

REKORDY POLSKI MĘŻCZYZN

stan na: 31.12.2013

100m		10.00	Marian WORONIN	Legia Warszawa	09.06.84	Warszawa	+2.0	
200m		19.98	Marcin URBAŚ	AZS-AWF Kraków	25.08.99	Sewilla	+1.7	
400m		44.62	Tomasz CZUBAK	Skra Warszawa	24.08.99	Sewilla		
800m		1:43.22	Paweł CZAPIEWSKI	Lubusz Słubice	17.08.2001	Zurych		
1000m		2:15.76	Marcin LEWANDOWSKI	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	22.09.2011	Rabat		
1500m		3:34.45	Artur OSTROWSKI	TS Olimpia Poznań	13.09.2011	Zagrzeb		
1 mila		3:55.40	Bronisław MALINOWSKI	Olimpia Grudziądz	09.08.76	Sztokholm		
2000m		5:01.7	Michał BARTOSZAK	Olimpia Poznań	26.05.91	Turyń		
3000m		7:42.4	Bronisław MALINOWSKI	Olimpia Grudziądz	04.07.74	Oslo		
5000m		13:17.69	Bronisław MALINOWSKI	Olimpia Grudziądz	05.07.76	Sztokholm		
10000m		27:53.61	Jerzy KOWOL	Górnik Zabrze	29.08.78	Praga		
20000m		59:24.8	Leszek BEBŁO	Oleśniczanka Oleśnica	31.03.90	La Fleche		
Bieg 1-godzinny		20.218m	Leszek BEBŁO	Oleśniczanka Oleśnica	31.03.90	La Fleche		
25000m		1:17:54.0	Kazimierz PODOLAK	Wybrzeże Gdańsk	19.10.69	Warszawa		
30000m		1:35:44.4	Michał WÓJCIK	Śląsk Wrocław	19.10.69	Warszawa		
110m pł		13.26	Artur NOGA	KS AZS AWF Kraków	25.08.2013	Warszawa	+0.2	
400m pł		48.12	Marek PLAWGO	KS Warszawianka Warszawa	28.08.2007	Osaka		
3000m prz		8:09.11	Bronisław MALINOWSKI	Olimpia Grudziądz	28.07.76	Montreal		
Wzwyż		2.38	Artur PARTYKA	ŁKS Łódź	18.08.96	Eberstadt		
Tyczka		5.91	Paweł WOJCIECHOWSKI	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	15.08.2011	Szczecin		
W dal		8.28	Grzegorz MARCINISZYN	Skra Warszawa	14.07.2001	Malles	+0.8	
Trójskok		17.53	Zdzisław HOFFMANN	Legia Warszawa	04.06.85	Madryt	+1.6	
Kula		21.95	Tomasz MAJEWSKI	AZS-AWF Warszawa	30.07.2009	Sztokholm		
Dysk		71.84	Piotr MAŁACHOWSKI	WKS Śląsk Wrocław	08.06.2013	Hengelo		
Młot		83.38	Szymon ZIÓŁKOWSKI	AZS Poznań	05.08.2001	Edmonton		
Oszczep		86.77	Dariusz TRAFAS	MZKS Flora Praszka Namysłów	16.06.2002	Warszawa		
		§ 87.17	<i>Dariusz TRAFAS</i>	<i>AZS-AWF Gorzów Wlkp.</i>	<i>17.09.2000</i>	<i>Gold Coast</i>		
10-bój		8566	Sebastian CHMARA	Zawisza Bydgoszcz	17.05.98	Alhama de Murcia		
			(10.97/+2.9-7.56/-1.2-16.03-2.10-48.27 / 14.32/+1.8-44.39-5.20-57.25-4:29.66)					
Chód 20000m		1:19:52.0	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	04.09.2001	Brisbane		
Chód 30000m		2:13:24.3	Jan KŁOS	Resovia Rzeszów	29.09.91	Warszawa		
		§ 2:11:12.0	<i>Grzegorz SUDOŁ</i>	<i>KS AZS-AWF Kraków</i>	<i>12.03.2011</i>	<i>Reims</i>		
Chód 50000m		3:52:53.0	Jacek BEDNAREK	ROW Rybnik	15.05.92	Fana		
Chód 20 km		1:18:22	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	09.07.0200	Hildesheim		
Chód 50 km		3:36:03	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	27.08.2003	Saint-Denis		
4x100m		38.31		POLSKA - reprezentacja	10.08.2012	Londyn		
			(Kamil MASZTAK, Dariusz KUĆ, Robert KUBACZYK, Kamil KRYŃSKI)					
4x100m	<i>klub</i>	39.16		KS AZS-AWF Kraków	05.07.2008	Szczecin		
			(Krzysztof JABŁOŃSKI, Mateusz PLUTA, Marcin NOWAK, Dariusz KUĆ)					
4x200m		1:21.22		Polska - reprezentacja	14.07.2001	Gdańsk		
			(Zbigniew TULIN, Piotr BALCERZAK, Ryszard PILARCZYK, Marcin URBAŚ)					
4x200m	<i>klub</i>	1:26.1		Legia Warszawa	21.06.59	Warszawa		

			(Gerard MACH, Tadeusz KULIKOWSKI, Stanisław SWATOWSKI, Marian FOIK)				
4x400m		2:58.00		Polska - reprezentacja	22.07.98	Uniondale	
			(Piotr RYSIUKIEWICZ, Tomasz CZUBAK, Piotr HACZEK, Robert MAĆKOWIAK)				
4x400m	<i>klub</i>	3:02.78		WKS Śląsk Wrocław	16.08.99	Zagrzeb	
			(Marcin JĘDRUSIŃSKI, Jacek BOCIAN, Robert MAĆKOWIAK, Piotr RYSIUKIEWICZ)				
4x800m	<i>klub</i>	7:48.41		WKS Wawel Kraków	07.09.2013	Kraków	
			(Szymon DĘBSKI, Marcin ZEMŁA, Dawid WALOSKI, Adam CZERWIŃSKI)				
4x1500m		15:02.6		Polska - reprezentacja	05.05.76	Ateny	
			(Zenon SZORDYKOWSKI, Józef ZIUBRAK, Michał SKOWRONEK, Henryk WASILEWSKI)				
4x1500m	<i>klub</i>	15:42.06		KS Warszawianka Warszawa	21.09.2003	Warszawa	
			(Tomasz DOBOSZ, Michał BERNARDELLI, Jakub WIŚNIEWSKI, Marcin FUDALEJ)				
Biegi uliczne							
10 km		28:15	Antoni NIEMCZAK	Śląsk Wrocław	16.11.86	Raleigh	
		§ 27:56	<i>Jan BIAŁK</i>	<i>Gryf Wejherowo</i>	07.09.96	<i>Gdańsk</i>	
15 km		43:45	Jan HURUK	Gryf Słupsk	15.02.92	Tampa	
		§ 43:45	<i>Sławomir MAJUSIAK</i>	<i>Stal Ostrów Wlkp.</i>	03.06.90	<i>La Courneuve</i>	
		§ 43:38	<i>Jan HURUK</i>	<i>Gryf Słupsk</i>	12.03.89	<i>Trento</i>	
		§ 43:26	<i>Dariusz KACZMARSKI</i>	<i>AZS Kraków</i>	08.09.91	<i>Tulle</i>	
20 km		59:20	Leszek BEBŁO	Stal Stalowa Wola	30.06.96	Szczecin	
		§ 58:14	<i>Dariusz KACZMARSKI</i>	<i>AZS Kraków</i>	30.05.93	<i>Bruksela</i>	
Półmaraton		1:01:35	Piotr GŁADKI	Lechia Gdańsk	25.03.2000	Haga	
	<i>(-213m)</i>	§ 1:01:03	<i>Grzegorz GAJDUS</i>	<i>Oleśniczanka Oleśnica</i>	11.02.96	<i>Las Vegas</i>	
25 km		1:15:25	Artur OSMAN	Ekspres Katowice	06.05.2001	Berlin	
30 km		1:34:38	Bogusław PSUJEK	Oleśniczanka <i>Oleśnica</i>	10.08.88	Brzeszcze	
		1:34:38	Jerzy SKARŻYŃSKI	Budowlani Szczecin	10.08.88	Brzeszcze	
		§ 1:33:59	<i>Ryszard CHUDECKI</i>	<i>ŁKS Łódź</i>	01.06.75	<i>Moskwa</i>	
Maraton		2:07:39	Henryk SZOST	WKS Grunwald Poznań	04.03.2012	Otsu	
100 km		6:22:33	Jarosław JANICKI	Hermes Gryfino	21.10.95	Kalisz	
		§ 6:17:56	<i>Jan SZUMIEC</i>	<i>Szczecin</i>	13.09.86	<i>Winschoten</i>	
Sztafeta maratońska		2:06:26		Polska - reprezentacja	23.11.2006	Chiba	
			(Rafał SNOCHOWSKI, Radosław DUDYCZ, Tomasz SZYMKOWIAK, Paweł OCHAL, Mariusz GIŻYŃSKI, Rafał WÓJCIK)				
		§ 2:23:17		<i>Słupskie Policyjne Towarzystwo Sportowe</i>	18.09.2004	<i>Słupsk</i>	
			<i>(Dariusz GUZOWSKI, Zenon WŁODARCZYK, Waldemar HINC, Paweł HUNDZ, Sławomir KWIATKOWSKI, Mariusz SZREMSKI)</i>				
		§ 2:05:44		<i>Fundacja Maraton Warszawski</i>	17.09.2005	<i>Warszawa</i>	
			<i>(Jakub BURGHARDT, Paweł OCHAL, Marcin FUDALEJ, Rafał WÓJCIK, Tomasz SZYMKOWIAK, Henryk SZOST)</i>				
Najlepsze wyniki w historii							
100j		9.53	Dariusz KUĆ	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	31.05.2011	Ostrawa	+1.0
600m		1:14.55	Adam KSZCZOT	RKS Łódź	05.08.2009	Lahti	
2 mile		8:17.8	Bronisław MALINOWSKI	Olimpia Grudziądz	21.08.74	Berlin	
2000m prz		5:20.00	Krzysztof WESOŁOWSKI	Śląsk Wrocław	28.06.84	Oslo	
Chód 3000m		11:05.40	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	13.07.97	Formia	
Chód 5000m		18:17.22	Robert KORZENIOWSKI	AZS-AWF Katowice	03.07.92	Reims	

Chód 10000m		38:26.53	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	31.05.2002	Ryga	
Chód 5 km		18:21	Robert KORZENIOWSKI	AZS-AWF Katowice	15.09.90	Bad Salzdefürth	
Chód 10 km		37:57	Robert KORZENIOWSKI	Wawel Kraków	08.06.2002	Kraków	
Chód 1-godzinny		14.794m	Robert KORZENIOWSKI	AZS-AWF Katowice	22.03.92	Meaux	
Chód 2-godzinny		27.020m	Jan KŁOS	Resovia Rzeszów	29.09.91	Warszawa	
Chód 35 km		2:28:30	Robert KORZENIOWSKI	AZS-AWF Katowice	12.06.93	Eschborn	
Rzut ciężarem		21.34	Maciej PAŁYSZKO	KKL Kielce	09.05.2009	Sopot	
Najlepsze wyniki w historii - biegi uliczne							
5 km		13:39	Michał BARTOSZAK	Olimpia Poznań	07.03.93	Los Angeles	
50 km		2:53:07	Janusz SARNICKI	KS Olkusz	13.11.90	Rodenbach	
		§ 2:51:33	Tomasz CHAWAWKO	Dębno	25.04.2003	Castelbolognese	
Bieg 6-godzinny		92.188m	Tomasz CHAWAWKO	Dębno	07.03.2004	Stein	
Bieg 12-godzinny		144.226m	Maciej CIEPLAK	Rybnik	25.04.2004	Ruda Śląska	
Bieg 24-godzinny		254.093m	Piotr SAWICKI	AKL Ursynów Warszawa	09.09.2012	Chorzów	
Bieg 48-godzinny		363.819m	Marek GULBIERZ	Kowale Oleckie	13.07.2003	Kolonia	
Bieg 72-godzinny		466.910m	Marek GULBIERZ	Kowale Oleckie	02.07.2000	Deventer	
Sztafeta 3x24-godz.		741.267m		Polska - reprezentacja	09.09.2012	Chorzów	
			(Piotr SAWICKI, Andrzej RADZIKOWSKI, Paweł SZYNAL)				

REKORDY POLSKI KOBIET

stan na: 31.12.2013

100m		10.93	Ewa KASPRZYK	Olimpia Poznań	27.06.86	Grudziądz	+1.8
200m		22.13	Ewa KASPRZYK	Olimpia Poznań	08.07.86	Moskwa	+1.2
400m		49.28	Irena SZEWIŃSKA	Polonia Warszawa	29.07.76	Montreal	
800m		1:56.95	Jolanta JANUCHTA	Gwardia Warszawa	11.08.80	Budapeszt	
1000m		2:32.70	Jolanta JANUCHTA	Gwardia Warszawa	20.08.81	Zurych	
1500m		3:59.22	Lidia CHOJECKA	WLKS Siedlce	28.07.2000	Oslo	
1 mila		4:23.08	Anna BRZEZIŃSKA	Gwardia Opole	09.06.93	Rzym	
		§ 4:22.96	Anna BRZEZIŃSKA		14.08.96	Zurych	
2000m		5:38.44	Lidia CHOJECKA	Warszawianka	04.09.2009	Bruksela	
3000m		8:31.69	Lidia CHOJECKA	Pogoń Siedlce	30.08.2002	Bruksela	
5000m		15:04.88	Lidia CHOJECKA	Pogoń Siedlce	06.09.2002	Berlin	
10000m		31:43.51	Karolina JARZYŃSKA	Niestowarzyszona	27.06.2013	Ostrawa	
20000m			wakat				
Bieg 1-godzinny		15.605m	Irena SAKOWICZ	Juvenia Białystok	08.10.2006	Białystok	
25000m			wakat				
30000m			wakat				
3000m prz		9:17.15	Wioletta FRANKIEWICZ	AZS-AWF Kraków	03.07.2006	Ateny	
100m pł		12.36	Grażyna RABSZTYN	Gwardia Warszawa	13.06.80	Warszawa	+1.9
400m pł		53.86	Anna JESIEN	AZS-AWF Warszawa	28.08.2007	Osaka	
Wzwyż		1.99	Kamila STEPANIUK	Podlasie Białystok	09.06.2013	Opole	

Tyczka		4.85h	Anna ROGOWSKA	SKLA Sopot	06.03.2011	Paryż	
W dal		6.97	Agata KARCZMAREK	Legia Warszawa	06.08.88	Lublin	+2.0
Trójskok		14.44	Małgorzata TRYBAŃSKA	KS Warszawianka Warszawa	29.07.2010	Barcelona	+1.8
Kula		19.58	Ludwika CHEWIŃSKA	Gwardia Warszawa	26.06.76	Bydgoszcz	
Dysk		66.18	Renata KATEWICZ	Start Łódź	07.08.88	Łódź	
Młot		78.46	Anita WŁODARCZYK	Skra Warszawa	16.08.2013	Moskwa	
Oszczep		64.08	Barbara MADEJCZYK	Jantar Ustka	28.06.2006	Malaga	
7-bój		6616	Małgorzata NOWAK	Gwardia Warszawa	31.08.85	Kobe	
			(13.27/+4.0-1.95-15.35-24.20/0.0 / 6.37/+3.9-43.46-2:20.39)				
Chód 10000m		42:47.4	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	08.05.93	Fana	
Chód 20000m			wakat				
Chód 20 km		1:29:44	Paulina BUZIAK	OTG Sokół Mielec	21.04.2012	Zaniemyśl	
		* 1:29:21	Katarzyna KWOKA	RLTL ZTE Radom	17.03.2013	Lugano	
4x100m		42.68		Polska - reprezentacja	01.08.2010	Barcelona	
			(Marika POPOWICZ, Daria KORCZYŃSKA, Marta JESCHKE, Weronika WEDLER)				
4x100m	klub	44.59		Start Lublin	14.08.88	Grudziądz	
			(Elżbieta BRZYKCA, Małgorzata DUNECKA, Jolanta JANOTA, Ewa PISIEWICZ)				
4x200m		1:35.5		Polska - reprezentacja	31.05.75	Bourges	
			(Ewa DŁUGOŁĘCKA, Barbara BAKULIN, Danuta JĘDREJEK, Helena FLIŚNIK)				
4x200m	klub	1:39.4		Górnik Zabrze	17.09.77	Opole	
			(Irena KNUR, Barbara ZGADZAJ, Ewa GOŁĘBIEWSKA, Elżbieta KANIECKA)				
4x400m		3:24.49		Polska - reprezentacja	14.08.2005	Helsinki	
			(Anna GUZOWSKA, Monika BEJNAR, Grażyna PROKOPEK, Anna JESIEŃ)				
4x400m	klub	3:24.49		AZS-AWF Warszawa	14.08.2005	Helsinki	
			(Anna GUZOWSKA, Monika BEJNAR, Grażyna PROKOPEK, Anna JESIEŃ)				
4x800m			wakat				
Biegi uliczne							
10 km		32:09	Karolina JARZYŃSKA	Niestowarzyszona	30.03.2013	Nowy Orlean	
15 km		49:24	Lidia CAMBERG	AZS-AWF Katowice	13.10.91	Nieuwegein	
		§ 49:23	Karolina JARZYŃSKA	KS Piętka Katowice	14.06.2009	Karolino	
20 km		1:07:19	Iwona LEWANDOWSKA	LKS Vectra-DGS Włocławek	14.10.2012	Paryż	
Półmaraton		1:10:36	Karolina JARZYŃSKA	KS Piętka Katowice	06.02.2011	Marugame	
	(-260m)	§ 1:10:04	Aniela NIKIEL	Piast Cieszyn	09.02.97	Las Vegas	
25 km		* 1:28:04	Izabela ZATORSKA	MKS Krośnianka	08.05.94	Berlin	
30 km			wakat				
Maraton		2:26:08	Małgorzata SOBAŃSKA	Olimpia Poznań	07.10.2001	Chicago	
		§ 2:24:18	Wanda PANFIL	Lechia Tomaszów Mazowiecki	15.04.91	Boston	
100 km		8:37:40	Ewa KĘPA	Bielawa	21.10.95	Kalisz	
		§ 8:26:05	Zofia TUROSZ	Rzeszów	06.01.82	Kalisz	
		§ 8:18:04	Zofia TUROSZ	Rzeszów	08.11.81	Koszyce	
Sztafeta maratońska		2:33:23		Polska - reprezentacja	23.11.2006	Chiba	
			(Justyna LESMAN, Renata ANTROPIK, Anna NAGADOWSKA, Danuta WOSZCZEK, Renata PLIŚ, Justyna MUDY)				
		§ 2:29:21		Team Record	17.09.2005	Warszawa	
			(Justyna BAŁ, Patrycja WŁODARCZYK, Renata PARADOWSKA, Karolina JARZYŃSKA, Katarzyna DZIWOSZ, Marzena KŁUCZYŃSKA)				

Najlepsze wyniki w historii						
500m		1:10.16	Tina MATUSIŃSKA	AZS-AWF Katowice	03.05.2012	Sosnowiec
600m		1:27.34	Patrycja WYCISZKIEWICZ	SL Olimpia Poznań	08.09.2012	Poznań
2000m prz		6:03.38	Wioletta FRANKIEWICZ	AZS-AWF Kraków	15.07.2006	Gdańsk
Chód 3000m		12:16	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	01.05.93	Sopot
Chód 5000m		20:51.96	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	20.06.93	Sopot
Chód 3 km		12:31	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	09.05.93	Søfteland
Chód 5 km		21:03	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	04.05.96	Sopot
Chód 10 km		42:17	Katarzyna RADTKE	Lechia Gdańsk	11.05.96	Eisenhüttenstadt
Chód 1-godzinny		12.032m	Kazimiera MOSIO	Tęcza-Sokół Mielec	10.10.93	Mielec
Chód 2-godzinny		20.934m	Lucyna ROKITOWSKA	AZS Katowice	09.10.83	Zabrze
Chód 30 km		2:57:28.8	Lucyna ROKITOWSKA	AZS Katowice	09.10.83	Zabrze
Chód 50 km		5:13:49.8	Zofia TUROSZ	Rzeszów	12.10.85	Warszawa
Najlepsze wyniki w historii - biegi uliczne						
5 km		15:34	Grażyna SYREK	KS Piętka Katowice	19.09.2004	Praga
Bieg 6-godzinny		65.950m	Elżbieta CZERNIAK	Borzykowo	26.04.1997	Gistel
Bieg 12-godzinny		124.105m	Aleksandra NIWIŃSKA	AZS-AWF Katowice	28.04.2012	Ruda Śląska
Bieg 24-godzinny		216.980m	Aleksandra NIWIŃSKA	AZS-AWF Katowice	11.09.2011	Katowice
Bieg 48-godzinny		348.915m	Barbara SZLACHETKA	AZS-AWF Wrocław	13.07.2003	Kolonia
Bieg 72-godzinny		404.567m	Barbara SZLACHETKA	AZS-AWF Wrocław	02.07.2000	Deventer
Sztafeta 3x24-godz.		590.079m		Polska - reprezentacja	12.05.2013	Steenbergen
(Aleksandra NIWIŃSKA, Dorota SZESZKO, Agnieszka MIZERA)						

Oznaczenia

* - wynik czekający na ratyfikację

§ - wynik nieregulaminowy