

REKORDY POLSKI MASTERS

Stan na: 2026.05.03

Zestawienia opracował: Mirosław Łuniewski - luniewskim@go2.pl
Tabele wielobojowe opracował: Marek Mielcarek - marekmielcarek48@gmail.com

60 m

W 35	7.99	Małgorzata	GAŚOWSKA	78-03-18	Płock	20.07.2013	Koszalin
W 40	7.98	Aneta	GROT	79-09-22	Rzgów	17.06.2023	Toruń
W 45	8.13	Małgorzata	GAŚOWSKA- STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	22.06.2024	Łódź
W 50	8.66	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	22.06.2024	Łódź
W 55	9.14	Ewa	SKRZYŃSKA	68-10-12	Olsztyn	31.05.2025	Łódź
W 60	8.98	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	05.09.2013	Toruń
W 65	9.14	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	04.09.2016	Toruń
W 70	9.55	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	05.06.2021	Toruń
W 75	12.05	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	22.06.2024	Łódź
W 80	11.12	Lidia	WIECZOREK	60	Gliwice	07.05.2023	Gliwice
W 85	19.69	Krystyna	PŁOŃSKA	38	Gliwice	07.05.2023	Gliwice
M 35	7.27	Damian	TECZA	85-04-24	Szubin	05.06.2021	Toruń
M 40	7.15	Krzysztof	WARDECKI	68-05-22	Warszawa	20.09.2008	Toruń
M 45	7.41	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	05.06.2021	Toruń
M 50	7.70	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	29.06.2013	Koszalin
M 55	7.62	Piotr	SKRZYŃSKI	67-10-08	Olsztyn	31.05.2025	Łódź
M 60	8.08	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	16.09.2011	Toruń
M 65	8.08	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	24.09.2014	Kraków
M 70	8.83	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	05.06.2021	Toruń
M 75	9.02	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	31.05.2025	Łódź
M 80	9.84	Ziggy	PAKIERT	45-05-08	Naples	31.01.2026	Lauderdale
M 85	18.51	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	28.07.2020	Toruń
M 90	26.52	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	21.05.2024	Gliwice

100 m

W 35	11.39*	Marika	POPOWICZ- DRAPAŁA	88-04-28	Bydgoszcz	21.07.2023	Warszawa
W 35	12.50	Małgorzata	GAŚOWSKA	78-03-18	Płock	04.08.2013	Turyń
W 40	12.61	Dorota	DUTKOWSKA	83-12-18	Toruń	12.10.2025	Ribeira Brava
W 45	12.89	Małgorzata	GAŚOWSKA- STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	14.08.2024	Goteborg
W 50	13.22	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	15.09.2024	Warszawa
W 55	13.89	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	22.07.2006	Poznań
W 60	14.19	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	11.09.2012	Lidzbark Warm.
W 65	14.94	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	01.07.2017	Kraków
W 70	15.30	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	05.06.2021	Toruń
W 75	18.84	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	29.07.2020	Lubawka
W 80	20.04	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 85	24.52	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	26.08.2023	Łódź
M 35	10.85*	Robert	MAĆKOWIAK	70-05-13	Wrocław	09.09.2005	Wrocław
M 35	11.01	Daniel	KOSSOWSKI	81-12-10	Radom	11.06.2017	Puławy
M 40	11.23	Krzysztof	WARDECKI	68-05-22	Warszawa	13.12.2008	Sydney
	11.23	Marcin	MARCINKOWSKI	81-02-16	Poznań	11.06.2022	Poznań
M 45	11.49	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	04.07.2020	Łódź
M 50	11.76	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	13.10.2025	Ribeira Brava
M 55	11.73	Bogusław	ŻELECHOWSKI	67-01-12	Horsham	30.06.2022	Dagenham
M 60	12.58	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	14.06.2012	Sosnowiec
M 65	12.66	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	04.10.2015	Kraków
M 70	13.63	Henryk	SZYMURA	52-01-26	Kędzierzyn-Koźle	18.06.2022	Toruń
M 75	14.51	Alfred	JÓŻWIAK	42-08-30	Mława	23.09.2017	Sopot
M 80	16.20	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	26.06.2010	Toruń
M 85	18.60	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	27.06.2015	Toruń
M 90	23.70	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	26.08.2023	Łódź
M 100	32.79	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Wrocław	10.05.2014	Wrocław
M 105	34.50	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Wrocław	27.06.2015	Toruń

200 m

W 35	23.07*	Marika	POPOWICZ-DRAPAŁA	88-04-28	Bydgoszcz	21.07.2023	Warszawa
W 35	24.68	Iga	BAUMGART-WITAN	89-04-11	Bydgoszcz	16.10.2025	Ribeira Brava
W 40	25.64	Aneta	GROT	79-09-22	Rzgów	17.06.2023	Toruń
W 45	26.24	Małgorzata	GĄSOWSKA-STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	19.08.2024	Goteborg
W 50	27.34	Katarzyna	KRYSZTOSIAK	73-09-08	Warszawa	20.09.2025	Olsztyn
W 55	28.56	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	12.09.2009	Toruń
W 60	29.24	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	20.07.2013	Koszalin
W 65	31.65	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	18.06.2016	Toruń
W 70	34.46	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	05.06.2021	Toruń
W 75	40.94	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	24.08.2012	Zittau
W 85	56.21	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	27.08.2023	Łódź
M 35	21.33*	Robert	MAĆKOWIAK	70-05-13	Wrocław	22.05.2005	Poznań
M 35	22.17	Marcin	MARCINKOWSKI	81-02-16	Poznań	03.06.2018	Poznań
M 40	22.23	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	12.06.2022	Warszawa
M 45	23.24	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	04.07.2020	Łódź
M 50	23.96	Ryszard	NOWAKOWSKI	54-01-30	Gliwice	18.06.2005	Bielsko Biała
M 55	24.38	Piotr	SKRZYŃSKI	67-10-08	Olsztyn	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 60	26.33	Andrzej	FORMANIEWICZ	57-08-12	Toruń	16.06.2018	Toruń
M 65	26.13	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	04.10.2015	Kraków
M 70	29.63	Marian	APOSTOŁ	52-09-28	Kraków	27.08.2023	Łódź
M 75	30.43	Alfred	JÓŻWIAK	42-08-30	Mława	23.09.2017	Sopot
M 80	34.37	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	15.07.2010	Nyiregyhaza
M 85	38.54	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.09.2015	Zielona Góra
M 90	50.28	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	24.09.2023	Pescara

400 m

W 35	51.42*	Marika	POPOWICZ-DRAPAŁA	88-04-28	Bydgoszcz	28.06.2024	Bydgoszcz
W 35	53.54	Iga	BAUMGART-WITAN	89-04-11	Bydgoszcz	11.10.2025	Ribeira Brava
W 40	54.14	Aneta	LEMIESZ	81-01-17	Warszawa	12.09.2021	Berlin
W 45	61.50	Małgorzata	GĄSOWSKA-STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	22.08.2024	Bjerkland
W 50	63.86	Anna	MILIŃSKA-TYMENDORF	70-02-28	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
W 55	67.23	Monika	JABŁKOWSKA	69-12-02	Warszawa	11.10.2025	Ribeira Brava
W 60	77.42	Maria	GADOMSKS	52-04-21	Bydgoszcz	30.06.2012	Białystok
W 65	81.27	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	26.08.2017	Toruń
W 70	91.08	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	18.06.2022	Toruń
W 75	96.88	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	16.07.2011	Sacramento
W 80	98.22	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	02.07.2016	Opole
W 85	191.03	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	06.07.2024	Włocławek
M 35	46.01*	Robert	MAĆKOWIAK	70-05-13	Wrocław	31.07.2005	Poznań
M 35	47.13	Ryszard	SZPARAK	51-07-02	Olsztyn	17.08.1986	Warszawa
M 40	48.54	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	08.07.2022	Tampere
M 45	49.97	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	24.05.2025	Warszawa
M 50	53.70	Ryszard	NOWAKOWSKI	54-01-30	Gliwice	02.09.2005	San Sebastian
M 55	54.26	Michał	MUSIAŁ	69-07-29	Niemcz	11.10.2025	Ribeira Brava
M 60	58.27	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Przemyśl	07.07.2019	Kraków
M 65	61.07	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Przemyśl	26.09.2023	Pescara
M 70	64.74	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	07.06.2003	Szczecin
M 75	69.25	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	28.06.2008	Słupsk
M 80	81.90	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	26.06.2010	Toruń
M 85	92.85	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	27.06.2015	Toruń

800 m

W 35	2:04.20*	Anna	JAKUBCZAK	73-02-02	Zamość	31.05.2008	Biała Podlaska
W 35	2:04.26	Aneta	LEMIESZ	81-01-17	Warszawa	25.08.2018	Sopot
W 40	2:06.97	Aneta	LEMIESZ	81-01-17	Warszawa	25.06.2021	Poznań
W 45	2:16.88	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	02.08.2008	Ljubljana
W 50	2:23.18	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	21.10.2013	Porto Alegre
W 55	2:42.23	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	29.09.2018	Wichita
W 60	3:01.40	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	28.06.2015	Toruń
W 65	3:09.57	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	29.07.2006	Poznań
W 70	3:08.60	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	29.06.2008	Słupsk
W 75	4:32.28	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	10.07.2011	Sacramento
W 80	6:00.59	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	03.07.2016	Opole

W 85	7:47.33	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	27.08.2023	Łódź
M 35	1:49.62	Adam	CZERWIŃSKI	88-10-02	Siercza	11.05.2024	Olkusz
M 40	1:54.83	Piotr	PIĄTKOWSKI	83-08-08	Kraków	16.06.2024	Tarnów
M 45	1:59.81	Wiesław	PIETKA	65-10-09	Katowice	27.08.2011	Chorzów
M 50	2:02.20	Andrzej	PIOTROWSKI	73-05-07	Warszawa	15.06.2025	Warszawa
M 55	2:13.83	Ryszard	DRYPS	57-02-26	Jelna	01.07.2012	Białystok
M 60	2:16.66	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Maćkowice	13.09.2019	Jesolo
M 65	2:23.00	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Przemyśl	29.09.2023	Pescara
M 70	2:31.39	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	29.08.2005	San Sebastian
M 75	2:41.67	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	28.06.2009	Białystok
M 80	3:09.81	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	06.07.2014	Radom
M 85	4:47.68	Michał	STADNICZUK	30-09-26	Mikowice	03.07.2016	Opole

1500 m

W 35	4:06.94*	Anna	JAKUBCZAK	73-02-02	Zamość	14.06.2008	Warszawa
W 35	4:26.79	Sandra	MICHALAK	87-04-01	Pszczyna	05.06.2022	Chorzów
W 40	4:26.06	Barbara	BIEGANOWSKA-ZAJĄC	81-09-01	Korfantów	06.09.2024	Paris
W 45	4:40.03	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	09.06.2024	Piaseczno
W 50	4:58.40	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	14.08.2015	Lyon
W 55	5:36.51	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	15.09.2018	Malaga
W 60	5:39.24	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	27.07.1996	Malmö
W 65	6:25.67	Irma	TOMCZYK	36-11-21	Wrocław	24.07.2006	Poznań
W 70	6:35.18	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	14.09.2007	Riccione
W 75	7:46.34	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	19.08.2012	Zittau
W 80	11:26.02	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	02.07.2016	Opole
W 85	15:32.32	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	26.06.2021	Olsztyn
M 35	3:48.15*	Bogusław	MAMIŃSKI	55-12-18	Warszawa	27.05.1992	Sopot
M 35	3:53.02	Marcin	NAGÓREK	80-10-05	Zamość	21.05.2016	Warszawa
M 40	3:55.13*	Mirosław	ŻERKOWSKI	56-08-20	Kielce	27.07.1997	Durban
M 40	3:59.10	Marcin	NAGÓREK	80-10-05	Zamość	12.09.2021	Warszawa
M 45	3:59.97	Wiesław	PIETKA	65-10-09	Katowice	03.09.2011	Sosnowiec
M 50	4:15.22	Robert	CELIŃSKI	73-01-30	Warszawa	17.06.2023	Warszawa
M 55	4:29.42	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	29.05.2021	Gdańsk
M 60	4:37.06	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-11	Głogów	20.05.2023	Żary
M 65	5:09.38	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Kraków	23.09.2023	Pescara
M 70	5:31.64	Marian	LEŚNIAK	47-11-10	Kraków	30.06.2018	Toruń
M 75	6:00.30	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	20.09.2025	Olsztyn
M 80	6:52.30	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	19.08.2012	Zittau
M 85	7:51.56	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.09.2015	Zielona Góra
M 90	19:20.00	Kazimierz	SPYCHAŁA	20-09-18	Łódź	20.08.2011	Koszalin

1 mila

W 35	5:21.68	Ewa	GRYBOŚ	90-06-15	Warszawa	13.09.2025	Marki
W 40	5:26.43	Marta	KAŻMIERCZYK	81-06-30	Hrubieszów	03.05.2022	Piaseczno
W 45	6:06.10	Grażyna	BULIK	74-04-08	Łława	05.06.2022	Warszawa
W 50	5:24.09	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	01.08.2013	Manchester
W 55	6:11.47	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	19.07.2018	Manchester
W 65	8:20.79	Sabina	SZMYTKE	53-05-13	Konstancin-Jezior.	09.06.2019	Warszawa
M 35	4:21.22	Marcin	PATECKI	89-11-22	Warszawa	02.05.2026	Koluszki
M 40	4:27.07	Marcin	NAGÓREK	80-10-05	Zamość	15.08.2021	Szczecin
M 45	4:30.27	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	15.08.2021	Szczecin
M 50	4:37.92	Robert	CELIŃSKI	73-01-30	Warszawa	03.06.2023	Warszawa
M 55	4:51.46	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	15.08.2021	Szczecin
M 60	4:58.29	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-31	Głogów	03.06.2023	Warszawa
M 65	6:32.06	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	29.12.2019	Białystok
M 70	6:20.32	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	02.05.2021	Piaseczno
M 75	7:34.58	Janusz	ROZUM	51-01-16	Warszawa	02.05.2026	Koluszki

3000 m

W 35	9:08.65*	Anna	JAKUBCZAK-PAWELEC	73-02-02	Zamość	03.06.2011	Bydgoszcz
W 35	9:57.71	Renata	WALENDZIAK	50-01-18	Gdynia	31.05.1987	Warszawa
W 40	10:37.85	Mariola	SUDZIŃSKA	76-07-12	Olsztyn	04.07.2021	Płock
W 45	11:31.24	Lucyna	PETKA	76-04-15	Stargard Gd.	15.05.2021	Pelplin
W 50	11:32.85	Ewa	FLEGIERT	65	Rybnik	29.04.2027	Rybnik
W 55	13:14.80	Bożena	POBŁOCKA	68-08-29	Lębork	20.09.2025	Olsztyn

W 60	14:26.19	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	20.09.2025	Olsztyn
W 65	15:37.30*	Bernadeta	MANDOSIK			03.08.2020	Płock
M 35	8:18.35*	Jarosław	CICHOCKI	71-07-13	Lębork	02.09.2006	Wrocław
M 40	8:46.52	Grzegorz	KUJAWSKI	78-03-19	Puck	14.09.2022	Sztum
M 45	8:32.28	Zbigniew	MURAWSKI	66-01-08	Szczecin	25.06.2011	Szczecin
M 50	9:26.69	Robert	CELIŃSKI	73-01-30	Warszawa	10.09.2023	Warszawa
M 55	10:13.47	Jan	MYŚLIWIEC	65.05.24	Bytom	27.05.2023	Bielsko-Biała
M 60	9:59.43	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-11	Głogów	18.06.2023	Gliwice
M 65	10:57.20	Wojciech	PIEKARCZYK	53-01-01	Sieradz	06.05.2018	Sieradz
M 70	12:05.98	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	12.06.2021	Warszawa
M 75	13:20.45	Janusz	ROZUM	51-01-16	Warszawa	02.05.2026	Koluszki
M 80	14:02.19	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	18.06.2018	Płock

5000 m

W 35	15:39.76*	Renata	PLIŚ	85-02-05	Świnoujście	08.09.2020	Ostrava
W 35	16:31.24	Ewa	JAGIELSKA	82-10-25	Ostrów	22.07.2018	Lublin
W 40	17:15.56	Ewa	JAGIELSKA	82-10-25	Ostrów	17.08.2024	Goteborg
W 45	18:44.21	Dorota	USTIANOWSKA	70-06-24	Częstochowa	07.08.2015	Lyon
W 50	19:25.45	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	24.07.2014	Manchester
W 55	21:08.07	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	01.07.2018	Toruń
W 60	21:20.33	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 65	21:33.46	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	25.08.2013	Toruń
W 70	24:00.42	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	07.09.2007	Riccione
W 75	28:44.23	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Leżajsk	25.08.2013	Toruń
W 80	43:31.04	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	03.07.2016	Opole
M 35	13:43.3*	Henryk	PIOTROWSKI	43-05-10	Warszawa	19.06.1978	Warszawa
M 35	14:09.25	Jan	HURUK	60-01-27	Słupsk	06.08.1999	Sopot
M 40	14:19.52	Zbigniew	MURAWSKI	66-01-08	Szczecin	04.07.2008	Szczecin
M 45	14:51.83	Grzegorz	KUJAWSKI	78-03-19	Puck	25.06.2023	Warszawa
M 50	15:39.34	Marcin	KONIECZNY	72-10-05	Dywity	27.05.2023	Piaseczno
M 55	16:23.77	Marek	DZIĘGIELEWSKI	62-07-17	Płońsk	03.08.2017	Aarhus
M 60	17:03.90	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	20.09.2025	Olsztyn
M 65	19:04.60	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	26.09.2015	Sopot
M 70	20:37.81	Andrzej	BALICKI	51-09-07	Gdynia	07.07.2024	Włocławek
M 75	21:55.14	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	29.08.2014	Izmir
M 80	24:56.38	Jan	MORAWIEC	33-01-01	Łódź	25.08.2013	Toruń
M 85	31:01.63	Marian	PARUSIŃSKI	22-09-24	Gdańsk	30.09.2007	Sopot

10000 m

W 35	33:26.06*	Renata	PLIŚ	85-02-05	Świnoujście	24.04.2021	Goleniów
W 35	33:56.53	Renata	WALENDZIAK	50-01-18	Gdynia	31.07.1987	Sopot
W 40	34:31.12*	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	77-03-20	Ciechanów	28.04.2018	Łomża
W 40	37:41.50	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	01.07.2003	Carolina
W 45	36:30.65*	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	77-03-20	Ciechanów	22.04.2023	Olkusz
W 45	38:38.13	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	20.07.1985	Sopot
W 50	40:49.23	Magdalena	BIAŁORCZYK	72-06-20	Bielsko-Biała	10.10.2025	Camara de Lobos
W 55	42:32.83	Joanna	ANDRZEJEWSKA	70-06-11	Lublin	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 60	44:04.35	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	20.07.1996	Malmö
W 65	43:34.87	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	24.08.2013	Toruń
W 70	51:25.21	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	01.07.2017	Kraków
W 75	57:55.00	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	26.06.2021	Olsztyn
W 80	61:56.92	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 35	28:44.1*	Henryk	PIOTROWSKI	43-05-10	Warszawa	09.07.1978	Warszawa
M 35	29:37.46	Stanisław	MARZEC	62-01-03	Nałęczów	26.06.1998	Wrocław
M 40	30:10.68	Zbigniew	MURAWSKI	66-01-08	Szczecin	05.05.2007	Warszawa
M 45	30:55.63	Stanisław	MARZEC	62-01-03	Nałęczów	23.06.2007	Toruń
M 50	33:12.04	Marcin	KONIECZNY	72-10-15	Dywity	22.04.2023	Olkusz
M 55	33:49.60	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	24.04.2021	Goleniów
M 60	38:16.34	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	24.08.2013	Toruń
M 65	39:27.12	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	27.06.2015	Toruń
M 70	43:24.21	Jerzy	FEDEROWICZ	29-08-20	Gdańsk	03.06.2000	Warszawa
M 75	45:49.56	Marian	PARUSIŃSKI	22-09-24	Gdańsk	15.06.2002	Sopot
M 80	49:49.89	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	30.06.2018	Toruń

Maraton

W 35	2:27:41*	Renata	KOKOWSKA	58-12-04	Wałcz	29.09.1996	Berlin
W 40	2:34:00*	Renata	KOKOWSKA	58-12-04	Wałcz	09.10.1999	Pekin

W 45	2:51:07*	Krystyna	KUTA	67-09-21	Serock	13.04.2014	Warszawa
W 50	3:04:27	Magdalena	BIAŁORCZYK	72-06-20	Bielsko-Biała	05.03.2023	Tokyo
W 55	3:07:35*	Joanna	DREWNICKA- OGRODNIK	67-07-12	Sobótka	05.05.2024	Copenhagen
W 60	3:22:36	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	14.10.2012	Poznań
W 65	3:30:26	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	13.04.2014	Warszawa
W 70	3:50:45	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	14.04.2019	Warszawa
W 75	4:51:13	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	23.03.2024	Toruń
M 35	2:09:23*	Grzegorz	GAJDUS	67-01-16	Oleśnica	12.10.2003	Eindhoven
M 40	2:15:54*	Ryszard	MARCZAK	45-11-25	Bydgoszcz	06.11.1988	New York
M 45	2:21:03*	Ryszard	MARCZAK	45-11-25	Bydgoszcz	03.11.1991	New York
M 50	2:29:10*	Marcin	KONIECZNY	72-10-15	Dywity	01.12.2024	Walencja
M 55	2:40:43	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	21.06.2009	Lębork
M 60	2:47:49*	Robert	KRZAK	64-05-10	Gliwice	12.04.2026	Łódź
M 65	3:01:09	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	16.08.2015	Lyon
M 70	3:09:41	Andrzej	MACIOŁ	54-12-22	Kraków	06.04.2025	Kraków
M 75	3:41:16	Jan	MORAWIEC	33-01-01	Łódź	18.05.2008	Łódź
M 80	4:01:24	Jan	MORAWIEC	33-01-01	Łódź	28.04.2013	Kraków
M 85	5:50:06	Marian	PARUSIŃSKI	22-09-24	Gdańsk	07.10.2007	Poznań

110 m pł.

M 35	13.69*	Artur	KOHUTEK	71-05-01	Bydgoszcz	10.06.2006	Kozienice
M 35	15.14	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	16.07.2010	Nyiregyhaza
M 40	14.63	Ryszard	KATUS	47-03-29	Warszawa	04.08.1989	Eugene
M 45	16.17	Adam	DUBIEL	79-01-12	Warszawa	20.07.2024	Warszawa

100 m pł.

W 35	13.99*	Urszula	WŁODARCZYK	65-12-22	Wrocław	09.06.2001	Arles
W 35	16.31	Elżbieta	RĄCZKA	70-11-19	Warszawa	28.07.2006	Poznań
M 50	15.39	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	28.06.2015	Toruń
M 55	15.98	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	25.08.2018	Toruń
M 60	15.49	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	27.07.2018	Lovosice
M 65	15.56	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	25.05.2024	Shkodra

80 m pł.

W 40	11.96	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	14.08.1992	Spokane
W 45	12.56	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	Polkowice	07.09.2019	Caorle
W 50	12.94	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	26.05.2002	Irvine
W 55	14.58	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	27.07.2006	Poznań
W 60	15.69	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodzisk Maz.	26.08.2023	Łódź
W 80	36.02	Maria	GAŚOWSKA	45-01-22	Włocławek	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 70	13.04	Henryk	SZYMURA	52-01-26	Kędzierzyn-Koźle	09.07.2022	Tampere
M 75	14.36	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 80	19.07	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	19.06.2022	Toruń

400 m pł.

W 35	73.59	Dominika	BROOKS	78-11-05	Toruń	07.09.2018	Malaga
W 40	71.04	Dominika	BROOKS	78-11-05	Toruń	07.09.2019	Jesolo
W 45	77.28	Anna	MILIŃSKA- TYMENDORF	70-02-28	Warszawa	25.05.2019	Łódź
M 35	49.95	Ryszard	SZPARAK	51-07-02	Olsztyn	06.08.1986	La Coruna
M 40	53.05	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	09.06.2022	Suwałki
M 45	53.76	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	08.06.2025	Warszawa
M 50	63.46	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	24.08.2013	Toruń
M 55	65.90	Ryszard	MIDUCH	64-01-19	Lublin	07.09.2019	Jesolo

300 m pł.

W 50	51.82	Katarzyna	KRYSZTOSIAK	73-09-08	Warszawa	15.08.2024	Goteborg
W 55	66.07	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	29.09.2018	Wichita
W 60	110.56	Urszula	MÓLSKA	59-03-09	Rybnik	18.06.2022	Toruń
W 65	88.98	Alicja	WŁODARCZYK	52-05-11	Toruń	07.09.2019	Jesolo
M 60	46.38	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	07.09.2019	Jesolo
M 65	46.73	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	08.06.2024	Braniewo

M 70	51.21	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	07.09.2019	Jesolo
M 75	55.30	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	05.07.2025	Gorzów Wlkp.

200 m pł.

W 70	63.97	Krystyna	BORYŃ	53-05-01	Zabrze	07.07.2024	Włocławek
W 80	65.66	Maria	GĄSOWSKA	45-01-22	Włocławek	13.10.2025	Ribeira Brava
M 80	42.47	Włodzimierz	KOSTRO	43-04-24	Gdynia	27.08.2023	Łódź
M 85	56.74	Jerzy	PRZYBOROWSKI	30-06-15	Radom	27.06.2015	Toruń

3000 m prz.

W 35	10:01.38*	Wioletta	FRANKIEWICZ	77-06-09	Kraków	06.07.2012	Paris
W 35	10:44.75	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	21.07.2017	Białystok
W 40	10:57.38	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	13.09.2020	Warszawa
M 35	8:33.10*	Bogusław	MAMIŃSKI	55-12-18	Warszawa	19.07.1991	Cesenatico
M 35	9:05.25	Dariusz	KLEIN	70-10-28	Oleśnica	28.07.2006	Poznań
M 40	9:03.31*	Jan	ZAKRZEWSKI	70-12-21	Łomża	11.08.2011	Bydgoszcz
M 40	9:15.34	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	17.06.2017	Białogard
M 45	9:34.58	Wiesław	PIĘTKA	65-10-09	Katowice	10.09.2011	Częstochowa
M 50	10:10.76	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 55	10:54.36	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	26.08.2014	Izmir

2000 m prz.

W 35	6:47.84	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	19.06.2016	Warszawa
W 40	7:00.02	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	12.09.2019	Jesolo
W 45	6:59.39	Danuta	WOSZCZEK	78-02-20	Kozienice	29.06.2024	Warszawa
W 50	7:47.33	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	26.08.2014	Izmir
W 55	8:50.41	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	07.09.2018	Malaga
W 65	12:44.54	Alicja	WŁODARCZYK	52-05-11	Toruń	12.09.2019	Jesolo
W 70	14:23.05	Alicja	WŁODARCZYK	52-05-11	Toruń	08.07.2022	Tampere
M 60	7:11.37	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	07.09.2018	Malaga
M 65	7:53.72	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	25.09.2023	Pescara
M 70	9:00.21	Jan	STUCZYŃSKI	41-11-21	Warszawa	30.06.2012	Białystok
M 75	10:10.31	Marian	LEŚNIAK	47-11-10	Kraków	25.09.2023	Pescara

Chód 3000 m – bieżnia

W 35	16:24.36	Kamila	PŁOSZCZYCA	84-11-26	Chorzów	02.09.2023	Chorzów
W 40	16:03.85	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	05.07.2003	Puck
W 45	16:03.0	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	04.08.1985	Bydgoszcz
W 50	16:06.36	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	27.08.2022	Stalowa Wola
W 55	16:46.53	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	06.07.2024	Włocławek
W 60	17:39.0	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	22.07.2023	Puck
W 65	17:31.89	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	15.09.2001	Łódź
W 70	19:06.0*	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	24.09.2006	Sopot
W 75	21:48.91	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	30.06.2012	Białystok
M 35	11:19.51*	Robert	KORZENIOWSKI	68-07-30	Kraków	06.09.2003	Warszawa
M 35	11:29.15	Grzegorz	SUDOŁ	78-08-28	Kraków	28.06.2016	Cork
M 40	13:04.2*	Stanisław	GŁUSZCZ	06-10-13	Warszawa	13.07.1951	Warszawa
M 40	13:15.12	Bogusław	BARBUŻYŃSKI	66-05-13	Gdańsk	28.06.2008	Słupsk
M 45	13:52.1	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	09.09.1995	Warszawa
M 50	13:31.32	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	27.08.2023	Łódź
M 55	14:08.67	Bogusław	BARBUŻYŃSKI	66-05-13	Gdańsk	26.06.2021	Olsztyn
M 60	15:33.7	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	15.07.2017	Puck
M 65	15:32.10	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	22.09.2018	Hilversum
M 70	15:57.58	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	25.05.2019	Veenendaal
M 75	17:13.66	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	29.05.2025	Gouda
M 80	21:43.06	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	30.06.2012	Białystok
M 85	33:43.2	Jacek	BANDURSKI	35-09-11	Sopot	10.07.2021	Puck

Chód 5000 m – bieżnia

W 35	27:14.65	Kazimiera	MOSIO	64-02-24	Mielec	03.06.2000	Warszawa
W 40	26:25.90	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	07.09.2002	Sopot
W 45	25:52.0	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	07.06.1986	Zielona Góra
W 50	27:11.32	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	28.05.2022	Stalowa Wola
W 55	28:05.85	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	19.08.2024	Bjorlanda

W 60	30:00.46	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	10.09.2000	Warszawa
W 65	28:54.13	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	05.07.2001	Brisbane
W 70	31:43.9	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	24.09.2006	Sopot
W 75	36:08.40	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	11.09.2012	Lidzbark Warm.
M 35	18:52.88*	Robert	KORZENIOWSKI	68-07-30	Kraków	09.05.2004	Villeneuve
M 35	19:03.94	Grzegorz	SUDOŁ	78-08-28	Kraków	06.06.2014	Mielec
M 40	21:05.10	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	20.06.1990	Warszawa
M 45	22:52.68*	Robert	KORZENIOWSKI	68-07-30	Kraków	18.05.2014	Les Bains
M 45	23:01.81	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	22.07.1995	Warszawa
M 50	22:36.34	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	13.05.2023	Warszawa
M 55	23:46.89	Jan	ORNOCH	52-05-30	Szczecinek	23.06.2007	Toruń
M 60	26:20.11	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	02.07.2017	Kraków
M 65	26:27.34	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	01.07.2018	Toruń
M 70	27:12.40	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	27.06.2021	Olsztyn
M 75	29:37.35	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	05.09.2007	Riccione
M 80	35:43.76	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	19.08.2012	Zgorzelec

Chód 5 km – szosa

W 35	22:58	Agnieszka	ELLWARD	89-03-26	Gdynia	25.05.2024	Borsky Mikulas
W 40	26:05	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	28.08.2004	Gdańsk
W 45	26:11	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	14.09.1985	Warszawa
W 50	27:36	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	03.09.2022	Gdańsk
W 55	28:07	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	22.03.2024	Toruń
W 60	29:30	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	28.08.2000	Gdańsk
W 65	30:06	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	30.08.2003	Gdańsk
W 70	33:40	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	26.08.2006	Gdańsk
M 35	19:22	Grzegorz	SUDOŁ	78-08-28	Kraków	31.08.2013	Gdańsk
M 40	21:17	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	26.05.1990	Borsky Mikulas
M 45	22:05	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	27.08.1995	Gdańsk
M 50	22:52	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	0909.2023	Gdańsk
M 55	24:06	Jan	ORNOCH	52-05-30	Szczecinek	30.08.2008	Gdańsk
M 60	26:18	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	31.08.1991	Gdańsk
M 65	26:08	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	31.08.1996	Gdańsk
M 70	29:34	Jan	BIAŁOUS	37-01-02	Gdańsk	22.03.2007	Helsinki
M 75	33:50	Edward	GOŁĘBIEWSKI	50-03-14	Pobiedziska	31.03.2026	Toruń
M 80	36:27	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	27.08.2011	Gdańsk

Chód 10 km – szosa

W 35	46:58	Agnieszka	ELLWARD	89-03-26	Gdynia	06.09.2025	Gdańsk
W 40	54:38	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	15.09.2002	Rumia
W 45	53:09	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	14.09.1985	Warszawa
W 50	56:21	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	23.04.2022	Sulejówek
W 55	57:20	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	31.03.2023	Toruń
W 60	61:05	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	14.07.2000	Jyvaskyla
W 65	58:45	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	13.07.2001	Brisbane
W 70	67:41	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	10.09.2007	Riccione
W 75	72:27	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	21.04.2012	Zaniemyśl
M 35	38:39*	Robert	KORZENIOWSKI	68-07-30	Kraków	12.06.2004	Kraków
M 35	40:13	Rafał	FEDACZYŃSKI	80-12-03	Katowice	09.04.2016	Podebrady
M 40	43:38	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	11.08.1990	Mielec
M 45	46:13	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	02.05.1997	Tarnobrzeg
M 50	46:34	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	23.04.2023	Warszawa
M 55	50:31*	Bolesław	MICHOŃ	13-12-16	Lublin	06.09.1969	Gdańsk
M 55	51:38	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	21.04.2012	Zaniemyśl
M 60	53:38	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	24.03.2017	Daegu
M 65	54:59	Leszek	BEHOUNEK	59-07-13	Zakopane	01.05.2026	Catania
M 70	60:05	Jan	BIAŁOUS	37-01-02	Gdańsk	17.06.2007	Rumia
M 75	70:16	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	27.07.2006	Poznań

Chód 20 km – szosa

W 35	1:38:48	Agnieszka	ELLWARD	89-03-26	Gdynia	22.03.2025	Dudince
W 40	2:01:16	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	24.05.2003	Upice
W 45	1:48:54	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Katowice	08.06.1985	Katowice
W 50	2:01:55	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	06.07.2022	Tampere
W 55	2:05:43	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	25.08.2024	Goteborg
W 60	2:06:48	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	24.09.2000	Zamość

W 65	2:06:41	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	26.05.2002	Riccione
W 70	2:22:02	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	14.09.2007	Riccione
M 35	1:19:02*	Robert	KORZENIOWSKI	68-07-30	Kraków	02.05.2004	Naumburg
M 35	1:21:47	Rafał	FEDACZYŃSKI	80-12-03	Katowice	09.04.2016	Podebrady
M 40	1:27:35	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	23.10.1990	Erewań
M 45	1:36:38	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	26.03.1995	Washington
M 50	1:39:46*	Bolesław	MICHOŃ	12-12-16	Lublin	13.08.1965	Szczecin
M 50	1:42:45	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	18.10.2025	Machico
M 55	1:43:59	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	06.10.2012	Piła
M 60	1:50:53	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	22.04.2017	Zaniemyśl
M 65	1:56:26	Leszek	BEHOUNEK	59-07-13	Zakopane	03.05.2026	Catania, ITA
M 70	2:02:43	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	13.07.2001	Brisbane
M 75	2:13:18	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	14.09.2007	Riccione
M 80	2:30:15	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	22.08.2012	Hradek n. Nisou

Chód 30 km – szosa

W 35	2:30:09	Agnieszka	ELLWARD	89-03-26	Gdynia	22.03.2025	Dudince
M 35	2:06:41	Maher	BEN HLIMA	89-07-24	Łódź	22.03.2025	Dudince
M 40	2:22:43	Rafał	FEDACZYŃSKI	80-12-03	Katowice	16.05.2021	Podebrady
M 45	2:49:48	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	26.05.2002	Riccione
M 50	2:43:49	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	02.10.2010	Hollenburg
M 55	2:44:53	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	13.10.2012	Gleina
M 60	3:01:06	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	25.09.1994	Zamość
M 65	3:16:11	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	15.05.2022	Grosseto
M 70	3:18:03	Jan	BIAŁOUS	37-01-02	Gdańsk	07.10.2007	Bad Altenburg

W dal

W 35	6.63*	Agata	KARCZMAREK	63-11-29	Warszawa	03.07.1999	Kraków
W 35	5.66	Jolanta	BARTCZAK	64-03-20	Warszawa	03.06.2000	Warszawa
W 40	5.96	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	23.05.1992	Irvine
W 45	5.46	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	23.06.2007	Toruń
W 50	5.30	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	30.06.2012	Białystok
W 55	4.83	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	24.07.2006	Poznań
W 60	4.15	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	20.08.2012	Zittau
W 65	3.94	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	24.09.2016	Sopot
W 70	3.54	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	26.06.2021	Olsztyn
W 75	2.22	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	22.08.2020	Lublin
W 80	1.53*	Fredyburga	STENCEL	28	Mieroszyno	07.06.2009	Połczyno
M 35	7.65*	Józef	SZMIDT	35-03-28	Zabrze	10.10.1970	Warszawa
M 35	7.62	Adrian	STRZAŁKOWSKI	90-03-28	Szczecin	19.07.2025	Warszawa
M 40	7.12	Stanisław	SZYDŁOWSKI	50-11-14	Wrocław	20.07.1991	Turku
M 45	6.70	Łukasz	SOBORA	78-11-23	Warszawa	13.08.2024	Goteborg
M 50	6.43	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	26.05.2012	Warszawa
M 55	5.99	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	28.08.2016	Częstochowa
M 60	5.68	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	30.07.2019	Turyn
M 65	5.54	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 70	4.89	Jan	TOMCZAK	52-12-27	Jarocin	13.08.2024	Goteborg
M 75	4.12	Grzegorz	ZROBCZYŃSKI	50-01-22	Rudnica	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 80	3.80	Ziggy	PAKIERT	45-05-08	Naples	16.10.2025	Ribeira Brava
M 85	3.17	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	26.08.2023	Łódź
M 90	1.97	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	06.07.2024	Włocławek

Trójskok

W 35	13.63*	Małgorzata	TRYBAŃSKA-STROŃSKA	81-06-21	Kraków	24.06.2016	Bydgoszcz
W 35	10.89	Anna	STYRCZ	82-04-17	Kraków	02.07.2017	Kraków
W 40	12.28	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	23.05.1992	Irvine
W 45	11.77	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	LKS Polkowice	28.09.2023	Pescara
W 50	11.37	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	08.07.2001	Brisbane
W 55	10.18	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	29.07.2006	Poznań
W 60	9.24	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	15.07.2011	Sacramento
W 65	8.76	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	03.07.2016	Opole
W 70	8.28	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	27.06.2021	Olsztyn
W 75	4.12	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	15.08.2020	Lovosice
W 80	4.04	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 35	16.65*	Józef	SZMIDT	35-03-28	Zabrze	30.08.1970	Sztokholm

M 35	15.75	Jerzy	KADUSZKIEWICZ	52-05-15	Kraków	06.06.1987	Brzeszcze
M 40	14.41	Łukasz	SOBORA	78-11-23	Warszawa	24.06.2021	Poznań
M 45	14.12	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	10.09.2005	Zielona Góra
M 50	13.32	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	27.06.2010	Toruń
M 55	12.30	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	11.08.2015	Lyon
M 60	12.10	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	19.06.2022	Toruń
M 65	11.72	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 70	10.90	Adam	ADAMEK	47-05-22	Wałbrzych	09.09.2017	Zielona Góra
M 75	8.84	Grzegorz	ZROBCZYŃSKI	50-01-22	Rudnica	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 80	7.01	Hubert	TOBIAS	43-01-17	Gdańsk	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 85	5.92	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	27.08.2023	Łódź
M 90	2.54	Kazimierz	SPYCHAŁA	20-09-18	Łódź	19.06.2011	Zielona Góra

Wzwyż

W 35	1.95*	Kamila	LIĆWINKO	86-03-22	Białystok	05.08.2021	Tokyo
W 35	1.78	Anna	WIDAWSKA	83-09-29	Wrocław	18.06.2022	Toruń
W 40	1.66	Urszula	KIELAN	60-10-10	Warszawa	16.06.2002	Sopot
W 45	1.56	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	30.07.2009	Lahti
W 50	1.52	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	08.08.2002	Orono
W 55	1.46	Urszula	KIELAN	60-10-10	Warszawa	24.09.2016	Sopot
W 60	1.38	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodziska Maz.	18.06.2022	Toruń
W 65	1.20	Halina	ŚLĘZAK	55-03-17	Bliżyn	26.06.2021	Olsztyn
W 70	1.20	Halina	ŚLĘZAK	55-03-17	Bliżyn	20.09.2025	Olsztyn
M 35	2.09*	Maciej	LEPIATO	88-08-18	Gorzów Wlkp.	15.06.2024	Kraków
M 35	2.08	Mirosław	WŁODARCZYK	59-02-24	Brzeszcze	29.05.1994	Zabrze
M 40	1.96	Jacek	WSZOŁA	56-12-30	Warszawa	07.06.1997	Poznań
M 45	1.80	Dariusz	ZIELKE	60-10-21	Gdańsk	01.07.2006	Toruń
M 50	1.80	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	21.05.2005	Płock
M 55	1.77	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	25.09.2010	Sopot
M 60	1.70	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	02.07.2016	Opole
M 65	1.63	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	15.06.2019	Piotrków Tryb.
M 70	1.44	Sławomir	DRĄG	51-08-03	Wrocław	18.06.2022	Toruń
M 75	1.39	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	13.08.2024	Goteborg
M 80	1.18	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	12.09.2021	Gliwice
M 85	1.05	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	07.07.2024	Włocławek

Tyczka

W 35	3.30	Monika	KOGUT	83-03-15	Zielona Góra	30.06.2019	Białystok
	3.30	Agnieszka	WRONA	82-05-05	Kielce	30.06.2019	Białystok
W 45	2.60	Natalia	KALINICZENKO	73/07/03	Szczecin	13.09.2019	Jesolo
M 35	5.62*	Tadeusz	ŚLUSARSKI	50-05-19	Warszawa	08.07.1985	Recklinhausen
M 35	5.00	Przemysław	CZERNIAK	84-03-27	Poznań	03.06.2022	Bydgoszcz
M 40	4.82	Przemysław	CZERNIAK	84-03-27	Poznań	14.06.2025	Poznań
M 45	4.51	Krzysztof	DZIAMSKI	58-06-27	Poznań	09.07.2005	Toruń
M 50	4.05	Piotr	NAWOCKI	70-02-04	Wrocław	07.07.2024	Włocławek
M 55	4.00	Krzysztof	DZIAMSKI	58-06-27	Poznań	13.06.2015	Poznań
M 60	3.30	Paweł	IWIŃSKI	49-06-28	Bydgoszcz	25.08.2013	Toruń
M 65	3.00	Paweł	IWIŃSKI	49-06-28	Bydgoszcz	24.09.2016	Sopot
M 70	2.80	Marek	ŚLIWIŃSKI	44-08-22	Sopot	27.09.2014	Sopot
	2.80	Paweł	IWIŃSKI	49-06-28	Bydgoszcz	09.09.2019	Jesolo
M 75	2.40	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	04.09.2016	Toruń
M 80	2.15	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	27.08.2023	Łódź

Kula 7,26 kg – M 35-49, 6 kg – M 50-59, 5 kg – M 60-69, 4 kg – W 35-49, M 70-75 3 kg – W 50-70, M80+ 2 kg – W +75

W 35	18.95*	Krystyna	ZABAWSKA	68-01-14	Białystok	27.06.2003	Gdańsk
W 35	14.10	Ewa	DURSKA	77-02-27	Goleniów	16.06.2016	Grossetto
W 40	18.68*	Krystyna	ZABAWSKA	68-01-14	Białystok	01.07.2008	Bydgoszcz
W 40	13.63	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	22.07.2006	Poznań
W 45	12.38	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	07.06.1997	Poznań
W 50	12.91	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	23.08.2020	Lublin
W 55	12.22	Małgorzata	KRZYŻAN	68-05-13	Słubice	15.06.2025	Gorzów Wlkp.
W 60	10.36	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	26.08.2023	Łódź
W 65	10.17	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	27.06.2015	Toruń
W 70	9.96	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	27.06.2021	Olsztyn
W 75	10.44	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	20.03.2024	Toruń
W 80	7.67	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	05.09.2019	Jesolo
W 85	6.05	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	07.10.2023	Słubice
W 90	2.59*	Agnieszka	KEPKE	17-07-01	Mieroszyno	08.06.2008	Połczyño

M 35	20.70*	Władysław	KOMAR	40-04-11	Warszawa	26.06.1977	Karl Marx Stadt
M 35	18.80	Rafał	KOWNATKE	85-03-24	Puck	08.08.2020	Gdańsk
M 40	19.97*	Władysław	KOMAR	40-04-11	Warszawa	06.09.1980	Warszawa
M 40	18.05	Rafał	KOWNATKE	85-03-24	Puck	22.08.2025	Bydgoszcz
M 45	16.27	Piotr	PERŻYŁO	61-11-15	Czechowice Dz.	07.09.2007	Riccione
M 50	15.78	Mieczysław	SZPAK	61-07-10	Kołobrzeg	19.08.2012	Zittau
M 55	15.15	Włodzimierz	KALINOWSKI	47-04-03	Warszawa	2002	Zduńska Wola
M 60	14.81	Ryszard	ZGLENICKI	56-11-24	Bydgoszcz	03.06.2017	Łagiewniki
M 65	14.10	Ryszard	ZGLENICKI	56-11-24	Bydgoszcz	01.07.2022	Tampere
M 70	14.27	Andrzej	KLIMCZAK	50-07-31	Wilkanowo	18.06.2022	Toruń
M 75	13.16	Longin	BUJNOWICZ	40-07-02	Łódź	11.07.2015	Puck
M 80	13.06	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	27.06.2021	Olsztyn
M 85	10.82	Longin	BUJNOWICZ	40-07-02	Aleksandrów Ł.	07.09.2025	Aleksandrów Ł.
M 90	7.03	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	07.05.2023	Gliwice
M 95	4.60*	Wincenty	CUKIERSKI	12-01-08	Sopot	21.04.2007	Sopot
M105	4.27	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Świdnica	27.06.2015	Toruń

Dysk 2 kg – M 35-49, 1,5 kg – M 50-59, 1 kg – W 35-70, M+60 750 g – W +75

W 35	64.57*	Marzena	WYSOCKA	69-02-17	Biała Podlaska	12.06.2005	Warszawa
W 35	61.73	Joanna	WISNIEWSKA	72-05-24	Polkowice	19.05.2012	Halle
W 40	61.92	Joanna	WISNIEWSKA	72-05-24	Polkowice	17.06.2012	Bielsko-Biała
W 45	57.46	Joanna	WISNIEWSKA	72-05-24	Polkowice	23.07.2017	Białystok
W 50	43.79	Joanna	WISNIEWSKA	72-05-24	Polkowice	13.10.2025	Ribeira Brava
W 55	39.10	Małgorzata	KRZYŻAN	68-05-13	Ślubice	26.05.2023	Berlin
W 60	28.65	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	27.06.2009	Białystok
W 65	27.23	Czesława	STĘPNIEWSKA	54-07-20	Skarżysko-Kam.	14.09.2019	Caorle
W 70	25.49	Czesława	STĘPNIEWSKA	54-07-20	Skarżysko-Kam.	28.02.2026	Toruń
W 75	24.16	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	18.03.2024	Toruń
W 80	14.21	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	21.09.2019	Zielona Góra
W 85	12.20	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	26.03.2023	Toruń
M 35	67.23*	Piotr	MAŁACHOWSKI	83-06-07	Wrocław	09.07.2019	Szekesfehervar
M 35	55.25	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	09.09.2003	Ślubice
M 40	56.68*	Dariusz	JUZYSZYN	57-03-29	Wrocław	05.09.1998	Sopot
M 40	54.08	Andrzej	MALISZEWSKI	57-05-22	Brzeszcze	22.06.1997	Bydgoszcz
M 45	53.89*	Olgierd	STAŃSKI	73-04-04	Lubin	21.07.2018	Lublin
M 45	51.80	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	24.04.2010	Wiechlice
M 50	53.56	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	14.08.2015	Lyon
M 55	50.47	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	30.06.2019	Białystok
M 60	58.41	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	20.09.2008	Sopot
M 65	51.93	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	06.10.2012	Dąbrówka Wlkp.
M 70	45.75	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	09.09.2017	Zielona Góra
M 75	41.26	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	10.09.2016	Zielona Góra
M 80	33.25	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	26.06.2021	Olsztyn
M 85	29.15	Longin	BUJNOWICZ	40-07-02	Zgierz	07.09.2025	Aleksandrów Ł.
M 90	17.25	Władysław	MIELCAREK	25-10-10	Bydgoszcz	02.07.2016	Opole
M 105	7.50	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Świdnica	26.06.2015	Toruń

Młot 7,26 kg – M 35-49, 6 kg – M 50-59, 5 kg – M 60-69, 4 kg – W 35-49, M 70-75 3 kg – W 50-70, M 80+ 2 kg – W +75

W 35	78.48*	Anita	WŁODARCZYK	85-08-08	Katowice	03.08.2021	Tokio
W 35	49.13	Anna	JANKOWSKA	90-06-20	Nakło n. Notecią	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 40	76.64*	Anita	WŁODARCZYK	85-08-08	Katowice	15.09.2025	Tokyo
W 40	41.70	Monika	KAMIŃSKA	84-04-07	Warszawa	22.06.2024	Taipei
W 45	37.52	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	23.03.2018	Madrid
W 50	39.66	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	17.06.2023	Toruń
W 55	39.18	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 60	30.04	Małgorzata	STANUCH-ROKICKA	62-06-23	Leszno	22.06.2024	Toruń
W 65	27.57	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	18.06.2011	Zielona Góra
W 70	25.70	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	02.07.2017	Kraków
W 75	27.43	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	06.07.2024	Włocławek
W 80	21.28	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	01.07.2018	Toruń
W 85	18.77	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	23.09.2023	Pescara
M 35	80.95*	Wojciech	NOWICKI	89-02-22	Białystok	09.06.2024	Roma
M 35	68.82	Florian	KULCZYŃSKI	50-02-15	Słupsk	30.09.1987	Stargard Szcz.
M 40	64.92	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	20.07.2015	Kraków
M 45	63.54	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	11.09.2016	Warszawa
M 50	67.17	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	20.08.2024	Bjorlanda
M 55	63.89	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	30.03.2026	Toruń
M 60	57.87	Andrzej	PIĄCZKOWSKI	50-04-02	Warszawa	27.06.2010	Toruń

M 65	52.00	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	20.08.2002	Potsdam
M 70	54.35	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	04.09.2016	Toruń
M 75	51.88	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	28.07.2023	Toruń
M 80	47.84	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	31.03.2026	Toruń
M 85	29.69	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
M 90	20.83	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	28.03.2023	Toruń

Oszczep 800 g – M 35-49, 700 g – M 50-59, 600 g – W 35-49, M 60-69, 500 g – W 50-70, M 70-79 400 g – W +75, M +80

W 35	61.50	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	20.05.2000	Siedlce
W 40	52.45	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	24.07.2006	Poznań
W 45	40.79	Joanna	ZIÓŁKOWSKA	77-05-24	Poznań	28.05.2022	Toruń
W 50	47.14	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	12.08.2015	Lyon
W 55	38.67	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	30.06.2018	Toruń
W 60	41.14	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	27.03.2023	Toruń
W 65	22.95 <i>400g</i>	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	19.06.2011	Zielona Góra
W 65	22.92 <i>500g</i>	Halina	PIERZCHAŁA	59-03-02	Antonie	21.03.2024	Toruń
W 70	22.93	Czesława	STĘPNIEWSKA	54-07-20	Skarżysko-Kam.	31.03.2026	Toruń
W 75	16.74	Alicja	SOWA	43-08-07	Gliwice	13.07.2019	Puck
W 80	11.75	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	27.06.2021	Olsztyn
W 85	9.07	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	29.03.2023	Toruń

M 35	77.11	Tomasz	DAMSZEL	72-03-25	Namysłów	05.07.2008	Szczecin
M 40	66.84	Tomasz	DAMSZEL	72-03-25	Warszawa	30.06.2012	Białystok
M 45	62.25	Tomasz	DAMSZEL	72-03-25	Warszawa	12.09.2019	Caorle
M 50	58.97 <i>stary</i>	Mirosław	WITEK	67-04-24	Słupsk	24.03.2019	Toruń
M 50	52.83	Marcin	FIDELUS	74-11-20	Warszawa	05.10.2025	Warszawa
M 55	54.60 <i>stary</i>	Jan	DEC	48-10-17	Cigacice	02.10.2004	Zbąszynek
M 55	43.74	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	19.10.2025	Madera
M 60	57.79	Aleksander	SAKÓW	39-01-10	Stargard Szcz.	06.08.1999	Gateshead
M 65	50.76	Aleksander	SAKÓW	39-01-10	Stargard Szcz.	30.07.2004	Arhus
M 70	45.10	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	04.11.2005	Wałbrzych
M 75	40.00	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Szczawno Zdrój	29.05.2010	Zbąszynek
M 80	34.38	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Szczawno Zdrój	12.09.2015	Zielona Góra
M 85	25.52	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	27.06.2020	Toruń
M 90	13.24	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	17.03.2024	Toruń

Cieżarek 15,88 kg - M 35-49, 11,34 kg - M 50-59, 9,08 kg - W 35-49, M 60-69, 7,26 kg - W 50-59, M 70-79, 5,45 kg - W 60-74, M+80, 4 kg - W+75

W 35	13.76	Anna	JANKOWSKA	90-06-20	Nakło n. Notecią	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 40	12.99	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	16.05.2015	Nowe Miasto L.
W 45	12.10	Marzena	IGNACZAK	73-12-21	Łódź	07.09.2019	Eraclea
W 50	14.23	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	05.06.2021	Toruń
W 55	13.53	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	30.03.2026	Toruń
W 60	13.42	Beata	PRZYBYSZ-MAŁEK	65-02-21	Warszawa	24.08.2025	warszawa
W 65	11.86	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	17.12.2017	Toruń
W 70	11.24	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	08.12.2018	Toruń
W 75	11.88	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 80	9.33	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	01.06.2019	Łagiewniki
W 85	7.44	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	24.09.2023	Pescara

M 35	19.57	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	21.08.2009	Tata
M 40	19.25	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	11.08.2015	Lyon
M 45	19.91	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	04.06.2016	Łagiewniki
M 50	22.84	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	02.07.2022	Tampere
M 55	23.03	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	27.03.2026	Toruń
M 60	20.45	Witold	LIPOWSKI	56-10-08	Kędzierzyn-Koźle	24.02.2018	Toruń
M 65	19.03	Florian	KULCZYŃSKI	50-02-15	Kołobrzeg	11.07.2015	Puck
M 70	20.50	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	11.09.2018	Malaga
M 75	19.61	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	23.07.2022	Puck
M 80	20.01	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	24.08.2025	Warszawa
M 85	12.70	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	18.05.2024	Toruń
M 90	10.59	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	22.07.2023	Puck

5 - bóji (kobiety - 100 m pł., wzyż, kula, w dal, 800 m)

W 50	4525	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	08.08.2002	Eugene
------	------	------	------------	----------	--------	------------	--------

5 - bóji (kobiety - w dal, oszczep, 200 m, dysk, 800 m, mężczyźni - w dal, oszczep, 200 m, dysk, 1500 m) - punktacja obowiązująca do dnia 31.12.2022

W 35	1719	Anna	ORZEŁ	77-04-25	Koszalin	20.07.2013	Koszalin
W 40	1928	Beata	KALISTA-ŁEBEK	80-08-09	Grodzisk Maz.	05.06.2021	Toruń
W 45	2776	Joanna	ZIÓŁKOWSKA	77-05-24	Poznań	28.05.2022	Toruń

W 50	2729	Bożena	BOGUCKA	70-11-25	Wrocław	28.05.2019	Toruń
W 55	2219	Urszula	KIELAN	60-10-10	Warszawa	15.06.2019	Toruń
W 60	2982	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	20.07.2013	Koszalin
W 65	3070	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	18.06.2016	Toruń
M 35	3013	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	20.08.2011	Koszalin
M 40	3071	Marek	KASZUBA	71-01-09	Wrocław	20.07.2013	Koszalin
M 45	3387	Wojciech	KIKOWSKI	48-01-29	Zduńska Wola	12.06.1994	Ateny
M 50	3493	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	20.07.2013	Koszalin
M 55	3869	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	20.08.2011	Koszalin
M 60	3947	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	17.06.2017	Toruń
M 65	3864	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	05.06.2021	Toruń
M 70	3232	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	27.06.2020	Toruń
M 75	2906	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	20.06.2009	Koszalin
M 80	3646	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.06.2010	Koszalin
M 85	3549	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.09.2015	Zielona Góra
M 90	416	Kazimierz	SPYCHAŁA	20-09-18	Łódź	20.08.2011	Koszalin

5 - bój (kobiety - w dal, oszczep, 200 m, dysk, 800 m, mężczyźni - w dal, oszczep, 200 m, dysk, 1500 m) - **punktacja obowiązująca od dnia 01.01.2023**

W 40	1921	Katarzyna	KILIAN	84-02-14	Otwock	22.06.2024	Łódź
W 45	2348	Barbara	GADZIŃSKA	76-12-20	Polkowice	22.06.2024	Łódź
W 50	2331	Joanna	JANKOWSKA	73-04-27	Brodnica Wlkp.	31.05.2025	Łódź
M 35	3061	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	20.08.2011	Koszalin
M 40	3075	Marek	KASZUBA	71-01-09	Wrocław	20.07.2013	Koszalin
M 45	3366	Wojciech	KIKOWSKI	48-01-29	Zduńska Wola	12.06.1994	Ateny
M 50	3503	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	20.07.2013	Koszalin
M 55	3859	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	20.08.2011	Koszalin
M 60	3815	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	17.06.2017	Toruń
M 65	3703	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	05.06.2021	Toruń
M 70	3192	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	31.05.2025	Łódź
M 75	2593	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	20.06.2009	Koszalin
M 80	3114	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.06.2010	Koszalin
M 85	2918	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	12.09.2015	Zielona Góra
M 90	416	Kazimierz	SPYCHAŁA	20-09-18	Łódź	20.08.2011	Koszalin

7 - bój (100 m pł., wzwyż, kula, 200 m, w dal, oszczep, 800 m)

W 35	6043*	Urszula	WŁODARCZYK	65-12-22	Wrocław	16-17.06.2001	Ratingen
W 40	4069	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	LKS Polkowice	05-06.09.2018	Malaga
W 45	4871	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	LKS Polkowice	07-08.09.2019	Caorle
W 50	5257	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Orange	22-23.06.2002	New Jersey

10 - bój (100 m, w dal, kula, wzwyż, 400 m, 110 m pł., dysk, tyczka, oszczep, 1500 m) - **punktacja obowiązująca do dnia 31.12.2022**

M 35	6455	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	15-16.07.2010	Nyiegyhaza
M 40	6368	Eugeniusz	SZCZERKOWSKI	48-10-05	Bydgoszcz	27-28.07.1989	Eugene
M 45	6641	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	06-07.07.2011	Sacramento
M 50	7039	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	22-23.08.2014	Izmir
M 55	7452	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	06-07.09.2018	Malaga
M 60	6969	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	05-06.08.2015	Lyon
M 65	7265	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	31.07- 1.08.2021	Bełchatów
M 70	7287	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	01-02.06.2019	Stendal

10 - bój (100 m, w dal, kula, wzwyż, 400 m, 110 m pł., dysk, tyczka, oszczep, 1500 m) - **punktacja obowiązująca od dnia 01.01.2023**

M 35	6396	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	15-16.07.2010	Nyiegyhaza
M 40	6277	Eugeniusz	SZCZERKOWSKI	48-10-05	Bydgoszcz	27-28.07.1989	Eugene
M 45	6516	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	06-07.07.2011	Sacramento
M 50	6920	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	22-23.08.2014	Izmir
M 55	7302	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	06-07.09.2018	Malaga
M 60	6600	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	05-06.08.2015	Lyon
M 65	6845	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	31.07- 1.08.2021	Bełchatów
M 70	6717	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	01-02.06.2019	Stendal
M 75	5929	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	11-12.10.2025	Ribeira Brava

5 - bój rzutowy (młot, kula, dysk, oszczep, ciężarek) - **punktacja obowiązująca do dnia 31.12.2022**

W 35	2594	Maria	KĘDZIORA	61-06-25	Krzyżowa	04.10.1998	Zduńska Wola
W 40	3320	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	09.07.2016	Dolny Kubin

W 45	2759	Bogusława	KLIMASZEWSKA	57-04-06	Gdynia	21.06.2003	Stargard Szcz.
W 50	3630	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	05.06.2021	Toruń
W 55	3964	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	15.06.2019	Toruń
W 60	3329	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	23.07.2010	Nyiregyhaza
W 65	3568	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	04.06.2011	Stargard Szcz.
W 70	3795	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	18.06.2016	Toruń
W 75	3398	Alicja	SOWA	43-08-07	Toruń	15.06.2019	Toruń
W 80	3252	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	05.06.2021	Toruń
M 35	3613	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	13.09.2007	Riccione
M 40	3767	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	12.06.2010	Stargard Szcz.
M 45	4120	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	06.11.2016	Perth
M 50	4365	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	15.09.2019	Caorle
M 55	4329	Ryszard	KRZESIŃSKI	43-02-15	Białobrzegi	18.09.1998	Cesenatico
M 60	4623	Ryszard	KRZESIŃSKI	43-02-15	Białobrzegi	29.07.2004	Arhus
M 65	4291	Aleksander	SAKÓW	39-01-10	Stargard Szcz.	31.07.2004	Arhus
M 70	4404	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	04.08.2012	Dolny Kubin
M 75	4628	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	11.09.2021	Toruń
M 80	4677	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	11.09.2021	Zielona Góra
M 85	3768	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	27.06.2020	Toruń

5 - bój rzutowy (młot, kula, dysk, oszczep, ciężarek) - punktacja obowiązująca od dnia 01.01.2023

W 35	2208	Maria	KEDZIORA	61-06-25	Krzyżowa	04.10.1998	Zduńska Wola
W 40	2843	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	04.06.2016	Łagiewniki
W 45	2495	Bogusława	KLIMASZEWSKA	57-04-06	Gdynia	21.06.2003	Stargard Szcz.
W 50	3221	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	17.06.2023	Toruń
W 55	3518	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	15.06.2019	Toruń
W 60	2963	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	23.07.2010	Nyiregyhaza
W 65	3199	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	04.06.2011	Stargard Szcz.
W 70	3401	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	18.06.2016	Toruń
W 75	2660	Alicja	SOWA	43-08-07	Toruń	15.06.2019	Toruń
W 80	2635	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	05.06.2021	Toruń
W 85	2269	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	22.06.2024	Toruń
M 35	3624	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	13.09.2007	Riccione
M 40	3679	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	12.06.2010	Stargard Szcz.
M 45	3947	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	22.06.2013	Stargard Szcz.
M 50	4227	Grzegorz	PAWELSKI	68-02-14	Gorzów Wlkp.	15.09.2019	Caorle
M 55	3981	Florian	KULCZYŃSKI	50-02-15	Kołobrzeg	10.06.2006	Stargard Szcz.
M 60	4045	Ryszard	KRZESIŃSKI	43-02-15	Białobrzegi	29.07.2004	Arhus
M 65	4046	Edward	ZWOLSKI	56-04-19	Nowe Miasteczko	08.10.2022	Jicin
M 70	4061	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	04.08.2012	Dolny Kubin
M 75	4270	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	27.06.2020	Toruń
M 80	3926	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	11.09.2021	Zielona Góra
M 85	3192	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	27.06.2020	Toruń

4 x 100 m

W 35	49.76	Anna Małgorzata Joanna Anna	ROSTKOWSKA GĄSOWSKA BALCERZAK GROT		POL	14.09.2019	Jesolo
W 40	50.82	Agnieszka Dorota Alicja Aneta	OLCZYK DUTKOWSKA MIELCZAREK GROT		POL	18.10.2025	Ribeira Brava
W 45	53.50	Monika Joanna Katarzyna Renata	JABŁKOWSKA BALCERZAK KRYSZTOSIAK SZYKULSKA		POL	09.07.2022	Tampere
W 50	53.59	Izabela Joanna Katarzyna Renata	SUCHARSKA- CZAPSKA BALCERZAK KRYSZTOSIAK SZYKULSKA		POL	18.10.2025	Ribeira Brava
W 55	58.48	Beata Monika Anna	OPAK JABŁKOWSKA MASZOREK-		POL	18.10.2025	Ribeira Brava

		Ewa	SZYMALA SKRZYŃSKA			
M 35	44.56	Jakub Szymon Piotr Łukasz	ADAMCZYK OGONOWSKI KUCHARSKI PAWŁOWSKI	POL	09.07.2022	Tampere
M 40	45.26	Daniel Piotr Szymon Łukasz	KOSSOWSKI KUCHARSKI OGONOWSKI PAWŁOWSKI	POL	13.06.2021	Warszawa
M 45	46.10	Marcin Radosław Andrzej Krzysztof	SCIUBEŁ SEKIETA PRUSZYŃSKI GUZOWSKI	POL	26.09.2023	Pescara
M 50	47.95	Sylwester Janusz Jan Ryszard	LORENZ PIERSIŃSKI ZIENIEWICZ NOWAKOWSKI	POL	15.09.2007	Riccione
M 55	53.41	Jan Jerzy Mieczysław Czesław	GRZELAK ZAWADZKI BURDZY OKOŃSKI	POL	25.08.2002	Poczdami
M 60	51.12	Krzysztof Andrzej Waldemar Piotr	ZDUNIAK SUT ORŁOWSKI KUBICZEK	POL	14.09.2019	Jesolo
M 65	52.51	Krzysztof Waldemar Andrzej Wiesław	ZDUNIAK ORŁOWSKI SUT MUSIAŁ	POL	17.08.2024	Goteborg
M 70	58.23	Antoni Jan Marek Marian	DADELA TOMCZAK MIELCAREK APOSTOŁ	POL	26.09.2023	Pescara
M 75	59.89	Juliusz Stanisław Marek Marian	KUSCHILL PANEK MIELCAREK LEŚNIAK	POL	18.10.2025	Ribeira Brava

4 x 400 m

W 35	4:01.84	Renata Małgorzata Patrycja Aneta	SZYKULSKA GAŚOWSKA WŁODARCZYK KACZMAREK	POL	06.08.2017	Aarhus
W 40	4:16.39	Dorota Alicja Agnieszka Aneta	DUTKOWSKA MIELCZAREK OLCZYK GROT	POL	19.10.2025	Ribeira Brava
W 45	4:39.41	Renata Małgorzata Katarzyna Anna	SZYKULSKA GAŚOWSKA- STĘPNIAK KRYSZTOSIAK ROSTKOWSKA	POL	19.10.2025	Ribeira Brava
W 50	4:38.21	Anna Anna Monika Katarzyna	MASZOREK- SZYMALA MILIŃSKA- TYMENDORF JABŁKOWSKA KRYSZTOSIAK	POL	25.08.2024	Goteborg

W 55	4:49.68	Anna Ewa Beata Monika	MASZOREK- SZYMALA SKRZYŃSKA OPAK JABŁKOWSKA	POL	19.10.2025	Ribeira Brava
M 35	3:18.53	Szymon Jakub Karol Radosław	OGONOWSKI ADAMCZYK GÓRNY CZYŻ	POL	01.10.2023	Pescara
M 40	3:24.93	Szymon Karol Bartosz Jakub	OGONOWSKI GÓRNY PORZUCZEK ADAMCZYK	POL	19.10.2025	Ribeira Brava
M 45	3:46.84	Janusz Kazimierz Juliab Jan	NATH KOWALSKI PEŁKA ZIENIEWICZ	POL	14.07.2001	Brisbane
M 50	3:46.63	Michał Robert Radosław Andrzej	MUSIAŁ CELIŃSKI STĘPNIAK PIOTROWSKI	POL	25.08.2024	Goteboeg
M 55	3:45.25	Michał Piotr Marek Jerzy	MUSIAŁ SKRZYŃSKI WIDEŁ RYGIER	POL	19.10.2025	Ribeira Brava
M 60	4:12.17	Wiesław Andrzej Bogusław Jan	MUSIAŁ SUT ŻURAWSKI CZAŚTKA	POL	15.09.2019	Caorle
M 65	4:17.97	Krzysztof Stanisław Andrzej Jan	ZDUNIAK KŁOSOWICZ SUT CZAŚTKA	POL	01.10.2023	Pescara
M 70	5:07.58	Sylwester Marian Stanisław Marian	LORENZ LEŚNIAK PANEK APOSTOŁ	POL	25.08.2024	Goteborg
M 75	5:12.66	Marian Marek Stanisław Juliusz	LEŚNIK MIELCAREK PANEK KUSCHILL	POL	19.10.2025	Ribeira Brava

4 x 400 m - Mix

X 35	3:39.65	Mateusz Anna Adrian Iga	SOKALSKI ZIELINKIEWICZ LITWIC BAUMGART-WITAN	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 40	3:46.80	Szymon Dorota Michał Aneta	OGONOWSKI DUTKOWSKA BOROWIEC GROT	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 45	3:53.08	Krzysztof Renata Radosław Małgorzata	POL GUZOWSKI SZYKULSKA SEKIETA GAŚOWSKA- STĘPNIAK	POL	30.09.2023	Pescara
X 50	3:57.71	Andrzej Renata	PIOTROWSKI SZYKULSKA	POL	18.10.2025	Ribeira Brava

		Krzysztof Katarzyna	GUZOWSKI KRYSZTOSIAK			
X 55	4:04.23	Piotr Ewa Michał Monika	SKRZYŃSKI SKRZYŃSKA MUSIAŁ JABŁKOWSKA	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 60	4:50.86	Jerzy Beata Andrzej Krystyna	RYGIER OPAK SUT PIECZULIS	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 70	6:43.79	Antoni Maria Stanisław Alicja	POL DADELA GAŚOWSKA PANEK WŁODARCZYK	POL	30.09.2023	Pescara

Półmaraton drużynowy

W 35	4:15:46	Anna Barbara Jadwiga	ARSENIUK ŻAKOWIECKA DIBRZYŃSKA	POL	30.03.2019	Toruń
W 40	4:22:00	Anna Ewelina Anna	LUTY-LEGUTKO SALWA ARSENIUK	POL	01.04.2023	Toruń
W 45	4:12:41	Agnieszka Małgorzata Danuta	GORTEL-MACIUK SIEMBIDA MAKOWSKA	POL	01.04.2023	Toruń
W 50	4:47:25	Krystyna Wioletta Iwona	KUTA OLEKSYK ZIELIŃSKA	POL	30.03.2019	Toruń
W 55	5:02:23	Eugenia Halina Małgorzata	SZAFARCZYK DUBLIEA KRZEWIŃSKA	POL	30.03.2019	Toruń
W 60	5:02:29	Halina Małgorzata Danuta	DUBIELA KRZEWIŃSKA WOLAK	POL	01.04.2023	Toruń
M 35	3:30:51	Tomasz Zbigniew Piotr	SZYMKOWIAK KALINOWSKI PAŁKA	POL	30.03.2019	Toruń
M 40	3:35:04	Mariusz Zbigniew Karol	GIŻYŃSKI KALINOWSKI MACHOWSKI	POL	01.04.2023	Toruń
M 45	3:35:37	Grzegorz Artur Bartosz	KUJAWSKI JASIŃSKI MAZERSKI	POL	01.04.2023	Toruń
M 50	3:48:10	Piotr Krzysztof Dariusz	POBŁOCKI CIEŚLAK WIECZOREK	POL	30.03.2019	Toruń
M 55	3:55:30	Piotr Ryszard Dariusz	POBŁOCKI TARŁOWSKI OSSOWSKI	POL	01.04.2023	Toruń
M 60	4:04:07	Ireneusz Ireneusz Andrzej	KASPRZAK POKRZYŃSKI DOBIJA	POL	01.04.2023	Toruń
M 65	4:21:08	Janusz Andrzej Marek	FERENC SAJKOWSKI CZUK	POL	30.03.2019	Toruń

M 70	5:11:04	Stefan Henryk Marian	DOBAK OSTRYKIEWICZ LESNIAK	POL	30.03.2019	Toruń
M 75	5:54:40	Zygfryd Henryk Rajmund	LIBAN URTNOWSKI CZACHAROWSKI	POL	30.03.2019	Toruń

Maraton drużynowy

W 35	10:06:54	Agata Katarzyna Ewelina	KOSZTOWNY PŁUŻYŃSKA KURZOBROCKA	POL	23.03.2024	Toruń
W 40	8:55:00	Ewa Lidia Anna	JAGIELSKA NIEKRAŚ LUTY-LEGUTKO	POL	23.03.2024	Toruń
W 45	9:37:40	Magdalena Grażyna Danuta	GURTAL BULIK MAKOWSKA	POL	23.03.2024	Toruń
W 50	10:32:41	Urszula Agnieszka Aneta	SZEWCZUK-RAUCH KUCZKO OBRA	POL	23.03.2024	Toruń
W 55	12:45:46	Katarzyna Mariola Małgorzata	PRUS ANTONIK KOWALSKA	POL	23.03.2024	Toruń
W 60	15:13:18	Krystyna Halina Ewa	ŻYŁKOWSKA GIDEL STROJANOWSKA	POL	23.03.2024	Toruń
W 65	15:04:12	Jolanta Teresa Elżbieta	BRZESKA NOWAK GŁOWACKA	POL	23.03.2024	Toruń
M 35	7:32:11	Wojciech Michał Michał	KOPEĆ BAK GRZEGORZYCA	POL	23.03.2024	Toruń
M 40	7:29:21	Maciek Marcin Rafał	MIRECZKO GETEK CZARNECKI	POL	23.03.2024	Toruń
M 45	7:48:52	Grzegorz Marcin Artur	KUJAWSKI ANDRZEJEWSKI KARCZ	POL	23.03.2024	Toruń
M 50	8:11:39	Jacek Wiesław Krzysztof	RUDZIŃSKI SOSNOWSKI SARAPUK	POL	23.03.2024	Toruń
M 55	8:23:46	Ryszard Ryszard Dariusz	TARŁOWSKI KLEINSCHMIDT KIEŁBASA	POL	23.03.2024	Toruń
M 60	9:25:18	Andrzej Ryszard Witold	DOBIJA PŁOCHOCKI GIDEL	POL	23.03.2024	Toruń
M 65	10:10:57	Andrzej Wiesław Zbigniew	MACIOŁ SŁAWIŃSKI HORNIK	POL	23.03.2024	Toruń
M 70	11:05:51	Andrzej Marek Tadeusz	BALICKI CZUK DZIEKOŃSKI	POL	23.03.2024	Toruń

Chód drużynowy - 5 km

W 35	1:28:57			POL	28.03.2015	Toruń
------	---------	--	--	-----	------------	-------

	28:47 29:29 30:41	Katarzyna Iwona Alicja	ŚLEZIONA GRINHOLC LISOWSKA	700501 750907 690227			
W 40	1:29:20 27:51 30:37 30:52	Małgorzata Joanna Maria	PAZDA-POZORSKA BIRNACKA NIEWIERKO	820216 830902 830719	POL	22.03.2024	Toruń
W 45	1:31:20 29:18 29:51 31:54	Iwona Katarzyna Agnieszka	GRINHOLC ŚLEZIONA KOLASA	750907 700501 720410	POL	22.03.2024	Toruń
W 60	1:38:54 30:26 33:38 34:50	Janina Jolanta Małgorzata	ŁUNIEWSKA STALMACH- CHYLIŃSKA BEHOUNEK	591205 600803 611002	POL	22.03.2024	Toruń
W 65	1:48:22 31:01 32:53 44:28	Janina Jolanta Elżbieta	ŁUNIEWSKA STALMACH- CHYLIŃSKA KIEŁCZEWSKA	591205 600803 600514	POL	31.03.2026	Toruń
M 35	1:12:49 22:06 24:51 25:52	Rafał Dawid Paweł	GOŁAWSKI DOBROŚ ŁUNIEWSKI	881024 891230 870518	POL	31.03.2026	Toruń
M 45	1:19:25 23:55 27:01 28:33	Krzysztof Grzegorz Piotr	CZERSKI GRINHOLC SIWIŃSKI	800525 770305 771015	POL	31.03.2026	Toruń
M 50	1:21:10	Tomasz Konrad Jarosław	LIPIEC MORAWCZYŃSKI NURKIEWICZ	710510 750527 710820	POL	31.03.2026	Toruń
M 55	1:17:58 25:19 25:45 26:54	Waldemar Miroslaw Zbigniew	MAŁECKI ŁUNIEWSKI KWITA	580110 570125 590916	POL	28.03.2015	Toruń
M 60	1:27:32 27:58 28:34 31:00	Miroslaw Waldemar Ryszard	ŁUNIEWSKI MAŁECKI HARASIŃSKI	570125 580110 560719	POL	23.03.2018	Madryt
M 65	1:37:49 26:54 30:08 30:47	Leszek Miroslaw Waldemar	BEHOUNEK ŁUNIEWSKI MAŁECKI	590719 570125 580110	POL	31.03.2026	Toruń
M 70	1:49:29 33:50 34:57 40:42	Edward Krzysztof Leszek	GOŁĘBIEWSKI BORÓWSKI GAMRACY	500314 540409 500919	POL	31.03.2026	Toruń

Chód drużynowy - 10 km

W 35	3:20:30 63:21 68:13 68:56	Kamila Katarzyna Justyna	PŁOSZCZYCA ZIÓŁKOWSKA SADOWSKA	841126 810327 710522	POL	31.03.2023	Toruń
W 40	3:04:40 60:17 62:01 62:22	Katarzyna Alicja Iwona	ŚLEZIONA LISOWSKA GRINHOLC	700501 690227 750907	POL	10.09.2018	Malaga

W 45	3:06:09 58:53 60:57 66:19	Iwona Justyna Patrycja	GRINHOLC KORZENIOWSKA ŁOBACZ	750907 740929 770521	POL	31.03.2023	Toruń
W 50	3:05:33 57:19 63:23 64:51	Jolanta Agnieszka Alicja	MORAWCZYŃSKA KOLASA LISOWSKA	680322 720410 690227	POL	03.07.2022	Tampere
W 55	3:11:59 57:20 62:26 72:13	Jolanta Janina Renata	MORAWCZYŃSKA ŁUNIEWSKA BAJERSKA	680322 680322 591205 650217	POL	31.03.2023	Toruń
W 60	3:32:32 63:38 71:39 77:15	Janina Jolanta Małgorzata	ŁUNIEWSKA STALMACH- CHYLIŃSKA BEHOUNEK	591205 600803 611002	POL	14.10.2025	Machico
M 35	2:22:24 42:57 49:38 49:49	Maher Tomasz Krzysztof	BEN HLIMA LIPIEC CZERSKI	890724 710510 800525	POL	17.08.2024	Goteborg
M 40	2:31:00 47:56 51:01 52:03	Tomasz Kamil Sebastian	LIPIEC KALKA KARPIŃSKI	710510 810528 811025	POL	01.05.2026	Catania
M 45	2:37:38 49:09 53:49 54:40	Tomasz Grzegorz Konrad	LIPIEC GRINHOLC MORAWCZYŃSKI	710510 770305 751027	POL	14.10.2025	Machico
M 55	2:46:24 53:15 55:19 57:50	Mirosław Waldemar Zbigniew	ŁUNIEWSKI MAŁECKI KWITA	570125 580110 590916	POL	09.08.2015	Lyon
M 60	3:00:16 55:22 58:00 65:54	Leszek Stefan Zbigniew	BEHOUNEK MOLSKI KWITA	590719 620805 590916	POL	31.03.2023	Toruń
M 65	2:59:42 55:37 58:24 65:41	Leszek Mirosław Waldemar	BEHOUNEK ŁUNIEWSKI MAŁECKI	590719 570125 580110	POL	30.03.2025	Gainesville, USA

Chód drużynowy - 20 km

M 35	5:04:59 1:30:53 1:44:20 1:49:46	Maher Tomasz Krzysztof	BEN HLIMA LIPIEC CZERSKI	890724 710510 800525	POL	25.08.2024	Goteborg
M 40	5:24:01 1:44:51 1:48:42 1:50:28	Grzegorz Krzysztof Konrad	GRINHOLC CZERSKI MORAWCZYŃSKI	750907 800525 770101	POL	06.07.2022	Tampere
M 45	5:39:53 1:48:00 1:52:30 1:59:23	Grzegorz Konrad Leszek	GRINHOLC MORAWCZYŃSKI BEHOUNEK	750907 770101 590719	POL	25.08.2024	Goteborg
M 50	5:44:54 1:48:36 1:56:48 1:59:30	Mirosław Waldemar Zbigniew	ŁUNIEWSKI MAŁECKI KWITA	570125 580110 590916	POL	18.07.2010	Nyiregyhaza

M 55	5:58:05	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125	POL	03.08.2017	Aarhus
	1:53:52	Zbigniew	KWITA				
	1:58:50	Waldemar	MAŁECKI	580110			
	2:05:23						
M 65	6:25:51				POL	18.10.2025	Machico
	1:57:05	Leszek	BEHOUNEK	590719			
	2:13:35	Waldemar	MAŁECKI	580110			
	2:15:11	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			

Chód drużynowy - 30 km

M 35	8:49:14				POL	26.05.2013	Upice
	2:36:12	Grzegorz	GRINHOLC	770305			
	2:49:52	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			
	3:23:10	Zbigniew	KWITA	590916			

* - Rekordy Polski uzyskane przez zawodników, którzy nie startowali w zawodach masters.