

# Rekordy Mistrzostw Polski Masters 1991 - 2025

Stan na 2025.12.31

Zestawienia opracował: Mirosław Łuniewski - [luniewskim@go2.pl](mailto:luniewskim@go2.pl)

## 100 m

<b>W 35</b>	12.55	Małgorzata	GAŚOWSKA	78-03-18	Płock	24.08.2013	Toruń
	12.55	Aneta	GROT	79-09-22	Łódź	30.06.2018	Toruń
	12.55	Ewa	ZARĘBSKA	90-01-26	Poznań	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 40</b>	12.69	Aneta	GROT	79-09-22	Łódź	26.08.2023	Łódź
<b>W 45</b>	13.13	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	22.08.2020	Lublin
	13.13	Małgorzata	GAŚOWSKA- STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	26.08.2023	Łódź
<b>W 50</b>	13.75	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	06.07.2024	Włocławek
<b>W 55</b>	13.92	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	26.06.2010	Toruń
<b>W 60</b>	14.20	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	24.08.2013	Toruń
<b>W 65</b>	14.94	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	01.07.2017	Kraków
<b>W 70</b>	15.44	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 75</b>	18.84	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	22.08.2020	Lublin
<b>W 80</b>	20.04	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 85</b>	24.52	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	26.08.2023	Łódź
<b>M 35</b>	11.07	Marcin	MARCINKOWSKI	81-02-16	Poznań	30.06.2018	Toruń
<b>M 40</b>	11.33	Marcin	KRZYWAŃSKI	75-08-29	Łódź	29.06.2019	Białystok
<b>M 45</b>	11.50	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	26.08.2023	Łódź
<b>M 50</b>	11.93	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 55</b>	12.00	Piotr	SKRZYŃSKI	67-10-08	Olsztyn	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 60</b>	12.82	Piotr	KUBICZEK	57-01-16	Kozy	01.07.2017	Kraków
<b>M 65</b>	12.92	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	01.07.2017	Kraków
<b>M 70</b>	13.63	Henryk	SZYMURA	52-01-26	Kędzierzyn-Koźle	18.06.2022	Toruń
<b>M 75</b>	14.83	Ziggy	PAKIET	45-05-08	Naples	22.08.2020	Lublin
<b>M 80</b>	16.20	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	26.06.2010	Toruń
<b>M 85</b>	18.60	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	27.06.2015	Toruń
<b>M 90</b>	23.70	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	26.08.2023	Łódź
<b>M100</b>	34.50	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Świdnica	27.06.2015	Toruń

## 200 m

<b>W 35</b>	25.82	Aneta	GROT	79-09-22	Łódź	01.07.2018	Toruń
<b>W 40</b>	25.87	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	01.07.2018	Toruń
<b>W 45</b>	26.64	Małgorzata	GAŚOWSKA- STĘPNIAK	78-03-18	Włocławek	07.07.2024	Włocławek
<b>W 50</b>	28.23	Joanna	BALCERZAK	73-10-16	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
<b>W 55</b>	29.41	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	24.06.2007	Toruń
<b>W 60</b>	29.80	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	01.07.2012	Białystok
<b>W 65</b>	35.01	Aleksandra	PODSIADŁO	53-11-01	Rokietnica	27.06.2021	Olsztyn
<b>W 70</b>	40.47	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	28.06.2009	Białystok
<b>W 75</b>	42.33	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	23.08.2020	Lublin
<b>W 80</b>	47.33	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	03.07.2016	Opole
<b>W 85</b>	56.21	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	27.08.2023	Łódź
<b>M 35</b>	22.24	Marcin	MARCINKOWSKI	81-02-16	Poznań	03.07.2016	Opole
<b>M 40</b>	22.54	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	27.06.2021	Olsztyn
<b>M 45</b>	23.54	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	23.08.2020	Lublin
<b>M 50</b>	24.16	Ryszard	NOWAKOWSKI	54-01-30	Gliwice	02.07.2006	Toruń
<b>M 55</b>	24.53	Piotr	SKRZYŃSKI	67-10-08	Olsztyn	07.07.2024	Włocławek
<b>M 60</b>	25.98	Andrzej	FORMANIEWICZ	57-08-12	Toruń	01.07.2018	Toruń
<b>M 65</b>	26.93	Wojciech	SEIDEL	50-01-16	Zakopane	02.07.2017	Kraków
<b>M 70</b>	29.63	Marian	APOSTOŁ	52-09-28	Kraków	27.08.2023	Łódź
<b>M 75</b>	31.54	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	35.19	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	27.06.2010	Toruń
<b>M 85</b>	39.00	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	28.06.2015	Toruń
<b>M 90</b>	56.55	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	27.08.2023	Łódź

## 400 m

<b>W 35</b>	56.13	Aneta	KACZMAREK	81-01-17	Warszawa	01.07.2017	Kraków
<b>W 40</b>	56.19	Aneta	LEMIESZ	81-01-17	Warszawa	26.08.2023	Łódź
<b>W 45</b>	64.80	Katarzyna	KRYSZTOSIAK	73-09-08	Warszawa	22.08.2020	Lublin
<b>W 50</b>	63.86	Anna	MILIŃSKA-TYMENDORF	70-02-28	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
<b>W 55</b>	68.45	Monika	JABŁKOWSKA	69-12-02	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 60</b>	77.42	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	30.06.2012	Białystok
<b>W 65</b>	84.43	Lucyna	BOGACKA	59-06-28	Koszalin	06.07.2024	Włocławek
<b>W 70</b>	91.08	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	18.06.2022	Toruń
<b>W 75</b>	116.47	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	30.06.2012	Białystok
<b>W 80</b>	98.22	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	02.07.2016	Opole
<b>W 85</b>	191.03	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	06.07.2024	Włocławek

<b>M 35</b>	48.80	Szymon	OGONOWSKI	85-07-26	Warszawa	18.06.2022	Toruń
<b>M 40</b>	50.30	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	26.08.2023	Łódź
<b>M 45</b>	53.34	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	22.08.2020	Lublin
<b>M 50</b>	53.83	Ryszard	NOWAKOWSKI	54-01-30	Gliwice	03.07.2004	Częstochowa
<b>M 55</b>	54.71	Michał	MUSIAŁ	69-07-29	Niemcz	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 60</b>	58.83	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Ujkowice	18.06.2022	Toruń
<b>M 65</b>	61.17	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Ujkowice	06.07.2024	Włocławek
<b>M 70</b>	64.74	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	07.06.2003	Szczecin
<b>M 75</b>	69.25	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	28.06.2008	Słupsk
<b>M 80</b>	81.90	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	26.06.2010	Toruń
<b>M 85</b>	129.47	Władysław	ANGIEL	37-02-18	Bydgoszcz	18.06.2022	Toruń

### 800 m

<b>W 35</b>	2:10.04	Aneta	KACZMAREK	81-01-17	Warszawa	02.07.2017	Kraków
<b>W 40</b>	2:11.58	Anna	ROSTKOWSKA	80-07-27	Szklarska Poręba	27.08.2023	Łódź
<b>W 45</b>	2:27.79	Dorota	USTIANOWSKA	70-06-24	Częstochowa	28.06.2015	Toruń
<b>W 50</b>	2:29.11	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	28.06.2015	Toruń
<b>W 55</b>	2:47.30	Zofia	WIĘCIORKOWSKA	63-01-21	Stratford	23.08.2020	Lublin
<b>W 60</b>	3:01.40	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	28.06.2015	Toruń
<b>W 65</b>	3:16.88	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	10.07.2005	Toruń
<b>W 70</b>	3:08.60	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	29.06.2008	Słupsk
<b>W 75</b>	4:39.58	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	01.07.2012	Białystok
<b>W 80</b>	6:00.59	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	03.07.2016	Opole
<b>W 85</b>	7:47.33	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	27.08.2023	Łódź

<b>M 35</b>	1:56.90	Marcin	PATECKI	89-11-22	Warszawa	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 40</b>	2:00.32	Miroslaw	SZYNKOWSKI	58-12-01	Kętrzyn	04.06.2000	Warszawa
<b>M 45</b>	2:02.32	Kazimierz	KOWALSKI	55-04-26	Krajenka	04.06.2000	Warszawa
<b>M 50</b>	2:04.98	Andrzej	PIOTROWSKI	73-05-07	Warszawa	06.07.2025	GORZÓW Wlkp.
<b>M 55</b>	2:13.83	Ryszard	DRYPS	57-02-26	Jelna	01.07.2012	Białystok
<b>M 60</b>	2:18.68	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Przemyśl	30.06.2019	Białystok
<b>M 65</b>	2:24.58	Jan	CZAŚTKA	58-06-19	Przemyśl	07.07.2024	Włocławek
<b>M 70</b>	2:33.27	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	04.07.2004	Częstochowa
<b>M 75</b>	2:41.67	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	28.06.2009	Białystok
<b>M 80</b>	3:09.81	Janusz	KOCISZEWSKI	33-02-11	Warszawa	05.07.2014	Radom
<b>M 85</b>	5:08.38	Władysław	ANGIEL	37-02-18	Bydgoszcz	19.06.2022	Toruń

### 1500 m

<b>W 35</b>	4:33.55	Sandra	MICHALAK	87-04-01	Pszczyna	18.06.2022	Toruń
<b>W 40</b>	4:34.15	Anna	ROSTKOWSKA	80-07-26	Szklarska Poręba	22.08.2020	Lublin
<b>W 45</b>	4:55.23	Dorota	USTIANOWSKA	70-06-24	Częstochowa	27.06.2015	Toruń
<b>W 50</b>	5:18.92	Joanna	ANDRZEJEWSKA	70-06-11	Lublin	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 55</b>	5:40.69	Danuta	MANTERYS	70-07-02	Kraków	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 60</b>	5:57.70	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	06.07.2024	Włocławek
<b>W 65</b>	6:41.03	Maria	OLEJNICZAK	58-04-21	Sierpc	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 70</b>	6:45.07	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	28.06.2008	Słupsk
<b>W 75</b>	8:15.98	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Leżajsk	06.07.2014	Radom
<b>W 80</b>	11:26.02	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	02.07.2016	Opole
<b>W 85</b>	15:32.32	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	26.06.2021	Olsztyn

<b>M 35</b>	4:00.10	Marcin	PATECKI	89-11-22	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 40</b>	4:10.08	Grzegorz	KUJAWSKI	78-03-19	Puck	18.06.2022	Toruń
<b>M 45</b>	4:08.28	Zbigniew	MURAWSKI	66-01-08	Szczecin	18.06.2011	Zielona Góra
<b>M 50</b>	4:19.37	Robert	CELIŃSKI	73-01-30	Warszawa	06.07.2024	Włocławek
<b>M 55</b>	4:32.01	Ryszard	DRYPS	57-02-26	Jelna	30.06.2012	Białystok
<b>M 60</b>	4:42.85	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-31	Wrocław	18.06.2022	Toruń
<b>M 65</b>	5:20.26	Andrzej	MACIOŁ	54-12-22	Kraków	22.08.2020	Lublin

<b>M 70</b>	5:31.64	Marian	LEŚNIAK	47-11-10	Kraków	30.06.2018	Toruń
<b>M 75</b>	6:08.60	Jerzy	DOMAŃSKI	36-01-12	Kraków	18.06.2011	Zielona Góra
<b>M 80</b>	7:19.52	Włodzimierz	GŁOWACKI	38-05-05	Koszalin	22.08.2020	Lublin
<b>M 85</b>	10:46.06	Władysław	ANGIEL	37-02-18	Bydgoszcz	18.06.2022	Toruń

### 5000 m

<b>W 35</b>	18:15.10	Patrycja	WŁODARCZYK	80-06-09	Jaworzno	03.07.2016	Opole
<b>W 40</b>	17:20.98	Ewa	JAGIELSKA	82-10-25	Łomża	27.08.2023	Łódź
<b>W 45</b>	19:06.93	Dorota	USTIANOWSKA	70-06-24	Częstochowa	28.06.2015	Toruń
<b>W 50</b>	19:48.11	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	25.08.2013	Toruń
<b>W 55</b>	21:08.07	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	01.07.2018	Toruń
<b>W 60</b>	21:20.33	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 65</b>	21:33.46	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	25.08.2013	Toruń
<b>W 70</b>	25:36.65	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Leżajsk	26.06.2010	Toruń
<b>W 75</b>	28:44.23	Zofia	TUROSZ	38-07-27	Leżajsk	25.08.2013	Toruń
<b>W 80</b>	43:31.04	Janina	ROSIŃSKA	36-04-30	Pabianice	03.07.2016	Opole
<b>M 35</b>	15:08.30	Andrzej	STARŻYŃSKI	90-06-18	Rudnik	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 40</b>	15:14.52	Andrzej	WITCZAK	58	Słupsk	26.06.1999	Stargard Szcz.
<b>M 45</b>	15:14.29	Stanisław	MARZEC	62-01-03	Nałęczów	24.06.2007	Toruń
<b>M 50</b>	16:09.16	Grzegorz	KIEŁCZEWSKI	60-04-08	Wrocław	26.06.2010	Toruń
<b>M 55</b>	16:53.08	Jan	RYBARCZYK	67-06-11	Darłowo	27.08.2023	Łódź
<b>M 60</b>	17:49.59	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-31	Wrocław	19.06.2022	Toruń
<b>M 65</b>	19:32.36	Andrzej	MACIOŁ	54-12-22	Kraków	27.06.2021	Olsztyn
<b>M 70</b>	20:37.81	Andrzej	BALICKI	51-09-07	Gdynia	07.07.2024	Włocławek
<b>M 75</b>	22:30.01	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	25.08.2013	Toruń
<b>M 80</b>	24:56.38	Jan	MORAWIEC	33-01-01	Łódź	25.08.2013	Toruń

### 10000 m

<b>W 35</b>	38:17.21	Anna	FINCER	85-02-09	Siechnice	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 40</b>	39:15.46	Agata	KACZMAREK	81-04-30	Poznań	18.06.2022	Toruń
<b>W 45</b>	39:20.40	Ewa	BRYCH-PAJĄK	75-01-17	Jawor	18.06.2022	Toruń
<b>W 50</b>	41:32.02	Magdalena	BIAŁORCZYK	72-06-20	Bielsko-Biała	26.08.2023	Łódź
<b>W 55</b>	42:32.83	Joanna	ANDRZEJEWSKA	70-06-11	Lublin	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 60</b>	44:12.50	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	30.06.2012	Białystok
<b>W 65</b>	43:34.87	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	24.08.2013	Toruń
<b>W 70</b>	51:25.21	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	01.07.2017	Kraków
<b>W 75</b>	57:55.00	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 80</b>	61:56.92	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Tarnów	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 35</b>	29:52.63	Mirosław	ŻERKOWSKI	56-08-20	Kielce	22.05.1993	Białystok
<b>M 40</b>	31:57.09	Jerzy	SKARŻYŃSKI	56-01-13	Szczecin	22.05.1996	Szczecinek
<b>M 45</b>	30:55.63	Stanisław	MARZEC	62-01-03	Nałęczów	23.06.2007	Toruń
<b>M 50</b>	33:17.80	Stanisław	MARZEC	62-01-03	Nałęczów	30.06.2012	Białystok
<b>M 55</b>	35:07.74	Józef	WOJCIECHOWSKI	43-08-19	Fabianki	15.06.2002	Sopot
<b>M 60</b>	38:16.34	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	24.08.2013	Toruń
<b>M 65</b>	39:27.12	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	27.06.2015	Toruń
<b>M 70</b>	43:24.21	Jerzy	FEDOROWICZ	29-08-20	Gdańsk	04.06.2000	Warszawa
<b>M 75</b>	45:49.56	Marian	PARUSIŃSKI	22-09-24	Gdańsk	15.06.2002	Sopot
<b>M 80</b>	49:49.89	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	30.06.2018	Toruń

### 110 m pł.

<b>M 35</b>	15.56	Krzysztof	MAŁKIEWICZ	73-09-07	Tczew	27.06.2010	Toruń
<b>M 40</b>	16.31	Adam	DUBIEL	79-01-12	Warszawa	26.08.2023	Łódź
<b>M 45</b>	16.50	Adam	DUBIEL	79-01-12	Warszawa	06.07.2024	Włocławek

### 100 m pł.

<b>W 35</b>	17.85	Anna	STYRCZ	82-04-17	Kraków	02.07.2017	Kraków
<b>M 50</b>	15.39	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	28.06.2015	Toruń
<b>M 55</b>	16.24	Sławomir	ZAWADA	68-02-18	Dobre Miasto	26.08.2023	Łódź
<b>M 60</b>	15.71	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	23.08.2020	Lublin
<b>M 65</b>	15.95	Henryk	SZYMURA	52-01-26	Kędzierzyn-Koźle	01.07.2018	Kraków

### 80 m pł.

<b>W 40</b>	12.56	Agnieszka	KONRAD	71-07-01	Błonie	28.06.2015	Toruń
<b>W 45</b>	12.81	Agnieszka	KONRAD	71-07-01	Błonie	02.07.2017	Kraków
<b>W 50</b>	13.18	Agnieszka	KONRAD	71-07-01	Błonie	06.07.2024	Włocławek

<b>W 55</b>	16.20	Anna	KIELING	62-04-07	Barwice	23.08.2020	Lublin
<b>W 60</b>	15.69	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodzisk Maz.	26.08.2023	Łódź
<b>W 80</b>	36.02	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 70</b>	13.34	Henryk	SZYMURA	52-01-26	Kędzierzyn-Koźle	06.07.2024	Włocławek
<b>M 75</b>	14.36	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	19.07	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	19.06.2022	Toruń

#### 400 m pł.

<b>W 40</b>	80.09	Agnieszka	OLEJNICZAK	83-04-01	Domaniewice	07.07.2024	Włocławek
<b>M 35</b>	53.07	Radosław	CZYŻ	88-01-07	Kraków	27.08.2023	Łódź
<b>M 40</b>	53.96	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	26.06.2021	Olsztyn
<b>M 45</b>	61.85	Radosław	SEKIETA	76-04-13	Łódź	18.06.2022	Toruń
<b>M 50</b>	63.46	Jerzy	KRAUZE	63-07-14	Koszalin	24.08.2013	Toruń
<b>M 55</b>	66.18	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	24.08.2013	Toruń

#### 300 m pł.

<b>W 50</b>	52.03	Katarzyna	KRYSZTOSIAK	73-09-08	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
<b>W 55</b>	94.97	Urszula	MOLSKA	59-03-09	Rybnik	01.07.2018	Toruń
<b>W 60</b>	110.56	Urszula	MOLSKA	59-03-09	Rybnik	18.06.2022	Toruń
<b>M 60</b>	46.52	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	01.07.2018	Toruń
<b>M 65</b>	47.04	Wiesław	MUSIAŁ	57-10-20	Śrem	07.07.2024	Włocławek
<b>M 70</b>	52.56	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	23.07.2020	Lublin
<b>M 75</b>	55.30	Juliusz	KUSCHILL	50-05-22	Kraków	05.07.2025	Gorzów Wlkp.

#### 200 m pł.

<b>W 70</b>	63.97	Krystyna	BORYŃ	53-05-01	Zabrze	07.07.2024	Włocławek
<b>W 80</b>	71.47	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	42.47	Włodzimierz	KOSTRO	43-04-24	Gdynia	27.08.2023	Łódź
<b>M 85</b>	56.74	Jerzy	PRZYBOROWSKI	30-06-15	Radom	27.06.2015	Toruń

#### 3000 m prz.

<b>M 35</b>	10:27.19	Zbigniew	KALINOWSKI	82-05-12	Jawor	26.06.2021	Olsztyn
<b>M 40</b>	9:44.91	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	29.06.2019	Białystok
<b>M 45</b>	10:06.24	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	18.06.2022	Toruń
<b>M 50</b>	10:10.76	Rafał	NOWAK	75-04-26	Częstochowa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 55</b>	10:57.13	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	24.08.2013	Toruń

#### 2000 m prz.

<b>W 35</b>	7:27.47	Ewelina	BRZEZINA	86-12-15	Rybnik	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 40</b>	8:25.96	Monika	NOWAK	81-11-02	Częstochowa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 35</b>	7:00.88	Artur	KOŁECZEK	63	Szczecin	26.06.1999	Stargard Szcz.
<b>M 40</b>	6:36.73	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	23.08.1998	Kielce
<b>M 45</b>	6:58.35	Wiesław	WOJTKUŃSKI		Bydgoszcz	07.06.1997	Poznań
<b>M 50</b>	7:31.14	Jan	STUCZYŃSKI	41-11-21	Warszawa	21.05.1995	Zielona Góra
<b>M 55</b>	7:31.52	Jan	STUCZYŃSKI	41-11-21	Warszawa	07.06.1997	Poznań
<b>M 60</b>	7:22.78	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	30.06.2018	Toruń
<b>M 65</b>	7:55.32	Stanisław	ŁAŃCUCKI	58-03-01	Stalowa Wola	26.08.2023	Łódź
<b>M 70</b>	9:00.21	Jan	STUCZYŃSKI	41-11-21	Warszawa	30.06.2012	Białystok
<b>M 75</b>	11:13.16	Marian	LEŚNIAK	47-11-10	Kraków	06.07.2024	Włocławek

#### 1500 m prz.

<b>M 35</b>	6:33.32	Tadeusz	WILK	52	Czeladź	29.06.1991	Kielce
<b>M 45</b>	5:21.20	Marian	ŻENKIEWICZ	45-03-17	Toruń	29.06.1991	Kielce
<b>M 50</b>	4:58.17	Jan	STUCZYŃSKI	41-11-21	Warszawa	29.06.1991	Kielce
<b>M 55</b>	6:11.17	Stanisław	NIWIŃSKI	34	Gdańsk	29.06.1991	Kielce

#### Chód 3000 m – bieżnia

<b>W 35</b>	16:55.28	Kamila	PŁOSZCZYCA	84-11-26	Chorzów	26.08.2023	Łódź
<b>W 40</b>	17:07.87	Katarzyna	ŚLEZIONA	70-05-01	Bieruń	24.08.2013	Toruń
<b>W 45</b>	16:03.21	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	28.06.2008	Słupsk
<b>W 50</b>	16:49.44	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	26.06.2021	Olsztyn

<b>W 55</b>	16:46.53	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	06.07.2024	Włocławek
<b>W 60</b>	18:04.53	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	26.08.2023	Łódź
<b>W 65</b>	18:19.02	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 75</b>	21:48.91	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	30.06.2012	Białystok
<b>M 35</b>	13:41.79	Grzegorz	GRINHOLC	77-03-05	Rumia	24.08.2013	Toruń
<b>M 40</b>	13:15.12	Bogusław	BARBUŻYŃSKI	66-05-13	Gdańsk	28.06.2008	Słupsk
<b>M 45</b>	14:04.77	Krzysztof	CZERSKI	80-05-25	Łódź	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 50</b>	13:31.32*	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	27.08.2023	Łódź
<b>M 55</b>	14:08.67	Bogusław	BARBUŻYŃSKI	66-05-13	Gdańsk	26.06.2021	Olsztyn
<b>M 60</b>	15:38.23	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	01.07.2017	Kraków
<b>M 65</b>	16:14.76	Leszek	BEHOUNEK	59-07-19	Zakopane	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 70</b>	16:31.64	Jan	BIAŁOUS	37-01-02	Gdańsk	28.06.2008	Słupsk
<b>M 75</b>	19:40.67	Edward	GOŁĘBIEWSKI	50-03-14	Pobiedziska	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	21:43.06	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	30.06.2012	Białystok

### Chód 5000 m – bieżnia

<b>W 35</b>	27:14.65	Kazimiera	MOSIO	64-02-24	Mielec	03.06.2000	Warszawa
<b>W 40</b>	27:04.93	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	03.07.2004	Częstochowa
<b>W 45</b>	27:23.16	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	01.07.2006	Toruń
<b>W 50</b>	28:54.14	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	23.08.2020	Lublin
<b>W 55</b>	28:55.69	Jolanta	MORAWCZYŃSKA	68-03-22	Dębica	07.07.2024	Włocławek
<b>W 60</b>	30:12.76	Janina	ŁUNIEWSKA	59-12-05	Reda	27.08.2023	Łódź
<b>W 65</b>	29:20.57	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	16.06.2001	Zielona Góra
<b>W 75</b>	36:46.11	Janina	FIJAŁKOWSKA	36-05-24	Łódź	01.07.2012	Białystok
<b>M 35</b>	21:49.96	Jan	HOLENDER	64-03-12	Rumia	16.06.2001	Zielona Góra
<b>M 40</b>	22:15.44	Jan	KŁOS	60-11-02	Rzeszów	15.06.2002	Sopot
<b>M 45</b>	23:45.10	Bohdan	BUŁAKOWSKI	50-01-11	Warszawa	26.06.1999	Stargard Szcz.
<b>M 50</b>	22:51.76	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	27.08.2023	Łódź
<b>M 55</b>	23:46.89	Jan	ORNOCH	52-05-30	Szczecinek	23.06.2007	Toruń
<b>M 60</b>	26:20.11	Mirosław	ŁUNIEWSKI	57-01-25	Reda	02.07.2017	Kraków
<b>M 65</b>	26:27.34	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	01.07.2018	Toruń
<b>M 70</b>	27:12.40	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	27.06.2021	Olsztyn
<b>M 75</b>	30:28.52	Bogusław	SEIDEL	49-02-01	Bochum	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	36:46.11	Mieczysław	RUTYNA	31-05-29	Tarnobrzeg	01.07.2012	Białystok

### W dal

<b>W 35</b>	5.66	Jolanta	BARTCZAK	64-03-20	Warszawa	03.06.2000	Warszawa
<b>W 40</b>	5.77	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Warszawa	29.06.1991	Kielce
<b>W 45</b>	5.46	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	23.06.2007	Toruń
<b>W 50</b>	5.30	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	30.06.2012	Białystok
<b>W 55</b>	4.32	Anna	WŁODARCZYK	51-03-24	Łódź	26.06.2010	Toruń
<b>W 60</b>	4.10	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	18.06.2011	Zielona Góra
<b>W 65</b>	3.81	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	29.06.2019	Białystok
<b>W 70</b>	3.54	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 75</b>	2.22	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	22.08.2020	Lublin
<b>M 35</b>	6.85	Łukasz	SOBORA	78-11-23	Warszawa	02.07.2016	Opole
<b>M 40</b>	7.09	Stanisław	SZYDŁOWSKI	50-11-14	Wrocław	29.06.1991	Kielce
<b>M 45</b>	6.57	Łukasz	SOBORA	78-11-23	Poznań	06.07.2024	Włocławek
<b>M 50</b>	6.33	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	18.06.2011	Zielona Góra
<b>M 55</b>	5.93	Dariusz	KRAKOWIAK	63-01-31	Sępólno Kraj.	29.06.2019	Białystok
<b>M 60</b>	5.43	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	26.06.2021	Olsztyn
<b>M 65</b>	5.54	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 70</b>	4.60	Jan	TOMCZAK	52-12-27	Jarocin	06.07.2024	Włocławek
<b>M 75</b>	4.12	Grzegorz	ZROBCZYŃSKI	50-01-22	Rudnica	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	3.44	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	26.06.2010	Toruń
<b>M 85</b>	3.17	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	26.08.2023	Łódź
<b>M 90</b>	1.97	Henryk	WIERZCHOWSKI	32-11-06	Toruń	06.07.2024	Włocławek

### Trójskok

<b>W 35</b>	10.89	Anna	STYRCZ	82-04-17	Kraków	02.07.2017	Kraków
<b>W 40</b>	11.22	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	10.07.2005	Toruń
<b>W 45</b>	10.81	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	Polkowice	19.06.2022	Toruń
<b>W 50</b>	10.29	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	01.07.2012	Białystok
<b>W 55</b>	9.51	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	24.06.2007	Toruń
<b>W 60</b>	9.06	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	19.06.2011	Zielona Góra
<b>W 65</b>	8.76	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	03.07.2016	Opole
<b>W 70</b>	8.28	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	27.06.2021	Olsztyn

<b>W 80</b>	4.04	Maria	GAŚOWSKA	45-01-05	Włocławek	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 35</b>	14.13	Krzysztof	RATAJCZYK	78-06-10	Szczecin	28.06.2015	Toruń
<b>M 40</b>	14.19	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	08.06.2003	Szczecin
<b>M 45</b>	13.86	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	24.06.2007	Toruń
<b>M 50</b>	13.32	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	27.06.2010	Toruń
<b>M 55</b>	12.28	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	02.07.2017	Kraków
<b>M 60</b>	12.10	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	19.06.2022	Toruń
<b>M 65</b>	11.72	Stanisław	CHMIELEWSKI	59-07-02	Warszawa	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 70</b>	10.30	Adam	ADAMEK	47-05-22	Wałbrzych	02.07.2017	Kraków
<b>M 75</b>	8.84	Grzegorz	ZROBCZYŃSKI	50-01-22	Rudnica	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 80</b>	7.01	Hubert	TOBIAS	43-01-17	Gdańsk	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 85</b>	5.92	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	27.08.2023	Łódź
<b>M 90</b>	2.54	Kazimierz	SPYCHAŁA	20-09-18	Łódź	19.06.2011	Zielona Góra

### Wzwyż

<b>W 35</b>	1.78	Anna	WIDAWSKA	83-09-29	Wrocław	18.06.2022	Toruń
<b>W 40</b>	1.66	Urszula	KIELAN	60-10-10	Warszawa	15.06.2002	Sopot
<b>W 45</b>	1.55	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	27.06.2009	Białystok
<b>W 50</b>	1.48	Bożena	BOGUĆKA	70-11-25	Wrocław	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 55</b>	1.44	Urszula	KIELAN	60-10-10	Warszawa	01.07.2017	Kraków
<b>W 60</b>	1.38	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodziska Maz.	18.06.2022	Toruń
<b>W 65</b>	1.20	Halina	ŚLĘZAK	55-03-17	Bliżyn	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 70</b>	1.15	Halina	ŚLĘZAK	55-03-17	Bliżyn	06.07.2025	Gorzów Wlkp.

<b>M 35</b>	2.00	Jacek	WSZOŁA	56-12-30	Warszawa	12.09.1992	Zduńska Wola
<b>M 40</b>	1.96	Jacek	WSZOŁA	56-12-30	Warszawa	07.06.1997	Poznań
<b>M 45</b>	1.80	Dariusz	ZIELKE	60-10-21	Gdańsk	01.07.2006	Toruń
<b>M 50</b>	1.79	Piotr	KACZMAREK	39	Gdynia	29.06.1991	Kielce
<b>M 55</b>	1.73	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	27.06.2009	Białystok
<b>M 60</b>	1.70	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	02.07.2016	Opole
<b>M 65</b>	1.56	Dariusz	BEDNARSKI	54-04-23	Płock	29.06.2019	Białystok
<b>M 70</b>	1.44	Sławomir	DRAĞ	51-08-03	Wrocław`	18.06.2022	Toruń
<b>M 75</b>	1.35	Marek	MIELCAREK	48-12-27	Bydgoszcz	07.07.2024	Włocławek
<b>M 80</b>	1.18	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	18.06.2022	Toruń
<b>M 85</b>	1.05	Mirosław	PARDELA	38-03-23	Skarżysko-Kam.	07.07.2024	Włocławek

### Tyczka

<b>W 35</b>	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
<b>M 35</b>	4.20	Przemysław	CZERNIAK	84-03-27	Poznań	23.08.2020	Lublin
<b>M 40</b>	4.61	Krzysztof	DZIAMSKI	58-06-27	Poznań	17.06.2001	Zielona Góra
<b>M 45</b>	4.51	Krzysztof	DZIAMSKI	58-06-27	Poznań	09.07.2005	Toruń
<b>M 50</b>	4.05	Piotr	NAWOCKI	70-02-04	Wrocław	07.07.2024	Włocławek
<b>M 55</b>	3.60	Paweł	IWIŃSKI	49-06-28	Bydgoszcz	23.06.2007	Toruń
<b>M 60</b>	3.30	Paweł	IWIŃSKI	49-06-28	Bydgoszcz	25.08.2013	Toruń
<b>M 65</b>	2.80	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	01.07.2006	Toruń
<b>M 70</b>	2.62	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	06.07.2014	Radom
<b>M 75</b>	2.30	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	01.07.2018	Toruń
<b>M 80</b>	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 30-49, M+70 3 kg – W 50-70 2 kg – W +75

<b>W 35</b>	13.49	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Działdowo	09.07.2005	Toruń
<b>W 40</b>	10.92	Teresa	PIWOWARSKA	56-06-05	Wałcz	26.06.1999	Stargard Szcz.
<b>W 45</b>	12.38	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	07.06.1997	Poznań
<b>W 50</b>	12.91	Dorota	SZCZEPANIAK	69-10-23	Kraków	23.08.2020	Lublin
<b>W 55</b>	11.95	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	29.06.2019	Białystok
<b>W 60</b>	10.36	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	26.08.2023	Łódź
<b>W 65</b>	10.17	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	27.06.2015	Toruń
<b>W 70</b>	9.96	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	27.06.2021	Olsztyn
<b>W 75</b>	9.11	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 80</b>	7.41	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	01.07.2018	Toruń
<b>W 85</b>	5.40	Ewa	FRAĆKOWIAK	38-03-26	Poznań	26.08.2023	Łódź
<b>M 35</b>	17.16	Rafał	KOWNATKE	85-03-24	Puck	26.08.2023	Łódź
<b>M 40</b>	16.65	Przemysław	PŁOSKI	77-07-04	Gdańsk	29.06.2019	Białystok
<b>M 45</b>	15.78	Piotr	PERŻYŁO	61-11-15	Czechowice Dz.	23.06.2007	Toruń
<b>M 50</b>	15.46	Włodzimierz	KALINOWSKI	47-04-03	Warszawa	03.06.2000	Warszawa
	15.46	Mieczysław	SZPAK	61-07-10	Kołobrzeg	24.08.2013	Toruń

<b>M 55</b>	14.32	Włodzimierz	KALINOWSKI	47-04-03	Warszawa	07.06.2003	Szczecin
<b>M 60</b>	14.43	Ryszard	ZGLENICKI	56-11-24	Bydgoszcz	01.07.2017	Kraków
<b>M 65</b>	13.87	Ryszard	ZGLENICKI	56-11-24	Bydgoszcz	18.06.2022	Toruń
<b>M 70</b>	14.27	Andrzej	KLIMCZAK	50-07-31	Wilkanowo	18.06.2022	Toruń
<b>M 75</b>	12.89	Longin	BUJNOWICZ	40-07-02	Zgierz	02.07.2016	Opole
<b>M 80</b>	13.06	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	27.06.2021	Olsztyn
<b>M 85</b>	10.10	Stefan	SZCZEPANIAK	39-04-12	Aleksandrów Ł.	06.07.2024	Włocławek
<b>M 90</b>	6.85	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	26.08.2023	Łódź
<b>M100</b>	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**

<b>W 35</b>	45.23	Anna	MAŁECKA	86-04-10	Kalisz	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 40</b>	41.92	Marzena	IGNACZAK	73-12-21	Zduńska Wola	30.06.2018	Toruń
<b>W 45</b>	40.69	Małgorzata	KRZYŻAN	68-05-13	Ślubice	01.07.2017	Kraków
<b>W 50</b>	42.53	Małgorzata	KRZYŻAN	68-05-13	Ślubice	30.06.2018	Toruń
<b>W 55</b>	37.98	Marzena	WYSOCKA	69-02-17	Zamość	07.07.2024	Włocławek
<b>W 60</b>	28.65	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	27.06.2009	Białystok
<b>W 65</b>	26.55	Czesława	STĘPNIEWSKA	54-07-20	Skarżysko-Kam.	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 70</b>	23.04	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	01.07.2017	Kraków
<b>W 75</b>	23.95	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
<b>W 80</b>	14.10	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	26.06.2021	Olsztyn
<b>W 85</b>	11.25	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	07.07.2024	Włocławek
<b>M 35</b>	50.74	Mieczysław	SZPAK	61-07-10	Kołobrzeg	17.06.2001	Zielona Góra
<b>M 40</b>	51.89	Marek	STOLARCZYK	64-10-06	Lubin	02.07.2006	Toruń
<b>M 45</b>	50.02	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	27.06.2009	Białystok
<b>M 50</b>	52.04	Andrzej	MALISZEWSKI	57-05-22	Pszczyna	28.06.2008	Ślupsk
<b>M 55</b>	50.47	Marek	STOLARCZYK	64-06-10	Lubin	30.06.2019	Białystok
<b>M 60</b>	54.52	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	23.06.2007	Toruń
<b>M 65</b>	49.60	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	25.08.2013	Toruń
<b>M 70</b>	44.79	Tadeusz	LASKA	46-08-28	Wałcz	30.06.2018	Toruń
<b>M 75</b>	38.43	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	02.07.2016	Opole
<b>M 80</b>	33.25	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	26.06.2021	Olsztyn
<b>M 85</b>	23.58	Grzegorz	MIRKOWSKI	39-01-27	Skarżysko-Kam.	07.07.2024	Włocławek
<b>M 90</b>	17.25	Władysław	MIELCAREK	25-10-10	Bydgoszcz	02.07.2016	Opole
<b>M100</b>	7.50	Stanisław	KOWALSKI	10-04-14	Świdnica	28.06.2015	Toruń

**Młot 7,26 kg – M 35-49, 6 kg – M 50-59, 5 kg – M 60-69, 4 kg – W 30-49, M+70 3 kg – W 50-70 2 kg – W +75**

<b>W 35</b>	49.13	Anna	JANKOWSKA	90-06-20	Nakło n. Notecią	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 40</b>	36.45	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	03.07.2016	Opole
<b>W 45</b>	31.63	Marzena	IGNACZAK	73-12-21	Zduńska Wola	27.06.2021	Olsztyn
<b>W 50</b>	38.37	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	27.06.2021	Olsztyn
<b>W 55</b>	39.18	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 60</b>	29.39	Małgorzata	STANUCH-ROKICKA	62-06-23	Leszno	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 65</b>	27.57	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	18.06.2011	Zielona Góra
<b>W 70</b>	25.70	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	02.07.2017	Kraków
<b>W 75</b>	27.43	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	06.07.2024	Włocławek
<b>W 80</b>	21.28	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	01.07.2018	Toruń
<b>W 85</b>	18.08	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	26.08.2023	Łódź
<b>M 35</b>	63.24	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	27.06.2010	Toruń
<b>M 40</b>	62.33	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	30.06.2012	Białystok
<b>M 45</b>	61.88	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	03.07.2016	Opole
<b>M 50</b>	65.41	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	06.07.2024	Włocławek
<b>M 55</b>	56.85	Andrzej	PIĄCZKOWSKI	50-04-02	Warszawa	09.07.2005	Toruń
<b>M 60</b>	57.87	Andrzej	PIĄCZKOWSKI	50-04-02	Warszawa	27.06.2010	Toruń
<b>M 65</b>	48.93	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	07.06.2003	Szczecin
<b>M 70</b>	52.89	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	01.07.2018	Toruń
<b>M 75</b>	51.00	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	23.08.2020	Lublin
<b>M 80</b>	44.06	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	01.07.2018	Toruń
<b>M 85</b>	29.69	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 90</b>	19.15	Jerzy	KRAWCZYK	21-04-22	Poznań	18.06.2011	Zielona Góra

**Oszczep 800 g – M 35-49, 700 g – M 50-59, 600 g – W 30-49, M 60-69, 500 g – W 50-74, M 70-79 400 g – W +75, M 80+**

<b>W 35</b>	37.05	Magdalena	SZCZEPAŃSKA	80-01-25	Gdańsk	01.07.2017	Kraków
<b>W 40</b>	33.85	Dorota	GRAJNERT	65-07-07	Inowrocław	09.07.2005	Toruń
<b>W 45</b>	35.61	Marianna	BISKUP	61-08-13	Elbląg	27.06.2009	Białystok
<b>W 50</b>	41.44	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	01.07.2017	Kraków
<b>W 55</b>	38.67	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	30.06.2018	Toruń
<b>W 60</b>	33.88	Genowefa	PATLA	62-10-17	Warszawa	26.08.2023	Łódź

<b>W 65</b>	22.95	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	19.06.2011	Zielona Góra
<b>W 70</b>	19.83	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	01.07.2017	Kraków
<b>W 75</b>	16.65	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	07.07.2024	Włocławek
<b>W 80</b>	11.75	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	27.06.2021	Olsztyn
<b>W 85</b>	8.86	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	07.07.2024	Włocławek
<b>M 35</b>	65.67	Michał	KRUKOWSKI	69-03-14	Warszawa	03.07.2004	Częstochowa
<b>M 40</b>	66.84	Tomasz	DAMSZEL	72-03-25	Warszawa	30.06.2012	Białystok
<b>M 45</b>	59.81	Mirosław	WITEK	67-04-24	Słupsk	24.08.2013	Toruń
<b>M 50</b>	54.73	Stanisław	ŻABIŃSKI	54-03-25	Jaworzno	02.07.2006	Toruń
<b>M 55</b>	50.71	Marek	GRZYB	55-03-27	Olsztyn	27.06.2010	Toruń
<b>M 60</b>	54.10	Aleksander	SAKÓW	39-01-10	Stargard Szcz.	17.06.2001	Zielona Góra
<b>M 65</b>	47.16	Aleksander	SAKÓW	39-01-10	Stargard Szcz.	03.07.2004	Częstochowa
<b>M 70</b>	43.60	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	09.07.2005	Toruń
<b>M 75</b>	37.06	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Szczawno Zdrój	19.06.2011	Zielona Góra
<b>M 80</b>	33.87	Michał	DROHOMIRECKI	34-11-27	Wałbrzych	27.06.2015	Toruń
<b>M 85</b>	25.13	Grzegorz	MIRKOWSKI	39-01-27	Skarżysko-Kam.	07.07.2024	Włocławek
<b>M 90</b>	12.22	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	05.07.2025	Gorzów Wlkp.

**Ciężarek** 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

<b>W 35</b>	13.76	Anna	JANKOWSKA	90-06-20	Nakło n. Notecią	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 40</b>	11.86	Klaudia	SIEKLIŃSKA	72-10-13	Kraków	27.04.2013	Sopot
<b>W 45</b>	9.95	Magdalena	OCHMAŃSKA-ZRAZEK	77-09-14	Łowicz	13.05.2023	Toruń
<b>W 50</b>	13.65	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	13.05.2023	Toruń
<b>W 55</b>	13.35	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 60</b>	12.78	Małgorzata	STANUCH-ROKICKA	62-06-23	Wąsosz	18.05.2024	Toruń
<b>W 65</b>	8.81	Janina	DEC	48-08-19	Cigacice	05.05.2012	Sopot
<b>W 70</b>	9.50	Krystyna	BORYŃ	53-05-01	Zabrze	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 75</b>	11.88	Ludwika	CHEWIŃSKA	48-10-09	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>W 80</b>	8.59	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	2018	Sopot
<b>M 35</b>	18.84	Mariusz	WALCZAK	71-03-01	Warszawa	08.05.2010	Sopot
<b>M 40</b>	18.14	Mariusz	WALCZAK	71-03-01	Warszawa	07.05.2011	Sopot
<b>M 45</b>	17.75	Mariusz	WALCZAK	71-03-01	Warszawa	23.04.2016	Sopot
<b>M 50</b>	22.23	Mariusz	WALCZAK	71-03-01	Warszawa	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 55</b>	17.98	Andrzej	PIACZKOWSKI	50-04-02	Warszawa	01.05.2008	Sopot
<b>M 60</b>	20.00	Witold	LIPOWSKI	56-10-08	Kędzierzyn-K.	2018	Sopot
<b>M 65</b>	16.64	Witold	LIPOWSKI	56-10-08	Kędzierzyn-K.	18.05.2024	Toruń
<b>M 70</b>	18.34	Wacław	KRANKOWSKI	51-01-19	Toruń	24.07.2021	Toruń
<b>M 75</b>	19.29	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	13.05.2023	Toruń
<b>M 80</b>	19.70	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	05.07.2025	Gorzów Wlkp.
<b>M 85</b>	12.70	Antoni	KARGOL	37-01-09	Wałcz	18.05.2024	Toruń
<b>M 90</b>	7.37	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	05.07.2025	Gorzów Wlkp.