



Rekordy Polski PZKFITS Kobiet w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2024.10.15

Juniorki 16	43	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	80 Jurczyk Julia 29/11/2019	90 Grześkowiak Lidia 5/10/2024	110 Cichocka Wiktoria 4/9/2020	122,5 Kwaśkiewicz Nelly 29/11/2019	132,5 Stabulewska Kaja 4/9/2020	140 Burska Oliwia 8/3/2024	132,5 Sochacka Zuzanna 14/6/2024	140 Murza Klaudia 24/11/2018	145 Murza Klaudia 14/09/2018
Wyciskanie	42,5 Wojtyła Paulina 12/3/2017	55 Grześkowiak Lidia 5/10/2024	63 Jurczyk Julia 30/5/2021 - TSK	62,5 Janaszek Martyna 30/5/2021	91,5 Stabulewska Kaja 4/9/2020	77,5 Burska Oliwia 8/3/2024	73 Sochacka Zuzanna 14/6/2024	65 Fota Natalia 20/5/2017	75 Prątnicka Wiktor 17/6/2023
Martwy ciąg	100 Idczak Karolina 17/06/2023	127,5 Grześkowiak Lidia 5/10/2024	126 Grześkowiak Lidia 14/6/2024	135 Kwaśkiewicz Nelly 29/11/2019	146 Magielska Zofia 14/6/2024	170 Burska Oliwia 8/3/2024	150 Kamińska Weronika 9/9/2023	150 Śpica Nikola 6/10/2017	165 Balcewicz Ewelina 19/5/2013
Trójbój	210 Jurczyk Julia 29/11/2019	272,5 Grześkowiak Lidia 5/10/2024	290 Cichocka Wiktoria 4/9/2020	312,5 Kwaśkiewicz Nelly 29/11/2019	369 Stabulewska Kaja 4/9/2020	387,5 Burska Oliwia 8/3/2024	352,5 Kamińska Weronika 9/9/2023	340 Murza Klaudia 24/11/2018	345 Murza Klaudia 14/9/2018
Wyciskanie - 1 bój	42,5 Wojtyła Paulina 12/3/2017 - TSK	55 Grześkowiak Lidia 5/10/2024-TSK	63 Jurczyk Julia 30/5/2021 - TSK	70 Bogdzieicz Natalia 15/11/2020	95 Stabulewska Kaja 20/9/2020	77,5 Burska Oliwia 8/3/2024-TSK	73 Sochacka Zuzanna 14/6/2024 - TS	65,5 Dziwosz Julia 15/11/2020	85 Prątnicka Wiktoria 25/2/2023
Juniorki 18	43	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	90 Początek Gabriela 6/10/2017	108 Poszwa Klaudia 24/11/2018	115 Zapotoczna Wiktoria 25/11/2022	122,5 Kwaśkiewicz Nelly 29/11/2019	143 Lis Ida 1/4/2017	165	185,5 Mazur Zuzanna 7/10/2024	160 Tarsa Martyna 14/6/2024	175 Piótnicka Andżelika 4/9/2020
Wyciskanie	45 Idczak Karolina 5/10/2024	57,5 Jurczyk Julia 12/10/2023	65 Cichocka Wiktoria 9/9/2022	72,5 Bogdzieicz Natalia 30/5/2021	91,5 Stabulewska Kaja 4/9/2020	117,5 Stabulewska Kaja 30/5/2021	105	82,5 Śpica Nikola 29/11/2019	80 Balińska Jowita 14/6/2024
Martwy ciąg	120 Idczak Karolina 5/10/2024	136 Poszwa Klaudia 24/11/2018	156 Zapotoczna Wiktoria 9/9/2022	140 Zapotoczna Wiktoria 18/9/2021	170 Lis Ida 6/10/2017	190 Stabulewska Kaja 25/11/2022	209 Mazur Zuzanna 7/10/2024	170 Jóźwiak Wiktoria 17/6/2023	181 Piótnicka Andżelika 4/9/2020
Trójbój	252,5 Idczak Karolina 5/10/2024	290,5 Poszwa Klaudia 14/9/2018	336 Zapotoczna Wiktoria 25/11/2022	315 Szymczak Klaudia 21/3/2015	387,5 Lis Ida 6/10/2017	454 Stabulewska Kaja 25/11/2022	494,5 Mazur Zuzanna 7/10/2024	387,5 Tarsa Martyna 7/10/2024	421 Piótnicka Andżelika 4/9/2020
Wyciskanie - 1 bój	45 Kula Zuzanna 28/10/2017	57,5 Jurczyk Julia 12/10/2023-TSK	72,5 Sroczyk Marta 12/10/2013	77,5 Barańska Wiktoria 7/8/2024	110,5 Stabulewska Kaja 20/3/2021	117,5 Stabulewska Kaja 30/5/2021-TSK	107,5	86 Sitko Agata 20/10/2019	85 Prątnicka Wiktoria 25/2/2023
Juniorki 20	43	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	92,5 Kula Zuzanna 10/6/2018	120 Kula Zuzanna 5/12/2019	132,5 Górska Izabela 1/12/2019	137 Blajer Gabriela 4/9/2020	160,5 Zapotoczna Wiktoria 14/6/2024	175	202,5 Sitko Agata 10/6/2022	202,5 Sitko Agata 3/12/2022	205 Murza Klaudia 28/11/2022
Wyciskanie	55 Kula Zuzanna 10/6/2018	75 Kula Zuzanna 1/12/2019	76 Blajer Aleksandra 29/8/2020	73,5 Tomczyk Patrycja 25/9/2022	95 Zapotoczna Wiktoria 12/10/2024	117,5 Stabulewska Kaja 30/5/2021	145 Sitko Agata 8/5/2022	147,5 Sitko Agata 4/9/2022-TSK	100 Murza Klaudia 28/11/2022
Martwy ciąg	120 Idczak Karolina 5/10/2024	145 Kula Zuzanna 1/12/2019	165 Górska Izabela 5/9/2020	166 Górska Izabela 29/8/2020	185 Zapotoczna Wiktoria 24/7/2024	192,5	237,5 Sitko Agata 10/6/2022	240 Sitko Agata 4/9/2022	185 Piótnicka Andżelika 30/5/2021
Trójbój	262,5 Kula Zuzanna 10/6/2018	335 Kula Zuzanna 1/12/2019	365 Górska Izabela 5/9/2020	371,5 Górska Izabela 29/8/2020	445 Zapotoczna Wiktoria 12/10/2024	470 Stabulewska Kaja 14/6/2024	585 Sitko Agata 10/6/2022	582,5 Sitko Agata 4/9/2022	475 Murza Klaudia 28/11/2022
Wyciskanie - 1 bój	55 Kula Zuzanna 10/6/2018 - TSK	75 Kula Zuzanna 1/12/2019 - TSK	87,5 Sroczyk Marta 7/11/2015	82,5 Piec Patrycja 28/10/2021	110,5 Stabulewska Kaja 20/3/2021	117,5 Stabulewska Kaja 30/5/2021-TSK	145 Sitko Agata 8/5/2022-TSK	147,5 Sitko Agata 4/9/2022-TSK	92,5 Murza Klaudia 9/9/2022-TSK



Rekordy Polski PZKFITS Kobiet w Trójbój Siłowym Klasycznym stan na 2024.10.15

Juniorski 23	43	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	93 Początek Gabriela 14/9/2018	123,5 Kula Zuzanna 5/9/2020	135,5 Górska Izabela 11/3/2022	141,5 Blajer Gabriela 9/9/2022	160,5 Zapotoczna Wiktoria 14/6/2024	197,5 Sitko Agata 10/02/2024	207,5 Sitko Agata 21/6/2024	210 Sitko Agata 14/7/2024	205 Murza Klaudia 28/11/2022
Wyciskanie	55 Kula Zuzanna 10/6/2018	77,5 Kula Zuzanna 27/9/2021	81 Kula Zuzanna 30/5/2021	87,5 Kula Zuzanna 27/11/2022	95 Zapotoczna Wiktoria 12/10/2024	154 Sitko Agata 10/02/2024	155,5 Sitko Agata 21/6/2024	156 Sitko Agata 14/7/2024	105 Lechowicz Paulina 3/12/2019
Martwy ciąg	125 Bartochowska Kinga 17/6/2023	145 Kula Zuzanna 1/12/2019	167,5 Górska Izabela 27/11/2022	170,5 Górska Izabela 18/9/2021	185 Zapotoczna Wiktoria 24/7/2024	248,5 Sitko Agata 10/02/2024	250 Sitko Agata 15/3/2024	252,5 Sitko Agata 14/7/2024	187,5 Kózka Kinga 15/6/2024
Trójbój	262,5 Kula Zuzanna 10/6/2018	337,5 Kula Zuzanna 27/9/2021	380 Górska Izabela 27/11/2022	383,5 Górska Izabela 18/9/2021	445 Zapotoczna Wiktoria 12/10/2024	600 Sitko Agata 10/02/2024	613 Sitko Agata 21/6/2024	618,5 Sitko Agata 14/7/2024	475 Murza Klaudia 28/11/2022
Wyciskanie - 1 bój	55 Kula Zuzanna 10/6/2018 - TSK	77,5 Kula Zuzanna 27/9/2021 - TSK	87,5 Sroczyk Marta 7/11/2015	102,5 Sroczyk Monika 18/4/2015	110,5 Stabulewska Kaja 20/3/2021	154 Sitko Agata 10/02/2024-TSK	155,5 Sitko Agata 21/6/2024-TSK	156 Sitko Agata 14/7/2024 - TSK	105 Lechowicz Paulina 3/12/2019 - TSK
Seniorski	X	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	X	123,5 Kula Zuzanna 5/9/2020	150 Gerlach Eliza 9/3/2024	145 Czekurłan Joanna 29/9/2021	170,5 Zandecka Marika 30/5/2021	200 Zandecka Marika 9/9/2023	207,5 Sitko Agata 21/6/2024	210 Sitko Agata 14/7/2024	212,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Wyciskanie	X	77,5 Kula Zuzanna 27/9/2021	168 Gerlach Eliza 9/3/2024	95,5 Czekurłan Joanna 5/9/2020	100 Czekurłan Joanna 7/9/2019	154 Sitko Agata 10/02/2024	155,5 Sitko Agata 21/6/2024	156 Sitko Agata 14/7/2024	107,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Martwy ciąg	X	150 Mioduszevska Ewa 21/6/2017	150 Gerlach Eliza 9/3/2024	170,5 Górska Izabela 18/9/2021	185 Zapotoczna Wiktoria 24/7/2024	248,5 Sitko Agata 10/02/2024	250 Sitko Agata 15/3/2024	252,5 Sitko Agata 14/7/2024	210 Kwiatkowska Agata 11/3/2022
Trójbój	X	337,5 Kula Zuzanna 27/9/2021	402,5 Gerlach Eliza 16/6/2024	387,5 Czekurłan Joanna 29/9/2021	448 Zandecka Marika 30/5/2021	600 Sitko Agata 10/02/2024	613 Sitko Agata 21/6/2024	618,5 Sitko Agata 14/7/2024	517,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Wyciskanie - 1 bój	X	100,5 Kozdryk Justyna 20/10/2018	95 Kozdryk Justyna 20/9/2020	102,5 Sroczyk Monika 18/4/2015	110,5 Stabulewska Kaja 20/3/2021	154 Sitko Agata 10/02/2024-TSK	155,5 Sitko Agata 21/6/2024-TSK	156 Sitko Agata 14/7/2024 - TSK	107,5 Wieczorek Anna 10/10/2024-TSK
Weteranki 40-49	X	47	52	57	63	69	76	84	84+
Przysiad	X	65 Kokot Drzyzga Gab. 29/10/2021	97,5 Potocka Anna 7/9/2018	105 Tarnowska Anna 7/9/2018	140 Rzepnicka Emilia 30/5/2021	150	160	150,5 Zaczekiewicz Sylwia 9/9/2022	212,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Wyciskanie	X	30 Kokot Drzyzga Gab. 29/10/2021	52,5 Morawska Helena 1/4/2017	60,5 Piktel-Brzeska Mag. 16/6/2023	66 Niewdana Agata 16/3/2024	75 Knapik Katarzyna 16/6/2023	85 Golubiewska Danuta 12/3/2022	90 Zaczekiewicz Sylwia 9/9/2022	107,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Martwy ciąg	X	85 Kokot Drzyzga Gab. 29/10/2021	126,5 Dąbrowska-Posała 9/9/2022	128 Dąbrowska-Posała 9/3/2024	158 Rzepnicka Emilia 30/5/2021	157,5 Chatlińska Izabela 3/12/2022	170	160 Chatlińska Izabela 7/9/2018	200 Wieczorek Anna 17/2/2024
Trójbój	X	180 Kokot Drzyzga Gab. 29/10/2021	270 Potocka Anna 7/9/2018	273 Frankiewicz Anna 16/6/2024	356,5 Rzepnicka Emilia 28/4/2019	365	382,5	390,5 Zaczekiewicz Sylwia 9/9/2022	517,5 Wieczorek Anna 10/10/2024
Wyciskanie - 1 bój	X	97,5 Kozdryk Justyna 29/10/2021	95 Kozdryk Justyna 20/9/2020	92,5 Radwańska Jadw. 18/4/2015	91 Radwańska Jadw. 22/10/2016	75 Knapik Katarzyna 16/6/2023-TSK	110	102,5 Szczepanik Dorota 20/10/2018	107,5 Wieczorek Anna 10/10/2024-TSK



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2024.10.15

Juniorzy 16	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	130,5 Skrzypczak Dominik 14/6/2024	162,5 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	170 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	190 Lenart Jakub 12/3/2017	220 Lenart Jakub 7/10/2017	220 Muczyński Krystian 3/3/2019	255 Gruszka Szymon 8/10/2024	230,5 Naguszewski Jakub 17/6/2023	245,5 Tuszyński Bartł. 7/9/2019
Wyciskanie leżąc	100 Jędrzejewski Jakub 7/10/2016	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	110 Kwiatkowski Tom. 14/12/2012	137,5 Lenart Jakub 12/3/2017	155 Lenart Jakub 7/10/2017	133,5 Wnuk Tomasz 14/6/2024	152,5 Gruszka Szymon 7/9/2024	150 Kolinko Michał 15/9/2018	140,5 Tuszyński Bartł. 7/9/2019
Martwy ciąg	162,5 Bońkowski Jakub 4/9/2020	190 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	200 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	208 Elwart Aleksander 5/9/2020	223 Blokowski Fabian 17/6/2023	250 Zielonka Jakub 17/6/2023	270 Gruszka Szymon 14/6/2024/2024	236 Kierszka Dawid 14/6/2024	250 Tuszyński Bartł. 10/6/2019
Trójbój	357,5 Bońkowski Jakub 4/9/2020	440 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	460 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	535 Lenart Jakub 12/3/2017	597,5 Lenart Jakub 7/10/2017	585 Zielonka Jakub 17/6/2023	663 Gruszka Szymon 14/6/2024/2024	593 Naguszewski Jakub 17/6/2023	626 Tuszyński Bartł. 7/9/2019
Wyciskanie - 1 bój	100,5 Jędrzejewski Jakub 22/10/2016	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017 - TSK	116,5 Kuriata Kamil 28/10/2017	140 Kisiel Krystian 20/10/2018	155 Lenart Jakub 7/10/2017 - TSK	151 Jagiello Kamil 21/6/2014	152,5 Gruszka Szymon 7/9/2024- TSK	157,5 Gruszka Szymon 7/8/2024	150 Strzyga Kordian 21/10/2018
Juniorzy 18	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	173 Berezowski Przem. 7/9/2019	195 Liszkiewicz Krzysztof 4/12/2021	206 Bebło Bartosz 4/9/2020	230 Szczepański Dam. 15/9/2018	257,5 Lenart Jakub 30/11/2019	264 Marzysz Piotr 4/9/2020	307,5 Muczyński Krystian 4/12/2021	307,5 Naguszewski Jakub 8/10/2024
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	132,5 Prshliak Maksym 26/11/2022	157 Mizia Michał 18/6/2023	165 Hintzke Mariusz 14/12/2012	175 Lenart Jakub 7/9/2019	155 Zbróg Tomasz 19/5/2013	175 Chowaniak Aleks. 30/5/2021	170 Tuszyński Bartł. 30/5/2021
Martwy ciąg	185 Bońkowski Jakub 26/9/2021	220 Bońkowski Jakub 10/9/2022	227,5 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	257,5 Mizia Michał 10/10/2022	289 Rusek Damian 26/11/2022	270 Zielonka Jakub 9/3/2024	288 Muczyński Krystian 4/9/2020	306 Muczyński Krystian 4/12/2021	292,5 Sankowski Wiktor 8/10/2024
Trójbój	387,5 Bońkowski Jakub 26/9/2021	467,5 Bońkowski Jakub 10/9/2022	530 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	607,5 Mizia Michał 10/10/2022	634 Rusek Damian 26/11/2022	682,5 Lenart Jakub 30/11/2019	701 Muczyński Krystian 4/9/2020	768,5 Muczyński Krystian 4/12/2021	752,5 Naguszewski Jakub 8/10/2024
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	132,5 Prshliak Maksym 26/11/2022-TS	157 Mizia Michał 18/6/2023 - TSK	168,5 Kisiel Krystian 15/11/2020	191 Grzegorzczuk Dawid 19/4/2015	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	183 Chowaniak Aleks. 26/6/2021	185 Strzyga Kordian 19/9/2020
Juniorzy 20	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	180 Anuszek Michał 7/10/2017	195 Liszkiewicz Krzysztof 4/12/2021	212,5 Liszkiewicz Krzysztof 16/6/2023	241 Rusek Damian 14/6/2024	272,5 Bieńko Dawid 15/6/2024	280 Paszkiwicz Eryk 4/9/2020	310 Heinze Grzegorz 12/3/2022	310 Tuszyński Bartł. 07/05/2023
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	132,5 Prshliak Maksym 26/11/2022	156,5 Kuriata Kamil 2/3/2019	175 Hintzke Mariusz 29/3/2014	175 Lenart Jakub 7/9/2019	177,5 Łapata Artur 4/9/2020	185 Heinze Grzegorz 11/9/2022	185 Samborski Maciej 8/12/2021
Martwy ciąg	185 Bońkowski Jakub 26/9/2021	217,5 Bońkowski Jakub 12/3/2022	230 Bońkowski Jakub 16/6/2023	255 Chmielecki Jakub 30/5/2020	306,5 Rusek Damian 14/6/2024	280 Świerczyński Adrian 11/6/2016	300,5 Ziaroj Maciej 11/9/2022	306 Muczyński Krystian 4/12/2021	305 Jarota Kamil 11/12/2011
Trójbój	387,5 Bońkowski Jakub 26/9/2021	477,5 Anuszek Michał 7/10/2017	530 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	600 Król Dawid 17/3/2018	677,5 Rusek Damian 14/6/2024	700 Bieńko Dawid 15/6/2024	740,5 Ziaroj Maciej 11/9/2022	768,5 Muczyński Krystian 4/12/2021	782,5 Heinze Grzegorz 28/9/2021
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	147,5 Kłak Hubert 7/11/2015	170 Kłak Hubert 22/10/2016	185 Hintzke Mariusz 25/10/2014	191 Grzegorzczuk Dawid 19/4/2015	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	195 Jagiello Kamil 18/5/2018 - TSK	205 Lis Adrian 29/10/2017



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2024.10.15

juniorzy 23	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	180 Anuszek Michał 7/10/2017	220 Berezowski Przem. 9/10/2024	237,5 Łazicki Rafał 27/11/2022	260,5 Dembski Miron 16/6/2024	280 Winicki Mateusz 11/9/2022	300 Bogdewicz Bartłom. 12/10/2024	330 Sadowski Piotr 18/10/2015	327,5 Tuszyński Bartł. 10/3/2024
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	143 Natorski Dawid 15/9/2018	170 Klak Hubert 1/4/2017	185 Jabłoński Piotr 6/6/2014	190,5 Hintzke Mariusz 17/10/2015	205 Hauer Grzegorz 8/10/2016	220 Sadowski Piotr 8/10/2016	205 Brożek Jakub 11/9/2022
Martwy ciąg	185 Bońkowski Jakub 26/9/2021	217,5 Bońkowski Jakub 12/3/2022	250,5 Natorski Dawid 26/11/2018	261 Wójcicki Mikołaj 16/9/2018	306,5 Rusek Damian 14/6/2024	355 Wierzbicki Krzysztof 11/6/2013	317 Grzelak Szymon 26/3/2022	327,5 Stanek Sebastian 30/11/2022	316 Bielusiak Kacper 5/9/2020
Trójbój	387,5 Bońkowski Jakub 26/9/2021	477,5 Anuszek Michał 7/10/2017	593 Natorski Dawid 26/11/2018	642,5 Łazicki Rafał 27/11/2022	685 Micał Jakub 29/11/2022	810 Wierzbicki Krzysztof 11/6/2013	762,5 Świerczyński Adrian 8/9/2019	860 Sadowski Piotr 8/10/2016	792,5 Tuszyński Bartł. 10/3/2024
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	160 Grochalski Konrad 20/10/2019	177,5 Żurawski Sebastian 15/11/2020	185 Jabłoński Piotr 6/6/2014 - TSK	205,5 Blinkiewicz Maksym 14/04/2019	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	220 Sadowski Piotr 8/10/2016 - TSK	215 Lis Adrian 21/10/2018
Seniorzy	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	217,5 Wszola Dariusz 7/10/2016	220 Berezowski Przem. 9/10/2024	262,5 Kawka Dawid 1/12/2022	266,5 Kawka Dawid 13/3/2022	302,5 Joński Marcin 6/9/2020	310 Wierzbicki Krzysztof 27/01/2019	340 Sadowski Piotr 18/3/2018	344,5 Sadowski Piotr 10/3/2024
Wyciskanie leżąc	X	154 Wszola Dariusz 7/10/2016	155 Grotkowski Mariusz 7/10/2017	192 Garbas Marcin 16/3/2019	197,5 Wojciechowski K. 15/12/2012	205 Pelc Dawid 1/4/2017	220 Drzymalski Karol 10/3/2013	225 Sadowski Piotr 02/12/2018	236 Szkларz Grzegorz 11/9/2022
Martwy ciąg	X	223,5 Stania Bartłomiej 10/9/2022	252,5 Jasak Michał 9/7/2021	282,5 Kawka Dawid 1/12/2022	317,5 Spychała Jacek 17/10/2015	375 Wierzbicki Krzysztof 8/9/2019	400 Wierzbicki Krzysztof 2/4/2017	357,5 Grzesik Mateusz 13/3/2022	342,5 Sadowski Piotr 10/3/2024
Trójbój	X	581,5 Wszola Dariusz 7/10/2016	600 Grotkowski Mariusz 24/6/2017	717,5 Kawka Dawid 1/12/2022	755 Spychała Jacek 23/6/2017	860 Wierzbicki Krzysztof 8/9/2019	900,5 Wierzbicki Krzysztof 2/4/2017	900 Sadowski Piotr 17/6/2018	909,5 Sadowski Piotr 30/5/2021
Wyciskanie - 1 bój	X	162,5 Tomczyk Mariusz 13/10/2012	178,5 Balawejder Adam 12/10/2013	195 Garbas Marcin 28/10/2017	200 Jazowiecki Grzegorz 22/4/2017	235 Miksa Artur 20/9/2020	230 Miksa Artur 21/3/2021	245 Byrski Łukasz 7/4/2018	252,5 Łaskawski Adam 15/11/2020
Weterani 40-49	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	210 Wszola Dariusz 13/6/2018	205,5 Śledź Sławomir 12/3/2023	195 Wirek Bartłomiej 9/3/2024	262,5 Spychała Jacek 13/6/2019	245 Matwin Łukasz 10/9/2023	280 Goleń Marcin 10/9/2023	282,5 Lipka Rafał 16/3/2019	305 Chruścicki Łukasz 6/9/2020
Wyciskanie leżąc	X	152,5 Wszola Dariusz 13/6/2018	150 Śledź Sławomir 28/4/2019	175 Wirek Bartłomiej 9/3/2024	185 Wirek Bartłomiej 18/6/2023	195 Marciniak Mariusz 19/9/2021	192,5 Marciniak Mariusz 8/3/2024	195 Ordon Damian 6/9/2020	207,5 Peksa Grzegorz 10/3/2013
Martwy ciąg	X	222,5 Śledź Sławomir 8/9/2019	222,5 Śledź Sławomir 12/3/2023	255 Paprocki Rafał 16/6/2017	310 Spychała Jacek 8/9/2018	295 Matwin Łukasz 10/9/2023	340 Goleń Marcin 16/6/2024	287,5 Kowalski Tomasz 18/6/2023	300 Wiejas Robert 8/3/2024
Trójbój	X	570 Śledź Sławomir 8/9/2019	573 Śledź Sławomir 12/3/2023	585 Wirek Bartłomiej 9/3/2024	742,5 Spychała Jacek 30/11/2018	690 Matwin Łukasz 10/9/2023	800 Goleń Marcin 10/9/2023	745 Ordon Damian 6/9/2020	737,5 Szymanowski Adam 15/12/2023
Wyciskanie - 1 bój	X	162,5 Tomczyk Mariusz 13/10/2012	157,5 Śledź Sławomir 1/8/2023	178 Wirek Bartłomiej 2/3/2024	188 Wirek Bartłomiej 13/5.2023	220 Tyborczyk Paweł 21/5/2019	228 Gorzędowski Marcin 21/10/2018	242,5 Gąsienica-Makowski Stanisław 13/8/2017	232,5 Wiejas Robert 20/10/2019



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójbój Siłowym Klasycznym stan na 2024.10.15

Weterani 50-59	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	bez limitu	160 Franusik Ireneusz 30/5/2021	200 Jaroniec Marek 5/9/201	200 Stolarski Rafał 16/6/2024	235,5 Wegiera Jan 16/6/2024	242,5 Dąbrowski Jarosław 8/10/2017	245 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	250 Wszola Ryszard 19/9/2021
Wyciskanie leżąc	X	bez limitu	100,5 Franusik Ireneusz 30/5/2021	130 Mehlich Eugeniusz 29/3/2014	144 Dębicki Tomasz 16/6/2024	190 Wegiera Jan 16/6/2024	180,5 Kowalik Mikołaj 30/5/2021	180,5 Łasak Andrzej 6/9/2020	175 Bastek Jarosław 11/9/2022
Martwy ciąg	X	bez limitu	176 Franusik Ireneusz 18/9/2021	210,5 Jaroniec Marek 10/9/2022	250 Bejgrowicz Józef 10/12/2011	265 Gromek Józef 17/10/2015	300 Dąbrowski Jarosław 6/6/2019	300 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	260 Bembenek Arkad. 18/6/2023
Trójbój	X	bez limitu	436 Franusik Ireneusz 30/5/2021	520 Jaroniec Marek 5/9/2020	560 Stolarski Rafał 16/6/2024	680,5 Wegiera Jan 16/6/2024	707,5 Dąbrowski Jarosław 6/6/2019	707,5 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	655 Bembenek Arkad. 18/6/2023
Wyciskanie - 1 bój	X	90,5 Jeziorski Marian 7/11/2015	105 Hintzke Henryk 13/10/2012	145,5 Żelazko Bartosz 25/2/2023	160 Fugiel Mirosław 15/6/2014	220 Wegiera Jan 23/10/2016	225 Wegiera Jan 22/4/2017	193,5 Kowalik Mikołaj 26/6/2021	190 Dzięciatkowski Jan 23/10/2011
Weterani 60-69	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	100 Jeziorski Marian 20/4/2018	192,5 Żmijewski Włodzimierz 9/3/2013	212,5 Żmijewski Włodzimierz 29/3/2014	217,5 Jasiński Adam 20/4/2018	241 Gromek Józef 6/9/2020	237,5 Gromek Józef 7/6/2018	190 Hadrysiak Mariusz 30/5/2021	285 Wszola Ryszard 13/2/2024
Wyciskanie leżąc	X	90,5 Jeziorski Marian 20/4/2018	100 Franusik Ireneusz 05/10/2024	112,5 Hintzke Henryk 7/9/2019	150 Tamiłowski Kazimierz	150 Gromek Józef 30/5/2021	145 Ratajczyk Andrzej 28/4/2019	180 Hadrysiak Mariusz 30/5/2021	150 Wszola Ryszard 18/6/2023
Martwy ciąg	X	130 Jeziorski Marian 20/4/2018	250 Żmijewski Włodzimierz 14/12/2012	251 Żmijewski Włodzimierz 20/4/2018	265 Żmijewski Włodzimierz 20/3/2016	273 Gromek Józef 6/9/2020	270 Gromek Józef 28/4/2019	200 Hadrysiak Mariusz 30/5/2021	305 Wszola Ryszard 18/6/2023
Trójbój	X	320,5 Jeziorski Marian 20/4/2018	512,5 Żmijewski Włodzimierz 14/12/2012	532,5 Żmijewski Włodzimierz 29/3/2014	550 Jasiński Adam 20/4/2018	659 Gromek Józef 6/9/2020	642,5 Gromek Józef 28/4/2019	570 Hadrysiak Mariusz 30/5/2021	735 Wszola Ryszard 18/6/2023
Wyciskanie - 1 bój	X	90,5 Jeziorski Marian 20/4/2018-TSK	105 Leski Grzegorz 9/8/2018	125 Pietrzak Marcin 13/5/2023	157,5 Fugiel Miosław 14/05/2018	190,5 Mentel Stanisław 31/7/2023	202,5 Mentel Stanisław 12/2/2022	200 Mentel Stanisław 15/11/2020	150 Wszola Ryszard 18/6/2023-TSK
Weterani 70-+70	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	200 Żmijewski Włodzimierz 28/4/2019	170 Bryniarski Andrzej 16/6/2024	90 Kowalski Wiktor 11/9/2022	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie leżąc	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	95 Michałowski Fran. 10/9/2022	117,5 Klus Jan 28/4/2019	65 Kowalski Wiktor 11/9/2022	bez limitu	bez limitu
Martwy ciąg	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	235 Żmijewski Włodzimierz 28/4/2019	210 Bejgrowicz Józef 18/6/2023	140 Kowalski Wiktor 11/9/2022	bez limitu	bez limitu
Trójbój	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	505 Żmijewski Włodzimierz 28/4/2019	463,5 Klus Jan 28/4/2019	295 Kowalski Wiktor 11/9/2022	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie - 1 bój	X	75 Kamiński Józef 22/10/2011	bez limitu	120 Mąka Bolesław 29/6/2013	120,5 Mąka Bolesław 29/10/2017	182,5 Mentel Stanisław 25/5/2024	190,5 Mentel Stanisław 5/8/2024	bez limitu	bez limitu

UWAGA : Na RP trzeba uzyskać wynik wyższy o 0,5 kg od aktualnego rekordu/limitu. Zauważyłeś błąd ? Daj znać na adres grzegorzleski@wp.pl