REKORDY POLSKI MASTERS

Stan na: 2026.11.17

Zestawienia opracował: Mirosław Łuniewski - **luniewskim@go2.pl**
Tabele wielobojowe opracował: Marek Mielcarek - **marekmielcarek48@gmail.com**
Tabele biegów ulicznych kobiet opracował: Janusz Rozum - **janusz.rozum@gmail.com**
Tabele biegów ulicznych mężczyzn opracował: Tadeusz Dziekoński - **taddziek@gmail.com**

60 m

W 35	7.78	Ewa	ZARĘBSKA	90-01-26	Poznań	06.06.2026	Słubice
W 40	7.98	Aneta	GROT	79-09-22	Rzgów	17.06.2023	Toruń
W 45	8.13	Małgorzata	GĄSOWSKA-STĘPNIAK	78-03-18	Legnica	22.06.2024	Łódź
W 50	8.59	Katarzyna	KRYSZTOSIAK	73-09-08	Warszawa	06.06.2026	Słubice
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	GĄSOWSKA	45-01-05	Włocławek	22.06.2024	Łódź
W 85	19.69	Krystyna	PŁOŃSKA	38	Gliwice	07.05.2023	Gliwice
M 35	7.27	Damian	TĘCZA	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	11.25	Józef	JĘDRUSIK	41-05-19	Sosnowiec	06.06.2026	Słubice
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	12.20	Ewa	ZARĘBSKA	90-01-26	Poznań	25.08.2026	Daegu
W 40	12.42	Dorota	DUTKOWSKA	83-12-18	Toruń	01.08.2026	Bydgoszcz
W 45	12.89	Małgorzata	GĄSOWSKA-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	16.53	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	01.08.2026	Bydgoszcz
W 80	19.93	Maria	GĄSOWSKA	45-01-05	Włocławek	01.08.2026	Bydgoszcz
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	11.63	Krzysztof	GUZOWSKI	75-01-15	Złotniki	01.08.2026	Bydgoszcz
M 55	11.73	Boguslaw	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	JÓŹWIAK	42-08-30	Mława	23.09.2017	Sopot
M 80	15.96	Ziggy	PAKIERT	45-05-08	Naples	23.08.2026	Daegu
M 85	18.28	Józef	JĘDRUSIK	41-05-19	Sosnowiec	06.06.2026	Słubice
M 90	23.70	Józef	JĘDRUSIK	41-05-19	Sosnowiec	01.08.2026	Bydgoszcz
M 95	44.29	Józef	KOŁODZIEJ	28-12-25	Toruń	01.08.2026	Bydgoszcz
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 80	48.85	Maria	GĄSOWSKA	45-01-05	Włocławek	29.08.2026	Daegu
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	26.06	Jerzy	RYGIER	65-05-20	Złotoria	02.08.2026	Bydgoszcz
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	JÓŹWIAK	42-08-30	Mława	23.09.2017	Sopot
M 80	34.37	Kazimierz	BUŁCZYŃSKI	30-04-24	Koszalin	15.07.2010	Nyiregyhaza
M 85	37.94	Józef	JĘDRUSIK	41-05-19	Sosnowiec	01.08.2026	Bydgoszcz
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	Bjerlanda
W 50	63.86	Anna	MILIŃSKA-TYMENDORF	70-02-28	Warszawa	07.07.2024	Włocławek
W 55	65.61	Monika	JABŁKOWSKA	69-12-02	Warszawa	22.05.2026	Shoder
W 60	77.42	Maria	GADOMSKA	52-04-21	Bydgoszcz	30.06.2012	Białystok
W 65	78.23	Danuta	KOWALSKA	61-05-07	Włocławek	01.08.2026	Bydgoszcz
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	49.45	Jakub	ADAMCZYK	79-09-26	Warszawa	18.07.2026	Płock
M 50	53.70	Ryszard	NOWAKOWSKI	54-01-30	Gliwice	02.09.2005	San Sebastian
M 55	54.21	Michał	MUSIAŁ	69-07-29	Niemcz	01.09.2026	Daegu
M 60	57.56	Jerzy	RYGIER	65-05-20	Złotoria	01.08.2026	Bydgoszcz
M 65	61.07	Jan	CZĄSTKA	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	2:33.38	Anna	MILIŃSKA-TYMENDORF	70-02-28	Warszawa	06.06.2026	Warszawa
W 60	2:51.72	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	02.08.2026	Bydgoszcz
W 65	3:01.89	Danuta	KOWALSKA	61-05-07	Włocławek	02.08.2026	Bydgoszcz

W 70	3:08.60	Irma	TOMCZAK	36-11-21	Wrocław	29.06.2008	Słupsk
W 75	4:19.35	Renata	GRABSKA	50-04-15	Rzeszów	02.08.2026	Bydgoszcz
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	1:46.89*	Bartłomiej	KISIELEWICZ	90-05-02	Bolesławiec	10.06.2026	Oslo
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	CZĄSTKA	58-06-19	Maćkowice	13.09.2019	Jesolo
M 65	2:23.00	Jan	CZĄSTKA	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	Malmő
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	CZĄSTKA	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	5:16.1	Ewa	GRYBOŚ	90-06-15	Warszawa	12.09.2026	Marki
W 40	5:26.43	Marta	KAŹMIERCZYK	81-06-30	Hrubieszów	03.05.2022	Piaseczno
W 45	6:06.10	Grażyna	BULIK	74-04-08	Iława	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	6:26.9	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	12.09.2026	Marki

3000 m

W 35	9:08.65*	Anna	JAKUBCZAK-	73-02-02	Zamość	03.06.2011	Bydgoszcz

			PAWELEC				
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	11:17.97	Grażyna	BULIK	74-04-08	Iława	19.09.2026	Olsztyn
W 55	11:48.60	Joanna	ANDRZEJEWSKA	70-06-11	Lublin	19.09.2026	Olsztyn
W 60	14:26.19	Krystyna	PIECZULIS	62-11-12	Olsztyn	20.09.2025	Olsztyn
W 65	15:37.30*	Bernadeta	MANDOSIK	54-08-08		03.08.2020	Płock
W 65	19:28.19	Jadwiga	BAKER-DEWOREK	57-10-16	Olsztyn	19.09.2026	Olsztyn
M 35	8:18.16	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	24.06.2001	Białogard
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

5 km

W 35	16:00	Izabela	PASZKIEWICZ	88-01-09	Lublin	04.06.2023	Wiedeń
W 40	16:20	Ewa	JAGIELSKA	82-10-25	Łomża	06.11.2022	Warszawa
W 45	17:29	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	77-03-20	Chorzów	28.06.2025	Katowice
W 50	19:10	Wanda	PANFIL	59-01-26	Tomaszów Maz.	27.07.2013	Warszawa
W 55	19:40	Wanda	PANFIL	59-01-26	Tomaszów Maz.	28.08.2016	Warszawa
W 60	20:46	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	15.03.2026	Warszawa
W 65	21:57	Wanda	PANFIL	59-01-26	Tomaszów Maz.	07.09.2025	Tomaszów Maz.
W 70	25:01	Renata	TULA	52-08-26	Warszawa	03.05.2023	Warszawa
W 75	26:17	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	26.05.2024	Mińsk
W 80	31:41	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Kraków	29.03.2026	Toruń
W 85	44:29	Danuta	REMBERK	41-04-??	Warszawa	03.05.2026	Warszawa
M 35	14:06	Adam	NOWICKI	90-08-24	Szczecin	05.09.2026	Warszawa
M 40	14:25	Arkadiusz	GARDZIELEWSKI	86-06-12	Wrocław	05.09.2026	Warszawa
M 45	15:04	Grzegorz	KUJAWSKI	78-03-19	Puck	16.03.2025	Warszawa
M 50	15:30	Marcin	KONIECZNY	72-10-15	Olsztyn	04.06.2023	Warszawa
M 55	16:16	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	01.10.2023	Czarne
M 60	16:50	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	02.08.2025	Gdańsk
M 65	18:59	Roman	KOSIOREK	60-02-17	Mysłowice	12.09.2026	Frydek
M 70	20:33	Andrzej	MACIOŁ	54-12-22	Kraków	29.03.2026	Toruń
M 75	22:30	Tadeusz	DZIEKOŃSKI	50-08-29	Białystok	19.07.2026	Różan

M 80	24:17	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	13.04.2019	Gdańsk
M 85	30:44	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	05.08.2023	Gdańsk
M 90	49:53	Czesław	MARCIAK	29-11-22	Bielawa	03.06.2023	Dzierżoniów

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	40:44.03	Grażyna	BULIK	74-04-08	Iława	31.07.2026	Bydgoszcz
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	Malmő
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

10 km

W 35	31:50	Aleksandra	LISOWSKA	90-12-12	Olsztyn	11.01.2026	Valencia
W 40	32:40	Karolina	NADOLSKA	81-09-06	Poznań	26.09.2021	Manchester
W 45	35:38	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	77-03-20	Chorzów	04.12.2022	Rybnik
W 50	39:23	Ewa	BRYCH-KALINOWSKA	75-01-17	Dąbrowa	27.04.2025	Bechatów
W 55	40:19	Wanda	PANFIL	59-01-26	Tomaszów Maz.	23.05.2015	Łódź
W 60	43:48	Halina	DUBIELA	62-09-23	Tczew	07.09.2025	Gdańsk
W 65	45:09	Wanda	PANFIL	59-01-26	Tomaszów Maz.	01.12.2024	Toruń
W 70	50:25	Renata	TULA	52-08-26	Warszawa	02.06.2023	Legionowo
W 75	54:04	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Kraków	27.03.2019	Toruń
W 80	61:55	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Kraków	18.08.2024	Goteborg
M 35	29:14	Arkadiusz	GARDZIELEWSKI	86-06-12	Wrocław	27.05.2023	Łódź
M 40	29:27	Waldemar	GLINKA	68-01-09	Świdnica	13.04.2008	Korschenbroich
M 45	30:53	Grzegorz	KUJAWSKI	78-03-19	Puck	17.06.2023	Osieczna
M 50	32:05	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	03.10.2015	Starogard Gd.
M 55	33:12	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	24.10.2021	Koło
M 60	34:39	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	05.10.2025	Starogard Gd.
M 65	38:18	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	21.02.2015	Gdynia
M 70	42:06	Zygfryd	LIBAN	43-12-04	Tczew	08.02.2014	Gdynia
M 75	45:04	Stefan	MIELCZAREK	17-04-30	Jawor	16.10.1994	Koło
M 80	50:08	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	18.05.2018	Alicante
M 85	1:26:44	Czesław	MARCIAK	29-11-22	Bielawa	22.09.2019	Knurów

Półmaraton

W 35	1:09:54	Karolina	NADOLSKA	81-09-06	Toruń	26.03.2017	Poznań
W 40	1:09:18	Karolina	NADOLSKA	81-09-06	Poznań	17.10.2021	Poznań
W 45	1:15:30	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	77-03-20	Chorzów	01.04.2023	Toruń
W 50	1:21:00	Małgorzata	MOCZULSKA	76-03-26	Świdnica	19.04.2026	Poznań
W 55	1:29:10	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warszawa	26.09.2004	Łowicz
W 60	1:33:56	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	15.08.2008	Radzymin
W 65	1:37:09	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	22.09.2013	Łowicz
W 70	1:38:53	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	30.03.2019	Toruń
W 75	1:58:33	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	17.09.2023	Łowicz
W 80	2:24:10	Barbara	PRYMAKOWSKA	43-11-07	Kraków	24.03.2024	Kraków
M 35	1:03:22	Waldemar	GLINKA	68-01-09	Świdnica	07.09.2003	Piła

M 40	1:05:59	Arkadiusz	GARDZIELEWSKI	86-06-12	Wrocław	25.10.2026	Sopot
M 45	1:08:02	Maciej	MIERECZKO	79-09-14	Włocławek	22.03.2026	Frankfurt/M
M 50	1:10:48	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	18.10.2015	Szamotuły
M 55	1:13:27	Piotr	POBŁOCKI	65-07-24	Lębork	17.09.2021	Bydgoszcz
M 60	1:15:57	Ireneusz	KASPRZAK	62-03-11	Wrocław	01.04.2023	Toruń
M 65	1:24:32	Antoni	CICHOŃCZUK	49-11-02	Gdynia	25.10.2015	Gdańsk
M 70	1:29:40	Jarosław	KWIECIAK	54-06-22	Dąbrowa Górnicza	20.10.2024	Kraków
M 75	1:41:35	Henryk	URTNOWSKI	38-01-02	Gdańsk	01.06.2014	Murowana Gośl.
M 80	1:53:17	Stefan	MIELCZAREK	17-04-30	Jawor	21.03.1999	Krapkowice
M 85	2:39:05	Michał	SZKUDLAREK	33-09-14	Przysieka	02.06.2019	Murowana Gośl.

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	2:54:55	Maria	KAWIORSKA	56-07-21	Pszczew	25.11.2001	La Rochelle
W 50	3:04:27	Magdalena	BIAŁORCZYK	72-06-20	Bielsko-Biała	05.03.2023	Tokio
W 55	3:10:15	Danuta	MANTERYS	70-07-02	Kraków	18.10.2026	Ljubljana
W 60	3:22:32	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	14.10.2012	Poznań
W 65	3:28:31	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	13.10.2013	Poznań
W 70	3:45:37	Marta	MIKOŁAJCZYK	48-06-29	Warka	14.10.2018	Poznań
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	2:29:18	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	15.37	Piotr	SKRZYŃSKI	67-10-08	Olsztyn	23.05.2026	Shkoder
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 65	16.18	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodzisk Maz.	02.08.2026	Bydgoszcz
W 70	20.62	Grażyna	ARAŻNY	54-02-28	Warszawa	02.08.2026	Bydgoszcz
W 80	36.02	Maria	GĄSOWSKA	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	18.74	Mieszysław	RISS	46-01-25	Gliwice	02.08.2026	Bydgoszcz
M 85	25.22	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	02.08.2026	Bydgoszcz

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	MOLSKA	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	54.62	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	01.08.2026	Bydgoszcz

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 Baims
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	22:55.38	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	16.05.2026	Warszawa
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	51:10	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	22.08.2026	Daegu
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	1:43:53	Tomasz	LIPIEC	71-05-10	Warszawa	29.08.2026	Daegu
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
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	2.93	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	01.08.2026	Bydgoszcz
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	7.65	Adrian	STRZAŁKOWSKI	90-03-28	Szczecin	14.06.2026	Szczecin
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	4.18	Sylwester	LORENZ	50-12-11	Poznań	01.08.2026	Bydgoszcz
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	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	6.99	Ewa	BARTOSIK	51-03-15	Ostrołęka	02.08.2026	Bydgoszcz
W 80	4.12	Maria	GĄSOWSKA	45-01-05	Włocławek	29.08.2026	Daegu
M 35	16.65*	Józef	SZMIDT	35-03-28	Zabrze	30.08.1970	Sztokholm
M 35	15.75	Jerzy	KADUSZKIEWICZ	52-05-24	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	6.32	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	25.07.2026	Lovisice
M 90	3.55	Tadeusz	OGONOWSKI	35-09-24	Gliwice	02.08.2026	Bydgoszcz

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	1.30	Urszula	KIELAN	60-10-10	Grodziska Maz.	01.08.2026	Bydgoszcz
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	1.45	Roman	SOBOŃ	56-09-13	Szczecin	19.09.2026	Olsztyn
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	1.11	Czesław	OKOŃSKI	41-07-08	Gliwice	01.08.2026	Bydgoszcz

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 40	2.91	Agnieszka	WRONA	82-05-05	Kielce	01.08.2026	Bydgoszcz
W 45	2.60	Natalia	KALINICZENKO	73/07/03	Szczecin	13.09.2019	Jesolo

W 50	2.00	Renata	SZYKULSKA	74-08-17	Polkowice	01.09.2026	Daegu
M 35	5.62	Tadeusz	ŚLUSARSKI	50-05-19	Warszawa	08.07.1985	Recklinhausen
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
M 85	1.80	Edward	KOROLKO	40-10-13	Toruń	01.08.2026	Bydgoszcz

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	KRZYZAN	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	6.21	Helena	ROMANOWSKA	41-03-21	Olsztyn	19.09.2026	Olsztyn
W 90	2.59*	Agnieszka	KEPKE	17-07-01	Mieroszyno	08.06.2008	Połczyno
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	11.16	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	12.07.2026	Warszawa
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	KRZYZAN	68-05-13	Słubice	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	20.85	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	12.09.2026	Stargard
W 85	12.20	Ewa	FRĄCKOWIAK	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	Słubice
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	30.19	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	26.07.2026	Lovosice
M 90	17.25	Władysław	MIELCAREK	25-10-10	Bydgoszcz	02.07.2016	Opole
M 95	9.72	Józef	KOŁODZIEJ	28-12-25	Toruń	02.08.2026	Bydgoszcz
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	75.01*	Anita	WŁODARCZYK	85-08-08	Katowice	16.07.2026	Madryt
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	40.21	Maria	PAWŁOWSKA	73-02-01	Warszawa	21.06.2026	Warszawa
W 55	39.18	Dorota	SZCZEPANIK	69-10-23	Kraków	06.07.2025	Gorzów Wlkp.
W 60	30.05	Małgorzata	STANUCH-ROKICKA	62-06-23	Leszno	01.08.2026	Bydgoszcz
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	22.11	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	12.09.2026	Stargard
W 85	18.77	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	23.09.2023	Pescara
M 35	82.09*	Paweł	FAJDEK	89-06-04	Poznań	03.07.2026	Nancy
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	65.38	Mariusz	WALCZAK	71-02-27	Warszawa	30.05.2026	Warszawa
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	48.35	Jerzy	JABŁOŃSKI	45-04-23	Olsztyn	01.08.2026	Bydgoszcz
M 85	34.19	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	01.09.2026	Daegu
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 ***400g***	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	19.06.2011	Zielona Góra
W 65	22.92 ***500g***	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	14.52	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	12.09.2026	Stargard
W 85	9.07	Ewa	FRĄCKOWIAK	38-03-26	Poznań	29.03.2023	Toruń
M 35	77.11	Tomasz	DAMSZEL	72-03-25	Namysłaów	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 ***stary***	Mirosław	WITEK	67-04-24	Słupsk	24.03.2019	Toruń
M 50	56.70	Marcin	FIDELUS	74-11-20	Warszawa	12.07.2026	Warszawa
M 55	54.60 ***stary***	Jan	DEC	48-10-17	Cigacice	02.10.2004	Zbąszynek
M 55	44.79	Paweł	REDLER	71-03-07	Zielona Góra	01.08.2026	Bydgoszcz
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	25.57	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	26.09.2026	Słubice
M 90	13.24	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	17.03.2024	Toruń
M 95	7.65	Józef	KOŁODZIEJ	28-12-25	Toruń	01.08.2026	Bydgoszcz

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

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	13.71	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	19.09.2026	Olsztyn
M 90	10.59	Czesław	PLUSZCZEWSKI	33-01-04	Gliwice	22.07.2023	Puck

5 - bój **(kobiety - 100 m pł., wzwyż, kula, w dal, 800 m)**

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

5 - bój **(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	28.05.2022	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
W 55	987	Katarzyna	GÓRNA	71-01-19	Otrębusy	06.06.2026	Słubice
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
W 55	2833	Alicja	DĄBROWSKA	66-07-14	Koszalin	06-07.06.2026	Słubice
W 60	3586	Aldona	MIERNIK	66-01-08	Skarżysko-Kam.	06-07.06.2026	Słubice

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	31.07-01.08.21	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	KĘDZIORA	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	3381	Irena	BARANOWSKA	46-04-06	Poznań	06.06.2026	Słubice
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	4229	Edward	ZWOLSKI	56-04-19	Nowe Miasteczko	25.04.2026	Kolin
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	3888	Czesław	ROSZCZAK	41-06-18	Pogorzela	01.09.2026	Daegu

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 Ewa	OPAK JABŁKOWSKA MASZOREK-SZYMALA SKRZYŃSKA	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
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	Poczdam
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	DĄDELA 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 GĄSOWSKA 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 GĄSOWSKA-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	3:46.55	Piotr Jerzy Robert Michał	SKRZYŃSKI RYGIER CELIŃSKI MUSIAŁ	POL	03.09.2026	Daegu
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 CZĄSTKA	POL	15.09.2019	Caorle
M 65	4:17.97	Krzysztof Stanisław Andrzej Jan	ZDUNIAK KŁOSOWICZ SUT CZĄSTKA	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	GUZOWSKI SZYKULSKA SEKIETA GĄSOWSKA-STĘPNIAK	POL	30.09.2023	Pescara
X 50	3:57.71	Andrzej Renata Krzysztof Katarzyna	PIOTROWSKI SZYKULSKA GUZOWSKI KRYSZTOSIAK	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 55	4:04.23	Piotr Ewa Michaał Monika	SKRZYŃSKI SKRZYŃSKA MUSIAŁ JABŁKOWSKA	POL	18.10.2025	Ribeira Brava
X 60	4:50.86	Jerzy	RYGIER	POL	18.10.2025	Ribeira Brava

		Beata	OPAK			
		Andrzej	SUT			
		Krystyna	PIECZULIS			
			POL	POL	30.09.2023	Pescara
X 70	6:43.79	Antoni	DĄDELA			
		Maria	GĄSOWSKA			
		Stanisław	PANEK			
		Alicja	WŁODARCZYK			

Półmaraton drużynowy

W 35	4:15:46	Anna	ARSENIUK	POL	30.03.2019	Toruń
		Barbara	ŻAKOWIECKA			
		Jadwiga	DIBRZYŃSKA			
W 40	4:22:00	Anna	LUTY-LEGUTKO	POL	01.04.2023	Toruń
		Ewelina	SALWA			
		Anna	ARSENIUK			
W 45	4:12:41	Agnieszka	GORTEL-MACIUK	POL	01.04.2023	Toruń
		Małgorzata	SIEMBIDA			
		Danuta	MAKOWSKA			
W 50	4:47:25	Krystyna	KUTA	POL	30.03.2019	Toruń
		Wioletta	OLEKSYK			
		Iwona	ZIELIŃSKA			
W 55	5:02:23	Eugenia	SZAFARCZYK	POL	30.03.2019	Toruń
		Halina	DUBIELA			
		Małgorzata	KRZEWIŃSKA			
W 60	5:02:29	Halina	DUBIELA	POL	01.04.2023	Toruń
		Małgorzata	KRZEWIŃSKA			
		Danuta	WOLAK			
M 35	3:30:51	Tomasz	SZYMKOWIAK	POL	30.03.2019	Toruń
		Zbigniew	KALINOWSKI			
		Piotr	PAŁKA			
M 40	3:35:04	Mariusz	GIŻYŃSKI	POL	01.04.2023	Toruń
		Zbigniew	KALINOWSKI			
		Karol	MACHOWSKI			
M 45	3:35:37	Grzegorz	KUJAWSKI	POL	01.04.2023	Toruń
		Artur	JASIŃSKI			
		Bartosz	MAZERSKI			
M 50	3:48:10	Piotr	POBŁOCKI	POL	30.03.2019	Toruń
		Krzysztof	CIEŚLAK			
		Dariusz	WIECZOREK			
M 55	3:55:30	Piotr	POBŁOCKI	POL	01.04.2023	Toruń
		Ryszard	TARŁOWSKI			
		Dariusz	OSSOWSKI			
M 60	4:04:07	Ireneusz	KASPRZAK	POL	01.04.2023	Toruń
		Ireneusz	POKRZYŃSKI			
		Andrzej	DOBIJA			
M 65	4:21:08	Janusz	FERENC	POL	30.03.2019	Toruń
		Andrzej	SAJKOWSKI			
		Marek	CZUK			
M 70	5:11:04	Stefan	DOBAK	POL	30.03.2019	Toruń
		Henryk	OSTRYKIEWICZ			
		Marian	LESNIAK			
M 75	5:54:40	Zygfryd	LIBAN	POL	30.03.2019	Toruń
		Henryk	URTNOWSKI			
		Rajmund	CZACHAROWSKI			

Maraton drużynowy

W 35	10:06:54	Agata	KOSZTOWNY		POL	23.03.2024	Toruń
		Katarzyna	PŁUŻYŃSKA				
		Ewelina	KURZOBROCKA				
W 40	8:55:00	Ewa	JAGIELSKA		POL	23.03.2024	Toruń
		Lidia	NIEKRAŚ				
		Anna	LUTY-LEGUTKO				
W 45	9:37:40	Magdalena	GURTAL		POL	23.03.2024	Toruń
		Grażyna	BULIK				
		Danuta	MAKOWSKA				
W 50	10:32:41	Urszula	SZEWCZUK-RAUCH		POL	23.03.2024	Toruń
		Agnieszka	KUCZKO				
		Aneta	OBRA				
W 55	12:45:46	Katarzyna	PRUS		POL	23.03.2024	Toruń
		Mariola	ANTONIK				
		Małgorzata	KOWALSKA				
W 60	15:13.18	Krystyna	ŻYŁKOWSKA		POL	23.03.2024	Toruń
		Halina	GIDEL				
		Ewa	STROJANOWSKA				
W 65	15:04:12	Jolanta	BRZESKA		POL	23.03.2024	Toruń
		Teresa	NOWAK				
		Elżbieta	GŁOWACKA				
M 35	7:32:11	Wojciech	KOPEĆ		POL	23.03.2024	Toruń
		Michał	BĄK				
		Michał	GRZEGORZYCA				
M 40	7:29:21	Maciej	MIRECZKO		POL	23.03.2024	Toruń
		Marcin	GETEK				
		Rafał	CZARNECKI				
M 45	7:48:52	Grzegorz	KUJAWSKI		POL	23.03.2024	Toruń
		Marcin	ANDRZEJEWSKI				
		Artur	KARCZ				
M 50	8:11:39	Jacek	RUDZIŃSKI		POL	23.03.2024	Toruń
		Wiesław	SOSNOWSKI				
		Krzysztof	SARAPUK				
M 55	8:23:46	Ryszard	TARŁOWSKI		POL	23.03.2024	Toruń
		Ryszard	KLEINSCHMIDT				
		Dariusz	KIEŁBASA				
M 60	9:25:18	Andrzej	DOBIJA		POL	23.03.2024	Toruń
		Ryszard	PŁOCHOCKI				
		Witold	GIDEL				
M 65	10:10:57	Andrzej	MACIOŁ		POL	23.03.2024	Toruń
		Wiesław	SŁAWIŃSKI				
		Zbigniew	HORNIK				
M 70	11:05:51	Andrzej	BALICKI		POL	23.03.2024	Toruń
		Marek	CZUK				
		Tadeusz	DZIEKOŃSKI				

Chód drużynowy - 5 km

W 35	1:28:57				POL	28.03.2015	Toruń
	28:47	Katarzyna	ŚLEZIONA	700501			
	29:29	Iwona	GRINHOLC	750907			
	30:41	Alicja	LISOWSKA	690227			
W 40	1:29:20				POL	22.03.2024	Toruń
	27:51	Małgorzata	PAZDA-POZORSKA	820216			

	30:37	Joanna	BIRNACKA	830902			
	30:52	Maria	NIEWIERKO	830719			
W 45	1:31:20				POL	22.03.2024	Toruń
	29:18	Iwona	GRINHOLC	750907			
	29:51	Katarzyna	ŚLEZIONA	700501			
	31:54	Agnieszka	KOLASA	720410			
W 60	1:38:54				POL	22.03.2024	Toruń
	30:26	Janina	ŁUNIEWSKA	591205			
	33:38	Jolanta	STALMACH-CHYLIŃSKA	600803			
	34:50	Małgorzata	BEHOUNEK	611002			
W 65	1:48:22				POL	31.03.2026	Toruń
	31:01	Janina	ŁUNIEWSKA	591205			
	32:53	Jolanta	STALMACH-CHYLIŃSKA	600803			
	44:28	Elżbieta	KIEŁCZEWSKA	600514			
M 35	1:12:49				POL	31.03.2026	Toruń
	22:06	Rafał	GOŁAWSKI	881024			
	24:51	Dawid	DOBROŚ	891230			
	25:52	Paweł	ŁUNIEWSKI	870518			
M 45	1:19:25				POL	31.03.2026	Toruń
	23:55	Krzysztof	CZERSKI	800525			
	27:01	Grzegorz	GRINHOLC	770305			
	28:33	Piotr	SIWIŃSKI	771015			
M 50	1:21:10				POL	31.03.2026	Toruń
	23:16	Tomasz	LIPIEC	710510			
	25:59	Konrad	MORAWCZYŃSKI	750527			
	31:55	Jarosław	NURKIEWICZ	710820			
M 55	1:17:58				POL	28.03.2015	Toruń
	25:19	Waldemar	MAŁECKI	580110			
	25:45	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			
	26:54	Zbigniew	KWITA	590916			
M 60	1:27:32				POL	23.03.2018	Madryt
	27:58	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			
	28:34	Waldemar	MAŁECKI	580110			
	31:00	Ryszard	HARASIŃSKI	560719			
M 65	1:37:49				POL	31.03.2026	Toruń
	26:54	Leszek	BEHOUNEK	590719			
	30:08	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			
	30:47	Waldemar	MAŁECKI	580110			
M 70	1:49:29				POL	31.03.2026	Toruń
	33:50	Edward	GOŁĘBIEWSKI	500314			
	34:57	Krzysztof	BOROWSKI	540409			
	40:42	Leszek	GAMRACY	500919			

Chód drużynowy - 10 km

W 35	3:20:30				POL	31.03.2023	Toruń
	63:21	Kamila	PŁOSZCZYCA	841126			
	68:13	Katarzyna	ZIÓŁKOWSKA	810327			
	68:56	Justyna	SADOWSKA	710522			
W 40	3:04:40				POL	10.09.2018	Malaga
	60:17	Katarzyna	ŚLEZIONA	700501			
	62:01	Alicja	LISOWSKA	690227			
	62:22	Iwona	GRINHOLC	750907			
W 45	3:06:09				POL	31.03.2023	Toruń
	58:53	Iwona	GRINHOLC	750907			
	60:57	Justyna	KORZENIOWSKA	740929			
	66:19	Patrycja	ŁOBACZ	770521			

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

Chód drużynowy - 20 km

M 35	5:04:59				POL	25.08.2024	Goteborg
	1:30:53	Maher	BEN HLIMA	890724			
	1:44:20	Tomasz	LIPIEC	710510			
	1:49:46	Krzysztof	CZERSKI	800525			
M 40	5:24:01				POL	06.07.2022	Tampere
	1:44:51	Grzegorz	GRINHOLC	750907			
	1:48:42	Krzysztof	CZERSKI	800525			
	1:50:28	Konrad	MORAWCZYŃSKI	770101			
M 45	5:39:51				POL	29.08.2026	Daegu
	1:43:53	Tomasz	LIPIEC	710510			
	1:45:18	Krzysztof	CZERSKI	800525			
	2:10:40	Grzegorz	GRINHOLC	750907			
M 50	5:44:54				POL	18.07.2010	Nyiregyhaza
	1:48:36	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			
	1:56:48	Waldemar	MAŁECKI	580110			
	1:59:30	Zbigniew	KWITA	590916			
M 55	5:58:05				POL	03.08.2017	Aarhus
	1:53:52	Mirosław	ŁUNIEWSKI	570125			

	1:58:50	Zbigniew	KWITA				
	2:05:23	Waldemar	MAŁECKI	580110			
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.