

## REKORDY POLSKI JUNIORÓW U20

100 m		10.25	Marek ZAKRZEWSKI	05	AML Słupsk	08.08.2023	Jerozolima	+0.6
200 m		20.54	Karol ZALEWSKI	93	KS AZS UWM Olsztyn	13.07.2012	Barcelona	-0.4
		20.50	Marek ZAKRZEWSKI	05	AML Słupsk	28.06.2024	Bydgoszcz	+1.0
400 m		45.27	Tomasz JĘDRUSIK	69	AZS Warszawa	25.09.88	Seul	
800 m		1:44.51	Krzysztof RÓŻNICKI	03	GKS Cartusia Kartuzy	20.06.2021	Chorzów	
1000 m		2:21.5	Jan PRASEK	52	Spójnia Racibórz	28.07.71	Warszawa	
		2:21.27	Wiktor MIŁKOWSKI	5	UKS 48 Warszawa	31.08.2024	Białystok	
1500 m		3:40.93	Robert WITT	79	Zryw Toruń	08.08.98	Wrocław	
1 mila		* 4:08.55	Krystian ZALEWSKI	89	Barnim Goleniów	17.08.2008	Międzyzdroje	
3000 m		7:57.4	Sławomir MAJUSIAK	64	Stal Ostrów Wlkp.	14.08.83	Sopot	
5000 m		13:56.38	Piotr GŁADKI	72	Lechia Gdańsk	08.09.91	Słupsk	
10.000.m		29:15.2	Eugeniusz STACHA	56	ROW Rybnik	27.09.75	Warszawa	
2000 m z przeszkodami		5:30.73	Radosław POPLAWSKI	83	Astra Nowa Sól	18.05.2002	Wrocław	
3000 m z przeszkodami		8:30.40	Marcin CHABOWSKI	86	KS Wejher Wejherowo	05.06.2005	Bydgoszcz	
110 m przez płotki	99.1 cm	13.23	Artur NOGA	88	MKS-SMS Victoria Racibórz	20.08.2006	Pekin	+1.5
400 m przez płotki		49.23	Marek PLAWGO	81	MKS-MOSM Bytom	21.10.2000	Santiago de Chile	
Skok wzwyż		2.30	Michał BIENIEK	84	Hermes Gryfino	29.06.2003	Zamość	
Skok o tyczce		5.51	Paweł WOJCIECHOWSKI	89	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	01.06.2008	Żary	
Skok w dal		8.11	Tomasz JASZCZUK	92	MKS Pogoń Siedlce	22.07.2011	Tallin	+1.0
Trójskok		16.48	Jacek PASTUSIŃSKI	64	Resovia Rzeszów	28.05.83	Lublin	+1.9
Pchnięcie kulą	6.00 kg	22.96 h	Konrad BUKOWIECKI	97	PKS Gwardia Szczytno	29.12.2016	Spała	
Rzut dyskiem	1.75 kg	68.02	Bartłomiej STÓJ	96	KKS Victoria Stalowa Wola	19.07.2015	Eskilstuna	
Rzut młotem	6.00 kg	79.59	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	16.07.2021	Tallinn	
Rzut oszczepem		80.52	Cyprian MRZYGLÓD	98	AZS-AWFiS Gdańsk	22.07.2017	Grosseto	
10-bój		7538	Patryk BARAN	98	MKS Sambor Tczew	23.07.2017	Grosseto	
	6.00/99.1/1.75		(11.37/-1.2-7.28/+1.5-14.34-2.02-52.19 / 14.34/-0.3-39.66-4.60-55.18-5:02.50)					
		8145	Hubert TROŚCIANKA	06	ULKS Uczniak Szprotawa	23.06.2024	Warszawa	
			(10.88/-0.9-7.17/-0.5-14.50-1.95-48.88 / 14.08/+0.9-41.87-4.50-66.38-4:27.92)					
		8230	Hubert TROŚCIANKA	06	ULKS Uczniak Szprotawa	30.08.2024	Lima	
			(10.97/-0.2-7.27/+1.2-14.52-1.88-47.24 / 14.26/-0.2-44.98-4.40-68.29-4:24.41)					
Chód 10.000 m		40:42.83	Jacek MÜLLER	73	Lechia Gdańsk	25.07.91	Zabrze	
Chód 10 km		40:10	Beniamin KUCIŃSKI	82	AZS-AWF Katowice	09.06.2001	Kraków	
Chód 20 km		1:24:55	Beniamin KUCIŃSKI	82	AZS-AWF Katowice	07.10.2001	Rumia	
4x100 m		38.90			Polska – reprezentacja	22.08.2021	Nairobi	
			(Dominik ŁUCZYŃSKI 02, Patryk KRUPA 02, Jakub PIETRUSA 02, Oliwer WDOWIK 02)					
4x100 m	klub	40.73			KS AZS UWM Olsztyn	16.06.2012	Bielsko-Biała	
			(Mateusz OSTAPIUK 93, Rafał GIESZCZYŃSKI 94, Karol ZALEWSKI 93, Adam JABŁOŃSKI 94)					

4x400 m		3:05.05			Polska – reprezentacja	15.07.2012	Barcelona	
					(Karol ZALEWSKI 93, Rafał SMOLEŃ 94, Piotr KUŚNIERZ 94, Patryk DOBEK 94)			
4x400 m	klub	3:11.66			Prefbet Śniadowo	03.08.2008	Toruń	
					(Paweł OLSZEWSKI 89, Grzegorz KAKAREKO 90, Daniel CHYLIŃSKI 90, Arkadiusz WOJNO 90)			

## REKORDY POLSKI JUNIOREK U20

100 m		11.12	Ewa SWOBODA	97	UKS Czwórka Żory	21.07.2016	Bydgoszcz	+0.9
200 m		22.99	Martyna KOTWIŁA	99	RLTL ZTE Radom	22.07.2018	Lublin	+2.0
400 m		51.56	Patrycja WYCISZKIEWICZ	94	SL Olimpia Poznań	19.07.2013	Rieti	
800 m		2:00.17	Anna RYBICKA	63	AZS Wrocław	08.08.81	Zabrze	
1000 m		2:39.34	Aleksandra WIŚNIEWSKA	04	KS SMS Szklarska Poręba	10.08.2022	Wałcz	
1500 m		4:07.34	Sofia ENNAOUI	95	LKS Lubusz Słubice	07.06.2014	Szczecin	
1 mila		4:34.82	Klaudia KAZIMIERSKA	01	LKS Vectra Włocławek	26.09.2020	Białogard	
3000 m		8:59.44	Sofia ENNAOUI	95	LKS Lubusz Słubice	14.06.2014	Sotteville-lès-Rouen	
5000 m		16:07.34	Natalia BIELAK	02	KS SMS Szklarska Poręba	05.06.2021	Piaseczno	
		15.55.78	Zuzanna WIERNICKA	06	RKS Łódź	01.06.2024	Ciechanów	
10 000 m		34:40.72	Kalina SZTEYN	82	Gwardia Olsztyn	08.06.2001	Poznań	
1500 m z przeszkodami		4:42.96	Martyna KRAWCZYŃSKA	04	KS Prefbet-Sonarol	04.06.2023	Warszawa	
2000 m z przeszkodami		6:25.79	Martyna KRAWCZYŃSKA	04	KS Prefbet-Sonarol	19.07.2023	Lublin	
3000 m z przeszkodami		10:00.58	Aneta KONIECZEK	97	WMLKS Nadodrze Powodowo	22.07.2016	Bydgoszcz	
100 m przez płotki		13.01	Pia SKRZYSZOWSKA	01	AZS-AWF Warszawa	14.09.2020	Łódź	+1.3
400 m przez płotki		57.10	Natalia WOSZTYL	99	RLTL ZTE Radom	21.07.2018	Lublin	
		57.07	Wiktoria GADAJSKA	06	RLTL GGG Radom	26.05.2024	Warszawa	
		57.04	Wiktoria GADAJSKA	06	RLTL GGG Radom	27.06.2024	Bydgoszcz	
		56.87	Wiktoria GADAJSKA	06	RLTL GGG Radom	31.08.2024	Lima	
Skok wzwyż		1.94 h	Anna KSOK	83	AZS-AWF Wrocław	01.03.2002	Wiedeń	
		1.94	Anna KSOK	83	AZS-AWF Wrocław	17.08.2002	Eberstadt	
Skok o tyczce		4.31	Karolina WEJMAN	01	KL Gdynia	18.08.2019	Bydgoszcz	
Skok w dal		6.60	Irena KIRSZENSTEIN	46	Polonia Warszawa	14.10.64	Tokio	-1.7
Trójskok		13.55	Anna JAGACIAK	90	MKS Juwenia Puszczykowo	26.07.2009	Nowy Sad	+1.2
Pchnięcie kulą		17.25	Zuzanna MAŚLANA	04	MLKL Płock	24.06.2023	Bańska Bystrzyca	
Rzut dyskiem		60.60	Renata KATEWICZ	65	Start Elbląg	15.06.84	Bochum	
Rzut młotem		71.71	Kamila SKOLIMOWSKA	82	KS Warszawianka Warszawa	09.09.2001	Melbourne	
Rzut oszczepem		62.11	Maria ANDREJCZYK	96	Hańcza Suwałki	01.08.2015	Władysławowo	
7-bój		5939	Adrianna SUŁEK	99	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL	13.07.2018	Tampere	
			(13.80/+0.3-1.62-13.21-24.02/0.0 / 6.06/+0.6-39.35-2:12.38)					
Chód 10.000 m		46:31.38	Katarzyna ZDZIEBŁO	96	LKS Stal Mielec	16.07.2015	Eskilstuna	
Chód 10 km		46:04	Katarzyna ZDZIEBŁO	96	LKS Stal Mielec	18.04.2015	Zaniemyśl	
Chód 20 km		1:38:32	Katarzyna ZDZIEBŁO	96	LKS Stal Mielec	29.08.2015	Gdańsk	

4x100 m		44.31			Polska – reprezentacja	22.08.2021	Nairobi	
					(Dorota PUZIO 03, Monika ROMASZKO 02, Marta ZIMNA 02, Magdalena NIEMCZYK 03)			
4x100 m	klub	45.33			Legia Warszawa	24.08.79	Zabrze	
					(Elżbieta LIS 60, Bożena PAJAK 62, Anna KAMIŃSKA 62, Barbara CIEŚLUK 61)			
		45.12			TKS Tomasovia Tomaszów Lubelski	27.07.2024	Radom	
					(Joanna FUS 06, Wiktoria GAJOSZ 06, Julia KAWAŁEK 06, Małgorzata POJETA 06)			
4x400 m		3:32.63			Polska – reprezentacja	21.07.2013	Rieti	
					(Małgorzata CURYŁO 94, Martyna DĄBROWSKA 94, Adrianna JANOWICZ 95, Patrycja WYCISZKIEWICZ 94)			
4x400 m	klub	3:42.30			Skra Warszawa	04.09.99	Warszawa	
					(Anna PACHOLAK 80, Monika BEJNAR 81, Ilona SZYMERSKA 80, Żaneta TOMCZYK 82)			

### REKORDY POLSKI MĘŻCZYZN I Kobiet U20

4x400 m MIX		3:19.80			Polska – reprezentacja	18.08.2021	Nairobi	
					(Michał WRÓBEL 02, Kornelia LESIEWICZ 03, Alicja KACZMAREK 02, Patryk GRZEGORZEWICZ 02)			
	klub	3:33.30			AZS KU Politechniki Opolskiej Opole	29.05.2022	Karpacz	
					(Maciej BABULA 03, Julia KLAMA 04, Ignacy BRYLL 04, Olivia GREINER 04)			

### NAJLEPSZE WYNIKI W HISTORII – U20

#### JUNIORZY

300 m		32.76	Igor BOGACZYŃSKI	03	MKL Jarocin	10.08.2022	Wałcz	
600 m		1:16.14	Patryk DOBEK	94	SKLA Sopot	06.05.2012	Pliezhausen	
2000 m		5:12.04 h	Konrad POGORZELSKI	03	Adam Draczyński Run Team Nowa Sól	29.01.2022	Toruń	
Chód 5000m		19:25.18	Beniamin KUCIŃSKI	82	AZS-AWF Katowice	15.09.2001	Poznań	
Chód 20.000m		1:34:57.5	Krzysztof BARBUŻYŃSKI	60	Spójnia Gdańsk	16.09.79	Kartuzy	

#### JUNIORKI

300 m		37.75	Patrycja WYCISZKIEWICZ	94	SL Olimpia Poznań	27.04.2013	Poznań	
		36.82	Wiktoria GAJOSZ	06	TKS Tomasovia Tomaszów Lubelski	06.07.2024	Warszawa	
500 m		1:12.92	Martyna KRAWCZYŃSKA	04	KS Prefbet-Sonarol	03.09.2023	Olsztyn	
600 m		1:27.34	Patrycja WYCISZKIEWICZ	94	SL Olimpia Poznań	08.09.2012	Poznań	
2000 m		5:59.67	Klaudia KAZIMIERSKA	01	LKS Vectra Włocławek	20.06.2020	Włocławek	
Maraton		2:42:54	Kamila GRADUS	67	Legia Warszawa	26.10.86	Budapeszt	
Chód 3000 m		12:47.82	Anna SZUMNY	83	Wawel Kraków	18.05.2002	Kraków	
Chód 3 km		13:05	Anna SZUMNY	83	Wawel Kraków	24.08.2002	Hildesheim	
Chód 5000 m		22:36.68	Katarzyna ZDZIEBŁO	96	LKS Stal Mielec	19.09.2015	Stalowa Wola	
Chód 5 km		22:57	Beata JANASZEK	73	Flota Gdynia	25.04.92	Słubice	

## Najlepsze wyniki w konkurencjach, w których przed zmianą sprzętu obowiązywały rekordy Polski

JUNIORZY									
110 m przez płotki	106.7cm	13.61	Tomasz ŚCIGACZEWSKI	78	MKS Aleksandrów Łódzki	05.08.97	Ateny	+0.1	
		§ 13.51	Tomasz ŚCIGACZEWSKI	78	MKS Aleksandrów Łódzki	07.09.97	Łódź	+1.2	
Pchnięcie kulą	7.26 kg	21.14	Konrad BUKOWIECKI	97	PKS Gwardia Szczytno	09.06.2016	Oslo		
Rzut dyskiem	2.00 kg	59.76	Bartłomiej STÓJ	96	KKS Victoria Stalowa Wola	01.08.2015	Władysławowo		
Rzut młotem	7.26 kg	75.42	Szymon ZIÓŁKOWSKI	76	AZS Poznań	30.07.95	Nyiregyhaza		
10-bój		7490	Robert GINDERA	84	UKS Achilles Leszno	25.07.2003	Tampere		
	6.00/106.7/1.75		(11.60/-1.0-6.86/+1.5-15.73-2.02-52.58 / 15.39/0.0-39.43-4.30-65.50-4:46.26)						
10-bój		7424	Sebastian CHMARA	71	WKS Zawisza Bydgoszcz	15.07.90	Piła		
	7.26/106.7/2.00		(11.43-7.16-12.43-1.98-48.92 / 15.05-36.72-4.40-46.66-4:20.12)						