

## Wyniki ratyfikowane jako rekordy Polski w 2021 r.

### Mężczyźni

1500 m poprzedni	3:30.42	Marcin LEWANDOWSKI	87	AZS UMCS Lublin	09.07.2021	Monako/MON
	3:31.46	Marcin LEWANDOWSKI	87	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL	06.10.2019	Doha/QAT
1 mila poprzedni	3:49.11	Marcin LEWANDOWSKI	87	AZS UMCS Lublin	01.07.2021	Oslo/NOR
	3:52.34	Marcin LEWANDOWSKI	87	CWZS Zawisza Bydgoszcz SL	13.06.2019	Oslo/NOR
10 km poprzedni	28:05	Leszek BEBŁO	66	WKS Oleśniczanka Oleśnica	01.05.91	Essen/GER
	-					
Rzut oszczepem poprzedni	89.55	Marcin KRUKOWSKI	92	KS Warszawianka Warszawa	08.06.2021	Turku/FIN
	88.09	Marcin KRUKOWSKI	92	KS Warszawianka Warszawa	21.07.2017	Białystok

### Kobiety

Bieg 1-godzinny poprzedni	17.375	Katarzyna JANKOWSKA	94	KS Podlasie Białystok	05.09.2021	Białystok
	16.397	Justyna KORYTKOWSKA	86	LŁKS Prefbet Śniadowo Łomża	28.09.2014	Łomża
Półmaraton Poprzedni	1:09:18	Karolina NADOLSKA	81	KU AZS UAM Poznań	17.10.2021	Poznań
	1:10:06	Katarzyna KOWALSKA	85	LKS Vectra Włocławek	02.04.2016	Praga/TCH
Rzut oszczepem poprzedni	71.40	Maria ANDREJCZYK	96	LUKS Hańcza Suwałki	09.05.2021	Split/CRO
	67.11	Maria ANDREJCZYK	96	LUKS Hańcza Suwałki	16.08.2016	Rio de Janeiro/BRA
4x200 m poprzedni	1:34.98	Polska - reprezentacja Paulina GUZOWSKA 00, Kamila CIBA 95, Klaudia ADAMEK 99, Marlena GOLA 98			02.05.2021	Chorzów
	1:35.5	Polska - reprezentacja Ewa DŁUGOŁĘCKA 51, Barbara BAKULIN 50, Danuta JĘDREJEK 47, Helena FLIŚNIK 52			31.05.1975	Bourges/FRA
4x400 m poprzedni	3:20.53	Polska - reprezentacja Natalia KACZMAREK 98, Iga BAUMGART-WITAN 89, Małgorzata HOŁUB-KOWALIK 92, Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC 92			07.08.2021	Tokio/JPN
	3:21.89	Iga BAUMGART-WITAN 89, Patrycja WYCISZKIEWICZ 94, Małgorzata HOŁUB-KOWALIK 92, Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC 92			06.10.2019	Doha/QAT

### Mężczyźni + kobiety

4x400 m MK poprzedni	3:10.44	Polska - reprezentacja Dariusz KOWALUK 96, Iga BAUMGART-WITAN 89, Małgorzata HOŁUB-KOWALIK 92, Kajetan DUSZYŃSKI 95			30.07.2021	Tokio/JPN
	3:09.87	Polska - reprezentacja Karol ZALEWSKI 93, Natalia KACZMAREK 98, Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC 92, Kajetan DUSZYŃSKI 95			31.07.2021	Tokio/JPN
2x2x400 m MK poprzedni	3:12.33	Polska - reprezentacja Wiktor SUWARA 96, Rafał OMEŁKO 89, Iga BAUMGART-WITAN 89, Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC 92			29.09.2019	Doha/QAT
	3:40.92	Polska - reprezentacja Joanna JÓŻWIK 91, Patryk DOBEK 94, Joanna JÓŻWIK 91, Patryk DOBEK 94			01.05.2021	Chorzów
	3:42.14	Polska - reprezentacja Anna DOBEK 96, Patryk DOBEK 94, Anna DOBEK 96, Patryk DOBEK 94			11.05.2019	Jokohama/JPN

### U20 mężczyźni

100 m poprzedni	10.32	Jakub PIETRUSA	02	UKS Stryszawa	02.07.2021	Lublin	+1.7
	10.37	Grzegorz ZIMNIEWICZ	91	UKS Achilles Leszno	10.06.2010	Siedlce	+1.4
800 m poprzedni	1:44.51	Krzysztof RÓŻNICKI	03	GKS Cartusia Kartuzy	20.06.2021	Chorzów	
	1:46.69	Marcin LEWANDOWSKI	87	UKL Ósemka Police	24.06.2006	Szczecin	
Rzut młotem (6.00 kg) poprzedni	77.61	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	24.04.2021	Rybnik	
	77.68	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	29.05.2021	Warszawa	
	77.84	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	29.05.2021	Warszawa	
	77.91	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	29.05.2021	Warszawa	
	79.11	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	29.05.2021	Warszawa	
	79.50	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	05.06.2021	Stalowa Wola	
	79.59	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	16.07.2021	Tallinn/EST	
	77.53	Dawid PIŁAT	02	LKS Stal Mielec	22.08.2020	Stalowa Wola	
4x100 m poprzedni	38.93	Polska - reprezentacja Dominik ŁUCZYŃSKI 02, Patryk KRUPA 02, Jakub PIETRUSA 02, Oliwer WDOVIK 02			21.08.2021	Nairobi/KEN	
	38.90	Polska - reprezentacja Dominik ŁUCZYŃSKI 02, Patryk KRUPA 02, Jakub PIETRUSA 02, Oliwer WDOVIK 02			22.08.2021	Nairobi/KEN	
	39.31	Polska - reprezentacja Kamil BIJOWSKI 93, Przemysław SŁOWIKOWSKI 93, Karol ZALEWSKI 93, Adam JABŁOŃSKI 94			13.07.2012	Barcelona/ESP	

### U20 kobiety

5000 m poprzedni	16:07.34	Natalia BIELAK	02	KS SMS Szklarska Poręba	05.06.2021	Piaseczno
	16:25.84	Oliwia WAWRZYŃIAK	02	KS Energetyk Poznań	30.08.2020	Włocławek
4x100 m	44.54	Polska - reprezentacja Dorota PUZIO 03, Monika ROMASZKO 02, Marta ZIMNA 02, Magdalena NIEMCZYK 03			18.07.2021	Tallinn/EST

	44.31	Dorota PUZIO 03, Monika ROMASZKO 02, Marta ZIMNA 02, Magdalena NIEMCZYK 03	Polska - reprezentacja	22.08.2021	Nairobi/KEN
poprzedni	44.55		Polska - reprezentacja	22.07.2016	Bydgoszcz
		Klaudia ADAMEK 99, Martyna KOTWIŁA 99, Olga PIETRZAK 98, Ewa SWOBODA 97			

### U20 mężczyźni + kobiety

4x400 m MK	3:19.80		Polska - reprezentacja	18.08.2021	Nairobi/KEN
poprzedni	-				
4x400 m MK klub	3:35.45		MKS MOS Wrocław	12.06.2021	Łódź
poprzedni	-				
		Andrzej TABORSKI 03, Lena PODWIKA 02, Zuzanna SITEK 03, Adam KADYŁO 03			

### U18 kobiety

Pchnięcie kulą (3.00 kg)	17.50	Zuzanna MAŚLANA	04 MLKL Płock	29.07.2021	Wrocław
poprzedni	17.41	Maja ŚLEPOWROŃSKA	98 MKS Pułtusk	24.05.2015	Schwechat/AUT

### U18 mężczyźni + kobiety

4x400 m MK klub	3:35.55		MKL Jarocin	12.06.2021	Łódź
poprzedni	-				
		Paweł MARZYŃSKI 05, Marcelina GOŚCINIĄK 04, Olga CZAJKA 04, Maciej CHMIEL 04			

## Najlepsze wyniki w historii

### Mężczyźni

50 km - bieżnia	3:02:43	Dariusz NOŻYŃSKI	80 RK Athletics	20.03.2021	Warszawa
poprzedni	3:11:13	Dariusz NOŻYŃSKI	80 szybkiebieganie.pl	06.06.2020	Warszawa
50 km - trasa	3:10:27	Dominika STELMACH	82 RK Athletics Warszawa	23.05.2021	Port Elisabeth/RSA
poprzedni	3:17:27	Dominika STELMACH	82 RK Athletics Warszawa	01.09.2019	Brasov/ROU
Bieg 6-godzinny - trasa	92.946	Dariusz NOŻYŃSKI	80 RK Athletics	29.08.2021	Pabianice
poprzedni	92.188	Tomasz CHAWAWKO	74 Dąb Dębno Lubuskie	07.03.2004	Stein/NED
Bieg 6-godzinny - bieżnia	91.975	Dariusz NOŻYŃSKI	80 RK Athletics	20.03.2021	Warszawa
poprzedni	91.270	Jarosław JANICKI	66 Hermes Gryfino	25.05.2006	San Sebastian/ESP
Bieg 12-godzinny - trasa	157.880	Andrzej PIOTROWSKI	83 WKS Wawel Kraków	04.07.2021	Bad Blumau/AUT
poprzedni	152.541	Andrzej PIOTROWSKI	83 WKS Wawel Kraków	04.07.2020	Ruda Śląska
Bieg 24-godzinny - trasa	272.606	Andrzej PIOTROWSKI	83 WKS Wawel Kraków	29.08.2021	Pabianice
poprzedni	267.964	Andrzej PIOTROWSKI	83 WKS Wawel Kraków	27.10.2019	Albi/FRA
Bieg 6-godzinny - bieżnia	80.733	Małgorzata PAZDA-POZORSKA	82 AML Słupsk	20.03.2021	Warszawa
poprzedni	80.448	Dominika STELMACH	82 RK Athletics Warszawa	06.06.2020	Warszawa

### Kobiety

Chód 35 km	2:50:54	Katarzyna ZDZIEBŁO	96 LKS Stal Mielec	24.10.2021	Ivano-Frankivsk/UKR
------------	---------	--------------------	--------------------	------------	---------------------

### U23 kobiety

Chód 20.000 m bieżnia	1:53:18.5	Marcelina DROZDEK	00 AZS-AWF Warszawa	02.05.2021	Poznań
poprzedni	-				

### U16 mężczyźni

1000 m z przeszkodami (76.2 cm)	2:42.55	Kacper ULIŃSKI	06 MKS Aleksandrów Łódzki	11.09.2021	Łódź	
poprzedni	2:41.38	Kacper ULIŃSKI	06 MKS Aleksandrów Łódzki	25.09.2021	Karpacz	
	2:42.91	Marcel SEREMAK	05 UKS Olimp Kozienice	26.09.2020	Słupsk	
Wieloskok	12.91	Sebastian ANTOSIAK	06 MKLA Łęczycza	11.09.2021	Łódź	+0.7
poprzedni	13.00	Sebastian ANTOSIAK	06 MKLA Łęczycza	25.09.2021	Karpacz	-0.1
	12.84	Kewin MAŁEK	05 AML Słupsk	26.09.2020	Słupsk	+0.3

### U16 kobiety

100 m	11.97	Maja WOŹNIAK	97 LKS Vectra Wrocław	25.09.2021	Karpacz	+1.3
poprzedni	11.97	Ewa SWOBODA	97 UKS Czwórka Żory	24.09.2011	Chorzów	-0.2
800 m	2:07.72	Martyna WAL	06 LKS Stal Mielec	06.06.2021	Tarnów	
poprzedni	2:09.2	Ewa SZYDŁOWSKA	60 Piast Gliwice	24.07.1975	Białystok	
1000 m	2:51.05	Martyna WAL	06 LKS Stal Mielec	08.05.2021	Stalowa Wola	
poprzedni	2:48.69	Martyna WAL	06 LKS Stal Mielec	26.09.2021	Karpacz	
	2:51.25	Natalia ŁACHOWSKA	01 MKS-MOSM Bytom	01.10.2016	Sosnowiec	
80 m przez płotki (76.2 cm/8.00 m)	11.61	Wiktoria GADAJSKA	06 RLTL Optima Radom	29.05.2021	Warszawa	+1.1
poprzedni	11.48	Wiktoria GADAJSKA	06 RLTL Optima Radom	29.05.2021	Warszawa	+0.6
	11.39	Amelia KIELAR	06 LKS Górnik Wałbrzych	26.09.2021	Karpacz	0.0
	11.61	Alicja SIELSKA	03 LUKS Chemik Kędzierzyn-Koźle	23.09.2018	Bełchatów	+0.7

300 m przez płotki	43.17	Wiktoria GADAJSKA	06	RLTL Optima Radom	25.09.2021	Karpacz	
poprzedni	43.29	Karolina KOŁECZEK	93	UKS Trójka Sandomierz	31.08.2008	Rzeszów	
poprzedni	43.29	Zofia PRACZUKOWSKA	98	UKS Sprint 2020 Warszawa	11.05.2013	Kraków	
Skok o tyczce	3.96 h	Lilly NICHOLS	06	SKLA Sopot	02.01.2021	Belton/USA	
	4.00	Lilly NICHOLS	06	SKLA Sopot	18.06.2021	Westminster/USA	
	4.05	Lilly NICHOLS	06	SKLA Sopot	18.06.2021	Westminster/USA	
poprzedni	3.90	Julia OBERDA	00	OKS Skra Warszawa	21.07.2015	Kraków	
Wieloskok	11.93	Olga SZLACHTA	06	KS Stal LA Ostrów Wlkp.	04.09.2021	Poznań	+1.1
	11.97	Olga SZLACHTA	06	KS Stal LA Ostrów Wlkp.	26.09.2021	Karpacz	-0.4
poprzedni	11.54	Olga SZLACHTA	06	KS Stal LA Ostrów Wlkp.	27.09.2020	Stupsk	-0.5

## Rekordy halowe

### Mężczyźni

1500 m	3:35.71	Marcin LEWANDOWSKI	87	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	17.02.2021	Toruń	
poprzedni	3:36.50	Marcin LEWANDOWSKI	87	SL WKS Zawisza Bydgoszcz	06.02.2019	Toruń	

### Kobiety

400 m	51.34	Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC	92	AZS-AWF Katowice	05.03.2021	Toruń	
poprzedni	51.37	Justyna ŚWIĘTY-ERSETIC	92	AZS-AWF Katowice	08.02.2020	Toruń	

### Mężczyźni + kobiety

4x400 m MK klub	3:24.15	OŚ AZS Poznań Adrianna JANOWICZ-PÓLTORAK 95, Tymoteusz ZIMNY 98, Patrycja WYCISZKIEWICZ-ZAWADZKA 94, Jakub OLEJNICZAK 97			21.02.2021	Toruń	
poprzedni	-						

### U20 mężczyźni

300 m	33.68	Marcin KAROLEWSKI	02	KS Stal LA Ostrów Wlkp.	30.01.2021	Toruń	
poprzedni	34.22	Tymoteusz ZIMNY	98	MKS Baszta Szamotuły	22.01.2017	Toruń	
poprzedni	34.22	Antoni WALICKI	99	ALKS AJP Gorzów Wlkp.	27.01.2018	Toruń	
600 m	1:18.38	Krzysztof RÓŻNICKI	03	GKS Cartusia Kartuzy	18.01.2021	Toruń	
poprzedni	1:19.28	Jakub AUGUSTYNIAK	01	GKS Olimpia Grudziądz	09.02.2020	Spała	
800 m	1:48.55	Krzysztof RÓŻNICKI	03	GKS Cartusia Kartuzy	31.01.2021	Toruń	
poprzedni	1:49.42	Radosław RUSS	96	LKS Vectra Włocławek	03.02.2015	Toruń	
1500 m	3:45.62	Filip RAK	03	AZS KU Politechniki Opolskiej Opole	13.02.2021	Toruń	
poprzedni	3:45.83	Mateusz BORKOWSKI	97	LKB Rudnik	20.02.2016	Spała	
60 m przez płotki (99.1 cm)	7.68	Jakub SZYMAŃSKI	02	SKLA Sopot	30.01.2021	Toruń	
	7.60	Jakub SZYMAŃSKI	02	SKLA Sopot	30.01.2021	Toruń	
poprzedni	7.69	Dawid ŻEBROWSKI	97	MKS-SMS Victoria Racibórz	14.02.2016	Spała	

### U20 kobiety

300 m	37.33	Kornelia LESIEWICZ	83	AZS-AWF Gorzów	06.02.2021	Toruń	
poprzedni	38.00	Kornelia LESIEWICZ	83	AZS-AWF Gorzów	16.02.2020	Toruń	
400 m	52.97	Kornelia LESIEWICZ	83	AZS-AWF Gorzów	14.02.2021	Toruń	
	52.56	Kornelia LESIEWICZ	83	AZS-AWF Gorzów	21.02.2021	Toruń	
poprzedni	54.16	Anna KIELBASIŃSKA	90	AZS-AWF Warszawa	22.02.2009	Spała	
poprzedni	54.16	Paulina ZIELIŃSKA	00	Agros Chełm	10.02.2019	Toruń	
2000 m	5:56.91	Olimpia BREZA	02	KUKS Remus Kościerzyna	23.01.2021	Toruń	
poprzedni	6:02.65	Beata TOPKA	99	ULKS Talex Borzytuchom	20.01.2018	Toruń	

### U18 mężczyźni

Skok o tyczce	5.07	Michał GAWENDA	05	OKS Skra Warszawa	13.02.2021	Toruń	
poprzedni	5.06	Piotr MASŁOWSKI	84	Zawisza Bydgoszcz	20.01.2001	Warszawa	

### U18 mężczyźni + kobiety

4x400 m MK	3:40.39	MKL Jarocin			14.02.2021	Toruń	
poprzedni	-	Paweł MARZYŃSKI 05, Marcelina GOŚCINIAK 04, Olga CZAJKA 04, Maciej CHMIEL 04					

## Wynik w trakcie zatwierdzania jako rekord Polski

Chód 20.000 m bieżnia	1:52:10.5	Lucyna ROKITOWSKA	56	AZS Katowice	17.10.1982	Zabrze	
Poprzedni	-						

## Wyniki niezatwierdzone jako rekordy Polski

Maraton oficjalny	2:26:08	Małgorzata SOBAŃSKA	69	Olimpia Poznań	07.10.2001	Chicago/USA
	§ 2:26:08	Aleksandra LISOWSKA	90	AZS UWM Olsztyn	18.04.2021	Dębno
		(nadawanie tempa przez zawodnika w sposób niezgodny z przepisami World Athletics)				
10 km oficjalny	32:08	Karolina NADOLSKA	82	KU AZS UAM Poznań	12.01.2020	Walencja/ESP
	§ 31:49	Izabela PASZKIEWICZ	88	AZS UMCS Lublin	24.10.2021	Koło
		(wynik uzyskany na zawodach niezgłoszonych do kalendarza PZLA)				