

REPREZENTACJA POLSKI 25. MISTRZOSTWA EUROPY W LEKKOATLETYCE

NATIONAL TEAM OF POLAND EUROPEAN ATHLETICS CHAMPIONSHIPS

MONACHIUM 15-21.08.2022





Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Okęcie



TVP SPORT



polskalekkoatletyka



pzlanews



polishathletics



PZLAvideo

ODWIEDŹ NAS W SOCIAL MEDIA LUB NA www.pzla.pl



dr Henryk Olszewski

Prezes PZLA

Moi Drodzy,

Po czterech latach ponownie spotykamy się na mistrzostwach Europy. Gdy kończyła się ich poprzednia edycja – w sierpniu 2018 roku w Berlinie – planowaliśmy, że o prymat na naszym kontynencie ponownie powalczymy latem 2020 roku w Paryżu. Tak się nie stało – wszystkie plany pokrzyżowała pandemia, a na kolejną edycję europejskiego czempionatu musieliśmy poczekać do dziś.

Tegoroczna edycja zawodów ma dla organizatorów wymiar historyczny. Hasło promujące mistrzostwa Back to the roofs nawiązuje do charakterystycznego zadaszenia Stadionu Olimpijskiego w Monachium. Stadionu, który dokładnie 50 lat temu – latem 1972 roku – był główną areną Igrzysk XX Olimpiady, a przed dwiema dekadami gościł lekkoatletyczne mistrzostw Europy.

Sezon 2022 jest bardzo wymagający. Kilkanaście dni temu reprezentacja wróciła z dalekiej podróży na zachodnie wybrzeże Stanów Zjednoczonych, gdzie w Oregonie odbyły się mistrzostwa świata. Polska zdobyła tam cztery medale, a ich zdobywcy – Katarzyna Zdziebło, Paweł Fajdek i Wojciech Nowicki – stanowią silny punkt naszej reprezentacji w Monachium.

Jestem przekonany, że ciężka praca na treningach zaowocuje wieloma udanymi startami. Duża reprezentacja jaka przyjechała do Bawarii ma ambicje, aby ponownie pokazać, że Polska jest liderem europejskiej lekkoatletyki.

Wszystkim życzę powodzenia!

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'H. Olszewski', is located at the bottom right of the page.

dr Henryk Olszewski
Prezes Polskiego Związku Lekkiej Atletyki

NA WAKACJE



-30 gr/l

**Miesięcznie
aż 3 promocyjne
tankowania
z Programem **VITAY**.
Każde do 50 litrów taniej!**

-40 gr/l
z **KARTĄ DUŻEJ
RODZINY**

Ważna karta VITAY lub Wirtualna Karta VITAY uprawnia do uzyskania rabatu na 50 l benzyny lub oleju napędowego w wysokości 30 gr/l lub 40 gr/l w przypadku posiadaczy Karty Dużej Rodziny. Każdy dodatkowy litr powyżej 50 l rozliczany jest według ceny ofertowej podanej na dystrybutorze w trakcie tankowania. Promocja nie obejmuje autogazu (LPG), nie łączy się z innymi programami rabatowymi i promocyjnymi i jest ograniczona czasowo – termin obowiązywania w Regulaminie promocji. Promocja dla Zarejestrowanych Uczestników ORLEN VITAY. Regulamin promocji oraz lista stacji uczestniczących w promocji na stronie vitay.pl/rabaty

4F FUEL

**4F FUEL TO KOMPLETNE ROZWIĄZANIE,
KTÓRE CODZIENNIE WSPIERA TWÓJ
TRENING, DIETĘ I REGENERACJĘ**

**4F FUEL IS A COMPLETE SOLUTION
WHICH SUPPORTS YOUR TRAINING,
DIET AND REGENERATION EVERY DAY**



4F.COM.PL

*SUPLEMENTY DIETY

TOYOTA OKĘCIE

for future



Okęcie

AL. Krakowska 204, Warszawa
www.toyota-okecie.pl

TVP SPORT

Join us:
app TVP SPORT
tvpsport.pl
HBB TV





polanik

we help to win



Kompleksowo wyposażamy stadiony lekkoatletyczne
We fully equip athletics arenas



www.polanik.com

Polanik partnerem i dostawcą sprzętu
dla Polskiego Związku Lekkiej Atletyki



Polanik the partner and supplier
of the Polish Athletic Association

www.mccmedale.pl



**MEDALE DLA
NAJLEPSZYCH!**
MEDALS FOR THE BEST ONES!

PAWEŁ FAJDEK

MCC
MEDALE

POLISH ATHLETIC ASSOCIATION'S OFFICIAL MEDALS SUPPLIER IN 2022

SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI NA ME W MONACHIUM (15-21 SIERPANIA) – KOLEJNOŚĆ ALFABETYCZNA

NATIONAL TEAM OF POLAND FOR ECH IN MUNICH (15-21 AUGUST)
– ALPHABETICAL ORDER

ZAWODNICZKI/ATHLETES (WOMEN)

Klaudia Adamek (4x100 m)

Iga Baumgart-Witan (400 m, 4x400 m)

Adrianna Czapla (800 m)

Sofia Ennaoui (1500 m)

Katarzyna Furmanek (młot/hammer throw)

Kinga Gacka (4x400 m)

Paulina Guba (kula/shot put)

Małgorzata Hołub-Kowalik (4x400 m)

Nikola Horowska (200 m, 4x100 m)

Monika Jackiewicz (maraton/marathon)

Katarzyna Jankowska (maraton/marathon)

Natalia Kaczmarek (400 m, 4x400 m)

Patrycja Kapala (3000 m z przeszk./steeple)

Klaudia Kardasz (kula/shot put)

Anna Kielbasińska (400 m, 4x400 m)

Alicja Konieczek (3000 m z przeszk./steeple)

Malwina Kopron (młot/HT)

Martyna Kotwiła (4x100 m)

Kinga Królik (3000 m z przeszk./steeple)

Paulina Ligarska (siedmiobój/heptathlon)

Aleksandra Lisowska (maraton/marathon)

Angelika Mach (maraton/marathon)

ZAWODNICZKI/ATHLETES (WOMEN)

Anna Matuszewicz (w dal/long jump)

Eliza Megger (1500 m)

Karolina Młodawska (trójskok/triple jump)

Olga Niedziałek (chód na 35 km/35 km W)

Izabela Paszkiewicz (maraton/marathon)

Marika Popowicz-Drapała (200 m, 4x100 m)

Ewa Różańska (młot/hammer throw)

Angelika Sarna (800 m)

Klaudia Siciarz (100 m pł/100 m H)

Pia Skrzyszowska (100 m pł/100 m H)

Magdalena Stefanowicz (100 m, 4x100 m)

Adrianna Sułek (siedmiobój/heptathlon)

Ewa Swoboda (100 m, 4x100 m)

Adrianna Szóstak (trójskok/triple jump)

Justyna Święty-Ersetic (400 m, 4x400 m)

Karolina Urban (dysk/discus throw)

Anna Wielgosz (800 m)

Klaudia Wojtunik (100 m pł/100 m H)

Daria Zabawska (dysk/discus throw)

Katarzyna Zdziebło (chód na 20 km/20 km Walk)

SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI NA ME W MONACHIUM (15-21 SIERPNIĄ) – KOLEJNOŚĆ ALFABETYCZNA

NATIONAL TEAM OF POLAND FOR ECH IN MUNICH (15-21 AUGUST)
– ALPHABETICAL ORDER

ZAWODNICY/ATHLETES (MEN)

Mateusz Borkowski (800 m)

Adrian Brzeziński (100 m, 4x100 m)

Artur Brzozowski (chód na 35 km/35 km W)

Konrad Bukowiecki (kula/SP)

Damian Czykier (110 m pł/110 m H)

Patryk Dobek (800 m)

Kajetan Duszyński (400 m, 4x400 m)

Szymon Dziuba (4x400 m)

Paweł Fajdek (młot/HT)

Arkadiusz Gardzielewski (maraton/marathon)

Michał Haratyk (kula/SP)

Krzysztof Hołub (400 m pł/400 m H)

Kamil Jastrzębski (maraton/marathon)

Kamil Karbowiak (maraton/marathon)

Maksymilian Klepacki (4x400 m)

Dominik Kopeć (100 m, 4x100 m)

Kacper Lewalski (800 m)

Piotr Lisek (tyczka/PV)

Adam Nowicki (maraton/marathon)

Wojciech Nowicki (młot/HT)

Jakub Olejniczak (400 m pł/400 m H)

Michał Rozmys (1500 m)

ZAWODNICY/ATHLETES (MEN)

Mateusz Rzeźniczak (4x400 m)

Mateusz Siuda (4x100 m)

Przemysław Słowikowski (100 m, 4x100 m)

Robert Sobera (tyczka/PV)

Adrian Stachnik (dysk/discus throw)

Jakub Szymański (110 m pł/110 m H)

Jakub Szyszkowski (kula/shot put)

Adrian Świderski (trójskok/triple jump)

Piotr Tarkowski (w dal/long jump)

Robert Urbanek (dysk/discus throw)

Sebastian Urbaniak (400 m pł/400 m H)

Paweł Wiesiołek (dziesięciobój/decathlon)

Marcin Wrotyński (młot/HT)

Patryk Wykrota (200 m, 4x100 m)

Karol Zalewski (400 m, 4x400 m)

Tymoteusz Zimny (4x400 m)

Łukasz Żok (200 m, 4x100 m)

KIEROWNICTWO EKIPY

LEADERSHIP AND OFFICIALS

Tadeusz Osik – Wiceprezes PZLA/PZLA vice-president, Head of Delegation

Krzysztof Kęcki – Dyrektor Sportowy PZLA, Kierownik Reprezentacji/Head Coach, Team Manager

Ireneusz Bukowiecki – Trener/Coach (shot put)

Joanna Fiodorow – Trener/Coach (hammer throw)

Marek Jakubowski – Trener/Coach (marathon)

Mikołaj Justyński – Trener/Coach (110m H)

Damian Kamiński – Trener/Coach (discus throw)

Witold Kopron – Trener/Coach (hammer throw)

Jacek Kostrzeba – Trener/Coach (middle distances)

Krzysztof Kotuła – Trener/Coach (sprint)

Zbigniew Król – Trener/Coach (middle distances)

Iwona Krupa – Trener/Coach (sprint)

Jacek Lewandowski – Trener/Coach (sprint)

Aleksander Matusiński – Trener/Coach (women's 4x400 m)

Michał Modelski – Trener/Coach (decathlon)

Andrzej Naszko – Trener/Coach (shot put)

Marek Rozej – Trener/Coach (men's 4x400 m)

Marek Rzepka – Trener/Coach (heptathlon)

Jarosław Skrzyszowski – Trener/Coach (100 mH)

Marcin Szczepański – Trener/Coach (pole vault)

Wojciech Szymaniak – Trener/Coach (middle distances)

Grzegorz Tomala – Trener/Coach (walk)

Jacek Wosiek – Trener/Coach (marathon)

Szymon Ziółkowski – Trener/Coach (hammer throw)

Jacek Małecki – Lekarz/Doctor

Aleksandra Piechuta – Lekarz/Doctor

Katarzyna Franciczek – Fizjoterapeutka/Physiotherapist

Izabela Góźdź – Fizjoterapeutka/Physiotherapist

Agata Kępa – Fizjoterapeutka/Physiotherapist

Rafał Miaskowski – Fizjoterapeuta/Physiotherapist

Krzysztof Pielecki – Fizjoterapeuta/Physiotherapist

Katarzyna Wiśniewska – Fizjoterapeutka/Physiotherapist

Jan Blecharz – Psycholog/Psychologist

POLSKA W HISTORYCZNYCH TABELACH MEDALOWYCH ME

POLAND IN ECH HISTORICAL MEDAL TABLE

date&place	position	gold	silver	bronze	total
1934, Torino	11	0	1	1	2
1938, Paris/Vienna	5	2	3	1	6
1946, Oslo	14	0	0	1	1
1950, Brussels	-	-	-	-	-
1954, Bern	8	1	1	1	3
1958, Stockholm	2	8	2	2	12
1962, Belgrade	4	3	5	5	13
1966, Budapest	2	7	5	3	15
1969, Athens	6	2	0	5	7
1971, Helsinki	8	1	3	5	9
1974, Rome	4	4	2	4	10
1978, Prague	5	2	2	3	7
1982, Athens	8	1	2	1	4
1986, Stuttgart	17	0	0	1	1
1990, Split	19	0	0	2	2
1994, Helsinki	17	0	1	1	2
1998, Budapest	4	3	4	1	8
2002, Munich	10	1	2	4	7
2006, Gothenburg	20	0	3	4	7
2010, Barcelona	5	3	1	6	10
2012, Helsinki	14	1	0	3	4
2014, Zurich	6	2	5	5	12
2016, Amsterdam	1	6	5	1	12
2018, Berlin	2	7	4	1	12

ZŁOTE MEDALE POLSKICH LEKKOATLETÓW W ME (54)

GOLD MEDALS WON BY POLISH ATHLETES
 IN THE EUROPEAN CHAMPIONSHIPS (54)

date	place	competitor	event	mark
1938	Paris	Stanisława WALASIEWICZ	100 m	11.9
		Stanisława WALASIEWICZ	200 m	23.8
1954	Berne	Janusz SIDŁO	Javelin Throw	76.35
1958	Stockholm	Zdzisław KRZYSZKOWIAK	5000 m	13:53.4
		Zdzisław KRZYSZKOWIAK	10000 m	28:56.0
		Jerzy CHROMIK	3000 m Steeple	8:38.2
		Józef SCHMIDT	Triple Jump	16.43
		Edmund PIĄTKOWSKI	Discus Throw	53.92
		Tadeusz RUT	Hammer Throw	64.78
		Janusz SIDŁO	Javelin Throw	80.18
		Barbara JANISZEWSKA	200 m	24.1
		1962	Belgrade	Józef SCHMIDT
Teresa CIEPŁY	80 m Hurdles			10.6
Teresa CIEPŁY				
Maria PIĄTKOWSKA				
Barbara SOBOTTA				
Elżbieta SZYROKA	4x100 m			44.5
1966	Budapest	Wiesław MANIAK	100 m	10.5
		Stanisław GRĘDZIŃSKI	400 m	46.0
		Jan WERNER		
		Edmund BOROWSKI		
		Stanisław GRĘDZIŃSKI		
		Andrzej BADEŃSKI	4x400 m	3:04.5
		Ewa KŁOBUKOWSKA	100 m	11.5
		Irena KIRSZENSTEIN	200 m	23.1
		Irena KIRSZENSTEIN	Long Jump	6.55
		Elżbieta BEDNAREK		
		Danuta STRASZYŃSKA		
		Irena KIRSZENSTEIN		
		Ewa KŁOBUKOWSKA	4x100 m	44.4
1969	Athens	Jan WERNER	400 m	45.7
		Mirosława SARNA	Long Jump	6.49
		Daniela JAWORSKA	Javelin Throw	61.00
1974	Rome	Bronisław MALINOWSKI	3000 m Steeple	8:15.0

date	place	competitor	event	mark
		Ryszard SKOWRONEK	Decathlon	8207
		Irena SZEWIŃSKA	100 m	11.13
		Irena SZEWIŃSKA	200 m	22.51
1978	Prague	Bronisław MALINOWSKI	3000 m Steeple	8:15.1
		Zenon NOWOSZ		
		Zenon LICZNERSKI		
		Leszek DUNECKI		
		Marian WORONIN	4x100 m	38.58
1982	Athens	Lucyna LANGER	100 m Hurdles	12.45
1998	Budapest	Paweł JANUSZEWSKI	400 m Hurdles	48.17
		Artur PARTYKA	High Jump	2.34
		Robert KORZENIOWSKI	50 km Walk	3:43:51
2002	Munich	Robert KORZENIOWSKI	50 km Walk	3:36:39
2010	Barcelona	Marcin LEWANDOWSKI	800 m	1:47.07
		Tomasz MAJEWSKI	Shot Put	21.00
		Piotr MAŁACHOWSKI	Discus Throw	63.69
2012	Helsinki	Anita WŁODARCZYK	Hammer Throw	74.29
2014	Zurich	Anita WŁODARCZYK	Hammer Throw	78.76
		Adam KSZCZOT	800 m	1:44.15
2016	Amsterdam	Angelika CICHOCKA	1500 m	4:33.00
		Anita WŁODARCZYK	Hammer Throw	78.14
		Adam KSZCZOT	800 m	1:45.18
		Robert SOBERA	Pole Vault	5.60
		Piotr MAŁACHOWSKI	Discus Throw	67.06
		Paweł FAJDEK	Hammer Throw	80.73
2018	Berlin	Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC	400 m	50.41
		Iga BAUMGART-WITAN		
		Małgorzata HOŁUB-KOWALIK		
		Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC		
		Patrycja WYCISZKIEWICZ		
		Martyna DĄBROWSKA (qual.)		
		Natalia KACZMAREK (qual.)	4x400 m	3:26.59
		Paulina GUBA	Shot Put	19.33
		Anita WŁODARCZYK	Hammer Throw	78.94
		Adam KSZCZOT	800 m	1:44.79
		Michał HARATYK	Shot Put	21.72
		Wojciech NOWICKI	Hammer Throw	80.12

REKORDY POLSKI

POLISH RECORDS

ZAWODNICZKI/ATHLETES (WOMEN)

100 m – 10.93	Ewa Kasprzyk (Olimpia Poznań)	Grudziądz, 27.6.1986
200 m – 22.13	Ewa Kasprzyk (Olimpia Poznań)	Moskwa, 8.7.1986
400 m – 49.28	Irena Szewińska (Polonia Warszawa)	Montreal, 29.7.1976
800 m – 1:56.95	Jolanta Januchta (Gwardia Warszawa)	Budapeszt, 11.8.1980
1500 m – 3:59.22	Lidia Chojecka (WLKS Siedlce)	Oslo, 28.7.2000
5000 m – 15:04.88	Lidia Chojecka (Pogoń Siedlce)	Berlin, 6.9.2002
10 000 m – 31:43.51	Karolina Jarzyńska (Piętko Katowice)	Ostrawa, 27.6.2013
marathon – 2:26:08	Małgorzata Sobańska (Olimpia Poznań)	Chicago, 7.10.2001
100 m H – 12.36	Grażyna Rabsztyn (Gwardia Warszawa)	Warszawa, 13.6.1980
400 m H – 53.86	Anna Jesień (AZS AWF Warszawa)	Osaka, 28.8.2007
3000 m S – 9:17.15	Wioletta Janowska (AZS AWF Kraków)	Ateny, 3.7.2006
4x100 m – 42.68	Polska (M. Popowicz, D. Korczyńska, M. Jeschke, W. Wedler)	Barcelona, 1.8.2010
4x400 m – 3:20.53	Polska (N. Kaczmarek, I. Baumgart-Witan, M. Hołub-Kowalik, J. Świąty-Ersetic)	Tokio, 7.8.2021
HJ – 2.02 (i)	Kamila Lićwinko (Podlasie Białystok)	Toruń, 21.2.2015
PV – 4.85 (i)	Anna Rogowska (SKLA Sopot)	Paryż, 6.3.2011
LJ – 6.97	Agata Karczmarek (Legia Warszawa)	Lublin, 6.8.1988
TJ – 14.44	Małgorzata Trybańska (Warszawianka)	Barcelona, 29.7.2010
SP – 19.58	Ludwika Chewińska (Gwardia Warszawa)	Bydgoszcz, 26.6.1976
DT – 66.18	Renata Katewicz (Start Łódź)	Łódź, 7.8.1988
HT – 82.98	Anita Włodarczyk (Skra Warszawa)	Warszawa, 28.8.2016
JT – 71.40	Maria Andrejczyk (Hańcza Suwałki)	Split, 9.5.2021
heptathlon – 6672	Adrianna Sułek (Brdą Bydgoszcz)	Eugene, 18.7.2022
20 km walk – 1:27:31	Katarzyna Zdziebło (Stal Mielec)	Eugene, 15.7.2022
35 km walk – 2:40:03	Katarzyna Zdziebło (Stal Mielec)	Eugene, 22.7.2022

REKORDY POLSKI

POLISH RECORDS

ZAWODNICY/ATHLETES (MEN)

100 m – 10.00	Marian Woronin (Legia Warszawa)	Warszawa, 9.6.1984
200 m – 19.98	Marcin Urbaś (AZS AWF Kraków)	Sewilla, 25.8.1999
400 m – 44.62	Tomasz Czubak (Skra Warszawa)	Sewilla, 24.8.1999
800 m – 1:43.22	Paweł Czapiewski (Lubusz Słubice)	Zurych, 17.8.2001
1500 m – 3:30.42	Marcin Lewandowski (AZS UMCS Lublin)	Monako, 9.7.2021
5000 m – 13:17.69	Bronisław Malinowski (Olimpia Grudziądz)	Sztokholm, 5.7.1976
10 000 m – 27:53.61	Jerzy Kowol (Górnik Zabrze)	Praga, 29.8.1978
marathon – 2:07:39	Henryk Szost (Grunwald Poznań)	Otsu, 4.3.2012
110 m H – 13.25	Damian Czykier (Podlasie Białystok)	Suwałki, 11.6.2022
400 m H – 48.12	Marek Plawgo (Warszawianka)	Osaka, 28.8.2007
3000 m S – 8:09.11	Bronisław Malinowski (Olimpia Grudziądz)	Montreal, 28.7.1976
4x100 m – 38.31	Polska (K. Masztak, D. Kuć, R. Kubaczyk, K. Kryński)	Londyn, 10.8.2012
4x400 m – 2:58.00	Polska (P. Rysiukiewicz, T. Czubak, P. Haczek, R. Maćkowiak)	Uniondale, 22.7.1998
HJ – 2.38	Artur Partyka (ŁKS Łódź)	Eberstadt, 18.8.1996
PV – 6.02	Piotr Lisek (OSOT Szczecin)	Monako, 12.7.2019
LJ – 8.28	Grzegorz Marciniszyn (Skra Warszawa)	Malles, 14.7.2001
TJ – 17.53	Zdzisław Hoffmann (Legia Warszawa)	Madryt, 4.6.1985
SP – 22.32	Michał Haratyk (Sprint Bielsko-Biała)	Warszawa, 28.7.2019
DT – 71.84	Piotr Małachowski (Śląsk Wrocław)	Hengelo, 8.6.2013
HT – 83.93	Paweł Fajdek (Agros Zamość)	Szczecin, 9.8.2015
JT – 89.55	Marcin Krukowski (Warszawianka)	Turku, 8.6.2021
decathlon – 8566	Sebastian Chmara (Zawisza Bydgoszcz)	Alhama, 17.5.1998
20 km walk – 1:18:22	Robert Korzeniowski (Wawel Kraków)	Hildesheim, 9.7.2000
35 km walk – 2:28:30	Robert Korzeniowski (AS AWF Katowice)	Eschborn, 12.6.1993

PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW

TIMETABLE

Dzień I: poniedziałek, 15.8/Day I: Monday, 15.8

10:00	Kula/SP (M) – qual. (Bukowiecki, Haratyk, Szyszkowski)
10:05	100 m (M) – decathl. (Wiesiołek)
10:25	Tyczka/PV (W) – qual.
10:30	MARATON/MARATHON (W) – FINAL (LISOWSKA, JANKOWSKA, PASZKIEWICZ, MACH, JACKIEWICZ)
10:40	100 m (M) – heats (Brzeziński, Kopeć, Słowikowski)
10:50	W dal/LJ (M) – decathl. (Wiesiołek)
11:05	100 m (W) – heats (Stefanowicz, Swoboda)
11:20	Kula/SP (W) – qual. (Guba, Kardasz)
11:30	MARATON/MARATHON (M) – FINAL (Gardzielewski, Jastrzębski, Karbowski, Nowicki)
12:10	W dal/LJ (M) – qual. (Tarkowski)
12:40	Kula/SP (M) – decathl. (Wiesiołek)
18:15	Dysk/DT (W) – qual. gr. A (Zabawska, Urban)
18:30	Wzwyż/HJ (M) – decathl. (Wiesiołek)
19:00	400 m (M) – heats (Duszyński, Zalewski)
19:25	Dysk/DT (W) – qual. gr. B
19:35	400 m (W) – heats (Baumgart-Witan, Kaczmarek, Kielbasińska, Święty-Ersetic)
20:05	Trójskok/TJ (M) – qual. (Świderski)
20:15	1500 m (M) – heats (Rozmys)
20:38	KULA/SP (W) – FINAL
20:58	KULA/SP (M) – FINAL
21:15	400 m (M) – decathl. (Wiesiołek)
21:48	10 000 M (W) – FINAL

Dzień II: wtorek, 16.8/Day II: Tuesday, 16.8

8:30	CHÓD NA 35 KM/35 KM WALK (W&M) – FINAL (NIEDZIAŁEK, BRZOZOWSKI)
9:05	110 m pł/H (M) – decathl. (Wiesiołek)
9:35	110 m pł/H (M) – heats (Czykier, Szymański)
9:50	W dal/LJ (W) – qual. (Matuszewicz)
9:50	Dysk/DT (M) – decathl. gr. A (Wiesiołek)
10:15	1500 m (W) – heats (Ennaoui, Megger)
10:55	Dysk/DT (M) – decathl. gr. B
11:30	Tyczka/PV (M) – decathl. gr. A (Wiesiołek)
11:40	3000 m z przeszk./steeple (M) – heats
12:15	Młot/HT (W) – qual. gr. A (Furmanek, Kopron, Różańska)
12:25	400 m (M) – półf./sf.
12:30	Tyczka/PV (M) – decathl. gr. B
13:00	400 m (W) – półf./sf.
13:30	Młot/HT (W) – qual. gr. B
18:35	Wzwyż/HJ (M) – qual.
18:40	Oszczep/JT (M) – decathl. gr. A (Wiesiołek)
19:40	Oszczep/JT (M) – decathl. gr. B
20:05	100 m (M) – półf./sf.
20:27	W DAL/LJ (M) – FINAL
20:35	100 m (W) – półf./sf.
21:02	DYSK/DT (W) – FINAL
21:08	5000 M (M) – FINAL
21:35	1500 M (M) – DECATHL. (Wiesiołek)
22:15	100 M (M) – FINAL
22:25	100 M (W) – FINAL

Dzień III: środa, 17.8/Day III: Wednesday, 17.8

9:35	Młot/HT (M) – qual. gr. A (Fajdek, Nowicki, Wrotyński)
10:30	100 m pł/H (W) – hept. (Ligarska, Sułek)
10:50	Młot/HT (M) – qual. gr. B
11:05	400 m pł/H (M) – heats (Hołub, Olejniczak, Urbaniak)
11:35	Wzwyż/HJ (W) – hept. (Ligarska, Sułek)
11:40	400 m pł/H (W) – heats
12:20	Dysk/DT (M) – qual. gr. A (Stachnik, Urbanek)
12:35	Trójskok/TJ (W) – qual. (Młodawska, Szóstak)
13:35	Dysk/DT (M) – qual. gr. B
19:54	Kula/SP (W) – hept. (Ligarska, Sułek)
20:00	TYCZKA/PV (W) – FINAL
20:15	TRÓJSKOK/TJ (M) – FINAL
20:30	110 m pł/H (M) – półf./sf.
21:05	MŁOT/HT (W) – FINAL
21:10	200 m (W) – hept. (Ligarska, Sułek)
21:43	400 M (M) – FINAL
22:02	400 M (W) – FINAL
22:22	110 M PŁ/H (M) – FINAL

Dzień IV: czwartek, 18.8/Day IV: Thursday, 18.8

9:00	Oszczep/JT (W) – qual. gr. A
9:20	3000 m z przeszk./steeple (W) – heats (Kapała, Al. Konieczek, Królik)
9:25	W dal/LJ (W) – heptathl. (Ligarska, Sułek)
10:10	800 m (M) – heats (Borkowski, Dobek, Lewalski)
10:15	Oszczep/JT (W) – qual. gr. B
10:45	800 m (W) – heats (Czapla, Sarna, Wielgosz)
10:50	Tyczka/PV (M) – qual. (Lisek, Sobera)
11:25	400 m ppł/H (M) – półf./sf.
11:36	Oszczep/JT (W) – heptathl. gr. A (Ligarska, Sułek)
11:55	400 m ppł/H (W) – półf./sf.
12:30	200 m (M) – heats (Wykrota, Żok)
12:48	Oszczep/JT (W) – heptathl. gr. B
13:05	200 m (W) – heats (Horowska, Popowicz-Drapała)
20:05	WZWYŻ/HJ (M) – FINAL
20:10	MŁOT/HT (M) – FINAL
20:13	200 m (M) – półf./sf.
20:37	200 m (W) – półf./sf.
20:58	W DAL/LJ (W) – FINAL
21:05	1500 M (M) – FINAL
21:25	5000 M (W) – FINAL
21:55	800 M (W) – HEPTATHL. (LIGARSKA, SUŁEK)

Dzień V: piątek, 19.8/Day V: Friday, 19.8

10:00	4x100 m (M) – heats (Brzeziński, Kopeć, Siuda, Słowikowski, Wykrota, Żok)
10:00	Oszczep/JT (M) – qual. gr. A
10:05	Wzwyż/HJ (W) – qual.
10:25	4x100 m (W) – heats (Adamek, Horowska, Kotwiła, Popowicz-Drapała, Stefanowicz, Swoboda)
10:50	800 m (W) – półf./sf.
11:10	4x400 m (M) – heats (Duszyński, Dziuba, Klepacki, Rzeźniczak, Zalewski, Zimny)
11:15	Oszczep/JT (M) – qual. gr. B
11:40	4x400 m (W) – heats (Baumgart-Witan, Gacka, Hołub-Kowalik, Kaczmarek, Kielbasińska, Święty-Ersetic)
20:20	DYSK/DT (M) – FINAL
20:27	800 m (M) – półf./sf.
20:45	1500 M (W) – FINAL
20:55	TRÓJSKOK/TJ (W) – FINAL
21:00	3000 M Z PRZESZK./STEEPLE (M) – FINAL
21:20	200 M (M) – FINAL
21:45	400 M PŁ/H (W) – FINAL
22:00	400 M PŁ/H (M) – FINAL
22:22	200 M (W) – FINAL

Dzień VI: sobota, 20.8/Day VI: Saturday, 20.8

- | | |
|-------|--|
| 8:30 | CHÓD NA 20 KM/20 KM W (M) – FINAL |
| 10:15 | CHÓD NA 20 KM/20 KM W (W) – FINAL (Zdziebło) |
| 20:05 | TYCZKA/PV (M) – FINAL |
| 20:15 | 800 M (W) – FINAL |
| 20:25 | OSZCZEP/JT (W) – FINAL |
| 20:43 | 100 m pł/H (W) – heats (Siciarz, Skrzyszowska, Wojtunik) |
| 21:15 | 4X400 M (M) – FINAL |
| 21:45 | 4X400 M (W) – FINAL |
| 22:13 | 3000 M Z PRZESZK./STEEPLE (W) – FINAL |

Dzień VII: niedziela, 21.8/Day VII: Sunday, 21.8

- | | |
|-------|----------------------------|
| 19:05 | WZWYŻ/HJ (W) – FINAL |
| 19:10 | 100 m pł/H (W) – półf./sf. |
| 19:40 | 800 M (M) – FINAL |
| 19:50 | OSZCZEP/JT (M) – FINAL |
| 20:00 | 10 000 M (M) – FINAL |
| 20:45 | 100 M PŁ/H (W) – FINAL |
| 21:12 | 4X100 M (M) – FINAL |
| 21:22 | 4X100 M (W) – FINAL |

TRANSMISJE

TRANSMISSIONS

15.08, 9:35

(maraton, wspinaczka sportowa) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61677361/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-maraton-wspinaczka-sportowa>



15.08, 17:00

(kolarstwo torowe, lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport, dodatkowo od 20:00 lekkoatletyka w TVP2

<https://sport.tvp.pl/61677424/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-kolarstwo-torowe-lekkoatletyka-transmisja-na-zywo-online-live-stream>



16.08, 8:05

(lekkoatletyka, siatkówka plażowa, tenis stołowy) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61707780/me-monachium-2022-lekkoatletyka-siatkowka-plazowa-tenis-stolowy-transmisja-na-zywo-online-live-stream>



16.08, 16:15

(kolarstwo torowe, lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport, dodatkowo od 20:10 lekkoatletyka w TVP2

<https://sport.tvp.pl/61707866/me-monachium-2022-kolarstwo-torowe-lekkoatletyka-transmisja-na-zywo-online-live-stream>



17.08, 9:05

(lekkoatletyka, kolarstwo, siatkówka plażowa, tenis stołowy) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61722780/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-kolarstwo-siatkowka-plazowa-tenis-stolowy>



17.08, 17:15

(kolarstwo, lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport, dodatkowo od 20:10 lekkoatletyka w TVP2

<https://sport.tvp.pl/61726132/mistrzostwa-europejskie-monachium-22-kolarstwo-lekkoatletyka-transmisja-online-na-zywo>



18.08, 8:35

(lekkoatletyka, tenis stołowy, siatkówka plażowa) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61738657/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-tenis-stolowy-siatkowka-plazowa-transmisja-online-na-zywo-w-internecie>



18.08, 16:05

(lekkoatletyka, kajakarstwo, siatkówka plażowa, tenis stołowy) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport, dodatkowo od 20:10 lekkoatletyka w TVP2

<https://sport.tvp.pl/61739042/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-kajakarstwo-siatkowka-plazowa-tenis-stolowy-lekkoatletyka-transmisja-online-na-zywo>



19.08, 9:35

(lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61739667/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-na-zywo-stream>



19.08, 20:10

(lekkoatletyka) - TVP2, TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61739897/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-na-zywo-stream>



20.08, 8:05

(lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61740059/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-transmisja-online-na-zywo-w-internecie>



20.08, 20:10

(lekkoatletyka) - TVP2, TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61740514/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-transmisja-online-na-zywo>



21.08, 19:00

(lekkoatletyka) - TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacja mobilna TVP Sport

<https://sport.tvp.pl/61740669/mistrzostwa-europejskie-monachium-2022-lekkoatletyka-transmisja-online-na-zywo-w-internecie>





KLAUDIA ADAMEK

4X100 M

Urodzona/born: 22.3.1999

Klub/club: Zawisza Bydgoszcz

Trener/coach: Jacek Lewandowski

Rek. życ./PB: 11.30 (2021, Tallinn)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 11.59 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 2. EYOF (2015); 3. EU18C (2016); 4. WU20C (4x100 m); 1. WorldRelay (2021 - 4x200 m); 2. WorldRelay (2021 - 4x100 m); 2. NC (2021); 3. NC (2020); 1. NU23C (2020); 1. NU20C (2017)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 11.69

2019 – 12.02

2020 – 11.47

2021 – **11.30**

2022 – 11.59



NIKOLA HOROWSKA

200 M, 4X100 M

Urodzona/born: 3.1.2001

Klub/club: ALKS AJP Gorzów Wlkp.

Trener/coach: Tomasz Saska

Rek. życ./PB: 22.98 (2022, Berno)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 22.98 (Berno)

Osiągnięcia/achievements: 2. NC (2022); 1. NU23C (2022 - 200 m&LJ); 2. NU23C (2021 - 200 m; 2022 - 100 m); 3. NU23C (2021 - 100 m); 1. NU20C (2020); 2. NU20C (2020 - LJ)

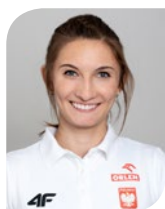
Progresja wyników
/progression:

2019 – 25.02

2020 – 24.17

2021 – 23.97

2022 – **22.98**



MARTYNA KOTWIŁA

4X100 M

Urodzona/born: 13.1.1999

Klub/club: Optima Radom

Trener/coach: Krzysztof Kotwiła

Rek. życ./PB: 11.43 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 11.43 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 3. WU20C (2018 - 200 m); 3. EU23C (2019 - 4x100 m); 1. NC (2018, 2022 - 200 m); 2. NC (2020 - 200 m); 3. NC (2022 - 100 m); 1. NU23C (2019 - 100 m); 1. NU20C (2017-18 - 200 m)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 11.52

2019 – 11.58

2020 – 11.69

2021 – 11.72

2022 – **11.43**



MARIKA POPOWICZ-DRAPAŁA

200 M, 4X100 M

Urodzona/born: 28.4.1988

Klub/club: Zawisza Bydgoszcz

Trener/coach: Jacek Lewandowski

Rek. życ./PB: 23.15 (2009, Kowno)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 23.18 (Poznań)

Osiągnięcia/achievements: 3. ECH (2010, 2012 - 4x100 m); 3. EU23C (2009 - 100&200 m); 3. EJC (2007 - 4x100 m); 3. WUG (2013 - 4x100 m); 1. NC (2009, 2011, 2013 - 100&200 m; 2012 - 200 m; 2015 - 100m); 1. NU23C (2010 - 100 m); 1. NJC (2006 - 100&200 m; 2007 - 200 m)

Progresja wyników
/progression:

2009 – 23.15

2010 – 23.33

2011 – 23.49

2012 – 23.32

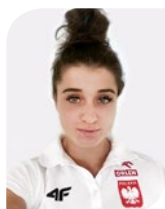
2013 – 23.22

2015 – 23.58

2016 – 23.45

2017 – 23.31

2022 – 23.18



MAGDALENA STEFANOWICZ

100 M, 4X100 M

Urodzona/born: 21.9.2000

Klub/club: AZS AWF Katowice

Trener/coach: Krzysztof Kotuła

Rek. życ./PB: 11.35 (2022, Kopenhaga)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 11.35
(Kopenhaga)

Osiągnięcia/achievements: 2. WU18C (2017); 5. WU20C (2018 - 100&4x100 m); 5. EU20C (2019); 2. WorldRelay (2021 - 4x100 m); 2. NC (2022); 1. NU20C (2018-2019); 2. NU23C (2021)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 12.29

2017 – 11.62

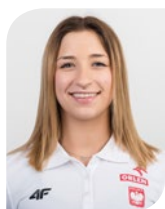
2018 – 11.47

2019 – 11.59

2020 – 11.49

2021 – 11.51

2022 – 11.35



EWA SWOBODA

100 M, 4X100 M

Urodzona/born: 25.7.1997

Klub/club: AZS AWF Katowice

Trener/coach: Iwona Krupa

Rek. życ./PB: 11.05 (2022, Paryż)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 11.05 (Paryż)

Osiągnięcia/achievements: 1. EIC (2019); 2. EIC (2017); 1. EU23C (2017, 2019); 2. EU23C (2017 - 4x100 m); 3. EU23C (2019 - 4x100 m); 2. WJC (2016); 1. EJC (2015); 2. EJC (2015 - 4x100 m); 1. EYOT (2014); 4. WYC (2013); 5. WJC (2014); 3. ETC (2015, 2019); 1. NC (2016-2020, 2022); 1. NU23C (2018); 1. NJC (2015)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 11.24

2016 – 11.12

2017 – 11.24

2018 – 11.23

2019 – 11.07

2020 – 11.24

2021 – 11.20

2022 – 11.05



IGA BAUMGART-WITAN

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 11.4.1989

Klub/club: BKS Bydgoszcz

Trener/coach: Iwona Baumgart

Rek. życ./PB: 51.02 (2019, Doha)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 51.33 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX, qual.); 2. OG (2021 - 4x400 m); 1. EC (2018 - 4x400 m); 2. WC (2019 - 4x400 m); 3. WC (2017 - 4x400 m); 3. WIC (2022 - 4x400 m); 1. EIC (2017, 2019 - 4x400 m); 1. ETC (2017, 2019 - 4x400 m); 1. WUG (2017 - 4x400 m); 2. World Relays (2017 - 4x400 m); 4. EC (2016 - 4x400 m - heats); 5. EC (2018); 1. NC (2017, 2019); 2. NC (2011-12, 2015, 2020); 3. NC (2013, 2018) 1. NJC (2007); 2. NU23C (2010); 5. EJC (2007 - 4x400 m).

Progresja wyników
/progression:

2015 – 52.02

2016 – 52.71

2017 – 51.71

2018 – 51.24

2019 – **51.02**

2020 – 52.04

2021 – 51.92

2022 – 51.33



KINGA GACKA

4X400 M

Urodzona/born: 25.10.2001

Klub/club: BKS Bydgoszcz

Trener/coach: Iwona Baumgart

Rek. życ./PB: 52.33 (2022, Poznań)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 52.33 (Poznań)

Osiągnięcia/achievements: 3. WIC (2022 - 4x400 m); 3. EU23C (2021 - 4x400 m); 1. NU23C (2022); 1. NU20C (2019 - 200 m; 2020 - 400 m); 2. NU20C (2019 - 400 m)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 56.28

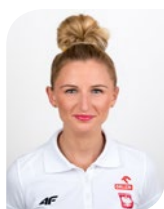
2018 – 55.20

2019 – 54.46

2020 – 54.06

2021 – 52.53

2022 – **52.33**



MAŁGORZATA HOŁUB-KOWALIK

4X400 M

Urodzona/born: 30.10.1992

Klub/club: Bałtyk Koszalin

Trener/coach: Zbigniew Maksymiuk

Rek. życ./PB: 51.18 (2016, Lublin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 52.06 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX qual.); 2. OG (2021 - 4x400 m); 1. EC (2018 - 4x400 m); 2. WC (2019 - 4x400 m); 3. WC (2017 - 4x400 m); 1. EIC (2017, 2019 - 4x400 m); 3. EIC (2021 - 4x400 m); 1. EU23C (2013 - 4x400 m); 1. WUG (2015 - 4x400 m); 1. ETC (2017, 2019 - 4x400 m); 1. WRelays (2019 - 4x400 m); 2. WRelays (2017, 2021 - 4x400 m); 2. WUG (2015); 2. WIC (2016&2018 - 4x400 m); 3. EIC (2015 - 4x400 m); 2. EJC (2011 - 4x400m); 5. EC (2014, 2016); 1. NC (2014, 2018); 2. NC (2013, 2016-2017); 3. NC (2020-21)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 51.84

2015 – 51.74

2016 – 51.67

2017 – 51.76

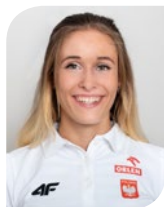
2018 – **51.18**

2019 – 51.87

2020 – 52.15

2021 – 51.45

2022 – 52.06



NATALIA KACZMAREK

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 17.1.1998

Klub/club: AZS AWF Wrocław

Trener/coach: Marek Rożej

Rek. życ./PB: 49.86 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 49.86 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX); 2. OG (2021 - 4x400 m); 2. WRelays (2021 - 4x400 m); 1. EU23C (2019 - 400&4x400 m); 2. WIC (2022 - 4x400 m); 3. EIC (2021 - 4x400 m); 1. NC (2021-22); 1. NU23C (2018-20); 1. NU20C (2016-17)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 53.90

2017 – 53.28

2018 – 52.54

2019 – 52.34

2020 – 52.36

2021 – 50.70

2022 – **49.86**



ANNA KIEŁBASIŃSKA

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 26.6.1990

Klub/club: SKLA Sopot

Trener/coach: Jarosław Skrzyszowski/Laurent Meuwly

Rek. życ./PB: 50.28 (2022, Paryż)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 50.28 (Paryż)

Osiągnięcia/achievements: 2. OG (2021 - 4x400 m qual.); 2. WC (2019 - 4x400 m qual.); 1. EIC (2019 - 4x400 m); 1. EU23C (2011); 2. EU23C (2009 - 4x100 m); 3. EU23C (2011 - 100 m); 1. WRelays (2019 - 4x400 m); 3. EJC (2009); 1. ETC (2019 - 4x400 m); 2. ETC (2017 - 200&4x100 m); 8. WC (2022); 1. NC (2015-2017 - 200 m); 1. NC (2014 - 100 m); 2. NC (2018 - 100&200 m, 2019, 2022 - 400 m)

Progresja wyników
/progression:

2013 – 55.41

2018 – 52.14

2019 – 51.51

2020 – 53.74

2021 – 50.38

2022 – **50.28**



JUSTYNA ŚWIĘTY-ERSETIC

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 3.12.1992

Klub/club: AZS AWF Katowice

Trener/coach: Aleksander Matusiński

Rek. życ./PB: 50.41 (2018, Berlin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 50.74 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX); 2. OG (2021 - 4x400 m); 2. WC (2019 - 4x400 m); 1. EC (2018 - 400&4x400 m); 3. WC (2017 - 4x400 m); 3. WCp (2018); 1. EIC (2017, 2019 - 4x400 m); 2. EIC (2021); 3. EIC (2017); 1. EU23C (2013 - 4x400 m); 2. WIC (2016&2018 - 4x400 m); 3. WIC (2022 - 4x400 m); 1. ETC (2019 - 400&4x400 m); 1. WRelays (2019 - 4x400 m); 2. WRelays (2017 - 4x400 m); 3. EIC (2015 - 4x400 m); 3. EU23C (2013 - 400 m); 2. EJC (2011 - 4x400); 3. EU23C (2013 - 4x400 m); 1. WUG (2015, 2017 - 4x400 m); 1. NC (2013, 2016, 2020); 2. NC (2014, 2018, 2021); 3. NC (2012, 2015, 2019, 2022); 1. NU23C (2012)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 52.22

2015 – 52.44

2016 – 51.62

2017 – 51.15

2018 – **50.41**

2019 – 50.85

2020 – 51.33

2021 – 51.04

2022 – 50.74



ADRIANNA CZAPLA

800 M

Urodzona/born:

Klub/club: AZS UMCS Lublin

Trener/coach: Mirosław Barszcz

Rek. życ./PB: 1:59.86 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:59.86 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 5. EU18C (2016); 3. NC (2022); 2. NU20C (2017); 3. EYOF (2015)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 2:05.99

2017 – 2:04.94

2018 – 2:10.32

2019 – 2:07.54

2021 – 2:02.81

2022 – **1:59.86**



ANGELIKA SARNA

800 M

Urodzona/born: 1.10.1997

Klub/club: AZS AWF Warszawa

Trener/coach: Andrzej Wołkowycki

Rek. życ./PB: 1:59.72 (2021, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2:00.63 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 5. EU23C (2019); 1. NC (2021); 1. NU23C (2018); 2. NU23C (2019); 2. NU20C (2015); 3. NU20C (2016)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 2:04.38

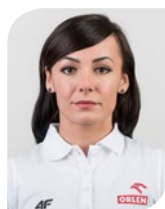
2018 – 2:02.53

2019 – 2:03.21

2020 – 2:00.89

2021 – **1:59.72**

2022 – 2:00.63



ANNA WIELGOSZ

800 M

Urodzona/born: 9.11.1993

Klub/club: Resovia

Trener/coach: Jacek Kostrzeba

Rek. życ./PB: 1:59.84 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:59.84 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 5. EC (2018); 5. WCp (2018); 1. NC (2018-19, 2022); 2. NC (2021); 3. NC (2020); 4. WRelays (2017 - 4x800 m); 5. EC (2018)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 2:08.22

2016 – 2:03.36

2017 – 2:05.28

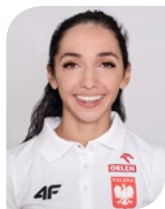
2018 – 2:00.32

2019 – 2:01.21

2020 – 2:00.61

2021 – 2:00.57

2022 – **1:59.84**



SOFIA ENNAOUI

1500 M

Urodzona/born: 30.8.1995

Klub/club: AZS UMCS Lublin

Trener/coach: Wojciech Szymaniak

Rek. życ./PB: 3:59.70 (2020, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 4:01.39 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 2. EC (2018); 1. WCp (2018); 2. EIC (2019); 3. EIC (2017); 2. EU23C (2015, 2017); 2. EJC (2013); 5. WC (2022); 5. WJC (2014); 1. ETC (2015, 2017 – 3000 m; 2019 - 1500 m); 1. NC (2015, 2017-2020, 2022); 2. WRelays (2015 – 4x800); 3. WRelays (2015 – med. relay); 1. NU23C (2015 – 800&1500 m); 1. NJC (2013-2014 – 1500&3000 m)

Progresja wyników
/progression:

2013 – 4:12.05

2014 – 4:07.34

2015 – 4:04.26

2016 – 4:01.00

2017 – 4:03.35

2018 – 4:02.06

2019 – 4:04.06

2020 – **3:59.70**

2022 – 4:01.39



ELIZA MEGGER

1500 M

Urodzona/born: 29.8.1999

Klub/club: LKS Pszczyna

Trener/coach: Marzanna Helbik

Rek. życ./PB: 4:03.04 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 4:03.04 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 4. EU23C (2019); 5. EU23C (2021); 1. NC (2021); 2. NC (2021 - 800 m; 2022 - 1500 m); 1. NU23C (2019); 2. NU23C (2021 - 800 m); 3. NU23C (2021 - 1500 m); 1. NU20C (2017 - 5000 m)

Progresja wyników
/progression:

2019 – 4:14.62

2020 – 4:26.71

2021 – 4:10.06

2022 – **4:03.04**



MONIKA JACKIEWICZ

MARATHON/MARATON

Urodzona/born: 18.12.1992

Klub/club: MKL Szczecin

Trener/coach: Artur Olejczak

Rek. życ./PB: 2:29:51 (2022, Dębno)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2:29:51 (Dębno)

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2022 - marathon; 2021 - halfmarathon); 2. NC (2020 - 10 km&halfmarathon; 2021 - 10 km); 3. NC (2021 - 5000 m)

Progresja wyników
/progression:

2022 – **2:29:51**



KATARZYNA JANKOWSKA

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 14.1.1994
Klub/club: Podlasie Białystok
Trener/coach: Jacek Kostrzeba
Rek. życ./PB: 2:27:06 (2021, Walencja)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Progresja wyników
/progression:
2021 – **2:27:06**
2022 – ---

Osiągnięcia/achievements: 5. WUG (2019 - 5000 m); 1. NC (2017, 2020 - 5000&10 000 m; 2019 - 5000 m); 1. NU23C (2014, 2016 - 5000&10 000 m; 2015 - 5000 m); 2. Den Haag Halfmarathon (2020); 15. Valencia Marathon (2021)



ALEKSANDRA LISOWSKA

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 12.12.1990
Klub/club: AZS UWM Olsztyn
Trener/coach: Jacek Wosiek
Rek. życ./PB: 2:26:08 (2021, Dębno)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Progresja wyników
/progression:
2017 – 2:40:12
2018 – 2:33:13
2019 – 2:31:40
2020 – 2:30:47
2021 – **2:26:08**
2022 – ---

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2019 - halfmar.; 2020-21 - marathon); 1. NU23C (2012 - 5000&3000 m steeple); 2. NU20C (2009 - 3000&5000 m)



ANGELIKA MACH

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 7.9.1991
Klub/club: AZS UMCS Lublin
Trener/coach: Jacek Kostrzeba
Rek. życ./PB: 2:27:48 (2021, Dębno)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Progresja wyników
/progression:
2017 – 2:46:23
2019 – 2:39:52
2021 – **2:27:48**
2022 – ---

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2020 - halfmar.; 2022 - 5000 m); 2. NC (2021 - marathon); 1. NU20C (2009 - 5000 m); 3. NC (2015-17 - 10 000 m); 3. WU20C (2009 - mountain running)



IZABELA PASZKIEWICZ

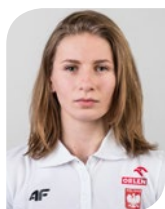
MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 9.1.1988
Klub/club: AZS UMCS Lublin
Trener/coach: Marek Jakubowski
Rek. życ./PB: 2:27:41 (2021, Berlin)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Osiągnięcia/achievements: 10. ECH (2018); 1. NC (2016 - halfmar.); 2. NC (2014, 2018 - halfmar.); 3. NC (2012 - halfmar.; 2015, 2021 - marathon); 1. NU20C (2006 - 3000&5000 m; 2007 - 5000 m); 1. NU23C (2008 - 5000 m); 2. Orlen Marathon (2017); 7. Berlin Marathon (2021)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 2:29:55
2018 – 2:32:26
2019 – 2:31:39
2021 – **2:27:41**
2022 – ---



KLAUDIA SICIARZ

100 M PŁ/100 M H

Urodzona/born: 15.3.1998
Klub/club: AZS AWF KRAKÓW
Trener/coach: Ewa Ślusarczyk
Rek. życ./PB: 12.82 (2019, Gavle)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 12.86 (Kuortane)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2019); 3. EU23C (4x100m); 3. EU20C (2017); 1. NC (2018); 2. NC (2019, 2021-22); 1. NU23C (2018-19); 2. NU23C (2018 - 100 m)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 13.27
2018 – 12;94
2019 – **12.82**
2021 – 12.84
2022 – 12.86



PIA SKRZYSZOWSKA

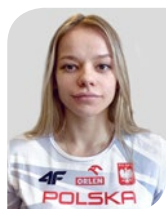
100 M PŁ/100 M H

Urodzona/born: 20.4.2001
Klub/club: AZS AWF Warszawa
Trener/coach: Jarosław Skrzyszowski
Rek. życ./PB: 12.51 EU23R (2022, Chorzów)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 12.51 EU23R (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. EU23C (2021); 5. WJC (2018 - 4x100 m); 2. EU20C (2019 - 100 m H); 6. EJC (2019 - 4x100 m); 5. EIC (2021 - 60 m H); 2. World Relays (2021 - 4x100 m); 1. NC (2021-22 - 100 m H; 2021 - 100 m); 2. NC (2020 - 100 m); 1. NU20C (2019, 2020 - 100 m H; 2020 - 100 m)

Progresja wyników
/progression:

2019 – 13.35
2020 – 13.01
2021 – 12.75
2022 – **12.51 EU23R**



KLAUDIA WOJTUNIK

100 M PŁ/100 M H

Urodzona/born: 15.5.1999

Klub/club: AZS Łódź

Trener/coach: Henryka Blausz

Rek. życ./PB: 12.97 (2021, Tallinn)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 13.05 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 3. EU23C (2021); 2. NC (2020); 3. NC (2021-22); 1. NU23C (2020-21); 1. NU20C (2018); 2. NU23C (2019); 2. NU20C (2017)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 13.54

2019 – 13.21

2020 – 13.08

2021 – **12.97**

2022 – 13.05



PATRYCJA KAPAŁA

3000 M Z PRZESZK./STEEPLECHASE

Urodzona/born: 26.3.1997

Klub/club: AZS AWF Katowice

Trener/coach: Stanisław Marmur

Rek. życ./PB: 9:45.21 (2022, Sztokholm)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 9:45.21 (Sztokholm)

Osiągnięcia/achievements:

Progresja wyników
/progression:

2019 – 10.05.64

2020 – 10:02.76

2021 – 10:17.88

2022 – **9:45.21**



ALICJA KONIECZEK

3000 M Z PRZESZK./STEEPLECHASE

Urodzona/born: 2.11.1994

Klub/club: OŚ AZS Poznań

Trener/coach: Jacek Wosiek

Rek. życ./PB: 9:27.79 (2021, Poznań)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 9:41.54 (Nowy Jork)

Osiągnięcia/achievements: 1. WUG (2019); 5. ETC (2019); 1. NCAA Div. II (2018); 2. NC (2018-2019, 2021); 3. NC (2022); 1. NU23C (2014); 2. NJC (2013 - 2000 m st.)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 10:29.76

2017 – 9:49.74

2018 – 9:41.16

2019 – 9:36.09

2021 – **9:27.79**

2022 – 9:41.54



KINGA KRÓLIK

3000 M Z PRZESZK./STEEPLECHASE

Urodzona/born: 26.9.1999
Klub/club: Azymut Pabianice
Trener/coach: Jacek Kostrzeba
Rek. życ./PB: 9:36.63 (2022, Hengelo)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 9:36.63 (Hengelo)

Progresja wyników
/progression:

2019 – 10:29.79
2020 – 10:26.52
2021 – 9:41.40
2022 – **9:36.63**

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2021); 1. NC (2022); 1. NU23C (2020-21); 1. NU20C (2018 - 1500 m&2000 m steeple)



ANNA MATUSZEWICZ

SKOK W DAL/LONG JUMP

Urodzona/born: 5.4.2003
Klub/club: MKL Toruń
Trener/coach: Jacek Butkiewicz
Rek. życ./PB: 6.51 (2022, Maribor)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 6.51 (Maribor)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 5.25
2019 – 5.57
2020 – 5.87
2021 – 6.49
2022 – **6.51**

Osiągnięcia/achievements: 5. WU20C (2022); 9. WU20C (2021); 2. NC (2021-22); 1. NU20C (2021-22); 1. NU18C (2020); 1. NIC (2022)



KAROLINA MŁODAWSKA

TRÓJSKOK/TRIPLE JUMP

Urodzona/born: 4.10.1996
Klub/club: KKL Kielce
Trener/coach: Zdzisław Lipiński
Rek. życ./PB: 13.79 (2021, Lublin)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 13.61 (Suwałki)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 12.37
2019 – 11.77
2020 – 13.55
2021 – **13.79**
2022 – 13.61

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2020); 2. NC (2021); 3. NC (2019&20 - LJ; 2022 - TJ); 3. NU23C (2018 - LJ)



ADRIANNA SZÓSTAK

TRÓJSKOK/TRIPLE JUMP

Urodzona/born: 2.3.1996

Klub/club: OŚ AZS Poznań

Trener/coach: Jarosław Jagaciak

Rek. życ./PB: 13.96 (2021, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 13.84 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 10. WU18C (2013); 1. NC (2019, 2022 - TJ; 2021 - LJ&TJ); 2. NC (2017, 2020); 3. NC (2018); 1. NU23C (2016, 2018); 1. NU20C (2014-15)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 12.83

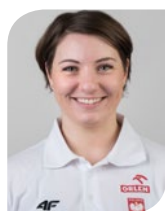
2018 – 13.39

2019 – 13.71

2020 – 13.52

2021 – **13.96**

2022 – 13.84



PAULINA GUBA

PCHNIĘCIE KULA/SHOT PUT

Urodzona/born: 14.5.1991

Klub/club: AZS UMCS Lublin

Trener/coach: Michał Lićwinko

Rek. życ./PB: 19.38 (2018, Cetniewo)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 17.44 (Białystok)

Osiągnięcia/achievements: 1. EC (2018); 2. WCp (2018); 3. ETC (2017); 4. EJC (2009); 4. EU23C (2011); 2. WUG (2015); 3. WUG (2017); 5. EU23C (2013); 5. EIC (2015); 5. WIC (2018); 7. WJC (2010); 11. WC (2015); 10. EC (2012); 1. NC (2011-2012, 2014-2015, 2017-2021); 2. NC (2010, 2022); 1. NU23C (2011-2013); 1. NJC (2009-2010)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 17.95

2016 – 17.74

2017 – 18.24

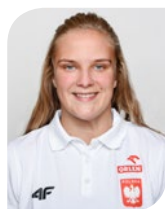
2018 – **19.38**

2019 – 18.65

2020 – 18.09

2021 – 18.29

2022 – 17.44



KLAUDIA KARDASZ

PCHNIĘCIE KULA/SHOT PUT

Urodzona/born: 2.5.1996

Klub/club: Podlasie Białystok

Trener/coach: Andrzej Naszko

Rek. życ./PB: 18.48 (2018, Berlin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 17.67 (Gdańsk)

Osiągnięcia/achievements: 2. WUG (2017); 3. WUG (2019); 2. EU23C (2017); 4. EC (2018); 4. EJC (2015); 5. WJC (2014); 5. WYC (2014); 1. NC (2016, 2022); 2. NC (2017-2021); 1. NU23C (2016-2018); 1. NJC (2014-2015)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 16.80

2016 – 16.79

2017 – 17.90

2018 – **18.48**

2019 – 18.34

2020 – 17.65

2021 – 18.17

2022 – 17.67



KAROLINA URBAN

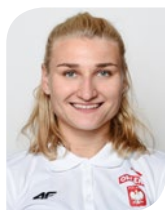
RZUT DYSKIEM/DISCUS THROW

Urodzona/born: 20.10.1998
Klub/club: AZS AWFIS Gdańsk
Trener/coach: Aleksandra Walczak
Rek. życ./PB: 59.81 (2022, Olsztyn)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 59.81 (Olsztyn)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU20C (2017); 2. NC (2020-22); 1. NU23C (2018-20); 1. NU20C (2016-17)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 53.88
2018 – 57.48
2019 – 55.83
2020 – 56.20
2021 – 57.86
2022 – **59.81**



DARIA ZABAWSKA

RZUT DYSKIEM/DISCUS THROW

Urodzona/born: 16.4.1995
Klub/club: AZS UMCS Lublin
Trener/coach: Damian Kamiński
Rek. życ./PB: 62.36 (2019, Gliwice)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 60.90 (Gliwice)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2017); 4. EU23C (2015); 4. WUG (2015); 5. WCp (2018); 1. NC (2019-22); 2. NC (2017-2018); 3. NC (2015-2016); 1. NU23C (2017); 2. NU23C (2016); 3. NU23C (2015); 1. NJC (2014)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 54.58
2015 – 60.23
2016 – 58.05
2017 – 59.23
2018 – 59.57
2019 – **62.36**
2020 – 58.78
2021 – 59.77
2022 – 60.90



KATARZYNA FURMANEK

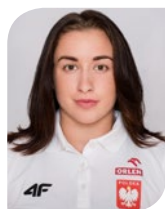
RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 19.2.1996
Klub/club: KKL Kielce
Trener/coach: Grzegorz Furmanek
Rek. życ./PB: 73.61 (2020, Kielce)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 70.05 (Kielce)

Osiągnięcia/achievements: 3. EU20C (2015); 3. WUG (2019); 1. NC (2020); 3. NC (2019, 2022); 1. NU20C (2014-15); 1. NU23C (2017-18)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 67.11
2017 – 69.60
2018 – 68.41
2019 – 69.68
2020 – **73.61**
2021 – 72.07
2022 – 70.05



MALWINA KOPRON

RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 16.11.1994

Klub/club: Wisła Puławy

Trener/coach: Witold Kopron

Rek. życ./PB: 76.85 (2017, Taipei)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 75.08 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 3. OG (2021); 3. WC (2017); 1. ECp (2021); 2. WYC (2011); 1. WUG (2017); 2. WUG (2019); 3. EU23C (2015); 4. EC (2018); 1. NC (2019, 2021-22); 2. NC (2016, 2017, 2020); 3. NC (2014, 2015, 2018); 1. NJC (2012 - HT&JT; 2013 - HT); 1. NU23C (2014-2016)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 71.27

2016 – 72.74

2017 – **76.85**

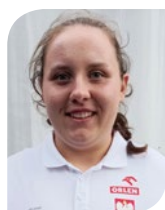
2018 – 72.88

2019 – 75.23

2020 – 74.18

2021 – 75.49

2022 – 75.08



EWA RÓŻAŃSKA

RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 22.12.2000

Klub/club: AZS AWF Warszawa

Trener/coach: Malwina Wojtulewicz

Rek. życ./PB: 71.31 (2022, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 71.31 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 6. EU20C (2019 - SP); 7. EU23C (2021 - HT); 2. NC (2022); 1. NC (2020 - HT; 2021-22 - SP&HT); 2. NU23C (2021-22 - DT); 1. NU20C (2018 - SP; 2019 - SP&HT)

Progresja wyników
/progression:

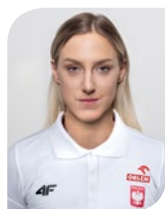
2018 – 55.39

2019 – 61.20

2020 – 63.81

2021 – 67.46

2022 – **71.31**



PAULINA LIGARSKA

SIEDMIOBÓJ/HEPTATHLON

Urodzona/born: 9.4.1996

Klub/club: SKLA Sopot

Trener/coach: Michał Modelski

Rek. życ./PB: 6241 (2022, Warszawa) (100 m H: 13.93;

HJ: 1.83; SP: 14.62; 200 m: 24.65; LJ: 6.10; JT: 48.33;

800 m: 2:13.16)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 6241 (Warszawa)

Osiągnięcia/achievements: 6. WUG (2019); 7. EIC (2021); 10. WC (2022); 1. NC (2018, 2020); 2. NC (2016-17, 2019, 2021-22); 3. NC (2020 - HJ); 1. NU23C (2016)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 5585

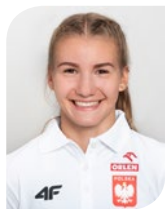
2018 – 5845

2019 – 5687

2020 – 5870

2021 – 6028

2022 – **6241**



ADRIANNA SUŁEK

SIEDMIOBÓJ/HEPTATHLON

Urodzona/born: 3.4.1999

Klub/club: Brda Bydgoszcz

Trener/coach: Marek Rzepka

Rek. życ./PB: 6672 NR (2022, Eugene) (100 m H: 13.08;
HJ: 1.92; SP: 14.13; 200 m: 23.77; LJ: 6.43; JT: 42.50;
800 m: 2:07.18)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 6672 NR (Eugene)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 5784

2018 – 5939

2019 – 6171

2020 – 5901

2021 – 6315

2022 – **6672 NR**

Osiągnięcia/achievements: 2. WIC (2022 - pentathlon); 4. WC (2022);
1. EU23C (2021); 3. WU20C (2018); 1. NC (2019, 2021-2022); 1. NU23C
(2019-2020 - HJ); 1. NU20C (2017 - LJ; 2018 - LJ&pentathlon)



OLGA NIEDZIAŁEK

CHÓD NA 35 KM/35 KM W

Urodzona/born: 30.6.1997

Klub/club: WLKS Iganie Nowe

Trener/coach: Daniel Chojecki

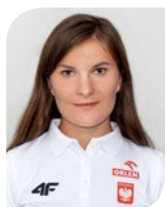
Rek. życ./PB: 2:49:43 (2022, Eugene)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2:49:43 (Eugene)

Progresja wyników
/progression:

2022 – **2:49:43**

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2019 - 20 km); 8. TWC (2022 - 35
km); 11. WC (2022 - 35 km); 1. NU20C (2016 - 10 km); 2. NC (2000, 2022 -
5 km; 2021 - 20 km); 1. NU23C (2019 - 20 km)



KATARZYNA ZDZIEBŁO

CHÓD NA 20 KM/20 KM W

Urodzona/born: 28.11.1996

Klub/club: Stal Mielec

Trener/coach: Grzegorz Tomala

Rek. życ./PB: 1:27:31 (2022, Eugene)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:27:31 (Eugene)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 1:38:32

2016 – 1:34:49

2017 – 1:42:45

2018 – 1:32:50

2019 – 1:32:03

2020 – 1:30:41

2021 – 1:29:57

2022 – **1:27:31**

Osiągnięcia/achievements: 2. WC (2022 - 20&35km); 3. TWC (2022 - 35
km); 1. NC (2019-20 - 5 km&20 km; 2021 - 20 km; 2022 - 5 km, 20 km, 35
km); 2. NC (2018); 2. NC (2018 - 5000 m); 1. NU23C (2016-2017); 1. NJC
(2015); 8. WUG (2019); 11. WJC (2014); 10. EJC (2015 - 10 km); 8. WYC
(2013 - 5000 m).



ADRIAN BRZEZIŃSKI

100 M, 4X100 M

Urodzona/born: 24.8.1998

Klub/club: MKL Toruń

Trener/coach: Jacek Butkiewicz

Rek. życ./PB: 10.32 (2022, Ruda Śląska)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 10.32 (Ruda Śląska)

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2021 - 200 m); 2. NC (2019 - 200 m; 2020 - 100&200 m); 3. NC (2019 - 100 m); 1. NU23C (2019-20 - 200 m); 1. NIC (2021 - 200 m)

Progresja wyników
/progression:

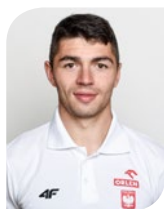
2018 – 10.60

2019 – 10.46

2020 – 10.53

2021 – 10.47

2022 – **10.32**



DOMINIK KOPEC

100 M, 4X100 M

Urodzona/born: 5.3.1995

Klub/club: Agros Zamość

Trener/coach: Andrzej Gdański

Rek. życ./PB: 10.20 (2022, Suwałki)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 10.20 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 5. EU23C (2015 - 100 m); 1. NC (2018-19 - 100&200 m; 2021-22 - 100 m); 2. NC (2020 - 100 m); 1. NU2C (2016 - 100 m; 2017 - 100&200 m); 1. NU23C (2013 - 100 m; 2014 - 100&200 m)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 10.37

2018 – 10.26

2019 – 10.30

2020 – 10.25

2021 – 10.29

2022 – **10.20**



MATEUSZ SIUDA

4X100 M

Urodzona/born: 5.5.1998

Klub/club: OŚ AZS Poznań

Trener/coach: Tadeusz Osik

Rek. życ./PB: 10.35 (2021, Poznań)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 10.35 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 3. NC (2021); 4. NC (2022); 4. NU23C (2020 - 100&200 m)

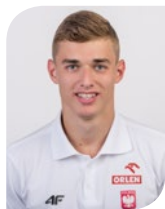
Progresja wyników
/progression:

2019 – 10.60

2020 – 10.53

2021 – **10.35**

2022 – 10.35



PRZEMYSŁAW SŁOWIKOWSKI

100 M, 4X100 M

Urodzona/born: 20.11.1993

Klub/club: MKL Szczecin

Trener/coach: Krzysztof Kotuła

Rek. życ./PB: 10.19 (2020, Jelenia Góra)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2022: 10.25
(Kladno)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 10.44

2018 – 10.23

2019 – 10.27

2020 – **10.19**

2021 – 10.27

2022 – 10.25

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2013 - 4x100 m); 4. WU20C (2012 - 4x100 m); 6. ECH (2016 - 4x100 m); 2. NIC (2021); 1. NC (2015); 2. NC (2019-2022)



PATRYK WYKROTA

200 M, 4X100 M

Urodzona/born: 13.11.2000

Klub/club: Stal LA Ostrów Wlkp.

Trener/coach: Michał Walczak

Rek. życ./PB: 20.67 (2022, Sotteville-les-Rouen)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 20.67
(Sotteville-les-Rouen)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 21.87

2019 – 21.15

2020 – 21.43

2021 – 20.94

2022 – **20.67**

Osiągnięcia/achievements: 4. EU23C (2021 - 4x100 m); 4. EU20C (2019 - 4x100 m); 2. NC (2022- 200 m); 3. NC (2022 - 100 m); 1. NU23C (2022 - 200 m); 1. NU20C (2019 - 200 m)



ŁUKASZ ŻOK

200 M, 4X100 M

Urodzona/born: 17.5.2001

Klub/club: ALKS AJP Gorzów Wlkp.

Trener/coach: Tomasz Saska

Rek. życ./PB: 20.84 (2021, Suwałki)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 20.94 (Toruń)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 22.18

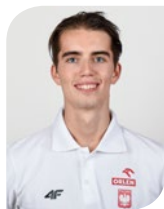
2019 – 21.75

2020 – 21.23

2021 – **20.84**

2022 – 20.94

Osiągnięcia/achievements: 4. EU23C (2021 - 4x100 m); 7. EU23C (2022 - 200 m); 1. NC (2022 - 200 m); 3. NC (2021 - 200 m); 1. NU23C (2021-22 - 200 m); 1. NIC (2022)



KAJETAN DUSZYŃSKI

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 12.5.1995

Klub/club: AZS Łódź

Trener/coach: Krzysztof Węglarski

Rek. życ./PB: 44.92 (2021, Berno)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 45.94 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX); 2. EU23C (2015, 2017 - 4x400 m); 3. WUG (2019 - 4x400 m); 4. WC (2022 - MIX); 4. WUG (2017); 5. OG (2021 - 4x400 m); 5. EC (2018 - 4x400 m); 7. WC (2017 - 4x400 m); 7. WUG (2017) ; 1. NC (2021); 2. NC (2017, 2022)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 47.39

2017 – 45.98

2018 – 46.67

2019 – 46.93

2020 – 46.39

2021 – **44.92**

2022 – 45.94



SZYMON DZIUBA

4X400 M

Urodzona/born: 20.10.1999

Klub/club: AZS AWF Warszawa

Trener/coach: Maciej Wojtkowski

Rek. życ./PB: 46.33 (2022, Gliwice)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 46.33 (Gliwice)

Osiągnięcia/achievements: : 9. NC (2022); 2. NU20C (2018 - decathlon); 6. NC (2019 - decathlon); 5. NU23C (2019 - LJ; 2020 - 200 m)

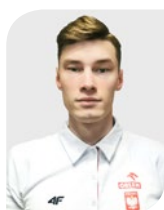
Progresja wyników
/progression:

2018 – 49.60

2019 – 49.37

2021 – 47.92

2022 – **46.33**



MAKSYMILIAN KLEPACKI

4X400 M

Urodzona/born: 14.11.1998

Klub/club: Podlasie Białystok

Trener/coach: Łukasz Nabiałek

Rek. życ./PB: 46.09 (2022, Gliwice)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 46.09 (Gliwice)

Osiągnięcia/achievements: 4. WIC (2022 - 4x400 m); 4. NC (2022); 6. NU20C (2016)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 48.38

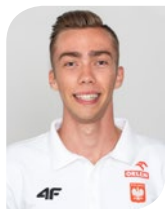
2018 – 46.77

2019 – 47.96

2020 – 49.76

2021 – 46.82

2022 – **46.09**



MATEUSZ RZEŹNICZAK

4X400 M

Urodzona/born: 23.7.1998

Klub/club: RKS Łódź

Trener/coach: Dominik Kopec

Rek. życ./PB: 46.10 (2021, Poznań)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 46.31 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 5. OG (2021 - 4x400 m); 2. WCp (2018 - 4x400 m); 3. EU20C (2017 - 4x400 m); 3. EU23C (2019 - 4x400 m); 2. NC (2020-21); 3. NC (2022); 1. NU23C (2020); 2. NU23C (2018); 3. NU20C (2016-2017)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 47.40

2017 – 47.88

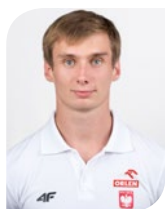
2018 – 46.50

2019 – 46.96

2020 – 46.62

2021 – **46.10**

2022 – 46.31



KAROL ZALEWSKI

400 M, 4X400 M

Urodzona/born: 7.8.1993

Klub/club: AZS UWM Olsztyn

Trener/coach: Jakub Ogonowski

Rek. życ./PB: 45.11 (2018, Berlin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 45.38 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021 - MIX); 1. WIC (2018 - 4x400 m, WIR); 2. EIC (2015 - 4x400 m); 2. WCp (2018 - 4x400 m); 4. WC (2022 - MIX); 4. EC (2018); 5. OG (2021 - 4x400 m); 5. EC (2018 - 4x400 m); 1. EU23C (2013&2015 - 200 m); 2. EU23C (2013 - 4x100 m); 2. WU20C (2012 - 4x400); 1. NC (2013, 2014, 2016, 2017 - 100&200 m; 2015 - 200 m; 2018, 2020, 2022 - 400 m); 1. NIC (2014-2016, 2018 - 200 m; 2015, 2019, 2021 - 400 m)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 46.05

2015 – 46.76

2016 – 45.84

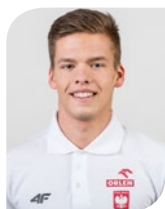
2018 – **45.11**

2019 – 45.46

2020 – 45.47

2021 – 45.14

2022 – 45.38



TYMOTEUSZ ZIMNY

4X400 M

Urodzona/born: 14.3.1998

Klub/club: AZS OŚ Poznań

Trener/coach: Iwona Baumgart

Rek. życ./PB: 46.04 (2017, Grosseto)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 46.72 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU20C (2017); 3. EU20C (2017 - 4x400 m); 7. WC (2017 - 4x400 m); 4. WIC (2022 - 4x400 m); 4. EIC (2019 - 4x400 m); 4. EU23C (2019 - 400 m&4x400 m); 2. NIC (2022); 3. NIC (2020); 1. NU20IC (2016-2017)

Progresja wyników
/progression:

2016 – 47.14

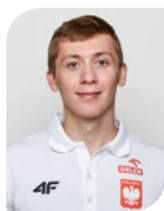
2017 – **46.04**

2018 – 47.02

2019 – 46.41

2021 – 46.63

2022 – 46.72



MATEUSZ BORKOWSKI

800 M

Urodzona/born: 2.4.1997

Klub/club: RKS Łódź

Trener/coach: Stanisław Jaszczak

Rek. życ./PB: 1:44.79 (2022, Bydgoszcz)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:44.79 (Bydgoszcz)

Osiągnięcia/achievements: 2. EIC (2021); 1. EU23C (2019); 3. EU20C (2015); 2. EYOT (2014 - 1500 m); 5. EC (2018); 3. WRelays (2017 - 4x800 m); 1. EYOF (2013 - 3000 m); 1. NC (2019 - 800 m); 2. NC (2018 - 800 m; 2019 - 1500 m, 2021-22 - 800 m); 1. NJC (2015-2016); 1. NU23C (2017 - 800 m; 2018, 2019 - 800&1500 m)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 1:47.73

2016 – 1:47.62

2017 – 1:47.69

2018 – 1:45.42

2019 – 1:46.03

2020 – 1:46.28

2021 – 1:44.85

2022 – **1:44.79**



PATRYK DOBEK

800 M

Urodzona/born: 13.2.1994

Klub/club: MKL Szczecin

Trener/coach: Zbigniew Król

Rek. życ./PB: 1:43.73 (2021, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:44.49 (Chorzów)

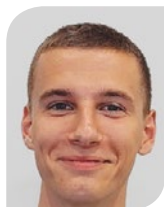
Osiągnięcia/achievements: 3. OG (2021 - 800 m); 1. EIC (2021 - 800 m); 2. WCp (2018- 400 m H); 1. EU23C (2015 - 400 m H); 2. EU23C (2015 - 4x400 m); 1. ETC (2019 - 400 m H); 2. ETC (2015 - 400 m H); 3. WUG (2019 - 400 m H&4x400 m); 5. EC (2018 - 400 m H); 3. WYC (2011 - 400 m); 2. WJC (2012 - 4x400 m); 2. EJC (2013 - 400 m, 4x400 m); 1. NC (2014-2020 - 400 m H; 2020-21 - 800 m); 1. NU23C (2014-2015 - 400 m H); 2. NU23C (2016 - 400 m H); 1. NJC (2012-2013 - 400 m)

Progresja wyników
/progression:

2009 – 2:08.81

2021 – **1:43.73**

2022 – 1:44.49



KACPER LEWALSKI

800 M

Urodzona/born: 7.5.2003

Klub/club: AZS UWM Olsztyn

Trener/coach: Czesław Nagy

Rek. życ./PB: 1:44.84 (2021, Chorzów)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 1:45.48 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU20C (2021); 4. WU20C (2022); 6. WU20C (2021); 3. NC (2022); 1. NU20C (2022); 2. NU23C (2021); 3. NU20C (2020 - 400 m)

Progresja wyników
/progression:

2019 – 1:51.37

2020 – 1:49.00

2021 – **1:44.84**

2022 – 1:45.48



MICHAŁ ROZMYS

1500 M

Urodzona/born: 13.3.1995

Klub/club: Barnim Goleniów

Trener/coach: Jacek Kostrzeba

Rek. życ./PB: 3:32.67 (2021, Tokio)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 3:34.58 (Eugene)

Osiągnięcia/achievements: 2. EU23C (2017); 4. EC (2018 - 800 m); 1. WUG (2019); 5. Cont. Cup (2018 - 800 m); 6. EIC (2021); 7. WIC (2022); 8. OG (2021); 1. NIC (2019 - 1500 m; 2021 - 3000 m; 2022 - 1500&3000 m); 1. NC (2017 - 800 m; 2020, 2022 - 1500 m); 2. NC (2019, 2021); 3. NC (2018)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 3:36.37

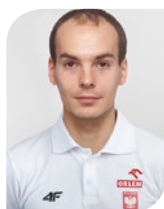
2018 – 3:37.08

2019 – 3:40.85

2020 – 3:38.94

2021 – **3:32.67**

2022 – 3:34.58



ARKADIUSZ GARDZIELEWSKI

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 12.6.1986

Klub/club: Śląsk Wrocław

Trener/coach: ---

Rek. życ./PB: 2:10:31 (2021, Dębno)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2:18:22 (Lima)

Osiągnięcia/achievements: 21. ECH (2018 - marathn); 1. NC (2012, 2017 - halfmarath.; 2013, 2021 - marathon; 2017 - 10 000 m); 2. NC (2010, 2012, 2022 - 10 km); 2. Torino Marathon (2016); 6. Ottawa Marathon (2017)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 2:13:43

2018 – 2:15:57

2019 – 2:13:31

2021 – **2:10:31**

2022 – 2:18:22



KAMIL JASTRZĘBSKI

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 26.8.1992

Klub/club: SKB Kraśnik

Trener/coach: Hubert Duklanowski

Rek. życ./PB: 2:11:07 (2021, Walencja)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2020 - 10 km&marathon); 2. NC (2020 - 5000 m&10 km); 6. Wrocław Marathon (2017); 6. Poznań Marathon (2018)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 2:21:02

2019 – 2:16:25

2020 – 2:12:58

2021 – **2:11:07**

2022 – ---



KAMIL KARBOWIAK

MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 2.5.1995
Klub/club: Air Zone Warszawa
Trener/coach: Henryk Szost
Rek. życ./PB: 2:10:35 (2022, Dębno)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2020 - 10 km); 1. NU23C (2017 - 10 000 m); 2. NC (2021 - marathon); 3. NC (2018 - halfmarathon); 2020 - marathon); 2. Orlen Warsaw Marathon (2019)

Progresja wyników /progression:

2019 – 2:17:17
2020 – 2:15:06
2021 – **2:10:35**
2022 – ---



ADAM NOWICKI

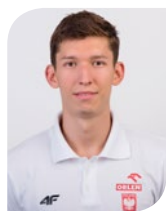
MARATON/MARATHON

Urodzona/born: 24.8.1990
Klub/club: MKL Szczecin
Trener/coach: Zbigniew Murawski
Rek. życ./PB: 2:10:21 (2021, Enschede)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2014, 2020 - halfmarathon); 2. NC (2014, 2016 - 10 000 m; 2016, 2018 - halfmarathon; 2018 - 10 km); 3. Maraton Warszawski (2018); 7. Orlen warsaw Marathon (2019); 11. Enschede Marathon (2021)

Progresja wyników /progression:

2019 – 2:13:28
2020 – 2:13:45
2021 – **2:10:21**
2022 – ---



DAMIAN CZYKIER

110 M PŁ/110 M H

Urodzona/born: 10.8.1992
Klub/club: Podlasie Białystok
Trener/coach: Mikołaj Justyński
Rek. życ./PB: 13.25 (2022, Suwałki) NR
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 13.25 (Suwałki) NR

Osiągnięcia/achievements: 4. WC (2022); 4. EC (2016, 2018); 4. EIC (2019 - 4x400 m); 6. WCp (2018); 3. WUG (2017); 1. NC (2017-2022); 1. NU23C (2012-2014); 1. NIC (2017-2022 - 60 m H)

Progresja wyników /progression:

2012 – 13.82
2016 – 13.32
2017 – 13.28
2018 – 13.37
2019 – 13.37
2020 – 13.66
2021 – 13.37
2022 – **13.25 NR**



JAKUB SZYMAŃSKI

100 M PŁ/110 M H

Urodzona/born: 22.7.2002

Klub/club: SKLA Sopot

Trener/coach: Bernard Werner

Rek. życ./PB: 13.50 (2022, Suwałki)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 13.50 (Suwałki)

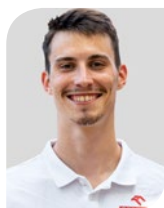
Progresja wyników
/progression:

2020 – 14.51

2021 – 13.82

2022 – **13.50**

Osiągnięcia/achievements: 3. WU20C (2021); 4. EU20C (2021); 2. NC (2022); 1. NU23C (2022); 1. NU20C (2020-21)



KRZYSZTOF HOŁUB

400 M PŁ/400 M H

Urodzona/born: 27.7.2000

Klub/club: AZS UMCS Lublin

Trener/coach: Grzegorz Hołub

Rek. życ./PB: 50.12 (2022, Nove Mesto nad Metují)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 50.12 (Nove Mesto nad Metují)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 54.55

2019 – 52.34

2020 – 52.19

2021 – 50.89

2022 – **50.12**

Osiągnięcia/achievements: 9. EU23C (2021); 1. NC (2022); 2. NC (2021); 2. NU23C (2021-22); 1. NU20C (2019)



JAKUB OLEJNICZAK

400 M PŁ/400 M H

Urodzona/born: 27.2.1997

Klub/club: Wieliczanka Wieliczka

Trener/coach: Radosław Czyż

Rek. życ./PB: 50.12 (2022, Liege)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 50.12 (Liege)

Progresja wyników
/progression:

2018 – 54.29

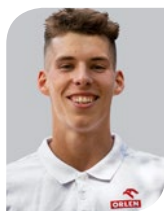
2019 – 52.28

2020 – 50.79

2021 – 50.93

2022 – **50.12**

Osiągnięcia/achievements: 3. NC (2020, 2022); 1. NU23 (2019)



SEBASTIAN URBANIAK

400 M PŁ/400 M H

Urodzona/born: 9.6.2021

Klub/club: Vectra Włocławek

Trener/coach: Marian Nowakowski

Rek. życ./PB: 49.68 (2022, La Chaux-de-Fonds)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 49.68 (La Chaux-de-Fonds)

Progresja wyników
/progression:

2019 – 53.31

2020 – 52.26

2021 – 50.29

2022 – **49.68**

Osiągnięcia/achievements: 2. NC (2022); 3. NC (2021); 1. NU23C (2021-22); 1. NU20C (2020); 3. NU20C (2019)



PIOTR LISEK

SKOK O TYCZCE/POLE VAULT

Urodzona/born: 16.8.1992

Klub/club: OSOT Szczecin

Trener/coach: Marcin Szczepański

Rek. życ./PB: 6.02 NR (2019, Monako)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 5.80 (Duszynki)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 5.82

2015 – 5.82

2016 – 5.75

2017 – 5.89/6.00i

2018 – 5.94

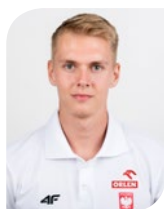
2019 – **6.02 NR**

2020 – 5.90/5.93i

2021 – 5.82

2022 – 5.80

Osiągnięcia/achievements: 2. WC (2017); 3. WC (2015, 2019); 3. WIC (2016, 2018); 1. EIC (2017); 2. EIC (2019); 3. EIC (2015, 2021); 4. OG (2016); 6. OG (2021); 4. EC (2016, 2018); 1. ETC (2019); 3. ETC (2015); 1. NC (2017, 2021-22); 2. NC (2014, 2018); 3. NC (2015); 1. NU23C (2014); 2. NU23C (2013); 2. NU20C (2010-2011)



ROBERT SOBERA

SKOK O TYCZCE/POLE VAULT

Urodzona/born: 19.1.1991

Klub/club: AZS AWF Wrocław

Trener/coach: Dariusz Łoś

Rek. życ./PB: 5.80 (2014, Chiari)/5.81 (2015, Berlin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 5.61 (Chorzów)

Progresja wyników
/progression:

2013 – 5.61

2014 – **5.80**

2015 – 5.70/**5.81i**

2016 – 5.70

2017 – 5.45

2018 – 5.55

2019 – 5.71

2020 – 5.60/5.64i

2021 – 5.70

2022 – 5.61

Osiągnięcia/achievements: 1. EC (2016); 3. WUG (2015); 2. EU23C (2013); 4. WJC (2010); 4. EIC (2015); 6. WIC (2014, 2016); 2. Europe-USA (2019); 1. NC (2014); 2. NC (2015-2016, 2019-22); 3. NC (2013, 2018); 1. NU20C (2009, 2010); 1. NU23C (2011-2013)



PIOTR TARKOWSKI

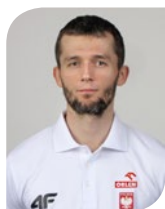
SKOK W DAL/LONG JUMP

Urodzona/born: 10.8.1999
Klub/club: AZS AWF Biała Podlaska
Trener/coach: Tadeusz Makaruk
Rek. życ./PB: 8.03 (2022, Suwałki)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 8.03 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 6. EU23C (2021); 1. NC (2022); 1. NU23C (2020-21); 1. NU20C (2018); 2. NC (2018); 3. NC (2020); 1. NIC (2022)

Progresja wyników
/progression:

2017 – 6.70
2018 – 7.80
2019 – 7.68
2020 – 7.68
2021 – 7.69
2022 – **8.03**



ADRIAN ŚWIDERSKI

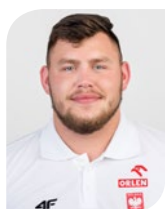
TRÓJSKOK/TRIPLE JUMP

Urodzona/born: 27.9.1986
Klub/club: Śląsk Wrocław
Trener/coach: Jarosław Jagaciak
Rek. życ./PB: 16.81 (2015, Biała Podlaska)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 16.35 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 1. NC (2010, 2015, 2018-22); 2. NC (2011-12, 2014, 2016); 1. NU23C (2007-2008)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 16.73
2015 – **16.81**
2016 – 16.68
2017 – 16.53
2018 – 15.89
2019 – 16.56
2020 – 16.38
2021 – 16.46
2022 – 16.35



KONRAD BUKOWIECKI

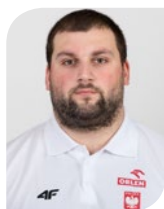
PCHNIĘCIE KULĄ/SHOT PUT

Urodzona/born: 17.3.1997
Klub/club: AZS UWM Olsztyn
Trener/coach: Ireneusz Bukowiecki
Rek. życ./PB: 22.25 (2019, Chorzów) EU23R
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 21.66 (Chorzów)/21.91i (Madyt)

Osiągnięcia/achievements: 1. EIC (2017); 2. EC (2018); 1. EU23C (2017, 2019); 3. ETC (2017); 4. WIC (2016); 4. EC (2016); 1. WUG (2019); 2. WUG (2017); 1. WU20C (2014); 1. EU20C (2015); 6. EIC (2015); 5. WU18C (2013); 1. EYOF (2013); 1. EYOT (2014); 1. NC (2016, 2019); 2. NC (2017-2018, 2022); 3. NC (2015, 2020); 1. NU23C (2017-2018); 2. NU23C (2017-2018 – DT); 1. NJC (2014-2016); 2. NJC (2014-2015 – DT)

Progresja wyników
/progression:

2015 – 20.78
2016 – 21.14
2017 – 21.59/21.97i
2018 – 21.66/**22.00i**
2019 – **22.25 EU23R**
2020 – 20.88/21.88i
2021 – 20.49/20.54i
2022 – 21.66/21.91i



MICHAŁ HARATYK

PCHNIĘCIE KULĄ/SHOT PUT

Urodzona/born: 10.4.1992
Klub/club: Sprint Bielsko-Biała
Trener/coach: Piotr Galon
Rek. życ./PB: 22.32 (2019) NR
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 21.17 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 1. EC (2018); 1. EIC (2019); 2. EIC (2021); 1. WcP (2018); 2. EC (2016), 5. WC (2017); 1. NC (2017-2018, 2020-22), 2. NC (2015-2016, 2019); 1. NU23C (2014)

Progresja wyników /progression:

2014 – 19.95
2015 – 19.95/20.10i
2016 – 21.23/21.35i
2017 – 21.53
2018 – 22.08
2019 – **22.32 NR**
2020 – 21.88
2021 – 22.17
2022 – 21.17



JAKUB SZYSZKOWSKI

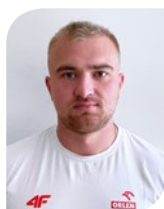
PCHNIĘCIE KULĄ/SHOT PUT

Urodzona/born: 21.8.1991
Klub/club: AZS AWF Katowice
Trener/coach: Piotr Galon
Rek. życ./PB: 20.99 (2019, Łódź)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 20.53 (Białystok)

Osiągnięcia/achievements: 1. EU23C (2013); 5. WUG (2017); 2. NC (2014, 2020-21); 3. NC (2013, 2017-19, 2022); 1. NU23C (2012-13); 1. NU20C (2010)

Progresja wyników /progression:

2016 – 19.30
2017 – 20.92
2018 – 20.68
2019 – **20.99**
2020 – 20.60
2021 – 20.45
2022 – 20.53



OSKAR STACHNIK

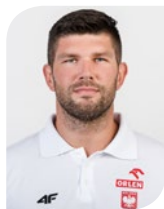
RZUT DYSKIEM/DISCUS THROW

Urodzona/born: 1.3.1998
Klub/club: AZS UMCS Lublin
Trener/coach: Damian Kamiński
Rek. życ./PB: 64.06 (2022, Suwałki)
Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 64.06 (Suwałki)

Osiągnięcia/achievements: 1. EU20C (2017); 2. WU20C (2016); 3. EU23C (2019); 1. NC (2022); 1. NU23C (2019-20); 2. NU23C (2018); 1. NU20C (2016-17)

Progresja wyników /progression:

2018 – 57.17
2019 – 60.61
2020 – 61.46
2021 – 63.23
2022 – **64.06**



ROBERT URBANEK

RZUT DYSKIEM/DISCUS THROW

Urodzona/born: 29.4.1987

Klub/club: MKS Aleksandrów Łódzki

Trener/coach: Robert Joachimiak

Rek. życ./PB: 66.93 (2012, Halle)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 64.05 (Warszawa)

Osiągnięcia/achievements: 3. WC (2015); 3. EC (2014); 1. ETC (2015); 2. ETC (2017); 6. WC (2013); 7. WC (2017); 6. EC (2012); 5. WUG (2011); 7. EU23C (2009); 1. NJC (2006); 1. NU23C (2008-2009); 1. NC (2017); 2. NC (2013-2015, 2018, 2022, 2022); 3. NC (2011-2012, 2016, 2019, 2021).

Progresja wyników
/progression:

2011 – 64.37

2012 – **66.93**

2013 – 65.30

2014 – 65.75

2015 – 66.31

2016 – 65.56

2017 – 66.73

2018 – 65.15

2019 – 65.81

2020 – 65.99

2021 – 65.54

2022 – 64.05



PAWEŁ FAJDEK

RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 4.6.1989

Klub/club: AZS AWF Katowice

Trener/coach: Szymon Ziótkowski

Rek. życ./PB: 83.93 NR (2015, Szczecin)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 81.98 (Eugene)

Osiągnięcia/achievements: 3. OG (2021); 1. WC (2013, 2015, 2017, 2019, 2021); 1. EC (2016); 2. EC (2014, 2018); 1. EU23C (2011); 1. ETC (2013, 2015, 2017); 2. ETC (2011, 2014); 1. WUG (2011, 2013, 2015, 2017); 1. Europe-USA (2019); 1. NC (2012, 2014-2016, 2019, 2021); 2. NC (2011, 2017-2018, 2020, 2022); 3. NC (2009-2010, 2013); 1. NU20C (2008); 1. NU23C (2009-2011); 4. WU20C (2008)

Progresja wyników
/progression:

2011 – 78.54

2012 – 81.39

2013 – 82.27

2014 – 83.48

2015 – **83.93 NR**

2016 – 82.47

2017 – 83.44

2018 – 81.14

2019 – 80.88

2020 – 79.81

2021 – 82.98

2022 – 81.98



WOJCIECH NOWICKI

RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 22.2.1989

Klub/club: Podlasie Białystok

Trener/coach: Joanna Fiodorow

Rek. życ./PB: 82.52 (2021, Tokio)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 81.58 (Chorzów)

Osiągnięcia/achievements: 1. OG (2021); 3. OG (2016); 2. WC (2022); 3. WC (2015, 2017, 2019); 1. EC (2018); 3. EC (2016); 1. WCp (2018); 1. ETC (2019); 5. EU23C (2011); 1. NC (2017-2018, 2020, 2022); 2. NC (2013-2016, 2019, 2021); 3. NC (2011-2012); 2. NU23C (2011); 3. NU23C (2009-2010)

Progresja wyników
/progression:

2013 – 75.87

2014 – 76.14

2015 – 78.71

2016 – 78.36

2017 – 80.47

2018 – 81.85

2019 – 81.74

2020 – 80.28

2021 – **82.52**

2022 – 81.58



MARCIN WROTYŃSKI

RZUT MŁOTEM/HAMMER THROW

Urodzona/born: 11.3.1996

Klub/club: OŚ AZS Poznań

Trener/coach: Grzegorz Nowak

Rek. życ./PB: 77.01 (2022, Poznań)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 77.01 (Poznań)

Osiągnięcia/achievements: 3. NC (2020-22); 1. NU23C (2018); 2. NU23C (2018 - SP); 3. NU20C (2015 - SP); 2. NIU18C (2013 - SP)

Progresja wyników
/progression:

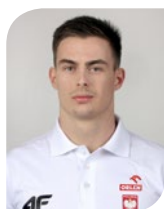
2018 – 63.31

2019 – 69.85

2020 – 71.65

2021 – 72.60

2022 – **77.01**



PAWEŁ WESIOŁEK

DZIESIĘCIOBÓJ/DECATHLON

Urodzona/born: 13.8.1991

Klub/club: Warszawianka

Trener/coach: Michał Modelski

Rek. życ./PB: 8333 (2021, Warszawa) (100 m: 10.74; LJ: 7.68; SP: 15.26; HJ: 2.12; 400 m: 48.24; 110 m H: 14.28; DT: 50.30; PV: 5.02; JT: 61.36; 1500 m: 4:27.92)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: ---

Osiągnięcia/achievements: 3. EIC (2021 - hept.); 12. OG (2021); 12. WC (2019); 10. EU23C (2013); 13. EC (2019); 1. NC (2012, 2014-2016, 2018-2019, 2021); 1. NU23C (2011); 2. NJC (2009)

Progresja wyników
/progression:

2014 – 7593

2015 – 8140

2016 – 8095

2017 – 8002

2018 – 7921

2019 – 8204

2021 – **8333**

2022 – ---



ARTUR BRZOZOWSKI

CHÓD NA 35 KM/35 KM W

Urodzona/born: 29.3.1985

Klub/club: Stal Stalowa Wola

Trener/coach: Agnieszka Woźniak

Rek. życ./PB: 2:36:22 (2022, Opole)

Najlepszy wynik w sezonie 2022/SB: 2:36:22 (Opole)

Progresja wyników
/progression:

2022 – 2:36:22

Osiągnięcia/achievements: 12. OG (2022); 12. WC (2016); 4. ECp (2011, 2019 - 50 km); 9. ECp (2017 - 20 km); 12. EU23C (2005 - 20 km); 25. WC (2009 - 20 km); 1. NC (2013, 2017-2019 - 20 km; 2017 - 10 km; 2022 - 10 km&35 km); 2. NC (2010 - 50 km, 2018 - 10 km; 2022 - 20 km); 3. NC (2007, 2009, 2016, 2021 - 20 km)

Legend:

OG – olympic games; **WC** – world championships; **WIC** – world indoor championships; **WU20C** – world junior championships; **WU18C** – world youth championships; **EC** – European championships; **EIC** – European indoor championships; **ETC** – European team championships; **EU20C** – European junior championships; **EU23C** – European U23 championships; **WUG** – world university games; **WCp** – world cup; **EYOF** – European youth olympic festival; **ECp** – European Cup; **WRelays** – World Relays; **NC** – national championships; **NU20C** – national junior championships; **NU23C** – national U23 championships.



REPREZENTACJA POLSKI
25. MISTRZOSTWA EUROPY W LEKKOATLETYCE
NATIONAL TEAM OF POLAND EUROPEAN ATHLETICS CHAMPIONSHIPS
MONACHIUM 15-21.08.2022

**GENERALNY SPONSOR
REPREZENTACJI POLSKI**



ORLEN



Polski Związek Lekkiej Atletyki
ul. Barcicka 42
01-839 Warszawa
www.pzla.pl

Autorzy: Rafał Bała, Justyna Serafińska Gruman, Maciej Jałoszyński
fot. Marek Biczuk, Tomasz Kasjaniuk, Paweł Skraba,
Joanna Juszcak (Reequest - Piotr Byliński).