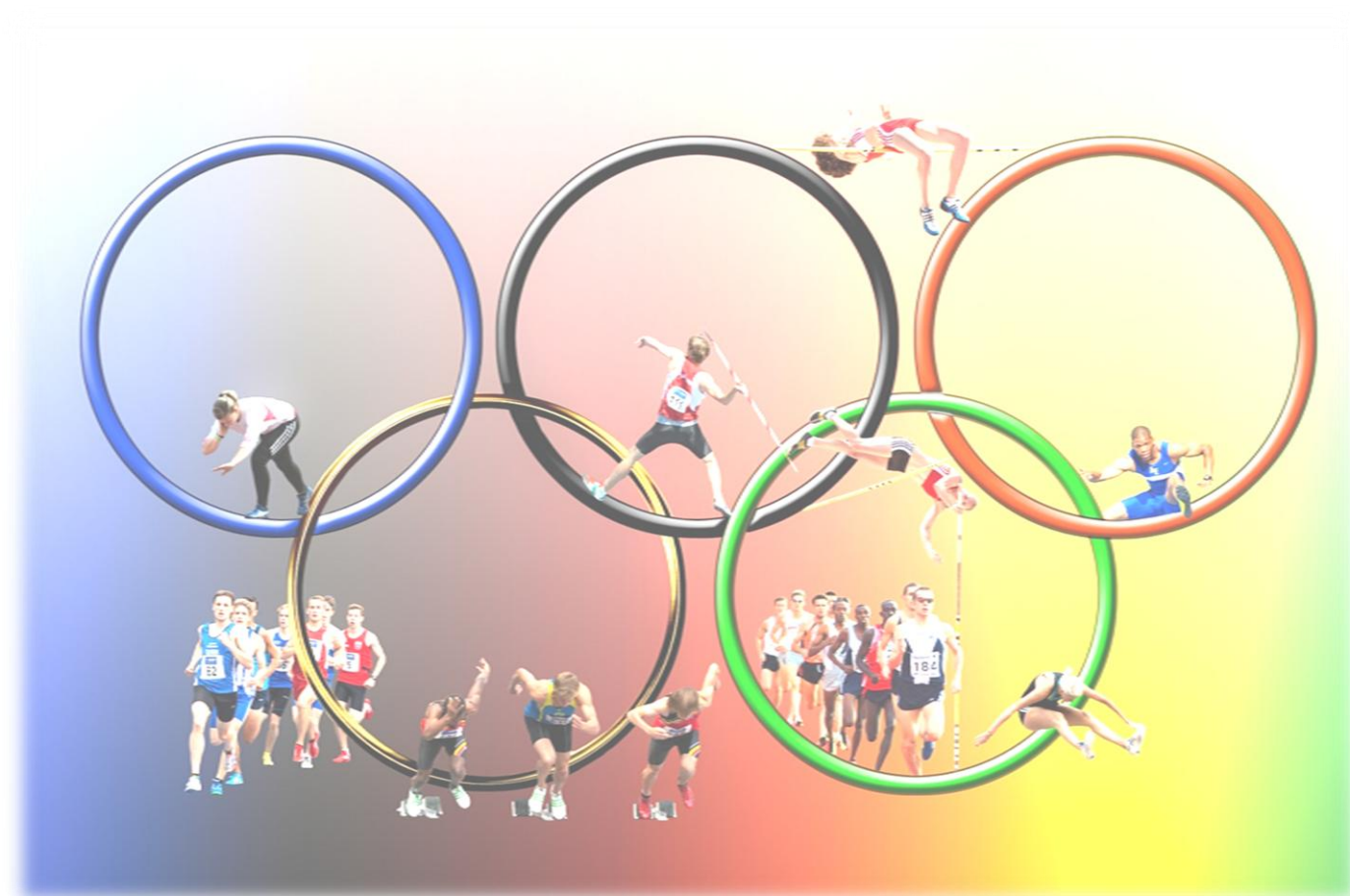


Podsumowanie

sezonu sportowego 2020

PLKS Gwda Piła



Wykaz medali zdobytych w sezonie sportowym 2020 w ogólnopolskich imprezach mistrzowskich (w kolejności rozgrywanych imprez)

1. Akademickie Mistrzostwa USA – Huston (USA) – 31.01

Im – Szpott Sandra – mila (4:45,37)

2. Ogólnopolskie Finały Nestle Cup LDK – Włocławek – 20.08

IIm – Doroba Zuzanna – 600m (1:36,42)

IIm – Rozmiarek Piotr – wzwyż (179)

3. Przełajowe Mistrzostwa Polski LZS – Stargard – 7.03

IIm – Doroba Zuzanna – 1500m młodziczek (U16)

4. Mistrzostwa Polski LZS – Ciechanów – 28-29.08

Im – Trzaskalska Agata – wzwyż U23 (145)

Im – Szarejko Mikołaj – 4x100m U18 (42,87)

IIm – Trzaskalska Agata – kula U23 (8,11)

IIIm – Krajewska Hanna – chód 5000m U20 (28:29,53)

IIIm – Król Marcin – wzwyż U18 (180)

IIIm – Włodarczak Jacek – trójskok U20 (12,37)

IIIm – Poczewski Jan – 800m U23 (1:58,62)

IIIm – Poczewski Jan – 4x400m U23 (3:30,20)

5. Finały Krajowe Czwartków LA – Łódź – 5-6.09

Im – Dober Gabriel – wzwyż (145)

IIm – Dober Tymoteusz – wzwyż (135)

IIm – Jóźwina Karolina – piłeczka palantowa (40,05)

IIIm – Rysiewski Filip – w dal (4,44)

6. Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików – Poznań – 13.09

Im – Doroba Zuzanna – 600m (1:35,44)
IIIm – Rozpłoch Kacper – dysk (40,45)
IIIm – Rozmiarek Piotr – wzwyż (175)

7. Akademickie Mistrzostwa Polski – Łódź – 14-15.09

Im – Agata Trzaskalska – rzut oszczepem (27,60 [80])
Im – Agata Trzaskalska – 100ppł (15,45 [54])

8. Ogólnopolskie Finały Nestle Cup LDK – Włocławek – 20.08

IIIm – Doroba Zuzanna – 600m (1:36,42)
IIIm – Rozmiarek Piotr – wzwyż (179)

9. Przełajowe Mistrzostwa Polski LZS – Stargard – 7.03

IIIm – Doroba Zuzanna – 1500m młodziczek (U16)

10. Mistrzostwa Polski LZS – Ciechanów – 28-29.08

Im – Trzaskalska Agata – wzwyż U23 (145)
Im – Szarejko Mikołaj – 4x100m U18 (42,87)
IIIm – Trzaskalska Agata – kula U23 (8,11)
IIIm – Krajewska Hanna – chód 5000m U20 (28:29,53)
IIIm – Król Marcin – wzwyż U18 (180)
IIIm – Włodarczyk Jacek – trójskok U20 (12,37)
IIIm – Poczewski Jan – 800m U23 (1:58,62)
IIIm – Poczewski Jan – 4x400m U23 (3:30,20)

11. Finały Krajowe Czwartków LA – Łódź – 5-6.09

Im – Dober Gabriel – wzwyż (145)
IIIm – Dober Tymoteusz – wzwyż (135)
IIIm – Józwina Karolina – piłeczka palantowa (40,05)
IIIm – Rysiewski Filip – w dal (4,44)

12.Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików – Poznań – 13.09

Im – Doroba Zuzanna – 600m (1:35,44)
IIm – Rozpłoch Kacper – dysk (40,45)
IIm – Rozmiarek Piotr – wzwyż (175)

13.Akademickie Mistrzostwa Polski – Łódź – 14-15.09

Im – Agata Trzaskalska – rzut oszczepem (27,60)
Im – Agata Trzaskalska – 100ppł (15,45)

Punkty

do Ogólnopolskiego Współzawodnictwa

Sportu Młodzieżowego 2020

I. Mistrzostwa Polski Juniorów (Radom, 11-12.09.2020)

• Włodarczak Jacek	w dal	6m	8 pkt.
• Krajewska Hanna	chód 10.000m	5m	8 pkt.
• Włodarczak Jacek	trójskok	14m	2 pkt.
• Borowik Dawid	400m	6m	4 pkt.
• Ramusiewicz Szymon	2000 prz.	16m	1 pkt.

Razem 23 pkt.

II. Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików (Poznań, 13.09.2020)

• Rozmiarek Piotr	wzwyż	2m	2 pkt.
• Derlatka Kacper	wzwyż	5m	1 pkt.
• Gański Jan	wzwyż	8m	1 pkt.
• Kuczyński Krzysztof	młot	5m	1 pkt.
• Rozpłoch Kacper	młot	6m	1 pkt.
• Sobierajski Oskar	w dal	5m	1 pkt.
• Hajduk Dawid	w dal	10m	1 pkt.
• Szarejko Natalia	200 ppł.	5m	1 pkt.
• Kamiński Oliwier	300m	4m	1 pkt.
• Hajduk Dawid	300m	6m	1 pkt.
• Szarejko Natalia	80 ppł.	9m	1 pkt.
• Derlatka Kacper	oszczep	5m	1 pkt.
• Kuczyński Krzysztof	kula	7m	1 pkt.
• Doroba Zuzanna	600m	1m	3 pkt.
• Rozpłoch Kacper	dysk	2m	2 pkt.
• Wierzbowska Kalina	1000m	9m	1 pkt.

Razem 20 pkt.

III. Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych (Radom, 18-19.09.2020)

• Czechowicz Mikołaj	2000 prz.	6m	5 pkt.
• Król Marcin	wzwyż	8m	4 pkt.
• Szarejko Mikołaj	400 ppł.	17m	2 pkt.
• Kabata Filip	800m	16m	1,5 pkt.
			Razem 12,5 pkt.

IV. Mistrzostwa Polski Młodzieżowców na 10km (Karpacz, 19.09.2020)

• Gapska Rozalia	10,000m	5m	7 pkt.
			Razem 7 pkt.

V. Młodzieżowe Mistrzostwa Polski w 7-boju (Łódź, 3-4.10.2020)

• Trzaskalska Agata	7-bój	4m	16 pkt.
			Razem 16 pkt.

VI. Mistrzostwa Polski w Biegach Przełajowych (Kwidzyn, 28.11.2020)

• Czechowicz Mikołaj	5000m jun. mł.	12m	3 pkt.
• Śliwiński Norbert	5000m jun. mł.	31m	2pkt.
			Razem 5 pkt.

**VII. Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików w Biegach Przełajowych
(Stargard, 14.11.2020)**

- | | | | |
|--------------------|-------|-----|--------|
| • Zuzanna Doboba | 1500m | 1m | 3 pkt. |
| • Oliwier Kamiński | 2000m | 11m | 1 pkt. |
| • Agata Łańska | 2500m | 10m | 1 pkt. |

Razem 5 pkt.

Łącznie w sezonie 2020 – 89 pkt.

**Zestawienie medali
w imprezach mistrzowskich
ogólnopolskich i wojewódzkich w sezonie 2020
(w kolejności rozgrywanych imprez)**

Lp	Nazwa imprezy	Termin	Miejsce	Medale			Razem
				Zł.	Sr.	Br.	
1	Akademickie Mistrzostwa USA	31.01	Huston (USA)	1			1
2	Przełajowe Mistrzostwa Polski LZS	07.03	Stargard		1		1
3	Wojewódzkie Mistrzostwa LDK	08.08	Piła	15	10	6	31
4	Mistrzostwa Wielkopolski Jun. i Jun. Mł.	13-14.08	Poznań	2	3		5
5	Ogólnopolskie Finały Nestle Cup LDK	20.08	Włocławek		2		2
6	Mistrzostwa Polski LZS	28-29.08	Ciechanów	2	1	5	8
7	Finały Krajowe Czwartków LA	05-06.09	Łódź	1	2	1	4
8	Mistrzostwa Wielkopolski Młodzików	06.09	Poznań	4	2	2	8
9	Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików	13.09	Poznań	1	2		3
10	Akademickie Mistrzostwa Polski	14-15.09	Łódź	2			2
11	Memoriał Kobielskiego – Mistrzostwa Wielkopolski LZS Młodzików U15	22.09	Żerków	1	3	2	6
12	Mistrzostwa Wielkopolski LZS Jun. Mł. U18 – Memoriał Mariana Głuszka	30.09	Września	2	2	1	5
13	Mistrzostwa Wielkopolski LZS U18, U20, U23	07.10	Piła	8	2	5	15
Razem				39	30	22	91

Największe sukcesy lekkoatletów PLKS Gwda Piła w sezonie sportowym 2020

- Zdobyć 89 medali w imprezach Mistrzowskich międzynarodowych, ogólnopolskich i wojewódzkich w sezonie 2020 w tym 37 złotych, 30 srebrnych i 22 brązowych
- 88,5 pkt. do ogólnopolskiego współzawodnictwa sportu młodzieżowego
- 45 klas sportowych w tym 2 kl. I, 3 kl. II, 6 kl. III, 7 kl. IV i 6 kl. V
- Wywalczenie pucharu za zajęcie III m. w punktacji klubowej Przełajowych Mistrzostw Polski Zrzeszenia LZS (Stargard, 7.03)
- Zajęcie 9 miejsca na ponad 100 sklasyfikowanych w Mistrzostwach Polski LZS (Ciechanów, 28-29.08)
- Przynależność Sandry Szpott do czołowych biegaczek na średnich i długich dystansach wśród studentek Stanów Zjednoczonych

Najlepsi Lekkoatleci Gwdy w sezonie 2020

- Agata Trzaskalska – czołowa polska 7-boistka, 5 m. na Mistrzostwach Polski Seniorów, 4 m. w kategorii młodzieżowej, I m. w skoku wzwyż i II m. w pchnięciu kulą na Mistrzostwach Polski LZS w Ciechanowie
- Rozalia Gapska – V m. na Młodzieżowych Mistrzostwach Polski w biegu na 10,000m w Karpaczu, zawodniczka I kl, sp. (37:44,57)
- Zuzanna Doroba – I m. w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików w biegu na 600m, II m. w Ogólnopolskich Finałach Nestle Cup we Włocławku (600m)
- Jacek Włodarczyk – VI m. w skoku w dal podczas Mistrzostw Polski Juniorów w Radomiu, III m. w Mistrzostwach Polski LZS w Ciechanowie w skoku w dal
- Mikołaj Czechowicz – czołowy polski średniodystansowiec w kategorii jun. mł., VI m. w Mistrzostwach Polski Jun. Mł. w biegu na 20000m prz. W Radomiu
- Marcin Król – czołowy skoczek wzwyż w Polsce (196cm), VIII m. na Mistrzostwach Polski Jun. Mł. w Radomiu
- Hanna Krajewska – IV m. w chodzie na 20km i V m. na 10km podczas Mistrzostw Polski Juniorów (Warszawa i Radom)
- Mikołaj Szarejko – czołowy junior mł. w Polsce w biegu na 400m ppł., finalista Mistrzostw Polski Jun. Mł.
- Kacper Rozpłoch – czołowy młodzik w Polsce w rzucie dyskiem (42,96m), II m. w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików w Poznaniu

- Piotr Rozmiarek – II m. w skoku wzwyż w Międzywojewódzkich Mistrzostwach Młodzików i II m. w Ogólnopolskich Finałach Nestle Cup.
- Oliwier Kamiński – czołowy krajowy młodzik w biegach na 300m i 600m, I m. w Mistrzostwach Wielkopolski LZS na 600m

Wykaz klas sportowych

I. Klasa I

- | | |
|-------------------|------------------------|
| 1. Szpott Sandra | 96 – mila – 4:45,37 |
| 2. Gapska Rozalia | 98 – 10,000 – 37:44,57 |

II. Klasa II

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1. Trzaskalska Agata | 99 – 7-bój – 4246 |
| 2. Król Marcin | 03 – wzwyż - 196 |
| 3. Doroba Zuzanna | 06 – 300 – 41,81 |

III. Klasa III

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| 1. Krajewska Hanna | 02 – chód 5,000 – 28:29,53 |
| 2. Szarejko Mikołaj | 03 – 400ppł – 57,07 |
| 3. Czechowicz Mikołaj | 03 – 2000 prz. – 6:16,42 |
| 4. Poczewski Jan | 99 – 800 – 1:58,62 |
| 5. Włodarczak Jacek | 02 – w dal – 6,54 |
| 6. Kamiński Oliwier | 06 – 300 – 38,03 |

IV. Klasa IV

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| 1. Szarejko Natalia | 05 – 200 ppł – 32,63 |
| 2. Astapczyk Aleksandra | 07 – w dal – 4,48 |
| 3. Rozmiarek Piotr | 05 – wzwyż – 179 |
| 4. Macios Mikołaj | 03 – wzwyż – 175 |
| 5. Śliwiński Norbert | 04 – 2000 prz. – 6:48,03 |
| 6. Łańska Agata | 06 – 1000 – 3:20,17 |
| 7. Hajduk Dawid | 05 – 300 – 39,04 |

V. Klasa V

- | | |
|------------------------|--------------------------|
| 1. Kaczmarek Katarzyna | 09 – 300 – 47,79 |
| 2. Musiał Zuzanna | 07 – 300 – 47,95 |
| 3. Wierzbowska Kalina | 05 – 1000 - 3:28,66 |
| 4. Derlatka Kacper | 05 – wzwyż – 170 |
| 5. Kuczyński Krzysztof | 06 – kula – 9,59 |
| 6. Wałczacka Julia | 05 – 1000 prz. – 3:49,10 |

**Razem lekkoatleci PLKS Gwda zdobyli 45 klas sportowych w tym:
kl. I – 2, kl. II – 3, kl. III – 6, kl. IV – 7 ,kl. V – 6**

Tabele

Wyników lekkoatletycznych PLKS Gwda Piła w sezonie sportowym 2020

Kobiety

100m

13,21	Doroba Zuzanna	06	Słubice	19.06
14,04	Klupś Marta	04	Poznań	6.09
14,55	Szyszka Paulina	04	Wałcz	19.08
16,23	Pinkowska Aleksandra	07	Piła	8.08
16,29	Wolska Katarzyna	03	Piła	7.10

200m

26,73	Trzaskalska Agata	99	Włocławek	27.06
26,96	Doroba Zuzanna	06	Poznań	14.08
29,17	Klupś Marta	04	Wałcz	19.08
30,12	Dziuba Jagoda	01	Wałcz	19.08
33,14	Lamtschek Julia	05	Wałcz	19.08
33,57	Sobiech Klaudia	03	Piła	7.10

300m

41,81	Doroba Zuzanna	06	Poznań	6.09
47,69	Szarejko Natalia	05	Wałcz	19.08
47,79	Kaczmarek Katarzyna	09	Żerków	22.09
47,95	Musiał Zuzanna	07	Żerków	22.09
49,67	Malemon Julia	07	Łódź	5.09
50,47	Bogdańska Weronika	09	Łódź	5.09
50,49	Litke Olga	08	Łódź	5.09
51,84	Grzesiak Anna	08	Piła	8.08
52,08	Tryba Oliwia	08	Piła	8.08
52,65	Pinkowska Aleksandra	07	Żerków	22.09

400m

68,32	Klupś Marta	04	Poznań	13.08
69,85	Dziuba Jakogda	01	Poznań	13.08

600m

1:35,44	Doroba Zuzanna	06	Poznań	13.09
2:07,13	Lamtschek Julia	05	Piła	8.08

800m

2:39,08	Klupś Marta	04	Września	30.09
2:42,23	Trzaskalska Agata	99	Łódź	3.10
2:48,55	Wałczacka Julia	05	Września	30.09
2:50,88	Smoguła Weronika	04	Piła	7.10

1000m

3:20,27	Łańska Agata	06	Żerków	22.09
3:28,66	Wierzbowska Kalina	05	Poznań	13.09
3:40,54	Wałczacka Julia	05	Wałcz	19.08
3:40,98	Drąg Amelia	05	Wałcz	19.08

1500m

5:09,01	Gapska Rozalia	98	Wałcz	19.08
5:44,23	Krajewska Hanna	02	Piła	7.10

Mila

4:45.37	Szpott Sandra	96	Huston (USA)	31.01
---------	---------------	----	--------------	-------

2000m

7:56,76	Łańska Agata	06	Poznań	13.09
---------	--------------	----	--------	-------

10,000m

37:44,57	Gapska Rozalia	98	Karpacz	16.09
----------	----------------	----	---------	-------

80ppł

13,96	Szarejko Natalia	05	Poznań	13.09
16,45	Janas Ismena	06	Żerków	22.09

100ppł jun. mł. (76,2)

17,54	Szarejko Natalia	05	Września	30.09
-------	------------------	----	----------	-------

100ppł

15,12	Trzaskalska Agata	99	Piła	8.08
-------	-------------------	----	------	------

200ppł

32,63	Szarejko Natalia	05	Poznań	23.09
-------	------------------	----	--------	-------

1000prz

3:39,36	Wierzbowska Kalina	05	Poznań	6.09
3:45,22	Łańska Agata	06	Poznań	6.09
3:49,10	Wałczacka Julia	05	Piła	8.08

1500prz

6:12,22	Klupś Marta	04	Piła	8.08
---------	-------------	----	------	------

Skok wzwyż

155	Trzaskalska Agara	99	Łódź	3.10
120	Rozmiarek Weronika	07	Piła	8.08

Skok w dal

5,25	Trzaskalska Agata	99	Poznań	13.08
4,88	Astapczyk Aleksandra	07	Żerków	22.09
4,40	Dzierła Patrycja	08	Łódź	5.09
4.08	Musiał Zuzanna	07	Piła	8.08

Kula 3kg

8,64	Korczak Martyna	04	Piła	7.10
7,62	Kaminska Roksana	08	Łódź	5.09
7,10	Klincz Małgorzata	06	Żerków	22.09
6,36	Szyszka Paulina	04	Września	30.09

Kula 4kg

9,63	Trzaskalska Agata	99	Piła	8.08
------	-------------------	----	------	------

Dysk 0.75kg

11,64	Lamtschek Julia	05	Poznań	13.09
-------	-----------------	----	--------	-------

Młot

13,35	Lamtschek Julia	05	Poznań	13.09
-------	-----------------	----	--------	-------

Oszczep 500g

28,37	Michalak Dominika	04	Piła	7.10
12,87	Jankowska Beata	07	Żerków	22.09

Oszczep 600g

33,82	Trzaskalska Agata	99	Kołobrzeg	4.07
-------	-------------------	----	-----------	------

7-bój

4246	Trzaskalska Agata	99	Łódź	3-4.10
------	-------------------	----	------	--------

4x100m

54,06	Gwda Piła Szyszka P. 04,Klupś M. 04, Michalak D. 04, Trzaskalska A. 99	Open	Piła	7.10
-------	--	------	------	------

Mężczyźni

100m

11,77	Szarejko Mikołaj	03	Poznań	6.09
12,38	Barańczyk Piotr	04	Piła	8.08
12,48	Konek Paweł	02	Piła	8.08
13,07	Sobierajski Oskar	05	Słubice	19.06
13,52	Kaźmierski Mikołaj	03	Piła	7.10
16,23	Kopczyński Oliwier	09	Piła	8.08

200m

23,63	Szarejko Mikołaj	03	Piła	7.10
24,45	Konek Paweł	02	Piła	7.10
24,78	Barańczyk Piotr	04	Poznań	8.09

300m

38,03	Kamiński Oliwier	06	Słupsk	27.09
39,04	Hajduk Dawid	05	Wałcz	19.08
43,06	Rosiński Jakub	07	Łódź	5.09
46,60	Cebrat Marcel	07	Żerków	22.09
49,62	Łuczak Paweł	09	Łódź	5.09

400m

52,62	Poczewski Jan	99	Ciechanów	28.08
53,29	Szarejko Mikołaj	03	Wałcz	19.08
53,35	Czechowicz Mikołaj	03	Poznań	6.09
54,43	Kamiński Oliwier	06	Poznań	13.08
56,85	Hajduk Dawid	05	Września	30.09
58,44	Śliwiński Norbert	04	Poznań	6.09
61,30	Dróbka Błażej	04	Piła	7.10

600m

1:33,03	Kamiński Oliwier	06	Żerków	22.09
1:41,77	Adamowski Mateusz	05	Piła	8.08

1:48,71	Margowski Hubert	07	Piła	8.08
2:03,77	Kadecki Konrad	07	Piła	8.08

800m

1:58,62	Poczewski Jan	99	Ciechanów	29.08
1:59,90	Czechowicz Mikołaj	03	Ciechanów	29.08
2:11,76	Śliwiński Norbert	04	Ciechanów	29.08
2:20,43	Adamowski Mateusz	05	Września	30.09

1000m

3:12,37	Margowski Hubert	07	Żerków	22.09
3:36,96	Hoffman Paskal	07	Żerków	22.09

1500m

4:06,26	Czechowicz Mikołaj	03	Ciechanów	28.08
4:32,15	Śliwiński Norbert	04	Ciechanów	28.08
4:47,00	Wachowiak Jakub	02	Kołobrzeg	4.07

2000m

7:18,03	Adamowski Mateusz	05	Poznań	23.09
---------	-------------------	----	--------	-------

400 ppl. (83,8)

57,07	Szarejko Mikołaj	03	Piła	8.08
70,83	Wachowiak Jakub	02	Białogard	28.07

2000 prz.

6:16,42	Czechowicz Mikołaj	03	Radom	19.09
6:48,03	Śliwiński Norbert	04	Wałcz	19.08
7:29,20	Wachowiak Jakub	02	Wałcz	19.08

Skok wzwyż

196	Król Marcin	03	Kołobrzeg	4.07
179	Rozmiarek Piotr	05	Włocławek	20.08
175	Macios Mikołaj	03	Piła	7.10
170	Derlatka Kacper	05	Kołobrzeg	4.07
155	Gański Jan	06	Wałcz	19.08
145	Dober Gabriel	08	Łódź	5.09
145	Wiśniewski Paweł	07	Łódź	5.09
145	Maślak Kevin	07	Żerków	12.09
140	Dober Tymoteusz	07	Żerków	12.09
140	Borsukiewicz Patryk	07	Żerków	22.09
130	Cerbat Marcel	08	Piła	8.08

Skok w dal

6,54	Włodarczak Jacek	02	Piła	8.08
5,78	Barańczyk Piotr	04	Piła	7.10
5,42	Hajduk Dawid	05	Poznań	6.09
5,39	Sobierajski Oskar	05	Piła	8.08
5,02	Kwaśniewski Filip	07	Piła	8.08
4,57	Derlatka Kacper	05	Kołobrzeg	4.07
4,46	Kasprzak Kajetan	08	Piła	8.08
4,44	Rysiewski Filip	09	Łódź	5.09

Trójskok

12,60	Włodarczak Jacek	02	Radom	12.09
-------	------------------	----	-------	-------

Kula 5kg

9,59	Kuczyński Krzysztof	06	Piła	8.08
9,95	Rozpłoch Kacper	05	Piła	8.08

Dysk 1kg

42,96	Rozpłoch Kacper	05	Słupsk	27.09
-------	-----------------	----	--------	-------

Dysk 1,5kg

31,63	Rozpłoch Kacper	05	Września	30.09
-------	-----------------	----	----------	-------

Młot 5kg

21,42	Kuczyński Krzysztof	06	Poznań	23.09
19,41	Rozpłoch Kacper	05	Poznań	13.09
13,96	Korpala Łukasz	05	Poznań	13.09

Piłka palantowa

57,0	Adler Ignacy	07	Łódź	5.09
36,0	Dyl Błażej	09	Łódź	5.09

Oszczep 600g

36,02	Derlatka Kacper	05	Poznań	13.09
35,50	Adler Ignacy	07	Żerków	22.09

4x100m

46,79	Gwda Piła Wachowiak J. 02, Konek P. 02, Barańczyk P. 04, Szarejko M. 03	open	Piła	7.10
-------	---	------	------	------

Rekordy

PLKS Gwda Piła – stan 10.12.2020

Kobiety

100m	12,08	Dominika Miszczak	Łódź	09.09.2006
200m	25,19	Joanna Kęsek	Poznań	22.05.1999
300m	41,15	Zuzanna Doroba	Warszawa	7.06.2019
400m	58,97	Marta Nazaruk	Słubice	12.06.2004
600m	1:37,62	Renata Lament	Piła	27.07.1996
800m	2:09,27	Sandra Szpott	Auburn (USA)	6.04.2019
1000m	2:53,27	Bogusława Zakrzewska	Białogard	11.08.2011
1500m	4:25,67	Sandra Szpott	Sieradz	30.06.2018
Mila	4:56,83	Sandra Szpott	Tuchola	21.07.2017
3000m	10:11,00	Magdalena Deniusz	Spała	20.06.1998
5000m	17:06,02	Bogusława Zakrzewska	Gdańsk	18.08.2001
10000m	36:13,28	Sandra Szpott	Bielsko Biała	20.05.2017
100 ppłj.mł	14,99	Agata Trzaskalska	Poznań	11.06.2016
100 ppł	14,67	Agata Trzaskalska	Włocławek	25.06.2018
200 ppł	33,28	Małgorzata Dudek	Piła	15.05.1994
400 ppł	1:04,00	Dagmara Bonarska	Wrocław	17.07.1998
2000 prz	7:03,52	Monika Kamińska	Toruń	15.06.2011
3000 prz	11:12,30	Izabela Cytrowska	Toruń	26.08.2006
Maraton	3:16.12	Justyna Świerczyńska	Frankfurt	31.10.2016
Chód 3km	13:06,20	Justyna Świerczyńska	Białogard	13.07.2012
Chód 5km	22:15,96	Justyna Świerczyńska	Gdańsk	26.05.2012
Chód 10km	47:43	Justyna Świerczyńska	Piła	6.10.2012
Chód 20km	1:38,25	Justyna Świerczyńska	Piła	6.10.2012
4x100m	50,22	Joanna Bachmatiuk	Poznań	20.05.2006
		Marta Dittmer		
		Dorota Klimowicz		
		Ewa Wojasiewicz		
4x400m	4:04,33	Dagmara Bonarska	Kraków	18.09.1999
		Monika Ślachciak		
		Joanna Kęsek		
		Agnieszka Smolarek		
Wzwyż	163	Aleksandra Michałek	Poznań	02.06.2007

W dal	6,44	Dominika Miszczak	Szczecin	25.06.2006
Trójskok	12,98	Magdalena Bachmatiuk	Poznań	14.04.2005
Kula	11,04	Kamila Kickel	Poznań	23.05.1999
Dysk	27,86	Iwona Czerwińska	Poznań	20.05.1995
Oszczep	36,65	Marta Utecht	Poznań	06.10.2006
Młot 4kg	27,00	Magdalena Witczak	Bydgoszcz	07.08.1996
7-bój	4248 pkt.	Agata Trzaskalska	Kraków	8-9.06.2019

Dziewczęta

100m	12,69	Joanna Bachmatiuk	Poznań	08.10.2004
200m	26,38	Paulina Wika	Kraków	18.09.1999
300m	41,15	Zuzanna Doroba	Warszawa	7.06.2019
400m	1:00,88	Paulina Wika	Piła	09.07.1998
600m	1:35,44	Zuzanna Doroba	Poznań	13.09.2020
800m	2:19,64	Monika Ślachciak	Spała	21.06.1998
1000m	3:05,04	Monika Ślachciak	Poznań	07.09.1997
1500m	5:31,50	Karolina Licheńska	Piła	26.09.2000
80 ppł	13,96	Natalia Szarejko	Września	30.09.2020
100 ppł	16,68	Agata Trzaskalska	Poznań	31.05.2014
200 ppł	32,63	Natalia Szarejko	Poznań	23.09.2020
300 ppł	46,91	Anna Muszyńska	Poznań	30.09.2000
4x100m	51,37	Anna Bator	Poznań	11.09.1999
		Anna Muszyńska		
		Ewa Belz		
		Paulina Wika		
Chód 3km	15:01	Joanna Bemowska	Gdańsk	29.08.2009
Chód 5km	27:11,62	Joanna Bemowska	Poznań	16.05.2009
W dal	5,62	Dominika Miszczak	Poznań	03.06.2000
Wzwyż	163	Aleksandra Michałek	Poznań	02.06.2007
Kula	11,41	Małgorzata Rywka	Piła	13.09.2006
Dysk	24,80	Magdalena Polcyn	Poznań	02.06.2001
Oszczep	32,82	Magdalena Weiss	Piła	31.05.1996
Młot	29,77	Małgorzata Rywka	Poznań	02.09.2006

Mężczyźni

100m	10,62	Marcin Gill	Poznań	11.05.2000
------	-------	-------------	--------	------------

200m	21,40	Michał Bryndza	Bielsko Biała	30.06.2002
300m	34,36	Karol Grzegorzczuk	Poznań	16.07.2005
400m	46,64	Karol Grzegorzczuk	Poznań	18.08.2002
600m	1:19,25	Szymon Krawczyk	Chojnice	21.08.2010
800m	1:47,06	Szymon Krawczyk	Bydgoszcz	12.08.2011
1000m	2:26,21	Adrian Wyrzykiewicz	Chojnice	22.08.2015
1500m	3:38,09	Szymon Krawczyk	Szczecin	25.06.2011
Mila	4:24,87	Adrian Wyrzykiewicz	Tuchola	21.07.2017
2000m	5:21,10	Adam Żukowski	Poznań	30.05.1998
3000m	8:07,12	Bartosz Kowalczyk	Toruń	24.06.2011
5000m	14:07,17	Bartosz Kowalczyk	Tallin	23.07.2011
10000m	29:18,58	Aleksander Ziobro	Bydgoszcz	20.06.1997
Maraton	2.16:36	Aleksander Ziobro	Vigarano	01.03.1998
110 ppłj.mł	14,74	Michał Dobrowolski	Biała Podlaska	07.06.2014
110 ppł	15,74	Mateusz Rodziewicz	Białystok	27.06.2004
400 ppł	54,88	Adrian Klimczuk	Zielona Góra	07.07.2001
400 ppłj.mł	54,67	Adrian Klimczuk	Wrocław	16.09.2000
2000 prz	5:41,26	Adam Żukowski	Suwałki	09.09.1995
3000 prz	8:46,99	Adam Żukowski	Białogard	18.06.2000
Chód 3km	12:37	Arkadiusz Drozdowicz	Podiebrady	9.04.2016
Chód 5km	19:48,51	Kamil Kalka	Mielec	15.05.2005
Chód 10km	41:40,22	Kamil Kalka	Spała	05.05.2003
Chód 20km	1.21:36	Kamil Kalka	Rumia	12.06.2005
Chód 50km	3.56:29	Kamil Kalka	Rumia	3.10.2004
4x100m	42,44	Michał Bryndza	Gdańsk	5.09.2004
		Karol Grzegorzczuk		
		Robert Brączkowski		
		Adrian Klimczuk		
4x400m	3:15,61	Mikołaj Wnęk	Zamość	29.06.2003
		Damian Stachowiak		
		Krzysztof Sobkowski		
		Karol Grzegorzczuk		
Wzwyż	200	Arkadiusz Starszewski	Toruń	26.06.2011
W dal	7,16	Piątek Norbert	Warszawa	26.05.2007
Trójskok	13,67	Damian Dacka	Stargard Szcz.	05.06.2004
Kula	12,46	Arkadiusz Karbowski	Piła	15.05.1994
Dysk	41,28	Jakub Kowal	Poznań	08.05.1999

Oszczep	50,08	Piotr Szefler	Suwałki	18.06.1994
Młot 5kg	27,51	Kamil Modrak	Poznań	07.09.2002

Chłopcy

100m	11,51	Dawid Borowik	Poznań	10.09.2016
200m	22,91	Karol Grzegorzczuk	Kraków	18.09.1999
300m	35,74	Dawid Borowik	Słubice	25.09.2016
400m	51,78	Karol Grzegorzczuk	Białogard	12.07.1999
600m	1:26,75	Jakub Jarmołowicz	Słupsk	20.09.2008
800m	2:05,66	Andrzej Wiśniewski	Poznań	19.09.1998
1000m	2:38,26	Miłosz Pasiecznik	Bielsko Biała	30.09.2001
1500m	4:15,40	Mikołaj Wnęk	Białogard	19.08.2000
2000m	5:48,77	Andrzej Pasternak	Bielsko Biała	29.09.2001
110 ppł	15,05	Michał Dobrowolski	Szczecin	14.09.2013
200 ppł	28,18	Mikołaj Szarejko	Bełchatów	22.09.2018
300 ppł	40,15	Sebastian Mikołajczak	Zamość	26.09.2009
4x100m	45,93	Karol Grzegorzczuk	Poznań	05.09.1999
		Krzysztof Sobkowski		
		Przemysław Bajor		
		Łukasz Wiśniewski		
Chód 3km	14:24,00	Dariusz Nowak	Rumia	03.10.2004
Chód 5km	23:39,70	Fabian Deuter	Białogard	17.09.1995
W dal	6,82	Norbert Piątek	Bielsko Biała	30.09.2001
Wzwyż	188	Michał Lamtschek	Chojnice	21.08.2012
Kula	11,77	Damian Rolczak	Poznań	05.06.1998
Dysk	41,28	Jakub Kowal	Poznań	08.05.1999
Oszczep	49,09	Dawid Śnigielski	Poznań	02.06.2007
Młot	23,56	Adam Paszkiewicz	Poznań	09.09.2000