	33	M30	II
10.	29.09.1991	VII Karkonoski Półmaraton Górski [inna, trudniejsza trasa]	Podzamcze - Karpacz	1:17;19,3	IV	33	M30	II najlepszy z Polaków
11.	15.03.1992	5. John W.English Half Marathon	Middletown (USA)	1:11:30	I	33		
12.	28.06.1992	12. Annual Fairfield Half Marathon	Fairfield (USA)	1:12:55 - upał -	XIV	34		
13.	04.10.1992	11th Annual Ridgefield Half Marathon	Ridgefield (USA)	1:12:13	V	34		
14.	07.03.1993	6. John W.English Half Marathon	Middletown (USA)	? pokonałem~0.5 km więcej	III	34		brak komunikatu
15.	18.07.1993	III Półmaraton Prudnicki	Prudnik	1:13:09	VII	35	M30	V
16.	18.07.1993	II Półmaraton Ekologiczny	Jastrzębie - Domaszowice	1:12:08	XI	35	M30	V
17.	30.04.1994	5. Internationalen Nauroder Halbmarathon	Wiesbaden - Naurod (Niemcy)	1:13:54	II	36	M35	I
18.	11.06.1995	I Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:13:29	IX	37	M30	V
19.	08.06.1996	II Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:16:31	VIII	38	M30	V
20.	06.10.1996	Halve Marathon "de Bredase Singelloop"	Breda (Holandia)	1:13:08 (1:13:05 -netto)	XL (kat. M)	38		
21.	08.06.1997	III Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:16:15	XIV	39	M30	VII

Zbigniew Siemaszko rocznik : 1958

Półmaraton (21,0975 km)

L p.	Data	Nazwa biegu	Miejscowość	Rezultat	Miejsce generalnie	Mój wiek	Kat.	Miejsce w kat.
22.	05.04.1998	Grand Prix Wilkowa 1998 [trasa miała atest PZLA]	Wilków - Idzikowice	1:15:19	XIX	40	M40	III
23.	16.05.1998	IV Nocny Półmaraton - dziadowska organizacja	Wałbrzych	1:16:44 pokonałem ~0.5 km więcej	II	40	M40	II
24.	07.06.1998	IV Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:19:01 - duchota	VIII	40	M40	II
25.	12.09.1998	XI Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:26:09	VI	40	M40	II
26.	06.06.1999	V Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:18:28 - upał	XIII	41	M40	IV
27.	10.07.1999	Grand Prix Wilkowa 1999 [inna, dłuższa trasa niż w 1998 r.]	Wilków - Idzikowice	1:22:36	VI	41	M40	III
28.	04.09.1999	XII Międzynarodowy Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:24:20	III	41	M40	I
29.	06.05.2000	11. Internationalen Nauroder Naspä-Cup 2000 21 100 m Halbmarathon	Wiesbaden - Naurod (Niemcy)	1:19;10,2 - upał	IV	42	M40	I
30.	20.05.2000	XIII Międzynarodowy Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:21:02	VIII	42	M40	II
31.	04.06.2000	VI Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:20:04 - upał	XIX	42	M40	VI
32.	03.06.2001	VII Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:18:13	XXIII	43	M40	III
33.	15.09.2001	XIV Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:31:27	IV	43	M40	II
34.	18.05.2002	VIII Nocny Półmaraton	Wałbrzych	1:18:20	XXIV	44	M40	VII
35.	02.06.2002	VIII Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:17:27	XXIII	44	M40	V
36.	31.08.2002	XV Jubileuszowy Karkonoski Półmaraton Górski	Podzamcze - Karpacz	1:35:36	V	44	M40	I
37.	17.05.2003	IX Nocny Półmaraton	Wałbrzych	1:20:58	XXXV	45	M40	VI

Zbigniew Siemaszko rocznik : 1958

Półmaraton (21,0975 km)

L p.	Data	Nazwa biegu	Miejscowość	Rezultat	Miejsce generalnie	Mój wiek	Kat.	Miejsce w kat.
38.	01.06.2003	IX Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:32:15 - kontuzja	XXVII	45	M45	VI
39.	15.05.2004	X Nocny Półmaraton	Wałbrzych	1:24:58	XXX	46	M40	XIII
40.	01.06.2004	X Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:21:21	XXIX	46	M45	VI
41.	06.06.2004	VIII Mistrzostwa Polski Weteranów w Półmaratonie	Murowana Goślina	1:23:03	XXIII	46	M45 MPW	VIII
42.	14.05.2005	XI Nocny Półmaraton	Wałbrzych	1:26:37	XXXIV	47	M40	XIX
43.	25.06.2006	XII Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:31:39	XXVI	48	M45	VI
44.	29.03.2008	I Półmaraton Ślązański	Sobótka	1:29:31	LXI	50	M50	X
45.	13.04.2008	44. Cross Ostrzeszowski Półmaraton	Ostrzeszów	1:28:08	XX	50	M50	II
46.	01.06.2008	XII Mistrzostwa Polski Weteranów w Półmaratonie	Murowana Goślina	1:28:10 - upał -	XXXII	50	M50 MPW	VII
47.	21.03.2009	II Międzynarodowy BONART Półmaraton Ślązański	Sobótka	1:33:49	CVI	51	M50	X
48.	25.06.2009	XV Półmaraton Jaworski o Puchar Burmistrza Jawora	Jawor	1:29:49	XXXVII	51	M50	VI
49.	20.03.2010	III Międzynarodowy LG BONART Półmaraton Ślązański	Sobótka	1:34:42	CLXXXIX	52	M50	XXIV
50.	26.09.2010	I Półmaraton Opolski	Opole	1:29:57	XXIV	52	M50	III