

Program szczegółowy Biegiem przez Polskę 2009 ze Wschodu na Zachód dla Elizki Zalewskiej

| Miejscowość - od | Miejscowość - do | Odcinek w km | Długość Trasy | Numer drogi | Start Godz. | Koniec Godz. | Przerwa (w min.) | Gmina | Powiat | Województwo |
|---|-----------------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|------------------|----------------------------|----------------|--------------------------|
| 1 lipca 2009r. (środa) | | | | | | | | | | |
| Terespol Urząd Miasta i Gminy Ul. Wojska Polskiego 47 | Terespol (Kon.) | 4 | 4 | 698 | 7:30 | 7:55 | - | Gmina Terespol | Powiat bialski | Województwo lubelskie |
| Ul. Wojska Polskiego | | | | 698 | | | - | | | |
| Ul. Męczenników | | | | 698 | | | - | | | |
| Terespol | Łobaczew D. | 1,3 | 5,3 | 698 | 7:55 | 8:04 | - | | | |
| Łobaczew D. | Lechuty D. | 0,4 | 5,7 | 698 | 8:04 | 8:07 | - | | | |
| Lechuty D. | Lechuty M. | 1,3 | 7 | 698 | 8:07 | 8:16 | - | | | |
| Lechuty M. | Nepłe | 3,4 (4,4) | 10,4 | 698 | 8:16 | 8:37 | - | | | |
| Koniec etapu I | | 10,4 | | | | | 50-60 | | | |
| Lechuty M. | Nepłe | 1(4,4) | 11,4 | 698 | 9:30 | 9:36 | - | | | |
| Nepłe | Krzyczew | 5,1 | 16,5 | 698 | 9:36 | 10:07 | - | | | |
| Krzyczew | Bohukały | 2,8 | 19,3 | 698 | 10:07 | 10:26 | - | | | |
| Bohukały | Pratulim | 1 | 20,3 | 698 | 10:26 | 10:32 | - | Gmina Rokitno | | |
| Pratulim | Zaczepek | 1(2,7) | 21,3 | 698 | 10:32 | 10:40 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10,9 | | | | | 50-60 | | | |
| Pratulim | Zaczepek | 1,7(2,7) | 23 | 698 | 11:30 | 11:41 | - | Gmina Janów Podlaski | | |
| Zaczepek | Błonie | 4,9 | 27,9 | 698 | 11:41 | 12:12 | - | | | |
| Błonie | Werchliś | 2,6 | 30,5 | 698 | 12:12 | 12:29 | - | | | |
| Werchliś (pocz.) | Werchliś | 1,5(2,9) | 32 | 698 | 12:29 | 12:40 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 10,7 | | | | | 50-60 | | | |
| Werchliś | Werchliś (kon.) | 1,4 | 33,4 | 698 | 13:30 | 13:39 | - | | | |
| Werchliś (koń.) | Janów Podlaski | 2,1 | 35,5 | 698 | 13:39 | 13:52 | - | | | |
| Janów Podlaski (pocz.) | Janów Podlaski (koń.) | 3 | 38,5 | 698 | 13:52 | 14:11 | - | | | |
| Janów Podlaski | Nowy Pawłów | 1,9 | 40,4 | 698 | 14:11 | 14:23 | - | | | |
| Nowy Pawłów | Perydło | 2,1 | 42,5 | 698 | 14:23 | 14:37 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,5 | | | | | 50-60 | Gmina | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------|---------------|------|-----|-------|-------|--------------|---------------------|------------------|-------------------------|
| Perydło | Konstantynów | 1,7 | 44,2 | 698 | 15:30 | 15:41 | - | Konstantynów | Powiat Łosicki | Województwo mazowieckie |
| Konstantynów (pocz.) | Konstantynów (kon.) | 2,7 | 46,7 | 698 | 15:41 | 15:59 | - | | | |
| Konstantynów | Zakalinki | 1,1 | 48 | 698 | 15:59 | 16:06 | - | | | |
| Zakalinki | Wólka Nosowska | 2 | 50 | 698 | 16:06 | 16:18 | - | | | |
| Wólka Nosowska | Wólka Nosowska | 3,3 (4,3) | 53,3 | 698 | 16:18 | 16:40 | - | | | |
| Koniec etapu V | | 10,8 | | | | | | Gmina Stara Kornica | | |
| Dzienna liczba kilometrów | | 53,3 | | | | | | | | |
| 2 lipca 2009r. (czwartek) | | | | | | | | | | |
| Wólka Nosowska | Wólka Nosowska (kon.) | 1 (4,3) | 54,3 | 698 | 7:30 | 7:36 | - | Gmina Stara Kornica | Powiat Łosicki | Województwo Mazowieckie |
| Wólka Nosowska (kon.) | Stara Kornica | 4,1 | 58,4 | 698 | 7:36 | 8:01 | - | | | |
| Stara Kornica | Rudka | 3,4 | 61,8 | 698 | 8:01 | 8:20 | - | | | |
| Rudka | Różowa | 2 (3,7) | 63,8 | 698 | 8:20 | 8:37 | - | | | |
| Koniec etapu I | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Rudka | Różowa | 1,7(3,7) | 65,5 | 698 | 9:30 | 9:41 | - | Gmina Łosice | Powiat Łosicki | Województwo Mazowieckie |
| Różowa | Łuzki | 0,8 | 66,3 | 698 | 9:41 | 9:47 | - | | | |
| Łuzki | Chotcze | 3,9 | 70,2 | 698 | 9:47 | 10:12 | - | | | |
| Chotcze | Łosice | 2,1 | 72,3 | 698 | 10:12 | 10:25 | - | | | |
| Łosice (pocz.) | Łosice | 2,3(4,1) | 74,6 | 698 | 10:25 | 10:40 | - | | | |
| | | Ul. Bialska | | 698 | | | - | | | |
| | | Ul. Siedlecka | | 698 | | | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10,8 | | | | | 50-60 | | | |
| Łosice | Łosice (koniec) | 1,8 | 76,4 | 698 | 11:30 | 11:41 | - | Gmina Mordy | Powiat Siedlecki | Województwo Mazowieckie |
| Łosice (koniec) | Biernaty Średnie | 4 | 80,4 | 698 | 11:41 | 12:06 | - | | | |
| Biernaty Średnie | Rudzik | 0,8 | 81,2 | 698 | 12:06 | 12:12 | - | | | |
| Rudzik | Wojnów | 4,3 | 85,5 | 698 | 12:12 | 12:40 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 10,9 | | | | | 50-60 | | | |
| Wojnów | Wojnów (koniec) | 2,9 | 88,4 | 698 | 13:30 | 13:48 | - | Gmina Siedlce | Powiat Siedlecki | Województwo Mazowieckie |
| Wojnów | Głuchów | 2 | 90,4 | 698 | 13:48 | 13:58 | - | | | |
| Głuchów | Mordy | 0,5 | 90,9 | 698 | 13:58 | 14:01 | - | | | |
| Mordy (początek) | Mordy (koniec) | 2,5 | 93,4 | 698 | 14:01 | 14:15 | - | | | |
| Mordy | Pruszyń – Pieńki | 3(7,7) | 96,4 | 698 | 14:15 | 15:40 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,9 | | | | | 50-60 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|-------------------------|-------------|-------|-------|-------|-------|--------------|---------------|------------------|-------------------------|
| Mordy | Pruszyń Pieńki | 4,7 | 101,1 | 698 | 15:30 | 15:54 | - | | | |
| Pruszyń – Pieńki | Pruszyń – Pieńki | 2,1 | 103,2 | 698 | 15:54 | 16:07 | - | | | |
| Pruszyń – Pieńki | Stok Lacki | 3,4 | 106,6 | 698 | 16:07 | 16:29 | - | | | |
| Stok Lacki | Siedlce | 0,5 | 107,1 | 698 | 16:29 | 16:32 | - | | | |
| Siedlce | Siedlce | 1 | 108,1 | 698 | 16:32 | 16:40 | - | | | |
| | Ul. Janowska | | | 698 | | | - | | | |
| | Ul. Starowiejska | | | 698 | | | - | | | |
| | Koniec etapu V | 11,7 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 53,8 | | | | | | | | |
| 3 lipca 2009r. (piątek) | | | | | | | | | | |
| Siedlce | Siedlce (koniec) | 6,2(7,2) | 114,3 | 698 | 7:30 | 8:08 | - | Gmina Siedlce | Powiat Siedlecki | Województwo mazowieckie |
| | Ul. Starowiejska | | | 698 | | | - | | | |
| | Ul. J. Piłsudskiego | | | 698 | | | - | | | |
| | Ul. Warszawska | | | 2 E30 | | | - | | | |
| Siedlce | Opole | 3,1 | 117,4 | 2 E30 | 8:08 | 8:26 | - | | | |
| Opole | Gręzów | 0,9 | 118,2 | 2 E30 | 8:26 | 8:33 | - | Gmina Kotuń | | |
| | Koniec etapu I | 10,2 | | | | | 50-60 | | | |
| Gręzów (początek) | Gręzów (koniec) | 2,8 | 121 | 2 E30 | 9:30 | 9:48 | - | | | |
| Gręzów | Broszków | 3,2 | 124,2 | 2 E30 | 9:48 | 10:08 | - | | | |
| Broszków | Polaki | 1,6 | 125,8 | 2 E30 | 10:08 | 10:18 | - | | | |
| Polaki | Mingosy | 1,2 | 127 | 2 E30 | 10:18 | 10:25 | - | | | |
| Mingosy (początek) | Mingosy (koniec) | 1,4 | 128,4 | 2 E30 | 10:25 | 10:33 | - | | | |
| | Koniec etapu II | 10,2 | | | | | 50-60 | | | |
| Mingosy | Sionna | 1,6 | 130 | 2 E30 | 11:30 | 11:40 | - | | | |
| Sionna | Łagodne | 1,2 | 131,2 | 2 E30 | 11:40 | 11:47 | - | | | |
| Łagodne | Bojmie | 2,1 | 133,3 | 2 E30 | 11:47 | 12:00 | - | | | |
| Bojmie | Kałużyn | 5,8(8,8) | 139,1 | 2 E30 | 12:00 | 12:37 | - | Gmina Kałużyn | Powiat Miński | |
| | Koniec etapu III | 10,7 | | | | | 50-60 | | | |
| Bojmie | Kałużyn | 2,5(8,8) | 141,6 | 2 E30 | 13:30 | 13:45 | - | | | |
| Kałużyn (początek) | Kałużyn (koniec) | 3 | 144,6 | 2 E30 | 13:45 | 14:04 | - | | | |
| Kałużyn | Ryczołek | 1,4 | 146 | 2 E30 | 14:04 | 14:13 | - | | | |
| Ryczołek | Jędrzejów | 1,6 | 147,2 | 2 E30 | 14:13 | 14:28 | - | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|-------|-------|-------|-------|--------------|------------------------------|-------------------|----------------------------|--|--|--|
| Jędrzejów | Ignaców | 2 (5) | 149,6 | 2 E30 | 14:28 | 14:37 | - | Gmina Mińsk Mazowiecki | | | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Jędrzejów | Ignaców | 1,7 | 151,3 | 2 E30 | 15:30 | 15:41 | - | | | | | | |
| Ignaców | Janów | 3 | 154,3 | 2 E30 | 15:41 | 16:00 | - | | | | | | |
| Janów | Osiny | 1,1 | 155,4 | 2 E30 | 16:00 | 16:07 | - | | | | | | |
| Osiny | Mińsk Mazowiecki (pocz.) | 2,1 | 157,5 | 2 E30 | 16:07 | 16:19 | - | | | | | | |
| Mińsk Mazowiecki(pocz.) Ul. Warszawska | Mińsk Mazowiecki Ul. Warszawska | 2,2 (4,2) | 159,7 | 2 E30 | 16:19 | 16:33 | - | | | | | | |
| Koniec etapu V | | 10,1 | | | | | | | | | | | |
| Ogółem | | 51,7 | | | | | | | | | | | |
| 4 lipca 2009r. (sobota) | | | | | | | | | | | | | |
| Mińsk Mazowiecki Ul. Warszawska | Mińsk Mazowiecki (kon.) ul. Warszawska | 2 (4,2) | 161,7 | 2 E30 | 7:30 | 7:45 | - | Gmina Mińsk Mazowiecki | Powiat Miński | Województwo mazowieckie | | | |
| Mińsk Maz. | Stojadła | 1,6 | 163,3 | 2 E30 | 7:45 | 7:57 | - | | | | | | |
| Stojadła | Choszczówka Stolecka | 1,6 | 164,9 | 2 E30 | 7:57 | 8:08 | - | Gmina Dębę Wielkie | | | | | |
| Choszczówka Stojcka | Dębę Wielkie | 3 | 167,9 | 2 E30 | 8:08 | 8:26 | - | | | | | | |
| Dębę Wielkie (pocz.) | Dębę Wielkie | 2,5 (3) | 170,4 | 2 E30 | 8:26 | 8:39 | - | | | | | | |
| Koniec etapu I | | 10,7 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Dębę Wielkie | Dębę Wielkie (koniec) | 0,5 | 170,9 | 2 E30 | 9:30 | 9:33 | - | | | | | | |
| Dębę Wielkie | Wielgolas | 2,2 | 173,1 | 2 E30 | 9:33 | 9:48 | - | Gmina Latowicz | | | | | |
| Wielgolas | Stary Konik | 4,5 | 177,6 | 2 E30 | 9:48 | 10:16 | - | Gmina Halinów | | | | | |
| Stary Konik | Konik Nowy | 1,9 | 179,5 | 2 E30 | 10:16 | 10:29 | - | | | | | | |
| Konik Nowy | Sulejówek | 0,4 | 179,9 | 2 E30 | 10:29 | 10:32 | - | Gmina Sulejówek | | | | | |
| | | Ul. Terespolska | | 2 E30 | | | | | | | | | |
| | | Ul. Trakt Brzeski | | 2 E30 | | | | | | | | | |
| Sulejówek | Zakręt | 1,2(2,7) | 181,1 | 2 E30 | 10:32 | 10:38 | - | Gmina Wiązowna | Powiat otwocki | | | | |
| | | Ul. Bronisława Czecha (Mazowieckie Park Krajobrazowy) | | | | | - | | | | | | |
| Koniec etapu II | | 10,7 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Sulejówek | Zakręt | 1,5 | 182,6 | 2 E30 | 11:30 | 11:40 | - | | | | | | |
| Zakręt | Warszawa (pocz.) | 2,9 | 185,5 | 2 E30 | 11:40 | 12:00 | - | Warszawa | Warszawa | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------------------|-------------------------|-------------|-------|-------------|-------|-------|--------------|--|--|--|
| Warszawa (pocz.) | Warszawa | 6 | 191,5 | 2 E30 | 12:00 | 12:36 | - | | | |
| | Ul. Bronisława Czecha | | | 2 E30 | | | - | | | |
| | Ul. Płowiecka | | | 2 E30 / 724 | | | - | | | |
| | Koniec etapu III | 10,4 | | | | | 50-60 | | | |
| | Ul. Płowiecka | | 202 | 2 E30 / 724 | 13:30 | 14:35 | - | | | |
| | Most Siekierkowski | | | 724 | | | - | | | |
| | Dolina Służewska | | | 7 E77 | | | - | | | |
| | Koniec etapu IV | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| | Dolina Służewska | | 205,5 | 7 E77 | 15:30 | 15:55 | - | | | |
| | Ul. Puławska | | | 79 | | | - | | | |
| | Koniec etapu V | 4,5 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 51,8 | | | | | | | | |

5 lipca 2009r. (niedziela)

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|-------------------------|-------------|-------|-----|-------|-------|--------------|-----------------|---------------------|-------------------------|
| Warszawa (ul. Lelka/Puławska) | Piaseczno (centrum) | 10,4 | 215,9 | 79 | 7:30 | 8:36 | - | Gmina Piaseczno | Powiat piaseczyński | Województwo mazowieckie |
| | Ul. Puławska | | | 79 | | | - | | | |
| | Ul. Wojska Polskiego | | | 722 | | | - | | | |
| | Ul. H. Sienkiewicza | | | 722 | | | - | | | |
| | Ul. Pod Bateriami | | | 722 | | | - | | | |
| | Ul. Pułku IV Ułanów | | | 722 | | | - | | | |
| | Ul. Główna | | | 722 | | | - | | | |
| | Koniec etapu I | 10,4 | | | | | 50-60 | | | |
| Piaseczno (centrum) | Jazgarzew (ul. Główna) | 4,2 | 220,1 | | 9:30 | 9:56 | - | | | |
| Jazgarzew | Wólka Pęczerska | 1,4 | 221,5 | 722 | 9:56 | 10:05 | - | | | |
| Wólka Pęczerska | Bogatki | 2 | 223,5 | 722 | 10:05 | 10:17 | - | | | |
| Bogatki | Łoś | 2,7(3,7) | 226,2 | 722 | 10:17 | 10:34 | - | Gmina Prażmów | | |
| | Koniec etapu II | 10,3 | | | | | 50-60 | | | |
| Bogatki | Łoś | 1 | 227,2 | 722 | 11:30 | 11:36 | - | | | |
| Łoś | Nowy Prażmów | 2,6 | 229,8 | 722 | 11:36 | 11:54 | - | | | |
| Nowy Prażmów | Prażmów | 2,6 | 232,4 | 722 | 11:54 | 12:10 | - | | | |
| Prażmów | Gościeńczyce | 4 | 236,4 | 722 | 12:10 | 12:34 | - | Gmina Grójec | Powiat Grójecki | |
| | Koniec etapu III | 10,2 | | | | | 50-60 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|----------------------|-------------------------------|-------|-----|-------|-------|---|------------|-----------|--------------|
| Gościeńczyce | Lesznówola | 4 | 240,4 | 722 | 13:30 | 13:54 | - | | | |
| Szczęsna | Kobylin | 4,5 | 244,9 | 722 | 13:54 | 14:21 | - | | | |
| Kobylin | Grójec (pocz.) | 2 (3,7) | 246,9 | 722 | 14:21 | 14:37 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,5 | | | | | | | | 50-60 |
| Grójec (pocz.) | Grójec (koniec) | 5,4 + 1,7 | 254 | | | | | | | |
| Ogółem | | 48,5 | | | | | | | | |
| 6 lipca 2009r. (poniedziałek) | | | | | | | | | | |
| Grójec | Grójec | 1 | 255 | 728 | 7:30 | 7:36 | - | Gmina | Powiat | Województwo |
| | | Ul. Poświętne | | 728 | | | - | Grójec | grójcecki | mazowieckie |
| | | Ul. Mogielnicka | | 728 | | | - | | | |
| Grójec | Dobryszew | 0,5 | 255,5 | 728 | 7:36 | 7:39 | - | | | |
| Dobryszew | Odrzywołek (pocz.) | 0,4 | 255,9 | 728 | 7:39 | 7:42 | - | | | |
| Odrzywołek (pocz.) | Odrzywołek (Kon.) | 1,4 | 257,3 | 728 | 7:42 | 7:51 | - | | | |
| Odrzywołek (Kon.) | Belsk Mały | 0,5 | 257,8 | 728 | 7:51 | 7:54 | - | | | |
| Belsk Mały | Belsk Duży (pocz.) | 1 | 258,8 | 728 | 7:54 | 8:00 | - | Gmina | | |
| Belsk Duży (pocz.) | Belsk Duży (skrzyż.) | 1,1 | 259,9 | 728 | 8:00 | 8:07 | - | Belsk | | |
| Belsk Duży | Stara Wieś | 2 | 261,9 | 728 | 8:07 | 8:19 | - | Duży | | |
| Stara Wieś | Łęczeszycy | 3 | 264,9 | 728 | 8:19 | 8:40 | - | | | |
| Koniec etapu I | | 10,9 | | | | | | | | 50-60 |
| Łęczeszycy | Kozietuły | 4 | 268,9 | 728 | 9:30 | 9:54 | - | Gmina | | |
| Kozietuły | Wodziczna | 2 | 270,9 | 728 | 9:54 | 10:07 | - | Mogielnica | | |
| Wodziczna | Izabelin | 2 | 272,9 | 728 | 10:07 | 10:20 | - | | | |
| Izabelin | Mogielnica | 3 | 275,9 | 728 | 10:20 | 10:40 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 11 | | | | | | | | 50-60 |
| Mogielnica | Brzostowiec | 7 | 282,9 | 728 | 11:30 | 12:12 | - | | | |
| Brzostowiec | Wólka Gostomska | 2 | 284,9 | 728 | 12:12 | 12:24 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 9 | | | | | | | | 15 |
| Wólka Gostomska | Nowe Miasto | 5 | 289,9 | 728 | 12:40 | 13:10 | - | Gmina | | |
| Nowe Miasto | Nowe Miasto | 1 | 290,9 | 728 | 13:10 | 13:16 | - | Nowe | | |
| | | Ul. Warszawska | | 728 | | | - | Miasto | | |
| | | PL. Bł. Honorata Koźmińskiego | | 728 | | | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 6 | | | | | | | | 50-60 |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|--------------------|-------------|-------|--------|-------|-------|--------------|----------------|--------------------|---------------------|
| Nowe Miasto | Nowe Miasto (kon.) | 1,5 | 292,4 | 728 | 14:10 | 14:20 | - | Gmina Rzeczyca | Powiat tomaszowski | Województwo łódzkie |
| Pl. Bł. Honorata Koźmińskiego | | | | 728 | | | | | | |
| Ul. Tomaszowska | | | | Gminna | | | | | | |
| Nowe Miasto (Kon.) | Łęgonice | 3 | 295,4 | Gminna | 14:20 | 14:38 | - | | | |
| Łęgonice | Domaniewice | 5 | 300,4 | Gminna | 14:38 | 15:08 | - | | | |
| Domaniewice | Roszkowa Wola | 1(2) | 301,4 | Gminna | 15:08 | 15:15 | - | | | |
| Koniec etapu V | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Domaniewice | Roszkowa Wola | 1 (2) | 302,4 | Gminna | 16:15 | 16:22 | - | | | |
| Roszkowa Wola | Lubocz | 3,2 | | Gminna | - | - | - | | | |
| Lubocz | Rzeczyca | 5,4 | 311 | Gminna | 16:22 | 17:26 | - | | | |
| Koniec etapu VI | | 9,6 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 57 | | | | | | | | |

7 lipca 2009r. (wtorek)

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------|-------------|-------|--------|-------|-------|--------------|----------------|--------------------|---------------------|
| Rzeczyca | Liciążna | 6 | 317 | 726 | 7:30 | 8:08 | - | Gmina Inowłódz | Powiat tomaszowski | Województwo łódzkie |
| Liciążna | Inowłódz | 4,5(5,5) | 321,5 | 726 | 8:08 | 8:37 | - | | | |
| Koniec etapu I | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Liciążna | Inowłódz | 1 | 322,5 | 726 | 9:30 | 9:36 | - | | | |
| Inowłódz | Teofilów | 2 | 324,5 | 48 | 9:36 | 9:49 | - | | | |
| Teofilów | Spała | 5 | 329,5 | 48 | 9:49 | 10:20 | - | | | |
| Spała | Tomaszów Mazowiecki | 2,5(8,5) | 332 | 48 | 10:20 | 10:37 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Spała | Tomaszów Mazowiecki | 6 (8,5) | 338 | 48 | 11:30 | 12:08 | - | | | |
| Tomaszów Mazowiecki | | | | Gminna | | | - | | | |
| Ul. Spalska | | | | Gminna | | | - | | | |
| Ul. Konstytucji 3 Maja | | | | Gminna | | | - | | | |
| Ul. Legionów | | | | Gminna | | | - | | | |
| Ul. Dąbrowska | | | | Gminna | | | - | | | |
| Tomaszów Mazowiecki | Wola Wiaderno | 4,9(7,9) | 342,9 | Gminna | 12:08 | 12:40 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 10,9 | | | | | 50-60 | | | |
| Tomaszów Mazowiecki | Wola Wiaderno | 3 (7,9) | 345,9 | Gminna | 13:30 | 13:49 | - | | | |
| Wola Wiaderno | Wiaderno | 1,8 | 347,7 | Gminna | 13:49 | 14:01 | - | | | |
| Wiaderno | Młoszów | 6,4 | 354,1 | Gminna | 14:01 | 14:41 | - | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|-------------|-------|--------|-------|-------|--------------|----------------------------|---------------------|---------------------|
| Koniec etapu IV | | 11,2 | | | | | 50-60 | Wolbórz | piotrkowski | |
| Młoszów | Golesze Duże | 2,3 | 356,4 | Gminna | 15:30 | 15:44 | - | | | |
| Golesze Duże | Lubiaszów | 4,5 | 360,9 | Gminna | 15:44 | 16:21 | - | | | |
| Lubiaszów | Koło | 2,5(10,5) | 363,4 | Gminna | 16:21 | 16:36 | - | Gmina Sulejów | Powiat piotrkowski | |
| Koniec etapu V | | 9,3 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 52,4 | | | | | | | | |
| 8 lipca 2009 r. (środa) | | | | | | | | | | |
| Lubiaszów | Koło | 8 (10,5) | 371,4 | Gminna | 7:30 | 8:19 | - | Gmina Sulejów | Powiat Piotrkowski | Województwo łódzkie |
| Koło | Piotrków Trybunalski | 2,5 (11) | 373,9 | Gminna | 8:19 | 8:36 | - | Gmina Piotrków Trybunalski | | |
| Koniec etapu I | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Koło | Piotrków Trybunalski | 8,5 (11) | 382,4 | Gminna | 9:30 | 10:21 | - | | | |
| Piotrków Trybunalski | | | | | | | - | | | |
| | Ul. Wierzejska | | | Gminna | | | - | | | |
| | Ul. Wojska Polskiego | | | Gminna | | | - | | | |
| | Ul. J. Piłsudskiego | | | 12 | | | - | | | |
| | Ul. Gen. Wł. Sikorskiego | | | Gminna | | | - | | | |
| Piotrków Trybunalski | Gomulin | 2,3 (10,3) | 384,7 | 8 E67 | 10:21 | 10:38 | - | Gmina Wola Krzysztoporska | | |
| Koniec etapu II | | 10,8 | | | | | 50-60 | | | |
| Piotrków Trybunalski | Gomulin | 8 (10,3) | 392,7 | 8 E67 | 11:30 | 12:19 | - | | | |
| Gomulin | Budków | 2,7 (5,2) | 395,4 | 8 E67 | 12:19 | 12:38 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 10,7 | | | | | 50-60 | | | |
| Gomulin | Budków | 2,5 (5,2) | 397,9 | 8 E67 | 13:30 | 13:46 | - | | | |
| Budków | Mzurki | 0,6 | 398,5 | Gminna | 13:46 | 13:50 | - | | | |
| Mzurki | Stefanów | 3,8 | 402,3 | Gminna | 13:50 | 14:14 | - | Gmina Drużbice | Powiat bełchatowski | |
| Stefanów | Sukcice | - | | Gminna | | | - | | | |
| Sukcice | Kącik | 3,7 | 406 | Gminna | 14:14 | 14:37 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,6 | | | | | 50-60 | | | |
| Kącik | Wola Roźniatowska | 3,3 | 409,3 | Gminna | 15:30 | 15:50 | - | | | |
| Wola Roźniatowska | Roźniatowice | 1 | 410,6 | Gminna | 15:50 | 15:57 | - | | | |
| Roźniatowice | Wygoda | 0,8 | 414,4 | Gminna | 15:57 | 16:23 | - | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------|------------|-------|--------|-------|-------|---|----------------|------------------------|--|
| Wygoda | Grębociny | 1,5 | 415,9 | Gminna | 16:23 | 16:33 | - | Gmina Zelów | Powiat bełchatowski | |
| Grębociny | Pukawica | 1,7 | | Gminna | | | | | | |
| Pukawica | Sobki | 0,5 | | Gminna | | | | | | |
| Sobki | Łęki | 3 | | Gminna | | | | | | |
| Łęki | Zalesie | 1 | | Gminna | | | | | | |
| Koniec etapu V | | 9,9 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 51,7 | | | | | | | | |

9 lipca 2009 r. (czwartek)

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|------------|-------------|--|--------|-------|-------|--------------|---------------------|---------------------|------------------------|--|--|--|
| Zalesie | Patoki | 4 | | Gminna | 7:30 | 8:23 | - | Gmina Widawa | Powiat łaski | Województwo łódzkie | | | |
| Patoki | Józefów | 2 | | Gminna | 8:23 | 8:33 | - | | | | | | |
| Józefów | Rogoźno | 3 | | | | | | | | | | | |
| Rogoźno | Widawa | 1 (3) | | | | | | | | | | | |
| Koniec etapu I | | 10 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Rogoźno | Widawa | 2 (3) | | Gminna | 9:30 | 9:50 | - | Gmina Burzenin | Powiat sieradzki | | | | |
| Widawa | Dębina | - | | 480 | 9:50 | 10:15 | - | | | | | | |
| Dębina | Strumiany | - | | 480 | 10:15 | 10:28 | - | | | | | | |
| Strumiany | Burzenin | 7 | | 480 | 10:28 | 10:40 | - | | | | | | |
| Koniec etapu II | | 9 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Burzenin | Witów | 2 | | 480 | 11:30 | 12:35 | - | Gmina Brzeźnio | | | | | |
| Witów | Kopanina | - | | Gminna | | | | | | | | | |
| Kopanina | Barczew | 9 | | Gminna | | | | | | | | | |
| Koniec etapu III | | 11 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Barczew | Brzeźnio | 3 | | Gminna | 13:30 | 13:46 | - | | | | | | |
| Brzeźnio | Zadębiniec | 6 | | Gminna | 13:46 | 14:36 | - | Gmina Brąszewice | | | | | |
| Zadębiniec | Brąszewice | 1,5 (6) | | Gminna | | | | | | | | | |
| Koniec etapu IV | | 10,5 | | | | | 50-60 | | | | | | |
| Zadębiniec | Brąszewice | 4,5 (6) | | Gminna | 15:30 | 15:43 | - | | | | | | |
| Brąszewice | Zagrzebska | 6 (7) | | Gminna | 15:43 | 16:02 | - | | | | | | |
| Koniec etapu V | | 10,5 | | | | | | | | | | | |
| Ogółem | | 52 | | | | | | | | | | | |

10 lipca 2009 r. (piątek)

| | | | | | | | | | | |
|------------|---------|---|--|--------|------|------|---|-------|--------|-------------|
| Zagrzebska | Czajków | 5 | | Gminna | 7:30 | 7:55 | - | Gmina | Powiat | Województwo |
|------------|---------|---|--|--------|------|------|---|-------|--------|-------------|

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------------|-----------|--|--------|-------|-------|--------------|-------------------|------------------|---------------|
| | | | | | | | | Czajków | ostrzeszowski | wielkopolskie |
| Czajków | Basie | 2 | | Gminna | 7:55 | 8:25 | - | Gmina | | |
| Basie | Kuźnica Grabowska | 3 | | Gminna | 8:25 | 8:38 | - | Brzeźnio | | |
| Koniec etapu I | | 10 | | | | | 50-60 | Gmina | | |
| Kuźnica Grabowska | Kraszewice | 3 | | Gminna | 9:30 | 9:36 | - | Kraszewice | | |
| Kraszewice | Grabów nad Prosną | 7 | | Gminna | 9:36 | 9:51 | - | Gmina | | |
| Koniec etapu II | | 10 | | | | | 50-60 | Grabów nad Prosną | | |
| Grabów nad Prosną | Mikstat | 10 (12) | | 447 | 11:30 | 11:42 | - | Gmina | Powiat ostrowski | |
| Koniec etapu III | | 10 | | | | | 50-60 | Mikstat | | |
| Grabów nad Prosną | Mikstat | 2 (12) | | 447 | 13:30 | 13:43 | - | | | |
| Mikstat | Antonin | 9 | | 447 | 13:43 | 14:20 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 11 | | | | | 50-60 | | | |
| Antonin | Kotowskie | 5 | | 25 | 15:30 | 15:38 | - | | | |
| Kotowskie | Chojnik | 5 (9) | | 25 | 15:38 | 15:52 | - | Gmina | | |
| Koniec etapu V | | 10 | | | | | | Sośnie | | |
| Ogółem | | 51 | | | | | | | | |

11 lipca 2009 r. (sobota)

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------|-----------|--|------------|-------|-------|--------------|--------|------------------|---------------------------|
| Kotowskie | Chojnik | 4 (9) | | 25 | 7:30 | 7:54 | - | Gmina | Powiat ostrowski | Województwo wielkopolskie |
| Chojnik | Surmin | 6 | | 25 /Gminna | 7:54 | 8:10 | - | Sośnie | | |
| Koniec etapu I | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Surmin | Sośnie | 2 | | Gminna | 9:30 | 9:43 | - | | | |
| Sośnie | Stara Huta | 8 | | Gminna | 9:43 | 10:04 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10 | | | | | 50-60 | Gmina | Powiat milicki | Województwo dolnośląskie |
| Stara Huta | Henrykowice | 5 | | Gminna | 11:30 | 12:14 | - | Milicz | | |
| Henrykowice | Czatkowice | 5 (7) | | Gminna | 12:14 | 12:35 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Henrykowice | Czatkowice | 2 (7) | | Gminna | 13:30 | 14:30 | - | | | |
| Czatkowice | Milicz | 8 | | Gminna | | | | | | |
| Koniec etapu IV | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Milicz | Sułów | 6 | | 439 | 15:30 | 15:47 | - | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|-------------------|-----------|--|--------|-------|-------|--------------|------------------|-------------------|--------------------------|
| Sułów | Dąbki | 4 (11) | | 439 | 15:47 | 16:05 | - | | | |
| Koniec etapu V | | 10 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 50 | | | | | | | | |
| 12 lipca 2009 r. (niedziela) | | | | | | | | | | |
| Sułów | Dąbki | 7 (11) | | 439 | 7:30 | 8:12 | - | Gmina Milicz | Powiat milicki | Województwo dolnośląskie |
| Dąbki | Radziądz | 3 (5) | | 439 | 8:12 | 8:31 | - | Gmina Żmigród | Powiat trzebnicki | |
| Koniec etapu I | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Dąbki | Radziądz | 2 (5) | | 439 | 9:30 | 9:40 | - | | | |
| Radziądz | Żmigródek | 6 | | 439 | 9:40 | 9:59 | - | | | |
| Żmigródek | Żmigród | 1 | | 439 | 9:59 | 10:12 | - | | | |
| Żmigród | Piotrkowice | 1 (9) | | 339 | 10:12 | 10:26 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Żmigród | Piotrkowice | 8 (9) | | 339 | 11:30 | 11:55 | - | Gmina Wołów | Powiat wołowski | |
| Piotrkowice | Strupina | 3 | | 339 | 11:55 | 12:23 | - | | | |
| Koniec etapu III | | 11 | | | | | 50-60 | | | |
| Strupina | Warzęgowo/Stęszów | 6 | | 339 | 13:30 | 13:38 | - | | | |
| Warzęgowo/Stęszów | Pełczyn | 2 | | 339 | 13:38 | 13:50 | - | | | |
| Pełczyn | Wołów | 2 (7) | | 339 | 13:50 | 14:10 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Pełczyn | Wołów | 5 (7) | | 338 | 15:30 | 15:43 | - | | | |
| Wołów | Rataje | 5 (13) | | 338 | 15:43 | 15:52 | - | | | |
| Koniec etapu V | | 10 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 51 | | | | | | | | |
| 13 lipca 2009 r. (poniedziałek) | | | | | | | | | | |
| Wołów | Rataje | 7 (13) | | 338 | 7:30 | 8:01 | - | Gmina Wołów | Powiat wołowski | Województwo dolnośląskie |
| Rataje | Lubiąż | 3 | | 338 | 8:01 | 8:14 | - | Gmina Prochowice | Powiat legnicki | |
| Koniec etapu I | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Lubiąż | Kawice | 3 | | 338 | 9:30 | 9:43 | - | | | |
| Kawice | Dąbie | 5 | | Gminna | 9:43 | 10:13 | - | Gminna | | |
| Dąbie | Kunice | 2 (5) | | Gminna | 10:13 | 10:36 | - | | | |
| Koniec etapu II | | 10 | | | | | 50-60 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|----------------|-----------|--|--------|-------|-------|--------------|------------------|--|--|
| Dąbie | Kunice | 3 (5) | | Gminna | 11:30 | 11:48 | - | Kunice | | |
| Kunice | Legnica | 7 | | 94 | 11:48 | 12:06 | - | Gmina Legnica | | |
| Koniec etapu III | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Legnica | Gniewomirowice | 7 | | 94 | 13:30 | 14:07 | - | | | |
| Gniewomirowice | Dobroszów | 4 | | 94 | | | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 11 | | | | | 50-60 | | | |
| Dobroszów | Gołocin | 2 | | 94 | 15:30 | 16:12 | - | Gmina Chojnów | | |
| Gołocin | Chojnów | 3 | | 94 | 16:12 | 16:20 | - | | | |
| Chojnów | Wilczy Las | 5 (9) | | 94 | | | | | | |
| Koniec etapu V | | 10 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 51 | | | | | | | | |

14 lipca 2009r. (wtorek)

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------------|------------|--|-------|-------|-------|--------------|-------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| Chojnów | Wilczy Las | 4 (9) | | 94 | 7:30 | 7:53 | - | Gmina Chojnów | Powiat legnicki | Województwo dolnośląskie |
| Wilczy Las | Tomaszów Bolesławiecki | 7 | | 4 E40 | 7:53 | 8:35 | - | Gmina Warta Bolesławiec ka | Powiat bolesławiecki | |
| Koniec etapu I | | 11 | | | | | 50-60 | | | |
| Tomaszów Bolesławiecki | Bolesławiec | 8,5 | | 4 E40 | 9:30 | 9:46 | - | Gmina Bolesławiec | | |
| Koniec etapu II | | 8,5 | | | | | 50-60 | | | |
| Bolesławiec | Brzeźnik | 6 | | 4 E40 | 11:30 | 11:53 | - | | | |
| Brzeźnik | Zebrzydowa | 4 (7) | | 4 E40 | 11:53 | 12:36 | - | Gmina Nowogrodzianiec | | |
| Koniec etapu III | | 10 | | | | | 50-60 | | | |
| Brzeźnik | Zebrzydowa | 3 (7) | | 4 E40 | 13:30 | 13:55 | - | | | |
| Zebrzydowa | Wykroty | 6 | | 4 E40 | 13:55 | 14:38 | - | | | |
| Koniec etapu IV | | 9 | | | | | 50-60 | | | |
| Wykroty | Jeleniów | 4 | | 4 E40 | 15:30 | 15:46 | - | | | |
| Jeleniów | Strzelno | 4 | | 4 E40 | 15:46 | 16:20 | - | | | |
| Koniec etapu V | | 8 | | | | | | | | |
| Ogółem | | 50,2 | | | | | | | | |

15 lipca 2009r. (środa)

| | | | | | | | | | | |
|--------------|---------------|--|--|-------|------|------|---|--------------------|----------------------|-----------------------------|
| Jeleniów | Przesieczany | | | 4 E40 | 7:30 | 7:49 | - | Gmina Zgorzelec | Powiat zgorzelcki | Województwo dolnośląskie |
| Przesieczany | Żarki Średnie | | | 4 E40 | 7:49 | 8:02 | - | | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------|-------------|--|-------|------|------|--------------|--|--|--|
| Żarki Średnie | Zgorzelec | | | 4 E40 | 8:02 | 8:37 | - | | | |
| Koniec etapu I | | 10,6 | | | | | 50-60 | | | |
| | | | | | 9:30 | 10:4 | - | | | |
| Ogółem | | 51 | | | | | | | | |