

REKORDY POLSKI MĘŻCZYZN U23

100 m	10.17	Dariusz KUĆ	86	AZS-AWF Kraków	27.05.2006	Biała Podlaska	+1.3
200 m	20.31	Marcin JĘDRUSIŃSKI	81	Olimpia Poznań	09.08.2002	Monachium	-0.5
400 m	45.18	Maksymilian SZWED	04	AZS Łódź	27.06.2025	Madryt	
800 m	1:43.30	Adam KSZCZOT	89	RKS Łódź	10.09.2011	Rieti	
1000 m	2:16.99	Adam KSZCZOT	89	RKS Łódź	31.05.2011	Ostrawa	
1500 m	3:32.53	Filip RAK	03	AZS KU Politechniki Opolskiej Opole	06.06.2025	Rzym	
1 mila	3:50.83	Filip RAK	03	AZS KU Politechniki Opolskiej Opole	27.07.2025	Berlin	
3000 m	7:40.22	Kamil HERZYK	04	SLIS JUST TEAM Bielsko-Biała	02.09.2025	Trier	
5000m	13:29.72	Michał BARTOSZAK	70	Olimpia Poznań	03.06.92	Victoria	
10.000 m	28:21.77	Maciej MEGIER	03	SKLA Sopot	26.04.2025	Warszawa	
3000 m z przeszkodami	8:17.32	Radosław POPŁAWSKI	83	Astra Nowa Sól	24.08.2004	Ateny	
110 m przez płotki	13.25	Jakub SZYMAŃSKI	02	SKLA Sopot	28.06.2024	Bydgoszcz	+1.1
400 m przez płotki	48.16	Marek PLAWGO	81	Niestowarzyszony	12.05.2001	Osaka	
Skok wzwyż	2.36	Aleksander WALERIAŃCZYK	82	Wawel Kraków	20.07.2003	Bydgoszcz	
Skok o tyczce	5.91	Paweł WOJCIECHOWSKI	89	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	15.08.2011	Szczecin	
Skok w dal	8.21	Marcin STARZAK	85	AZS-AWF Kraków	04.07.2007	Salamanka	+1.4
Trójskok	17.11	Jacek PASTUSIŃSKI	64	Resovia Rzeszów	17.06.86	Warszawa	+1.1
Pchnięcie kulą	22.25	Konrad BUKOWIECKI	97	KS AZS UWM Olsztyn	14.09.2019	Chorzów	
Rzut dyskiem	64.74	Piotr MAŁACHOWSKI	83	WKS Śląsk Wrocław	26.06.2005	Biała Podlaska	
Rzut młotem	80.25	Maciej PAŁYSZKO	78	KS Warszawianka Warszawa	17.09.2000	Gold Coast	
Rzut oszczepem	84.97	Cyprian MRZYGŁÓD	98	AZS-AWFIS Gdańsk	13.07.2019	Gävle	
10-bój	7790	Ryszard SKOWRONEK	49	AZS Śląsk Katowice	28.06.71	Warszawa	
		(10.6-7.50-12.57-1.92-49.2 / 14.7-43.54-4.30-61.44-4:39.2)					
Chód 20 km	1:19:32	Robert KORZENIOWSKI	68	AZS-AWF Katowice	16.09.90	Hildesheim	
4x100 m	38.79			Polska – reprezentacja	09.08.97	Ateny	
		(Marcin KRZYWAŃSKI 75, Dariusz ADAMCZYK 75, Piotr BALCERZAK 75, Ryszard PILARCZYK 75)					
4x400 m	3:03.07			Polska – reprezentacja	13.07.97	Turku	
		(Ryszard PILARCZYK 75, Piotr DŁUGOSIELSKI 77, Jacek BOCIAN 76, Piotr HACZEK 77)					

REKORDY POLSKI KOBIET U23

100 m	11.07	Ewa SWOBODA	97	AZS-AWF Katowice	01.09.2019	Berlin	+0.7
200 m	22.58	Irena SZEWIŃSKA	46	Polonia Warszawa	18.10.68	Meksyk	+2.0
400 m	51.31	Patrycja WYCISZKIEWICZ	94	SL Olimpia Poznań	24.08.2015	Pekin	
800 m	1:59.87	Wanda STEFAŃSKA	60	Gwardia Warszawa	07.09.82	Ateny	
1000 m	2:35.15	Sofia ENNAOUI	95	MKL Szczecin	28.07.2016	Sopot	
1500 m	4:01.00	Sofia ENNAOUI	95	MKL Szczecin	27.08.2016	Saint-Denis	
1 mila	4:25.34	Sofia ENNAOUI	95	MKL Szczecin	09.06.2016	Oslo	
3000 m	8:34.19	Lidia CHOJECKA	77	WLKS Siedlce	30.06.99	Oslo	
5000 m	15:28.13	Olimpia BREZA	02	KUKS Remus Kościerzyna	11.05.2024	Karlsruhe	
10.000 m	32:37.89	Weronika PYZIK	96	LKS Znicz Biłgoraj	24.05.2018	Sacramento	
3000 m z przeszkodami	9:39.40	Katarzyna KOWALSKA	85	LKS Vectra Włocławek	15.07.2007	Debreczyn	
100 m przez płotki	12.51	Pia SKRZYSZOWSKA	01	AZS-AWF Warszawa	06.08.2022	Chorzów	+0.8
400 m przez płotki	55.75	Anna OLICHWIERCZUK	78	Skra Warszawa	05.08.2000	Kraków	
Skok wzwyż	1.95	Urszula KIELAN	60	Gwardia Warszawa	28.05.80	Grudziądz	
Skok o tyczce	4.62	Monika PYREK	80	Lechia Gdańsk	23.08.2002	Londyn	
Skok w dal	6.74	Anna JAGACIAK	90	Juvenia Puszczykowo	27.07.2010	Barcelona	+1.5

Trójskok	14.25	Anna JAGACIAK	90	Juvenia Puszczykowo	03.07.2011	Gdańsk	+2.0
Pchnięcie kulą	18.48	Klaudia KARDASZ	96	KS Podlasie Białystok	08.08.2018	Berlin	
Rzut dyskiem	64.56	Renata KATEWICZ	65	Start Łódź	16.06.87	Łódź	
Rzut młotem	72.74	Malwina KOPRON	94	AZS Poznań	01.06.2016	Białystok	
Rzut oszczepem	67.11	Maria ANDREJCZYK	96	LUKS Hańcza Suwałki	16.08.2016	Rio de Janeiro	
7-bój	6.494	Kamila CHUDZIK	86	AZS-AWFIS Gdańsk	07.06.2008	Zielona Góra	
		(13.46/+0.8-1.73-14.13-24.43/+0.6 / 6.43/+0.9-55.15-2:17.41)					
Chód 20 km	1:32:47	Sylwia KORZENIOWSKA	80	AZS-AWF Kraków	15.07.2001	Amsterdam	
4x100 m	43.48			Polska – reprezentacja	20.07.2025	Bergen	
		(Aleksandra PIOTROWSKA 04, Inga KANICKA 05, Magdalena NIEMCZYK 03, Emilia WÓJTOWICZ 03)					
4x400 m	3:29.66			Polska – reprezentacja	16.07.2017	Bydgoszcz	
		(Dominika MURASZEWSKA 95, Adrianna JANOWICZ 95, Mariola KARAŚ 96, Aleksandra GAWORSKA 95)					

REKORDY POLSKI KOBIECI I MĘŻCZYZN

4x400 m KM	3:28.19			OŚ AZS Poznań	30.05.2024	Lublin	
		(Mikołaj PYSZKA 02, Zuzanna STRZELEWICZ 02, Kacper ROZENKOWSKI 04, Marta ZIMNA 02)					

NAJLEPSZE WYNIKI W HISTORII – U23

MĘŻCZYZNI							
150 m	15.26	Karol ZALEWSKI	93	KS AZS UWM Olsztyn	11.06.2014	Łomża	+0.7
300 m	31.93	Karol ZALEWSKI	93	KS AZS UWM Olsztyn	07.09.2014	Rieti	
500 m	1:02.35	Piotr KUŚNIERZ	94	WKS Śląsk Wrocław	21.05.2016	Wrocław	
600 m	1:14.55	Adam KSZCZOT	89	RKS Łódź	05.08.2009	Lahti	
2000 m	5:01.7	Michał BARTOSZAK	70	Olimpia Poznań	26.05.91	Turyn	
2000 m z przeszkodami	5:31.50	Maciej MEGIER	03	AZS-AWFIS Gdańsk	05.05.2024	Pliezhausen	
Chód 10.000 m	39:28.97	Jacek MÜLLER	73	Lechia Gdańsk	20.06.93	Sopot	
Chód 20.000 m	1:25:44.4	Robert KORZENIOWSKI	68	AZS-AWF Katowice	28.04.89	Fana	
Chód 50 km	3:50:30	Łukasz NOWAK	88	AZS Poznań	27.03.2010	Dudince	

KOBIECI							
150 m	17.35	Magdalena NIEMCZYK	03	UKS Tiki Taka Kolbuszowa	08.06.2025	Kraków	-0.8
300 m	37.06	Kinga GACKA	01	BKS Bydgoszcz	15.08.2021	Szczecin	
500 m	1:09.60	Aleksandra GAWORSKA	95	KS AZS-AWF Kraków	06.05.2017	Kraków	
600 m	1:26.68	Justyna ŚWIĘTY	92	AZS-AWF Katowice	10.05.2014	Sosnowiec	
2000 m	5:44.77	Anna BRZEZIŃSKA	71	Gwardia Opole	29.08.1993	Sheffield	
Maraton	2:37:37	Kamila GRADUS	67	Legia Warszawa	29.10.89	Chicago	
2000 m z przeszkodami	6:14.20	Kinga KRÓLIK	99	UKS Azymut Pabianice	17.09.2021	Trier	
300 m przez płotki	* 40.06	Paulina KUBIS	04	KS AZS AWF Wrocław	21.06.2025	Jelenia Góra	
Chód 5000 m	21:50.65	Katarzyna RADTKE	69	Lechia Gdańsk	26.05.91	Sopot	
Chód 10.000 m	45:47.70	Magdalena ŻELAZNA	04	AZS-AWF Gorzów	23.08.2025	Bydgoszcz	
Chód 20.000 m	1:53:18.5	Marcelina DROZDEK	00	AZS-AWF Warszawa	02.05.2021	Poznań	
Chód 5 km	22:05	Anna SZUMNY	83	Wawel Kraków	14.06.2003	Kraków	
Chód 10 km	44:27	Sylwia KORZENIOWSKA	80	Niestowarzyszona	05.10.2002	Iwano-Frankowsk	
Chód 35 km	3:11:53	Anna ZDZIEBŁO	01	LKS Stal Mielec	25.03.2023	Dudince	

Oznaczenia:

* - wynik czekający na ratyfikację

§ - wynik nieregulaminowy