

NIEOFICJALNE REKORDY POLSKI MŁODZIKÓW U16

100 m		10.78	Krystian PRUS	08	KS Podlasie Białystok	23.09.2023	Słubice	+1.0
200 m		21.88	Michał KIERNOŻYCKI	08	MLKS Agros Żary	16.09.2023	Łódź	+0.6
300 m		34.20	Michał KIERNOŻYCKI	08	MLKS Agros Żary	02.09.2023	Poznań	
400 m		48.96	Igor STASZEK	09	WKS Wawel Kraków	15.06.2024	Gliwice	
600 m		1:21.58	Filip GRANAS	10	AZS Łódź	20.09.2025	Lublin	
		§ 1:20.9	Paweł SWITEK	97	UKS Żaczek Połaniec	06.09.2012	Sandomierz	
800 m		1:54.7	Krzysztof ŚLIWA	62	AKS Chorzów	23.06.76	Katowice	
1000 m		2:30.67	Roman ANTROPIK	85	SKLA Słupsk	06.05.2000	Białogard	
1500 m		3:57.90	Piotr KRUPA	85	Ostrowianka Ostrów Maz.	20.08.2000	Warszawa	
2000 m		5:31.63	Piotr KRUPA	85	Ostrowianka Ostrów Maz.	09.09.2000	Olsztyn	
3000 m		8:53.79	Piotr WRÓŃSKI	83	Olimpia Bytów	17.05.98	Sopot	
110 m przez płotki	91.4 cm/8.90 m	14.24	Dawid ŻEBROWSKI	97	Victoria Racibórz	30.09.2012	Słubice	+1.5
200 m przez płotki		25.49	Adam ŚLAZIŃSKI	01	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL	24.09.2016	Słubice	+1.3
		25.49	Sebastian URBANIAK	01	LIUKS Kruszwica	24.09.2016	Słubice	+1.3
300 m przez płotki	76.2 cm	36.79	Michał KIERNOŻYCKI	08	MLKS Agros Żary	10.09.2023	Karpacz	
1000 m z przeszkodami	76.2 cm	2:39.17	Michał GAJDUS	08	LKB im. Braci Petk Lębork	23.09.2023	Słubice	
Skok wzwyż		2.06	Sylwester BEDNAREK	89	RKS Łódź	26.09.2004	Świecie	
Skok o tyczce		5.00	Michał GAWENDA	05	OKS Skra Warszawa	10.10.2020	Białystok	
Skok w dal		7.06	Jacek JAŚCZAK	61	Spółem Łódź	12.09.76	Spała	
Trójskok		14.36	Zdzisław MIODUSZEWSKI	58	Zawisza Bydgoszcz	18.08.73	Sopot	
Wieloskok		13.95	Stanisław GŁOGOWSKI	10	MUKS Park Zduńska Wola	20.09.2025	Lublin	+0.5
Pchnięcie kulą	5.00 kg	19.52	Konrad BUKOWIECKI	97	Gwardia Szczytno	15.12.2012	Słupsk	
Rzut dyskiem	1.00 kg	69.09	Wojciech MAROK	01	UKS Orkan Środa Wlkp.	07.10.2016	Słubice	
Rzut młotem	5.00 kg	77.60	Maciej PAŁYSZKO	78	Legia Warszawa	26.09.93	Warszawa	
Rzut oszczepem	600 g	76.71	Roch KRUKOWSKI	07	KS Warszawianka Warszawa	05.09.2022	Brno	
5-bój		3559	Stanisław MACZYŃSKI	09	KS AZS-AWF Warszawa	28.09.2024	Warszawa	
110 pł-w dal-kula-wzwyż-1000		(15.13/+0.8-6.51/+0.4-11.76-1.91-2:55.38)						
Chód 5000 m		21:32.51	Łukasz NIEDZIAŁEK	00	WLKS Iganie Nowe	07.06.2015	Rzeszów	
4x100 m	klub	43.20			KS Stal LA Ostrów Wielkopolski	20.09.2025	Lublin	
			(Jakub NOWAK 11, Dawid NOWAK 10, Adam KAŁUŻNY 11, Borys RACHUTA 10)					
4x200 m	klub	1:31.89			AML Słupsk	03.10.2020	Łódź	
			(Jan OSIŃSKI 05, Jan GOSTOMCZYK 05, ZAKRZEWSKI Marek 05, Oliwier KOŁODZIEJSKI 05)					
100+200+300+400 m	województwo	2:02.75			Pomorskie	03.10.2020	Łódź	
			(Jan OSIŃSKI 05, Marek ZAKRZEWSKI 05, Oliwier KOŁODZIEJSKI 05, Jan GOSTOMCZYK 05)					

NIEOFICJALNE REKORDY POLSKI MŁODZICZEK U16

100 m		11.96	Zofia TOMCZYK	08	UMLKS Pegaz Opoczno	27.05.2023	Łódź	+1.3
200 m		24.44	Kornelia ROMANIUK	10	ULKS Muflon Bielawa	21.06.2025	Jelenia Góra	+1.0
300 m		h 38.35	Zofia TOMCZYK	08	UMLKS Pegaz Opoczno	28.01.2023	Toruń	
400 m		54.33	Zofia TOMCZYK	08	UMLKS Pegaz Opoczno	20.05.2023	Łódź	
600 m		1:31.16	Lena PAJĘCKA	07	WLKS Wrocław	23.06.2022	Sieradz	
800 m		2:07.72	Martyna WAL	06	LKS Stal Mielec	06.06.2021	Tarnów	
1000 m		2:48.69	Martyna WAL	06	LKS Stal Mielec	26.09.2021	Karpacz	
1500 m		4:24.62	Lena MACIEJEWSKA	10	KKS Biały Orzeł Koźmin Wlkp.	14.06.2025	Gdańsk	
2000 m		6:15.12	Lena MACIEJEWSKA	10	KS Energetyk Poznań	28.04.2024	Poznań	
3000 m		+ 9:39.74	Natasza DUDEK	10	MKS Polonia Warszawa	20.06.2025	Filadelfia	
80 m przez płotki	76.2 cm/8.00 m	11.27	Roxana WÓJCIAK	10	WKS Wawel Kraków	21.09.2025	Lublin	+0.9
200 m przez płotki	76.2 cm	28.57	Wiktoria OKO	03	KS Wisła Puławy	23.06.2018	Lublin	-0.4
300 m przez płotki	76.2 cm	42.73	Roksana GAŁKA	11	WKS Wawel Kraków	20.09.2025	Lublin	
1000 m z przeszkodami		3:02.56	Lena PAJĘCKA	07	WLKS Wrocław	11.06.2022	Gliwice	
Skok wzwyż		1.80	Paulina BORYS	98	SKLA Sopot	21.06.2013	Łąwa	
Skok o tyczce		4.05	Lilly NICHOLS	06	SKLA Sopot	18.06.2021	Westminster/USA	
Skok w dal		5.95	Lucyna KOCZWARA	51	Iskra Pszczyna	02.07.66	Zielona Góra	
Trójskok		11.82	Monika ŚWIĘDRYCH	89	SKS Kusy Kraków	30.08.2004	Kraków	0.0
		§ 11.86	Anna MADEJ	90	AZS Łódź	02.10.2005	Łódź	0.0
Wieloskok		11.97	Olga SZLACHTA	06	KS Stal LA Ostrów Wlkp.	26.09.2021	Karpacz	-0.4
Pchnięcie kulą	3.00 kg	16.90	Kinga JACKOWSKA	09	MKL Jurand Szczytno	18.05.2024	Warszawa	
Rzut dyskiem	0.75 kg	50.95	Kinga JACKOWSKA	09	MKL Jurand Szczytno	23.08.2024	Szczytno	
Rzut młotem	3.00 kg	65.10	Kamila SKOLIMOWSKA	82	Warszawianka	14.06.97	Warszawa	
Rzut oszczepem	500 g	49.69	Maria SZRAMIAK	00	LKS Fenix Słupsk	22.08.2015	Lidzbark Warmiński	
5-bój		3659	Laura WIESZTORT	08	Niestowarzyszona	10.06.2023	Kielce	
80 pł-wzwyż-kula-w dal-600		(12.19/-1.5-1.66-10.66-5.71/+2.2-1:41.66)						
Chód 3000 m	bieżnia	13:51.05	Anna MIELCAREK	90	Energetyk Poznań	25.09.2005	Kielce	
Chód 3 km	ulica	13:37	Anna MIELCAREK	90	Energetyk Poznań	27.08.2005	Gdańsk	
4x100 m	klub	47.97			WKS Wawel Kraków	20.09.2025	Lublin	
			(Justyna KANIA 10, Roxana WÓJCIAK 10, Roksana GAŁKA 11, Nicola DUTKA-WOŁOCH 11)					
4x200 m	klub	1:43.41			UKS Czempion Bełchatów	12.06.2021	Łódź	
			(Małgorzata DOMAGAŁA 07, Anna OLCZYK 07, Amelia ZOCHNIAK 07, Julia JOŃCZYK 06)					
100+200+300+400 m	województwo	2:17.25			Łódzkie	13.05.2023	Słupsk	
			(Hanna PIĄTKOWSKA 08, Antonina CZACHOROWSKA 08, Zofia TOMCZYK 08, Roksana OPALCZYK 08)					

REKORDY POLSKI MĘŻCZYZN I KOBIET U16

4x100 m KM	klub	45.82			LKS Stal Mielec	20.09.2025	Lublin	
			(Kornelia MORYTO 11, Martyna MACHAŁA 10, Szymon CZERKIES 11, Gabriel CYGAN 10)					
4x600 m KM	klub	6:13.86			TS Wieliczanka Wieliczka	09.06.2019	Kraków	
			(Emilia SKIMINA 04, Michał JANECEK 04, Nikola NAGIEĆ 05, Adrian MAREK 04)					

Najlepsze wyniki w konkurencjach, w których nastąpiła zmiana sprzętu (U16)

MŁODZICY

110 m przez płotki	91.4 cm/9.14 m	15.01	Rafał WITCZAK	78	AZS-MKS Łódź	10.10.93	Łódź	
Pchnięcie kulą	4.00 kg	20.90	Konrad BUKOWIECKI	97	PKS Gwardia Szczytno	09.09.2012	Olsztyn	
6-bój		4035	Aleksy BOROŃ	00	UKS LA Basket Warszawa	20.09.2015	Warszawa	
100-w dal-kula-110 pł-oszczep-1000			(11.73/+0.5-6.04/-0.4-14.08 / 15.49/+1.4-54.65-3:11.82)					

MŁODZICZKI

100 m przez płotki	76.2 cm/8.20 m	13.98	Klaudia SICIARZ	98	AZS-AWF Kraków	08.06.2013	Kraków	+2.0
1500 m z przeszkodami		5:09.16	Kamila ZGLEJC	89	Gwardia Olsztyn	19.09.2004	Olsztyn	
Rzut dyskiem	1.00 kg	43.70	Izabela OGÓREK	91	MKS Tomaszów Mazowiecki	24.09.2006	Spała	
Rzut oszczepem	600 g	47.03	Marcelina WITEK	95	SKLA Słupsk	08.10.2010	Słubice	
4-bój		2643	Weronika GRZELAK	97	LKS Górnik Wałbrzych	29.09.2012	Słubice	
100 pł-kula-w dal-600m			(15.17/-2.1-5.26/+0.8-11.26-1:46.86)					
5-bój		3258	Dominika ŁYKOWSKA	00	MKS Kusy Szczecin	30.05.2015	Szczecin	
100 pł-wzwyż-kula-w dal-600m			(15.30/-3.2-1.52-8.27-5.78/+0.8-1:45.21)					
7-bój	76.2/3.00/500	4669	Weronika GRZELAK	97	LKS Górnik Wałbrzych	07.10.2012	Zielona Góra	
			(15.17/-0.9-1.69-10.69-27.53/-1.4 / 5.22/+0.5-32.74-2:36.26)					

Najlepsze wyniki w konkurencjach nietypowych (dla kategorii U16)

MŁODZICY

500 m		1:12.43	Jan ADAMCZEWSKI	08	UKS Lisy Zgierz	03.05.2023	Bełchatów	
Rzut oszczepem	700 g - stary typ	74.63	Roch KRUKOWSKI	07	KS Warszawianka Warszawa	29.07.2022	Bańska Bystrzyca	

MŁODZICZKI

500 m		1:18:31	Amelia ZOCHNIAK	07	UKS Czempion Bełchatów	08.05.2021	Kraków	
1 mila		4:55.99	Olivia CIEŚLAK	07	LKS Vectra Włocławek	03.06.2022	West Chester/USA	
5000 m		16:18.78	Natasza DUDEK	10	MKS Polonia Warszawa	19.06.2025	Filadelfia	
Pchnięcie kulą	4.00 kg	14.07	Agnieszka PTASZKIEWICZ	76	WKS Ciechanów	06.06.91	Warszawa	
		14.07	Kinga JACKOWSKA	09	MKL Jurand Szczytno	15.09.2024	Warszawa	

* - wynik czekający na ratyfikację, § - wynik nieregulaminowy lepszy od rekordu Polski (pomiar ręczny), + - międzyczas