

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokolów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
skok w dal								
K30								
	1	3.66	Musiół	Magdalena	Trąbki Wielkie	27.01.1983	24.09.2017	Trąbki Wielkie
	2	3.30	Ławniczak	Justyna	Zakrzewo	01.12.1982	05.06.2016	Połczyno
	3	3.29	Zieman	Małgorzata			09.06.2013	Połczyno
	4	3.26	Woloszyk	Monika			09.06.2013	Połczyno
	5	3.23	Szymańska	Agnieszka	Domatówko		25.05.2014	Połczyno
	6	3.21	Kulpa	Emilia			09.06.2013	Połczyno
	7	3.21	Wojtas	Alicja	Rekowo Górne		09.06.2013	Połczyno
	8	2.63	Bigus	Bernadeta	Rekowo Górne		05.06.2016	Połczyno
	9	2.53	Ferra	Dorota	Gnieźdźzewo		09.06.2013	Połczyno
	10	2.52	Ferra	Alicja	Strzelno	20.01.1982	05.06.2016	Połczyno
K35								
	1	5.10	Kamrowska - Nowak	Maria	Gdańsk	11.03.1966	15.06.2002	Sopot
	2	4.80	Szczepańska	Magdalena	Świdnica	01.03.1975	25.02.2017	Toruń HMPW
	3	4.48	Mika	Małgorzata	Połchowo		05.06.2016	Połczyno
	4	4.31	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	1995	
	5	4.07	Łojewska	Iwona	Elganowo	1965	2001	Sopot
	6	4.04	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	10.08.2008	Połczyno
	7	4.02	Borowczak - Wyleżek	Teresa	Gdańsk	1941	1978	
	8	3.98	Zarębska	Mariola		1960	1995	Gdańsk
	9	3.90	Kownatke	Anna	AMS PUCK	04.04.1985	18.06.2022	Toruń 32 MP
	10	3.87	Ławniczak	Justyna	Zakrzewo	01.12.1982	12.02.2022	Toruń
K40								
	1	5.56	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	27.09.2003	Sopot
	2	4.85	Szymczak	Danuta		1949	29.06.1991	Kielce
	3	4.18	Dudulewicz	Mirosława	Gdynia	1953	1994	Gdańsk
	4	4.07	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	25.05.2014	Połczyno
	5	4.04	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	1997	
	6	3.94	Blechacz	Bernadeta	Gdańsk	30.07.1955	1998	Trąbki Wielkie
	7	3.76	Gańska	Magdalena	Gościcino	16.12.1973	25.03.2015	Toruń XHME
	8	3.74	Kuchta	Helena			1982	
	9	3.73	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	19.05.2018	Tczew
	10	3.72	Kujawska	Małgorzata	Kleszczewo		2004	Trąbki Wielkie
K45								
	1	5.46	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	23.06.2007	Toruń
	2	3.50	Polinceusz	Małgorzata			2000	Trąbki Wielkie
	3	3.50	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	2007	Puck
	4	3.46	Zielke	Irena	Pelplin		1983	
	5	3.46	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	19.07.2020	Połczyno
	6	3.38	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	20.08.2011	Koszalin
	7	3.36	Żmudzka	Grażyna	AWF Gdańsk	06.08.1959	2005	Sopot
	8	3.21	Kapuścińska	Krystyna		1952	1999	Trąbki Wielkie
	9	3.19	Witoń	Bożena		1955	2001	Trąbki Wielkie
	10	3.15	Górska	Agnieszka	Trąbki Małe	05.11.1971	24.09.2017	Trąbki Wielkie
K50								
	1	5.30	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	30.06.2012	Białystok
	2	3.62	Zielke	Irena	Pelplin		1987	
	3	3.45	Komorek	Maria	Strzelno	28.05.1954	2007	Strzelno
	4	3.22	Kokoszko	Elżbieta	Malbork	1947	1998	Trąbki Wielkie
	5	3.19	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	20.07.2013	Koszalin
	6	3.16	Górecka	Daniela			1998	
	7	3.00	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	1999	Trąbki Wielkie
	8	2.95	Hetmańska	Gertruda			1981	
	9	2.90	Stromska	Ewa	Strzelno	02.03.1958	08.06.2008	Połczyno
	10	2.84	Kolasa	Ewa	Rumia	1950	2000	Trąbki Wielkie

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K55	1	3.50	Wojtkowiak	Zenona		1942		1999 Trąbki Wielkie
	2	3.42	Zielke	Irena	Pelplin			1992
	3	3.03	Sztajnduchert	Barbara		04.05.1931		1988
	4	3.03	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	07.06.2015	Połczyno
	5	2.70	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948		2007 Puck
	6	2.67	Szlas	Małgorzata	Rekowo Górne		08.06.2008	Połczyno
	7	2.64	Kolasa	Ewa	Rumia	1950		2005 Toruń
	8	2.56	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	25.05.2014	Połczyno
	9	2.56	Komorek	Maria	Strzelno	28.05.1954	09.06.2013	Połczyno
	10	2.41	Wietrzykowska	Felicja		1939		1998 Trąbki Wielkie
K60	1	3.15	Zielke	Irena	Pelplin			1994 Gdańsk
	2	3.10	Rutkowska	Halina		1932		1993
	3	3.10	Degórska	Daniela	Swarzewo	1931		1993
	4	2.91	Pietrzak	Maria		1927		1992
	5	2.83	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	19.07.2020	Połczyno
	6	2.78	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	10.08.2008	Połczyno
	7	2.57	Szlas	Małgorzata	Rekowo Górne		09.06.2013	Połczyno
	8	2.53	Kuchnowska	Irena		31.12.1948	02.09.2012	Trąbki Wielkie
	9	2.38	Komorek	Maria	Strzelno	28.05.1954	25.05.2014	Połczyno
	10	2.35	Pasieczna	Barbara				1984
K65	1	3.04	Zielke	Irena	Pelplin			15.09.2001 Sopot
	2	2.91	Degórska	Daniela	Swarzewo	1931		1998 Trąbki Wielkie
	3	2.71	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	07.06.2015	Połczyno
	4	2.35	Chojnacka	Alina	Leśniewo	1927		1994 Gdańsk
	5	2.33	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	29.09.2018	Sopot XVIII PB
	6	2.23	Komorek	Maria	Strzelno	28.05.1954	19.07.2020	Połczyno
	7	1.80	Dudek	Teresa	Trąbki Wielkie	08.07.1949	24.09.2016	Trąbki Wielkie
	8	1.30	Langowska	Helena	Wejherowo	1926		1994 Gdańsk
K70	1	2.51	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948		19.07.2020 Połczyno
	2	2.20	Jastrzębska	Teresa	Rekowo Górne		07.06.2009	Połczyno
	3	1.57	Mincer	Elżbieta	Gołębiewo Wielkie	19.05.1943	24.09.2016	Trąbki Wielkie
K75	1	1.40	Stencel	Fredyburga				20.05.2007 Puck
K80	1	1.53	Stencel	Fredyburga				07.06.2009 Połczyno
M35	1	6.66	Krzyżanowski	Tadeusz	Gdańsk	1920		1955
	2	6.65	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	14.06.2013	Tczew
	3	6.31	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966		2002 Sopot
	4	6.10	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960		1999 Trąbki Wielkie
	5	6.02	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946		1983 Trąbki Wielkie
	6	5.83	Osowski	Wojciech	Gdańsk	07.10.1963		2002 Sopot
	7	5.82	Majchrzak	Jerzy	Sławno	23.03.1972		2007 Słupsk
	8	5.77	Kamiński	Marcin	Sopot	28.12.1977	25.03.2015	Toruń XHME
	9	5.72	Szlagowski	Krzysztof	Tczew		16.09.2001	Sopot
	10	5.72	Orzeł	Krzysztof		1958	27.08.1995	Puck
M40	1	6.37	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941		1983 Szczecinek
	2	6.26	Osowski	Wojciech	Gdańsk	07.10.1963		2004 Częstochowa
	3	6.09	Masa	Marcin	Tczew	11.09.1951		1995 Gdańsk
	4	5.90	Zakrzewski	Bogdan		1955		1997 Poznań
	5	5.68	Rondo	Mirosław				1978

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	6	5.65	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	2007	Toruń
	7	5.65	Borecki	Józef			1982	
	8	5.61	Stybor	Bogusław	Gdańsk	22.01.1968	20.09.2008	Sopot
	9	5.58	Kubiak	Ryszard	Ekodarpol Słupsk	1952	1992	Zduńska Wola
	10	5.54	Groenwald	Jacek	Połczyno	04.10.1973	07.06.2015	Połczyno
	1	5.83	Osowski	Wojciech	Gdańsk	07.10.1963	27.06.2009	Białystok
	2	5.63	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	18.06.2022	Toruń 32 MP
	3	5.58	Masa	Marcin	Tczew	11.09.1951	1996	Szczecinek
	4	5.55	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	1995	Gdańsk
	5	5.52	Kamiński	Marcin	Sopot	28.12.1977	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
M50	6	5.43	Zakrzewski	Bogdan		1955	2002	Sopot
	7	5.40	Czepulkowski	Rafał	Rehasport Clinic Sport/Gdy	13.09.1970	01.07.2017	Kraków MP_2017
	8	5.32	Kinder	Henryk		22.05.1954	2000	Warszawa
	9	5.28	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	19.08.2012	Zittau
	10	5.25	Wasilewski	Włodzimierz		1945	1992	Zduńska Wola
	1	5.69	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	29.06.1991	Kielce
	2	5.52	Masa	Marcin	Tczew	11.09.1951	2001	Zielona Góra
	3	5.35	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	1996	Gdańsk
	4	5.11	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	30.06.2018	Toruń 28 MP
	5	5.06	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2000	Warszawa
M55	6	4.99	Janowicz	Ryszard	Bytów	1929	1979	
	7	4.77	Kinder	Henryk		22.05.1954	2004	Trąbki Wielkie
	8	4.77	Kinder	Henryk		22.05.1954	18.09.2004	Trąbki Wielkie
	9	4.73	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	24.09.2006	Sopot
	10	4.69	Zwaliński	Wiesław	Wyszków		18.09.2004	Trąbki Wielkie
	1	5.40	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	03.06.2000	Warszawa
	2	5.06	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	1998	Trąbki Wielkie
	3	4.99	Sawicki	Stanisław	Pędziwiatr Białystok	01.11.1962	2002	Sopot
	4	4.97	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2006	Poznań
	5	4.79	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	1995	Gdańsk
M60	6	4.60	Majewski	Sylwester	WKS Flota Gdynia	1928	1983	
	7	4.57	Niwiński	Stanisław		04.05.1934	1991	Kielce
	8	4.27	Trofimowicz	Jan		1941	1996	Gdańsk
	9	4.25	Strakowski	Wacław		1939	1994	Gdańsk
	10	4.19	Adolph	Florian	LKS Ziemi Puckiej	21.02.1940	25.07.1995	Grudziądz
	1	4.94	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	18.09.2004	Trąbki Wielkie
	2	4.75	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	27.09.2003	Sopot
	3	4.46	Wysocki	Janusz	Słupsk	25.11.1953	02.07.2016	Opole MP
	4	4.35	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	1999	Trąbki Wielkie
	5	4.21	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2003	Szczecin
M65	6	4.12	Cieslak	Franciszek	Mechowo	1946	2007	Puck
	7	3.85	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	1994	Gdańsk
	8	3.75	Adolph	Florian	LKS Ziemi Puckiej	21.02.1940	2000	Warszawa
	9	3.74	Kostrą	Zbigniew	Wejherowo	01.01.1955	26.09.2015	Sopot
	10	3.70	Kolasa	Mieczysław	Gdynia	11.11.1936	1997	Trąbki Wielkie
	1	4.53	Kostro	Włodzimierz	Gdynia	24.04.1943	01.10.2011	Sopot
	2	4.10	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	01.10.2011	Sopot
	3	4.08	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	03.07.2004	Częstochowa
	4	3.84	Polak	Jerzy		1943	2007	Słupsk
	5	3.81	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2001	Zielona Góra
6	3.70	Wysocki	Janusz	Słupsk	25.11.1953	29.06.2019	Białystok 29 MP	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkooatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody	
M70	7	3.68	Niwiński	Stanisław		04.05.1934	2000	Trąbki Wielkie	
	8	3.57	Adolph	Florian	LKS Ziemi Puckiej	21.02.1940	2005	Stargard Szczeciński	
	9	3.53	Lieske	Edward	Mieroszyno		08.06.2008	Połczyno	
	10	3.34	Potrykus	Łucjan	Połczyno	13.12.1952	19.07.2020	Połczyno	
	1	4.28	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	28.02.2015	Toruń	
	2	3.94	Kostro	Włodzimierz	Gdynia	24.04.1943	01.07.2017	Kraków MP_2017	
	3	3.91	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	20.06.2009	Koszalin	
	4	3.66	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	25.09.2010	Sopot	
	5	3.61	Lieske	Edward	Mieroszyno		09.06.2013	Połczyno	
	6	3.35	Niwiński	Stanisław		04.05.1934	24.09.2006	Sopot	
M75	7	3.27	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2004	Częstochowa	
	8	3.00	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	20.06.2009	Koszalin	
	1	3.79	Kostro	Włodzimierz	Gdynia	24.04.1943	22.08.2020	Lublin MP	
	2	3.76	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	07.09.2013	Zielona Góra	
	3	3.24	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	29.09.2018	Sopot XVIII PB	
	4	3.23	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	24.09.2016	Trąbki Wielkie	
	5	2.98	BANDURSKI	JACEK	Sopot	11.09.1935	16.06.2012	Koszalin	
	6	2.77	Hebel	Józef			25.05.2014	Połczyno	
	7	2.38	Lefańczyk	Ginter	Sobowidz	31.08.1940	24.09.2016	Trąbki Wielkie	
	M80	1	3.12	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	26.08.2023	Łódź MP
2		3.00	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	19.05.2018	Tczew	
3		2.42	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach	
4		2.20	Potrykus	Wacław		12.11.1922	20.05.2007	Puck	
5		2.15	Sztam	Leszek	Władysławowo	11.05.1937	19.07.2020	Połczyno	
6		1.26	Hirsz	Józef			25.05.2014	Połczyno	
1		2.11	Potrykus	Wacław		12.11.1922	07.06.2009	Połczyno	
skok wzwyż									
K35		1	1.59	Szczepańska	Magdalena	Świdnica	01.03.1975	01.07.2017	Kraków MP_2017
		2	1.38	Kownatke	Anna	AMS PUCK	04.04.1985	18.06.2022	Toruń 32 MP
	3	0.90	Sanocka-Silska	Anna	Żelistrzewo	16.09.1982	21.06.2020	Puck	
K40	1	1.35	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	19.06.2016	Puck	
	2	1.35	Szymczak	Danuta		1949	12.09.1992	Zduńska Wola	
	3	1.15	Bisewska	Aleksandra	Strzelno	28.04.1980	21.06.2020	Puck	
K45	1	1.56	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	30.07.2009	Lahti	
	2	1.35	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	21.06.2020	Puck	
K50	1	1.48	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	08.04.2012	Jyvaskyla	
	1	1.85	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	03.06.2013	Bydgoszcz	
M35	2	1.80	Ochotny	Jarosław	Gdańsk		07.09.2002	Sopot	
	3	1.74	Świątczyński	Wojciech		1970	2006	Opole	
	4	1.70	Frost	Bronisław	Gdańsk	1911	1946		
	5	1.66	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	02.07.1994	Puck	
	6	1.65	Drewa	Dariusz	Tczew		24.05.2014	Tczew	
	7	1.40	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	14.06.2013	Tczew	
	M40	1	1.90	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	16.09.2001	Sopot
2		1.55	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	24.05.2014	Tczew	
3		1.50	Buliński	Michał	Gdańsk	20.01.1953	1994	Gdańsk	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	4	1.50	Górny	Leszek	Leśniewo	1954	1997	
	5	1.50	Wejman	Walenty		1935	1979	
	6	1.50	Capiński	Włodzimierz	Gdańsk	1952	1994	Gdańsk
	7	1.40	Chmielewski	Dariusz	Gdańsk	10.03.1964	10.07.2005	Toruń
	8	1.35	Hadryś	Jerzy		1940	1980	
	9	1.00	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	18.06.2022	Toruń 32 MP
	1	1.80	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	01.07.2006	Toruń
	2	1.75	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	26.06.2021	Olsztyn 31 MP
	3	1.60	Światczyński	Wojciech	Skórcz	25.02.1970	28.02.2015	Toruń
M50	4	1.50	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	10.07.2005	Toruń
	5	1.50	Czepulkowski	Rafał	Rehasport Clinic Sport/Gdy	13.09.1970	23.09.2017	Sopot
	6	1.50	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	1994	Gdańsk
	7	1.45	Chalimoniuk	Mirosław	Gdynia	22.07.1952	2002	Sopot
	8	1.40	Kargol	Jacek	KL Gdynia	18.06.1965	28.02.2015	Toruń
	9	1.30	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	16.09.2001	Sopot
	10	1.30	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	17.06.2001	Zielona Góra
	1	1.79	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	25.03.2015	Toruń XHME
	2	1.79	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	29.06.1991	Kielce
	3	1.65	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	1992	
M55	4	1.55	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	17.06.2001	Zielona Góra
	5	1.40	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	24.05.2014	Tczew
	6	1.40	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	07.06.1997	Poznań
	7	1.35	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	07.06.2003	Szczecin
	1	1.66	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	24.02.2018	Toruń HMP
	2	1.40	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	01.07.2006	Toruń
	3	1.20	Lauren	Andrzej	Sławno	05.02.1947	2007	Słupsk
M60	1	1.65	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	2	1.35	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	16.06.2001	Zielona Góra
	3	1.25	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	02.07.2006	Toruń
	4	1.10	Hejman	Stanisław		07.06.1939	17.06.2001	Zielona Góra
	5	1.10	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2001	Zielona Góra
M65	1	1.32	Olszowy	Andrzej	Sopot	13.12.1952	13.03.2021	Toruń 30 HMP
	2	1.30	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	20.06.2013	Tczew
	3	1.20	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.07.2006	Toruń
	4	1.15	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	16.09.2001	Sopot
	5	1.15	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	17.06.2001	Zielona Góra
M70	1	1.20	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	04.09.2008	Malmö
	2	1.10	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	04.07.2004	Częstochowa
M75	1	1.13	Kostro	Włodzimierz	Gdynia	24.04.1943	29.06.2019	Białystok 29 MP
	2	1.10	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	28.09.2019	Sopot
M80	1	1.15	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	26.08.2023	Łódź MP

trójskok

K40	1	11.19	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	27.09.2003	Sopot
K45	1	10.66	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	23.07.2010	Nyiregyháza
K50	1	10.61	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	07.04.2012	Jyvaskyla

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokółów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M35								
	1	12.70	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	16.06.2002	Sopot
	2	11.95	Kamiński	Marcin	Sopot	28.12.1977	25.03.2015	Toruń XHME
	3	11.77	Koziarski	Grzegorz			25.03.2023	Toruń 9HMŚ
M40								
	1	12.12	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	27.06.2009	Białystok
	2	11.01	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2002	Sopot
	3	10.50	Kubiak	Ryszard	Ekodarpol Słupsk	1952	1992	Zduńska Wola
	4	10.44	Kinder	Henryk		22.05.1954	22.05.1996	Szczecinek
M45								
	1	12.13	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	22.08.2012	Zittau
	2	11.67	Czepulkowski	Rafał	Rehasport Clinic Sport/Gdy	13.09.1970	03.06.2017	Gdańsk
	3	11.60	Wasilewski	Włodzimierz		1945	1992	Zduńska Wola
	4	9.81	Kinder	Henryk		22.05.1954	16.06.2001	Zielona Góra
	5	9.81	Kinder	Henryk		22.05.1954	16.09.2001	Sopot
	6	9.26	Narloch	Adam	Łąg	24.12.1971	29.06.2019	Białystok 29 MP
M50								
	1	11.58	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	29.06.1991	Kielce
	2	11.54	Adamczewski	Ryszard	Szubin	14.01.1948	16.09.2001	Sopot
	3	10.60	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	31.07.2017	Aarhus ME 2017
	4	10.57	Wasilewski	Włodzimierz		1945	07.06.1997	Poznań
	5	9.85	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	1994	Stargard Szczeciński
	6	7.96	Gawel	Jan		1948	2001	Sopot
	7	7.96	Gawel	Jan		1948	16.09.2001	Sopot
M55								
	1	10.61	Zielke	Dariusz	Gdańsk	21.10.1960	01.07.2017	Kraków MP_2017
	2	10.45	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	27.09.2003	Sopot
	3	10.45	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	29.09.2003	Sopot
	4	9.22	Niwiński	Stanisław		04.05.1934	22.05.1993	Białystok
M60								
	1	8.96	Wysocki	Janusz	Słupsk	25.11.1953	02.07.2016	Opole MP
	2	8.20	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	16.06.2001	Zielona Góra
M65								
	1	8.34	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	10.07.2005	Toruń
	2	7.96	Wysocki	Janusz	Słupsk	25.11.1953	30.03.2019	Toruń 8 HMŚ
	3	7.70	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	04.07.2004	Częstochowa
M70								
	1	7.69	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	27.06.2010	Toruń
	2	6.99	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	24.06.2007	Toruń
	3	6.17	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	04.07.2004	Częstochowa
M75								
	1	7.48	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	24.08.2013	Toruń
	2	7.24	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	26.06.2021	Olsztyn 31 MP
M80								
	1	7.03	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	08.12.2018	Toruń 3HMP
	2	7.00	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	26.08.2023	Łódź MP

skok o tyczce

M35								
	1	3.52	Frost	Bronisław	Gdańsk	1911	1946	
	2	3.50	Gralewicz	Arkadiusz			25.03.2015	Toruń XHME
	3	3.20	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	16.07.2010	Nyiregyhaza
	4	3.10	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	08.09.1980	Puck
M40								
	1	3.60	Grelewicz	Arkadiusz	Flota Gdynia	15.03.1977	13.03.2021	Toruń 30 HMP
	2	3.60	Grelewicz	Arkadiusz	Flota Gdynia	15.03.1977	22.02.2020	Toruń 29hmp
	3	3.30	Frost	Bronisław	Gdańsk	1911	1953	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	4	3.18	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	28.09.1998	Puck
	5	2.60	Kiedrowski	Albin	Brusy	16.06.1966	2007	Toruń
	6	2.50	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	28.09.1998	Puck
	1	3.45	Grelewicz	Arkadiusz	Flota Gdynia	15.03.1977	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	2	3.10	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	04.07.2004	Częstochowa
	3	3.00	Langowski	Andrzej	Tczew	15.07.1959	2005	Gdańsk
	4	2.80	Chalimoniuk	Miroslaw	Gdynia	22.07.1952	2002	Sopot
M50	5	2.62	Kempa	Wiesław	Trąbki Wielkie	20.04.1951	1998	Kielce
	6	2.50	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	1997	Poznań
	7	2.40	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	07.09.2002	Sopot
	1	3.00	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	22.08.1998	Kielce
	2	3.00	Langowski	Andrzej	Tczew	15.07.1959	26.09.2009	Sopot
	3	3.00	Chalimoniuk	Miroslaw	Gdynia	22.07.1952	30.04.2005	Gdańsk
	4	2.60	Pajda	Jacek		1953	2005	Gdańsk
M55	5	2.40	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2005	Gdańsk
	6	2.40	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	20.09.2008	Sopot
	7	2.40	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	2006	Toruń
	1	3.25	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	16.09.2001	Sopot
	2	3.25	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	15.09.2001	Sopot
	3	3.00	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	27.09.2003	Sopot
	4	2.40	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	1999	Stargard Szczeciński
M60	1	2.70	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	07.06.2003	Szczecin
	2	2.20	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	28.06.2009	Białystok
M65	1	2.70	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	03.07.2004	Częstochowa
	2	1.30	Hejman	Stanisław		07.06.1939	2004	Częstochowa
M70	1	2.80	Śliwiński	Marek	Sopot	22.08.1944	27.09.2014	Sopot
	2	2.40	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	20.09.2008	Sopot
M75	1	2.03	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	27.09.2014	Sopot
	1	1.70	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	29.03.2019	Toruń 8 HMŚ
kula								
K30	1	10.80	Stromska	Klaudia	Mieroszyno	12.12.1984	25.05.2014	Połczyno
	2	6.68	Musiał	Magdalena	Trąbki Wielkie	27.01.1983	24.09.2017	Trąbki Wielkie
	3	6.67	Bigus	Bernadeta	Rekowo Górne		05.06.2016	Połczyno
	4	6.43	Wojtas	Alicja	Rekowo Górne		05.06.2016	Połczyno
K35	1	13.11	Kamrowska - Nowak	Maria	Gdańsk	11.03.1966	15.06.2002	Sopot
	2	11.71	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	1994	Gdańsk
	3	10.77	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	25.04.1994	Puck
	4	10.16	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	27.06.2015	Toruń
	5	10.07	Ptak	Anna		1961	01.07.2007	Strzelno
	6	9.97	Koluch	Irena	Triada Sopot	1957	1995	Szczecinek
	7	9.72	Stromska	Klaudia	Mieroszyno	12.12.1984	19.07.2020	Połczyno
	8	8.98	Sroka	Grażyna	Elganowo		1999	Trąbki Wielkie
	9	8.85	Groenwald	Marzena	Połczyno		09.06.2013	Połczyno
	10	8.40	Frydrych	Wioleta	Trąbki Wielkie	19.07.1974	04.09.2011	Trąbki Wielkie
K40	1	11.40	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	1998	Trąbki Wielkie

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K45	2	10.95	Blechacz	Bernadeta	Gdańsk	30.07.1955	1999	Trąbki Wielkie
	3	10.64	Ciarkowska	Eugenia			1979	
	4	10.14	Paprocka	Dorota			04.03.2023	Toruń
	5	10.13	Grecka	Ewa	Słupsk	19.12.1955	17.06.1997	Poznań
	6	9.51	Ptak	Anna		1961	13.07.2008	Strzelno
	7	9.48	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	1999	Trąbki Wielkie
	8	9.39	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	18.05.2019	Tczew
	9	9.36	Groenwald	Marzena	Połczyno		25.05.2014	Połczyno
	10	9.32	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	25.09.2005	Sopot
	K50	1	10.43	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	15.06.2002
2		10.12	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.03.2015	Toruń XHME
3		9.92	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	24.09.2006	Sopot
4		9.53	Blechacz	Bernadeta	Gdańsk	30.07.1955	2001	Skórcz
5		9.07	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	17.08.2003	Strzelno
6		8.32	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	1997	
7		7.90	Kostrzewska	Renata	Gdańsk	1952	1998	Trąbki Wielkie
8		7.77	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	18.06.2011	Zielona Góra
9		7.32	Renusz	Alina		1963	08.06.2008	Połczyno
10		7.24	Sokolów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	25.03.2015	Toruń XHME
K55	1	11.37	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.02.2017	Toruń HMPW
	2	10.76	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	22.09.2012	Sopot
	3	10.28	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	08.06.2008	Połczyno
	4	9.77	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	1999	
	5	8.96	Grecka	Ewa	Słupsk	19.12.1955	29.06.2008	Słupsk
	6	8.76	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	15.07.2017	Puck
	7	8.45	Ceynowa	Kazimiera			09.06.2013	Połczyno
	8	8.30	Sokolów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	16.01.2016	Gdańsk
	9	7.88	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	08.06.2008	Połczyno
	10	7.79	Drobińska	Teresa		1949	1999	
K60	1	11.41	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.06.2022	Toruń 32 MP
	2	9.37	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	05.06.2011	Połczyno
	3	9.30	Zielke	Irena	Pelplin		1992	
	4	8.47	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	08.06.2008	Połczyno
	5	8.42	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	14.07.2018	Puck
	6	8.28	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	09.08.2015	Strzelno
	7	7.90	Staniszewska	Jadwiga		1935	1992	
	8	7.41	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	05.06.2016	Połczyno
	9	7.39	Wojtkowiak	Zenona		1942	1999	Trąbki Wielkie
	10	7.33	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	2007	Puck
K65	1	8.32	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	04.08.2019	Strzelno
	2	7.78	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	22.07.2023	Puck
	3	7.77	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	08.06.2008	Połczyno
	4	7.76	Staniszewska	Jadwiga		1935	1995	
	5	7.32	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	19.07.2020	Połczyno
	6	7.21	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	08.06.2008	Połczyno
	7	7.05	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	04.08.2019	Strzelno
	8	7.00	Zielke	Irena	Pelplin		1995	
	9	6.85	Szlas	Małgorzata	Rekowo Górne		09.06.2013	Połczyno
	10	6.70	Kustoch	Ewa	Łebcz	13.02.1954	05.06.2016	Połczyno
K65	1	7.88	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	25.05.2014	Połczyno
	2	7.70	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	23.09.2017	Sopot
	3	7.19	Zielke	Irena	Pelplin		2000	Trąbki Wielkie

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K70	4	7.12	Degórska	Daniela	Swarzewo	1931	1998	Trąbki Wielkie
	5	7.11	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	22.07.2023	Puck
	6	7.05	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	25.05.2014	Połczyno
	7	6.91	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	09.06.2013	Połczyno
	8	6.85	Korthlas	Małgorzata		23.09.1937	2007	Puck
	9	6.05	Kustoch	Ewa	Łebcz	13.02.1954	19.07.2020	Połczyno
	10	5.59	Ustarbowska	Maria	Połczyno	17.05.1955	19.07.2020	Połczyno
	1	7.87	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	28.09.2019	Sopot
	2	6.95	Korthlas	Małgorzata		23.09.1937	06.06.2010	Połczyno
	3	5.78	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	04.08.2019	Strzelno
4	5.53	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	20.05.2007	Puck	
5	5.51	Mincer	Elzbieta	Gołębiewo Wielkie	19.05.1943	24.09.2016	Trąbki Wielkie	
6	5.01	Brzózka	Emilia	Kleszczewo	07.01.1945	24.09.2016	Trąbki Wielkie	
7	4.78	Detlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	25.05.2014	Połczyno	
8	4.50	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	19.07.2020	Połczyno	
9	4.25	Wittbrodt	Gertruda	Łebcz		05.06.2016	Połczyno	
K75	1	5.88	Jastrzębska	Teresa	Rekowo Górne		09.06.2013	Połczyno
	2	5.85	Jastrzębska	Małgorzata	Gdańsk	1935	05.06.2011	Połczyno
	3	5.69	Detlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	04.08.2019	Strzelno
	4	5.22	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	07.06.2015	Połczyno
	5	2.85	Renusz	Teresa	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
K80	1	5.01	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	25.05.2014	Połczyno
	2	3.93	Marzejon	Jadwiga	Słupsk	1924	08.06.2008	Połczyno
	3	3.44	Kleine	Bronisława	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
K85	1	4.55	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	19.07.2020	Połczyno
	2	3.72	Kepke	Agnieszka		01.07.1917	20.05.2007	Puck
K90	1	2.59	Kepke	Agnieszka		01.07.1917	08.06.2008	Połczyno
M30	1	11.55	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	07.09.2002	Sopot
	2	7.92	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	20.09.2008	Sopot
M35	1	19.40	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	12.02.2022	Toruń
	2	18.88	Kropelnicki	Mieczysław	Reda	1951	17.08.1986	Chełmno
	3	18.85	Antczak	Edmund	Tczew		14.06.1981	Elbląg
	4	17.15	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	25.03.2015	Toruń XHME
	5	16.86	Płoski	Przemysław	Lechia Gdańsk	04.07.1977	21.06.2014	Stargard Szczeciński
	6	16.34	Mielke	Sebastian			25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	7	16.15	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	1952	Bydgoszcz
	8	15.66	Krzyżanowski	Tadeusz	Gdańsk	1920	28.08.1955	Olecko
	9	15.12	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	26.09.2009	Sopot
	10	14.79	Malkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	15.07.2010	Nyiregyháza
M40	1	16.81	Płoski	Przemysław	Lechia Gdańsk	04.07.1977	22.06.2019	Pelplin
	2	16.41	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	07.06.1997	Poznań
	3	16.25	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	26.06.1955	Poznań
	4	15.52	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	14.05.2016	Tczew V Mityng
	5	14.91	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	25.09.2010	Sopot
	6	14.82	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	13.03.2021	Toruń 30 HMP
	7	14.55	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	26.06.2010	Toruń
	8	14.15	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	16.09.2001	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	9	13.59	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	21.09.2023	Pescara ME
	10	13.45	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	24.09.2007	Połczyno
	1	15.34	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	06.08.1960	Gdańsk
	2	15.20	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	2004	Puck
	3	15.05	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	12.03.2016	Toruń
	4	14.55	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	24.08.2013	Toruń
	5	14.45	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Słupsk
	6	14.26	Kot	Sergey	Gdańsk	07.01.1961	20.09.2008	Sopot
	7	13.99	Wenta	Edmund		1953	1999	Trąbki Wielkie
	8	13.77	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	06.06.2010	Połczyno
M50	9	13.63	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	30.05.2015	Tczew
	10	12.68	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	07.06.2020	Tczew
	1	15.63	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	03.08.2009	Lahti
	2	15.57	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	26.03.2019	Toruń 8 HMŚ
	3	14.44	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	4	14.19	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	24.09.2016	Sopot XVI PB
	5	14.07	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	2007	Słupsk
	6	14.00	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	03.10.2020	Słubice
	7	13.89	Wenta	Edmund		1953	24.09.2005	Skórcz
	8	13.49	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	1991	Kielce
M55	9	13.46	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2001	Zielona Góra
	10	12.91	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	18.05.2013	Nowe Miasto Lubawskie
	1	14.49	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	28.02.2015	Toruń
	2	14.08	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	24.09.2005	Skórcz
	3	12.98	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2002	Trąbki Wielkie
	4	12.23	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	5	11.93	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	27.09.2003	Sopot
	6	11.88	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	19.05.2018	Tczew
	7	11.65	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	11.07.2009	Połczyno
	8	11.64	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	1998	Trąbki Wielkie
M60	9	11.22	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	10.06.2018	Toruń
	10	11.14	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	16.05.2009	Zamardi
	1	14.44	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	16.07.2008	Sopot
	2	13.90	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2006	Skórcz
	3	13.17	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2001	Zamardi
	4	13.03	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	28.09.2003	Sopot
	5	12.85	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	29.06.2019	Białystok 29 MP
	6	12.45	Hejman	Stanisław		07.06.1939	2001	Trąbki Wielkie
	7	12.27	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2004	Puck
	8	12.13	Ksieniewicz	Ryszard		1933	1997	Poznań
M65	9	11.98	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	2000	Trąbki Wielkie
	10	11.58	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.09.2009	Sopot
	1	13.43	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	22.10.2013	Porto Alegre
	2	12.50	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	23.08.2003	Sopot
	3	12.07	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	24.08.2013	Toruń
	4	12.00	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	24.08.2012	Zittau
	5	11.40	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	10.07.2005	Toruń
	6	11.37	Hejman	Stanisław		07.06.1939	2004	Sopot
	7	11.28	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2005	Puck
	8	11.07	Ksieniewicz	Ryszard		1933	07.06.2003	Szczecin
9	11.02	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	2007	Puck	
10	10.74	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	15.07.2017	Puck	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M70								
	1	13.58	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	08.10.2016	Ślubice
	2	13.14	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	04.09.2018	Malaga MŚ
	3	12.33	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	01.09.2008	Malmö
	4	12.06	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	20.08.2016	Puck
	5	11.73	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2008	Stargard Szczeciński
	6	11.28	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	20.05.2017	Tczew
	7	11.25	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	03.07.2010	Połczyno
	8	10.58	Kaczmarek	Piotr	Gdynia	01.01.1939	16.02.2013	Gdynia
	9	10.35	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2006	Puck
	10	10.31	Ksieniewicz	Ryszard		1933	05.08.2007	Ślupsk
M75								
	1	12.38	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	03.10.2020	Ślubice
	2	11.34	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	13.07.2019	Puck
	3	10.44	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	24.08.2013	Toruń
	4	10.36	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	24.08.2013	Toruń
	5	10.17	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	04.03.2023	Toruń
	6	9.29	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	06.07.2014	Radom
	7	9.12	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	26.09.2015	Sopot
	8	8.73	Hebel	Józef			25.05.2014	Połczyno
	9	8.43	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	22.09.2012	Sopot
	10	8.30	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	20.08.2016	Puck
M80								
	1	11.98	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	04.03.2023	Toruń
	2	10.32	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	14.07.2018	Puck
	3	9.88	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	08.12.2018	Toruń 3HDMP
	4	8.75	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	29.09.2018	Sopot XVIII PB
	5	8.75	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	19.05.2018	Tczew
	6	8.11	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	10.07.2021	Puck
	7	7.86	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	23.09.2017	Sopot
	8	7.30	Otrombke	Hubert		1926	2007	Puck
	9	7.01	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	15.07.2017	Puck
	10	5.82	Potrykus	Wacław		12.11.1922	2007	Puck
M85								
	1	8.81	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	22.07.2023	Puck
	2	7.30	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.08.2023	Łódź MP
	3	5.68	Otrombke	Hubert		1926	05.06.2011	Połczyno
	4	5.36	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	10.07.2021	Puck
	5	5.10	Potrykus	Wacław		12.11.1922	06.06.2010	Połczyno
M90								
	1	4.40	Cukierski	Wincenty	Sopot	08.01.1912	24.09.2006	Sopot
M95								
	1	4.60	Cukierski	Wincenty	Sopot	08.01.1912	21.04.2007	Sopot
dysk								
K30								
	1	30.38	Stromska	Klaudia	Mieroszyno	12.12.1984	25.05.2014	Połczyno
K35								
	1	37.02	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	07.08.1996	Bydgoszcz
	2	34.38	Koluch	Irena	Triada Sopot	1957	1995	Szczecinek
	3	34.35	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	14.08.2016	Strzelno
	4	28.05	Stromska	Klaudia	Mieroszyno	12.12.1984	21.06.2020	Puck
	5	28.00	Ptak	Anna		1961	01.07.2007	Strzelno
	6	23.78	Cichosz	Ewa			1989	
	7	21.30	Uber	Bożena		1958	1996	
	8	21.08	Sroka	Grażyna	Elganowo		1999	Trąbki Wielkie
	9	19.93	Groenwald	Marzena	Połczyno		07.06.2015	Połczyno

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K40	10	18.54	Orzolek	Alicja		1959	1998	Trąbki Wielkie
	1	35.54	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	21.05.1998	Puck
	2	32.15	Blechacz	Bernadeta	Gdańsk	30.07.1955	1999	Trąbki Wielkie
	3	30.84	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	29.03.2019	Toruń 8 HMŚ
	4	29.95	Koluch	Irena	Triada Sopot	1957	1998	Trąbki Wielkie
	5	29.32	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	18.09.2004	Trąbki Wielkie
	6	28.42	Borkowska	Renata	Puck	1952	02.07.1994	Puck
	7	28.02	Ciarkowska	Eugenia			1979	
	8	27.08	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	1998	Trąbki Wielkie
	9	25.64	Kuchta	Helena			1982	
10	22.77	Groenwald	Marzena	Połczyno		25.05.2014	Połczyno	
K45	1	31.40	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	30.09.2007	Sopot
	2	31.03	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	29.06.2003	Strzelno
	3	29.41	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	20.08.2016	Puck
	4	23.50	Kostrzewska	Renata	Gdańsk	1952	1998	Trąbki Wielkie
	5	22.45	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	07.09.2002	Sopot
	6	20.62	Witoń	Bożena		1955	2001	Trąbki Wielkie
	7	20.08	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	1997	
	8	19.62	Maliszewska	Wiesława	Gołębiewko	04.11.1948	1995	Gdańsk
	9	18.53	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	22.09.2012	Sopot
	10	18.28	Degórska	Daniela	Swarzewo	1931	1989	
K50	1	29.62	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
	2	29.59	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	01.08.2020	Puck
	3	28.86	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	08.06.2008	Połczyno
	4	19.62	Grecka	Ewa	Słupsk	19.12.1955	2008	Słupsk
	5	19.32	Lis	Antonina	Strzelno	1943	1997	
	6	18.46	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.09.2013	Sopot
	7	17.76	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	2002	Sopot
	8	17.22	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	04.07.2009	Strzelno
	9	16.70	Stromska	Ewa	Strzelno	02.03.1958	08.06.2008	Strzelno
	10	16.12	Piątek	Teresa		1933	1987	Trąbki Wielkie
K55	1	29.27	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.06.2022	Toruń 32 MP
	2	26.45	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	23.06.2011	Puck
	3	19.02	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	01.08.2020	Puck
	4	17.12	Lis	Antonina	Strzelno	1943	1999	Trąbki Wielkie
	5	16.66	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	25.05.2014	Połczyno
	6	16.63	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	25.05.2014	Połczyno
	7	16.32	Stromska	Ewa	Strzelno	02.03.1958	09.06.2013	Połczyno
	8	15.16	Wielgus	Halina	Sopot	25.06.1950	20.04.2010	Połczyno
	9	14.44	Błaszcz	Magdalena	Gnieźdźzewo		09.06.2013	Połczyno
	10	13.48	Janecka	Regina	Lębork	1950	2007	Puck
K60	1	24.30	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	20.04.2018	Puck
	2	18.48	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	22.07.2023	Puck
	3	17.96	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	05.06.2011	Połczyno
	4	16.10	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	04.08.2019	Strzelno
	5	15.84	Stromska	Ewa	Strzelno	02.03.1958	04.08.2019	Strzelno
	6	15.09	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	19.07.2020	Połczyno
	7	14.14	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	07.06.2009	Połczyno
	8	13.60	Żylińska	Anna			1978	
	9	13.06	Grodzicka	Aleksandra			1978	
	10	11.98	Molik	Teresa	Mierzeszyn		1989	
K65								

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K70	1	20.32	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	22.07.2023	Puck
	2	18.45	Korthlas	Małgorzata		23.09.1937	28.09.2003	Sopot
	3	17.78	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	07.06.2015	Połczyno
	4	16.15	Degórska	Daniela	Swarzewo	1931	1998	Trąbki Wielkie
	5	14.60	Bemke	Danuta	Żelistrzewo	28.03.1948	09.06.2013	Połczyno
	6	11.90	Kustoch	Ewa	Łebcz	13.02.1954	19.07.2020	Połczyno
	7	11.37	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	25.05.2014	Połczyno
	8	11.00	Dominik	Maria	Werblinia		09.06.2013	Połczyno
	9	10.93	Ustarbowska	Maria	Połczyno	17.05.1955	19.07.2020	Połczyno
	10	10.33	Dettlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	09.06.2013	Połczyno
K75	1	18.32	Korthlas	Małgorzata		23.09.1937	08.06.2008	Połczyno
	2	10.48	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	08.06.2008	Połczyno
	3	10.09	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	19.07.2020	Połczyno
	4	10.04	Dettlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	25.05.2014	Połczyno
	5	6.00	Wittbrodt	Gertruda	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
K80	1	13.42	Jastrzębska	Teresa	Rekowo Górne		05.06.2011	Połczyno
	2	11.28	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	07.06.2015	Połczyno
	3	10.20	Dettlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	19.07.2020	Połczyno
K85	1	11.93	Korthals	Małgorzata	Połczyno	20.04.1905	19.07.2020	Połczyno
	2	10.50	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	25.05.2014	Połczyno
M30	1	7.88	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	19.07.2020	Połczyno
M35	1	27.87	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	30.09.2007	Sopot
M40	1	47.25	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	1953	
	2	46.28	Bistram	Zenon		20.09.1954	02.07.1994	Puck
	3	46.10	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	23.07.2021	Toruń
	4	45.89	Żochowski	Stanisław		1916	1951	
	5	44.08	Krzyżanowski	Tadeusz	Gdańsk	1920	1955	
	6	43.90	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	15.07.2000	Warszawa
	7	43.66	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	27.05.2022	Gdańsk
	8	40.65	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	04.08.2019	Strzelno
	9	39.18	Zieleniewski	Sławomir	Gdańsk	1914	1950	
	10	37.92	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	07.05.2003	Gdańsk
M45	1	48.77	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	1955	
	2	44.33	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2002	Puck
	3	43.80	Bistram	Zenon		20.09.1954	1994	Gdańsk
	4	43.47	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2003	Puck
	5	41.54	Żochowski	Stanisław		1916	1957	
	6	41.17	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	17.09.2023	Tczew
	7	40.89	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	8	40.50	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	1979	
	9	39.62	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	02.06.2007	Strzelno
	10	39.18	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	1999	
M45	1	46.78	Łomowski	Mieczysław	Gdańsk	19.09.1914	1960	
	2	42.86	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	22.07.2015	Gdańsk
	3	41.61	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	2007	Słupsk
	4	40.90	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2008	Stargard Szczeciński
	5	40.50	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	18.09.2004	Trąbki Wielkie
	6	40.50	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2004	Trąbki Wielkie
	7	39.99	Kot	Sergey	Gdańsk	07.01.1961	20.09.2008	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M50	8	39.65	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	20.09.2008	Sopot
	9	38.65	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	11.09.2021	Zielona Góra
	10	37.22	Wenta	Edward		1953	1999	Trąbki Wielkie
	1	46.97	Put	Miroslaw	PKWLA Sopot	05.03.1963	28.06.2014	Puck
	2	44.26	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	28.06.2009	Białystok
	3	43.77	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	07.06.2020	Tczew
	4	42.72	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	1998	Cesenatico
	5	42.38	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	07.09.2013	Gdańsk
	6	41.56	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	22.04.2015	Puck
	7	39.87	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	1998	Kielce
M55	8	38.22	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	1991	
	9	37.16	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	03.05.2006	Strzelno
	10	35.76	Kozakiewicz	Edward	Gdynia	06.01.1961	16.09.2001	Sopot
	1	44.75	Put	Miroslaw	PKWLA Sopot	05.03.1963	14.07.2018	Puck
	2	42.60	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	27.09.2003	Sopot
	3	42.51	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	06.07.2014	Radom
	4	41.56	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	07.10.2004	Puck
	5	40.10	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2003	Sopot
	6	40.10	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	18.05.2002	Sopot
	7	36.34	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	10.06.2018	Toruń
M60	8	36.02	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	04.07.2009	Strzelno
	9	35.67	Sokół	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	11.07.2009	Połczyno
	10	34.59	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	2008	Dolny Kubin
	1	47.29	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	23.09.2006	Skórcz
	2	44.84	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2001	Zduńska Wola
	3	43.87	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2002	Sopot
	4	43.78	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	04.07.2009	Strzelno
	5	43.20	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	11.07.2009	Połczyno
	6	41.81	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	2001	Trąbki Wielkie
	7	40.16	Hejman	Stanisław		07.06.1939	1999	
M65	8	39.90	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	01.06.2019	Łagiewniki
	9	38.74	Ksieniewicz	Ryszard		1933	1997	Poznań
	10	38.15	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	2000	Trąbki Wielkie
	1	44.41	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2002	Zduńska Wola
	2	43.46	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	18.05.2002	Sopot
	3	40.73	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	22.10.2013	Porto Alegre
	4	40.23	Ksieniewicz	Ryszard		1933	1999	Stargard Szczeciński
	5	38.93	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	2007	Puck
	6	38.00	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	16.09.2001	Sopot
	7	37.52	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	28.08.2016	Tczew/Wędkowy
M70	8	37.51	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	07.07.2012	Puck
	9	35.42	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2007	Słupsk
	10	35.02	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	04.08.2019	Strzelno
	1	42.12	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	13.09.2008	Zielona Góra
	2	34.31	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	04.08.2019	Strzelno
	3	32.79	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	05.09.2012	Strzelno k. Pucka
	4	32.64	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	04.07.2009	Strzelno
	5	31.47	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	06.10.2018	Stubice
	6	31.05	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2006	Sopot
	7	30.91	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	15.07.2017	Puck
8	30.58	Ksieniewicz	Ryszard		1933	2008	Słupsk	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody	
M75	9	29.09	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2006	Sopot	
	10	29.03	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie	
	1	35.30	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	02.10.2021	Słubice	
	2	32.69	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	22.09.2012	Sopot	
	3	31.07	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	07.09.2013	Zielona Góra	
	4	30.67	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	20.08.2016	Puck	
	5	27.90	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	14.07.2018	Puck	
	6	23.67	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	26.09.2015	Sopot	
	7	23.24	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	03.07.2010	Połczyno	
	8	22.95	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	25.09.2010	Sopot	
M80	9	22.80	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	01.08.2020	Puck	
	10	22.21	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	27.06.2015	Toruń	
	1	28.35	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	13.07.2019	Puck	
	2	25.97	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	25.03.2023	Toruń 9HMŚ	
	3	25.63	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	17.06.2023	Toruń	
	4	25.02	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	04.08.2019	Strzelno	
	5	22.88	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	10.07.2021	Puck	
	6	20.15	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	26.09.2015	Sopot	
	7	15.80	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	19.09.2020	Sopot	
	8	14.82	Otrombke	Hubert		1926	20.05.2007	Puck	
M85	1	20.95	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	23.07.2022	Puck	
	2	17.22	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.08.2023	Łódź MP	
	3	12.18	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	10.07.2021	Puck	
	4	5.93	Ciskowski	Jan	Połczyno	1913	07.06.2009	Połczyno	
oszczep									
K30	1	20.18	Stromska	Klaudia	Mieroszyno	12.12.1984	25.05.2014	Połczyno	
	2	17.55	Kulpa	Emilia			09.06.2013	Połczyno	
	3	17.01	Kreft	Joanna	Werblinia			09.06.2013	Połczyno
	4	17.00	Wojtas	Alicja	Rekowo Górne			05.06.2016	Połczyno
	5	9.80	Bigus	Bernadeta	Rekowo Górne			05.06.2016	Połczyno
K35	1	39.75	Szczepańska	Magdalena	Świdnica	01.03.1975	31.07.2017	Aarhus ME 2017	
	2	30.43	Kuklińska	Lucyna		10.05.1973	28.06.2008	Słupsk	
	3	30.30	Krotoszyńska	Aneta		06.07.1973	01.10.2011	Sopot	
	4	28.20	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	14.08.2016	Strzelno	
	5	27.93	Lipiec-Bortkiewicz	Renata		06.04.1973	26.09.2009	Sopot	
	6	25.68	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	02.07.1993	Strzelno	
	7	25.45	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971		2007 Puck	
	8	24.10	Sroka	Grażyna	Elganowo			1999 Trąbki Wielkie	
	9	24.00	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	30.05.2015	Tczew	
	10	19.10	Sanocka-Silska	Anna	Żelistrzewo	16.09.1982	21.06.2020	Puck	
K40	1	32.54	Blechacz	Bernadeta	Gdańsk	30.07.1955	1998	Trąbki Wielkie	
	2	27.20	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	2000	Trąbki Wielkie	
	3	24.43	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	01.08.2020	Puck	
	4	23.78	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	25.05.2014	Połczyno	
	5	23.30	Witoń	Bożena		1955		1998 Trąbki Wielkie	
	6	22.78	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	19.05.2018	Tczew	
	7	20.32	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956		1999 Trąbki Wielkie	
	8	19.69	Duda	Anna			23.07.2022	Puck	
	9	18.28	Klebba	Renata			07.06.2015	Połczyno	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K45	10	17.18	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	2006	Sopot
	1	35.61	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	27.06.2009	Białystok
	2	29.71	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	2002	Sopot
	3	24.90	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.05.2014	Połczyno
	4	24.26	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	5	22.96	Kostrzewska	Renata	Gdańsk	1952	1998	Trąbki Wielkie
	6	21.95	Czaja	Joanna	Puck	21.12.1971	21.06.2020	Puck
	7	21.14	Kalwig	Katarzyna	Strzelno		08.06.2008	Połczyno
	8	20.52	Witoń	Bożena		1955	2001	Trąbki Wielkie
	9	19.05	Selke	Edyta	Żelistrzewo	24.06.1975	21.06.2020	Puck
10	18.75	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	25.09.2010	Sopot	
K50	1	38.36	Biskup	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	22.09.2012	Sopot
	2	27.02	Grecka	Ewa	Słupsk	19.12.1955	28.06.2008	Słupsk
	3	22.67	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	19.07.2020	Połczyno
	4	22.50	Kokoszko	Elżbieta	Malbork	1947	1998	Trąbki Wielkie
	5	21.66	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	08.06.2008	Połczyno
	6	19.68	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	1999	Trąbki Wielkie
	7	18.11	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	13.09.2013	Zakopane
	8	16.17	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	08.06.2008	Połczyno
	9	15.33	Ceynowa	Kazimiera			09.06.2013	Połczyno
	10	13.79	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	11.07.2015	Puck
K55	1	21.34	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	23.07.2022	Puck
	2	18.86	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	11.07.2015	Puck
	3	18.33	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	20.05.2007	Puck
	4	17.75	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	25.05.2014	Połczyno
	5	15.72	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	18.05.2019	Tczew
	6	12.68	Pionke-Willner	Bożena	Domatówko	13.09.1964	19.07.2020	Połczyno
	7	11.70	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	05.06.2016	Połczyno
	8	11.41	Okrój	Gabriela	Domatówko	20.10.1962	19.07.2020	Połczyno
	9	11.06	Błaszcz	Magdalena	Gnieźdźzewo		09.06.2013	Połczyno
	10	10.55	Białk	Grażyna	Gnieźdźzewo		09.06.2013	Połczyno
K60	1	20.21	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	29.09.2018	Sopot XVIII PB
	2	18.18	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	08.06.2008	Połczyno
	3	18.06	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	14.07.2018	Puck
	4	14.54	Detlaff	Longina	Strzelno	19.06.1957	19.07.2020	Połczyno
	5	12.14	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	22.07.2023	Puck
	6	11.97	Stromska	Ewa	Strzelno	02.03.1958	19.07.2020	Połczyno
	7	11.00	Adrian-Orzeł	Krystyna	Strzelno	28.07.1958	04.08.2019	Strzelno
	8	9.35	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	05.06.2016	Połczyno
	9	8.75	Detlaff	Maria	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
	10	6.25	Borkowska	Anna	Mieroszyno		05.06.2016	Połczyno
K65	1	17.52	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	23.09.2017	Sopot
	2	15.94	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	22.07.2023	Puck
	3	13.95	Korth	Krystyna	Połczyno	23.04.1948	05.06.2016	Połczyno
	4	11.62	Ustarbowska	Maria	Połczyno	17.05.1955	19.07.2020	Połczyno
	5	11.40	Kustoch	Ewa	Łebcz	13.02.1954	19.07.2020	Połczyno
	6	9.20	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	25.05.2014	Połczyno
	7	8.33	Kwidzyńska	Maria		1941	08.06.2008	Połczyno
	8	7.80	Dominik	Maria	Werblinia		09.06.2013	Połczyno
	9	6.90	Falkowska	Anna	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
	10	6.28	Borkowska	Anna	Mieroszyno		25.05.2014	Połczyno

K70

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K75	1	18.32	Karpowicz	Genowefa	Gdańsk	23.04.1949	28.09.2019	Sopot
	2	12.00	Korthlas	Małgorzata		23.09.1937	05.06.2011	Połczyno
	3	8.64	Selke	Halina	Mieroszyno	27.07.1949	04.08.2019	Strzelno
	4	7.15	Wittbrodt	Gertruda	Łebcz		05.06.2016	Połczyno
K80	1	11.84	Jastrzębska	Teresa	Rekowo Górne		06.06.2010	Połczyno
	2	8.19	Detlaff	Małgorzata	Strzelno	23.04.1944	04.08.2019	Strzelno
	3	7.30	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	05.06.2016	Połczyno
K85	1	7.18	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	04.08.2019	Strzelno
M35	1	6.26	Jeszke	Zofia	Mieroszyno	06.12.1934	19.07.2020	Połczyno
M40	1	73.26	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	12.09.1971	Bydgoszcz
	2	52.58	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	31.08.2013	Puck
	3	50.80	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2002	Sopot
	4	49.11	Skibicki	Jarosław	Gdańsk	12.04.1980	15.07.2017	Puck
	5	47.12	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	02.07.1994	Puck
	6	45.86	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	20.07.2013	Koszalin
	7	45.58	Mielke	Sebastian			23.07.2022	Puck
	8	42.68	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	02.07.1993	Strzelno
	9	42.12	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	21.09.2000	Puck
	10	41.58	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	29.06.2022	Tampere MŚ 2022
M45	1	65.18	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	05.06.2010	Słupsk
	2	59.62	Witek	Stanisław	Słupsk		07.09.2002	Sopot
	3	51.73	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	1998	Zduńska Wola
	4	51.00	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	08.08.2003	Tata
	5	48.81	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	20.08.2016	Puck
	6	47.68	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	2001	Puck
	7	45.61	Detlaff	Arkadiusz	Swarzewo		11.07.2015	Puck
	8	45.48	Górny	Leszek	Leśniewo	1954	1997	Poznań
	9	43.49	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	26.08.2023	Łódź MP
	10	42.08	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	25.04.1994	Puck
M50	1	59.81	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	24.08.2013	Toruń
	2	56.44	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	2005	Toruń
	3	50.79	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2005	Puck
	4	48.67	Rytlewski	Piotr	Góra	04.03.1974	18.05.2019	Tczew
	5	47.77	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2007	Słupsk
	6	45.59	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	2004	Puck
	7	44.78	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	23.04.2022	Elbląg
	8	44.65	Górny	Leszek	Leśniewo	1954	2001	Trąbki Wielkie
	9	43.17	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Stargard Szczeciński
	10	42.55	Lichodziejewski	Andrzej	Słupsk	30.04.1954	27.09.2003	Sopot
M55	1	58.97	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	24.03.2019	Toruń 8 HMŚ
	2	54.84	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	08.06.2008	Połczyno
	3	45.01	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2001	Stargard Szczeciński
	4	44.66	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2000	Warszawa
	5	43.66	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	02.07.2016	Opole MP
	6	43.11	Lichodziejewski	Andrzej	Słupsk	30.04.1954	20.09.2008	Sopot
	7	41.42	Zakrzewski	Bogdan		1955	2007	Słupsk
	8	40.90	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	2005	Puck
	9	40.60	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	24.09.2006	Sopot
	10	39.25	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	30.05.2009	Zbąszyniek

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: **Tadeusz Sokół**

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M60	1	48.02	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	07.07.2012	Puck
	2	41.70	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	30.05.2015	Tczew
	3	41.29	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2004	Dolny Kubin
	4	40.32	Marzejon	Dariusz	Zdrada	04.05.1960	02.09.2018	Strzelno
	5	39.65	Lichodziejewski	Andrzej	Słupsk	30.04.1954	26.09.2009	Sopot
	6	38.55	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	10.06.2018	Toruń
	7	37.31	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2007	Puck
	8	37.07	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	03.07.2010	Połczyno
	9	36.75	Bekisz	Zdzisław	Darżlubie		2007	Puck
	10	36.43	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	2007	Słupsk
M65	1	45.77	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	14.07.2018	Puck
	2	42.92	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	14.05.2016	Tczew V Mityng
	3	41.92	Lichodziejewski	Andrzej	Słupsk	30.04.1954	24.09.2016	Sopot XVI PB
	4	41.36	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	07.07.2001	Puck
	5	39.26	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2007	Tata
	6	38.67	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2001	Zielona Góra
	7	37.69	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.09.2009	Sopot
	8	37.68	Marzejon	Dariusz	Zdrada	04.05.1960	19.07.2020	Połczyno
	9	37.02	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2003	Puck
	10	36.30	Hejman	Stanisław		07.06.1939	2003	Szczecin
M70	1	42.39	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	10.09.2005	Zielona Góra
	2	37.63	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	23.07.2022	Puck
	3	35.22	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	28.06.2014	Puck
	4	35.09	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2006	Toruń
	5	34.53	Lichodziejewski	Andrzej	Słupsk	30.04.1954	19.09.2020	Sopot
	6	34.45	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	24.05.2014	Tczew
	7	34.40	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	2007	Puck
	8	34.20	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	22.10.2013	Porto Alegre
	9	33.95	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2004	Częstochowa
	10	32.93	Hejman	Stanisław		07.06.1939	2004	Częstochowa
M75	1	40.46	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	24.09.2006	Sopot
	2	36.35	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	21.08.2009	Tata
	3	34.33	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	20.08.2016	Puck
	4	31.08	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	2006	Puck
	5	30.93	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	28.06.2014	Puck
	6	29.73	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	23.03.2018	Madryt HME
	7	29.70	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	04.08.2019	Strzelno
	8	29.20	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	11.07.2015	Puck
	9	25.92	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2008	Stargard Szczeciński
	10	23.60	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	01.08.2020	Puck
M80	1	34.20	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	26.09.2012	Krynica Morska
	2	31.82	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	07.09.2013	Zielona Góra
	3	24.74	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	20.08.2011	Koszalin
	4	24.40	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	20.08.2016	Puck
	5	23.43	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	01.08.2020	Puck
	6	23.20	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020
	7	18.61	Próchnicki	Jerzy		10.01.1923	1998	Trąbki Wielkie
	8	18.60	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	10.07.2021	Puck
	9	18.31	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	28.06.2014	Puck
	10	16.84	Buliński	Eugeniusz	PKWLA Sopot	08-07-1924	2001	Trąbki Wielkie
M80	1	30.62	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	15.06.2019	Toruń
	2	29.12	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	23.09.2017	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M85	3	26.44	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	15.06.2019	Toruń
	4	24.26	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	20.08.2016	Puck
	5	19.88	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	10.07.2021	Puck
	6	18.80	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	17.06.2023	Toruń
	7	17.63	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	19.05.2018	Tczew
	8	16.05	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	14.07.2018	Puck
	9	12.40	Sztam	Leszek	Władysławowo	11.05.1937	19.07.2020	Połczyno
	1	16.11	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	10.07.2021	Puck
	2	11.86	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	23.07.2022	Puck
3	11.66	Potrykus	Wacław		12.11.1922	08.06.2008	Połczyno	

młot

K35

1	23.40	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	10.06.2018	Toruń
---	-------	---------	-----------	---------	------------	------------	-------

K45

1	23.70	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	07.09.2002	Sopot
2	23.46	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	28.09.2013	Sopot
3	20.58	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	10.09.2016	Zielona Góra
4	14.23	Kalwing	Katarzyna	Łebcz	1961	07.10.2007	Strzelno

K50

1	26.69	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	30.06.2018	Toruń 28 MP
2	25.77	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	15.06.2019	Toruń
3	19.10	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	24.09.2016	Sopot XVI PB

K55

1	26.98	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.06.2022	Toruń 32 MP
---	-------	------	----------	-----------	------------	------------	-------------

M30

1	32.81	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	20.09.2008	Sopot
---	-------	----------	----------	-------------	------------	------------	-------

M35

1	49.12	Zieleniewski	Stawomir	Gdańsk	1914	1950	
2	47.80	Twardowski	Zbigniew		1925	1960	
3	47.54	Marchlewicz	Dawid	Skórcz	08.03.1983	05.09.2019	Wenecja ME 2019
4	45.70	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	22.08.2020	Lublin MP
5	44.28	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	18.06.2022	Toruń 32 MP
6	44.23	Krzyżanowski	Tadeusz	Gdańsk	1920	1957	
7	41.38	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	27.06.2015	Toruń
8	37.81	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2001	Skórcz
9	37.60	Ceszke	Alfons	Strzelno	07.02.1958	11.09.1994	Piła
10	36.86	Bistram	Zenon		20.09.1954	08.09.1994	Strzelno

M40

1	55.98	Jakubowski	Ryszard	Gdańsk	1959	03.06.2000	Warszawa
2	49.60	Zieleniewski	Stawomir	Gdańsk	1914	1956	
3	43.29	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	26.08.2023	Łódź MP
4	42.62	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	06.08.2016	Lovosice
5	42.17	Marchlewicz	Dawid	Skórcz	08.03.1983	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
6	41.70	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	2000	Warszawa
7	39.69	Kuchciński	Włodzimierz	Leśniewo	1945	1985	
8	36.40	Bistram	Zenon		20.09.1954	1994	Gdańsk
9	35.80	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	14.08.2003	Puck
10	35.21	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	01.07.2007	STrzelno

M45

1	48.64	Zieleniewski	Stawomir	Gdańsk	1914	1960	
2	41.15	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Sopot
3	38.61	Miłosz	Adam	Połczyno	08.11.1972	21.06.2020	Puck
4	38.36	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	21.09.2023	Pescara ME
5	36.30	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	18.09.2004	Trąbki Wielkie
6	35.96	Ceszke	Alfons	Strzelno	07.02.1958	23.10.2005	Strzelno

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M50	7	35.80	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	14.08.2003	Puck
	8	35.51	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	27.09.2003	Sopot
	9	35.05	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	06.06.2010	Połczyno
	10	33.40	Buliński	Michał	Gdańsk	20.01.1953	1999	Trąbki Wielkie
	1	45.54	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	13.06.2009	Stargard Szczeciński
	2	44.10	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		2003	Trąbki Wielkie
	3	43.20	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	12.08.2007	Sopot
	4	39.96	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	2007	Skórcz
	5	38.40	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2000	Warszawa
	6	37.74	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	30.07.2016	Sopot
M55	7	34.21	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	02.07.2016	Opole MP
	8	33.89	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	13.06.2015	Stargard Szczeciński
	9	32.50	Ceszke	Alfons	Strzelno	07.02.1958	08.06.2008	Połczyno
	1	43.04	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	12.06.2010	Stargard Szczeciński
	2	42.61	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	02.06.2018	Łagiewniki
	3	40.45	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2005	Zielona Góra
	4	40.19	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	13.06.2009	Stargard Szczeciński
	5	39.43	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	2007	Puck
	6	38.29	Antczak	Edmund	Tczew		2002	Melbourne
	7	35.65	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	28.09.2019	Sopot
M60	8	33.82	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	26.09.2009	Sopot
	9	33.28	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	2008	Dolny Kubin
	10	32.68	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	30.06.2018	Toruń 28 MP
	1	46.08	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	29.09.2001	Zduńska Wola
	2	45.29	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2008	Stargard Szczeciński
	3	42.62	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	25.05.2014	Połczyno
	4	40.04	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	01.06.2019	Łagiewniki
	5	39.43	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	03.10.2010	Stargard Szczeciński
	6	37.68	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	31.05.2014	Dąbrówka
	7	36.24	Zieleniewski	Sławomir	Gdańsk	1914	1980	
M65	8	35.42	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	30.06.2012	Białystok
	9	33.15	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	04.06.2011	Stargard Szczeciński
	10	32.44	Kamiński	Czesław	PKWLA Sopot		2000	Trąbki Wielkie
	1	43.18	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	07.06.2003	Szczecin
	2	40.17	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	20.08.2012	Zittau
	3	39.06	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	27.09.2003	Sopot
	4	38.45	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	19.07.2020	Połczyno
	5	34.23	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	11.09.2021	Zielona Góra
	6	33.14	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	28.09.2013	Sopot
	7	32.37	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	27.09.2014	Sopot
M70	8	29.00	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	04.07.2009	Strzelno
	9	28.02	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2006	Poznań
	10	26.11	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	22.06.2013	Stargard Szczeciński
	1	44.77	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	15.06.2008	Stargard Szczeciński
	2	38.41	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	28.06.2009	Białystok
	3	33.73	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	17.12.2017	Toruń
	4	30.74	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	09.06.2013	Połczyno
	5	29.20	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	13.06.2015	Stargard Szczeciński
	6	29.14	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	30.05.2009	Słupsk
	7	27.87	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	04.09.2016	Toruń

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M75	8	27.61	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	04.08.2019	Strzelno
	9	26.76	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	08.10.2016	Słubice
	10	24.00	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2007	Skórcz
	1	41.70	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	20.08.2012	Zittau
	2	31.75	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	17.06.2017	Toruń MP w Wielobojach
	3	30.32	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	27.08.2022	Toruń
	4	30.17	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	02.09.2018	Strzelno
	5	28.64	Plomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	05.06.2016	Połczyno
	6	27.34	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	05.06.2021	Toruń
	7	26.59	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	01.08.2009	Sopot
M80	8	22.44	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020
	9	20.23	Buliński	Eugeniusz	PKWLA Sopot	08-07-1924	1999	Trąbki Wielkie
	1	39.32	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	2	36.33	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	29.06.2019	Białystok 29 MP
	3	27.69	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	15.06.2019	Toruń
M85	4	26.79	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	04.08.2019	Strzelno
	1	23.13	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	26.08.2023	Łódź MP
	2	19.94	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.08.2023	Łódź MP
rzut ciężarkiem								
K35	1	9.38	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	14.07.2018	Puck
	2	7.17	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	30.05.2015	Tczew
K40	1	8.51	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	10.07.2021	Puck
	2	6.52	Duda	Anna			23.07.2022	Puck
K45	1	8.53	Sokolów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	28.02.2015	Toruń
	2	8.02	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach
K50	1	10.39	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.09.2013	Sopot
	2	10.12	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020
	3	9.69	Sokolów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	12.03.2016	Toruń
	4	4.12	Żmudzka	Grażyna	AWF Gdańsk	06.08.1959	25.06.2011	Połczyno
K55	1	10.38	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	23.07.2022	Puck
	2	9.11	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.04.2019	Sopot
	3	9.06	Sokolów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	24.07.2021	Toruń
	4	8.04	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	15.07.2017	Puck
	5	7.12	Kołodziej	Renata	Wągrowiec	12.11.1961	18.05.2019	Tczew
K60	1	9.56	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	22.07.2023	Puck
	2	9.46	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	14.07.2018	Puck
K65	1	8.06	Renusz	Irena	Mieroszyno	26.11.1956	22.07.2023	Puck
M30	1	11.12	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.05.2007	Sopot
M35	1	14.21	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	23.07.2022	Puck
	2	14.09	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	10.07.2021	Puck
	3	12.76	Mielke	Sebastian			22.07.2023	Puck
	4	12.40	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.07.2013	Tata

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M40	5	10.88	Marchlewicz	Dawid	Skórcz	08.03.1983	22.02.2020	Toruń 29hmp
	6	10.69	Wielgus	Michał	Gdynia	15.08.1977	31.08.2013	Puck
	7	10.67	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	19.12.2015	Sopot
	8	10.45	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2001	Stargard Szczeciński
	9	9.82	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	05.07.2003	Puck
	10	9.03	Stromski	Piotr	Mieroszyno	18.10.1984	23.07.2022	Puck
	1	13.65	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	02.07.2023	Tczew
	2	13.21	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	04.08.1999	Gateshead
	3	12.53	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	19.05.2018	Tczew
	4	12.51	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	31.08.2013	Puck
M45	5	12.08	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	12.08.2005	Tata
	6	12.07	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	26.10.2016	Perth MŚ
	7	11.88	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2002	Puck
	8	11.76	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2004	Puck
	9	9.33	Ceszke	Alfons	Strzelno	07.02.1958	2001	Puck
	10	9.28	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	22.07.2023	Puck
	1	13.82	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	10.07.2004	Puck
	2	13.75	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Riccione
	3	13.29	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	20.12.2014	Sopot
	4	12.23	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	17.09.2023	Tczew
M50	5	12.15	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	03.07.2010	Połczyno
	6	11.89	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	29.06.2022	Tampere MŚ 2022
	7	11.56	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	26.08.2018	Tczew
	8	11.50	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	2005	Puck
	9	11.10	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	03.07.2010	Połczyno
	10	10.95	Kot	Sergey	Gdańsk	07.01.1961	2008	Połczyno
	1	16.95	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	05.03.2011	Stargard Szczeciński
	2	15.56	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	20.12.2014	Sopot
	3	15.49	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	31.07.2005	Mieroszyno
	4	14.46	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	14.07.2018	Puck
M55	5	14.20	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		2003	Puck
	6	13.98	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	15.05.2004	Trąbki Wielkie
	7	13.93	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	8	12.00	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2001	Puck
	9	11.97	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2005	Zamardi
	1	16.17	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	29.05.2005	Zamardi
	2	16.10	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	28.02.2015	Toruń
	3	15.92	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	11.07.2009	Połczyno
	4	15.25	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	14.07.2018	Puck
	M60	5	14.42	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	21.08.2009
6		14.15	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	11.05.2019	Nowe Miasto Lubawskie
7		13.50	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	07.05.2006	Sopot
8		13.20	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	2008	Dolny Kubin
9		12.93	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2007	Puck
10		12.78	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	11.07.2009	Połczyno
1		18.28	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	17.08.2007	Tata
2		16.97	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	14.06.2014	Stargard Szczeciński
3		16.00	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	01.06.2019	Łągiwniki
4		15.61	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	03.07.2010	Połczyno

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M65	8	13.56	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2004	Puck
	9	13.32	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
	10	13.00	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2002	Puck
M70	1	16.31	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
	2	16.03	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	12.08.2006	Puck
	3	14.11	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	01.08.2020	Puck
	4	14.10	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2005	Zamardi
	5	13.37	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	18.05.2013	Nowe Miasto Lubawskie
	6	13.16	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	07.05.2006	Sopot
	7	12.66	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	08.12.2016	Toruń 3HDMP
	8	12.58	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	24.05.2014	Tczew
	9	11.92	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	11.07.2009	Połczyno
	10	11.41	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	24.02.2018	Toruń HMP
M75	1	18.22	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	20.08.2016	Puck
	2	18.08	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	15.05.2010	Nowe M. Lubawskie
	3	16.21	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	07.03.2009	Spała
	4	14.25	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	19.05.2018	Tczew
	5	13.57	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	22.06.2013	Stargard Szczeciński
	6	13.20	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	7	12.95	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	24.09.2016	Sopot XVI PB
	8	12.83	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	25.06.2011	Połczyno
	9	12.21	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2004	Puck
	10	12.06	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	13.07.2019	Puck
M80	1	15.67	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.05.2013	Nowe Miasto Lubawskie
	2	14.50	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	17.09.2023	Tczew
	3	13.10	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	14.07.2018	Puck
	4	12.74	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	5	12.26	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	17.06.2017	Toruń MP w Wielobojach
	6	11.09	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	05.06.2021	Toruń
	7	11.07	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	20.08.2016	Puck
	8	10.73	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	15.02.2014	Spała
	9	10.67	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020
M85	1	14.41	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	13.07.2019	Puck
	2	14.19	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	25.03.2023	Toruń 9HMŚ
	3	11.34	Płomień	Waldemar	Połczyno	27.03.1941	10.07.2021	Puck
	4	9.89	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	15.06.2019	Toruń
	5	9.68	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	13.07.2019	Puck
	6	8.20	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	19.09.2020	Sopot
	7	6.58	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	15.07.2017	Puck
M85	1	10.86	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	23.07.2022	Puck
	2	4.32	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	10.07.2021	Puck
ciężar 25.40kg								
M30	1	7.78	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	20.09.2008	Sopot
M35	1	9.92	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	28.08.2022	Toruń
	2	8.80	Mielke	Sebastian			28.08.2022	Toruń
	3	8.77	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	28.08.2022	Toruń

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M40	4	7.49	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	26.04.2015	Sopot
	5	5.17	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	09.05.2009	Sopot
	6	3.86	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	24.07.2021	Toruń
	1	8.49	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	13.05.2023	Toruń
	2	7.75	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	19.08.2017	Tata
	3	7.65	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	29.04.2018	Sopot
M45	4	5.72	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	28.08.2022	Toruń
	1	8.45	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	20.09.2008	Sopot
	2	7.36	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	24.07.2021	Toruń
	3	6.86	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	27.04.2013	Sopot
	4	5.34	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	28.08.2022	Toruń
M50	5	4.19	Rogacki	Robert	Gdańsk	24.03.1966	08.10.2011	Sopot
	1	7.53	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	05.05.2012	Sopot
	2	7.03	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	26.04.2015	Sopot
	3	6.52	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	30.09.2007	Sopot
	4	6.39	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	2008	Sopot
M55	5	6.22	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	07.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	1	7.67	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	24.04.2016	Sopot
	2	7.36	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	29.04.2018	Sopot
	3	6.02	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	05.05.2012	Sopot
	4	5.88	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	20.09.2008	Sopot
	5	5.67	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	28.04.2019	Sopot
M60	6	5.42	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	01.05.2008	Sopot
	1	6.76	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	01.05.2008	Sopot
	2	5.56	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	2011	Sopot
	3	5.30	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	28.04.2019	Sopot
	4	5.23	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	27.04.2014	Sopot
M65	1	5.84	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	05.05.2012	Sopot
	2	5.05	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	27.04.2014	Sopot
	3	4.27	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2007	Sopot
	4	4.26	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.04.2014	Sopot
	5	4.19	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	18.07.2020	Toruń
	6	4.11	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	01.05.2008	Sopot
M70	1	4.81	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	30.09.2007	Sopot
	2	4.33	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	26.04.2015	Sopot
	3	3.73	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	07.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
M75	1	3.98	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	27.04.2013	Sopot
	2	3.94	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	29.04.2018	Sopot
M80	1	3.38	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	29.04.2018	Sopot
młot szkodki								
K35	1	18.58	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	29.04.2018	Sopot
K40	1	17.67	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	18.05.2019	Tczew
K45	1	16.10	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	27.04.2014	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K50	2	15.49	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	1	18.51	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	28.04.2019	Sopot
	2	16.01	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.05.2019	Tczew
K55	3	14.32	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	24.09.2016	Sopot XVI PB
	1	16.00	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
K60	1	12.24	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	23.09.2017	Sopot
M30	1	16.41	Borowski	Slawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.05.2007	Sopot
M35	1	23.93	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	24.05.2014	Tczew
	2	22.90	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	18.07.2020	Toruń
	3	20.79	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	01.09.2019	Tczew
	4	18.46	Mielke	Sebastian			13.05.2023	Toruń
	5	17.21	Marchlewicz	Dawid	Skórcz	08.03.1983	01.09.2019	Tczew
	6	16.58	Borowski	Slawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	14.08.2011	Tata
	7	15.40	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	15.07.2016	Jutrbog ME
	8	14.95	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	05.09.2021	Tczew
	9	13.22	Wilczewski	Michał	Lubiszewo	15.09.1982	05.09.2021	Tczew
	10	10.28	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	09.05.2009	Sopot
M40	1	23.18	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	14.05.2016	Tczew V Mityng
	2	17.79	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	23.04.2023	Elbląg
	3	17.50	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	31.07.2014	Halberstadt
	4	17.05	Borowski	Slawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	18.08.2017	Tata
	5	16.98	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	05.09.2021	Tczew
	6	16.75	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	07.05.2006	Sopot
	7	15.71	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	05.05.2007	Sopot
	8	15.69	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2006	Sopot
	9	15.28	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	04.08.2018	Tczew
	10	14.40	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	08.01.2023	Tczew
M45	1	20.18	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	01.05.2008	Sopot
	2	18.87	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	15.07.2016	Jutrbog ME
	3	17.78	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	27.04.2013	Sopot
	4	16.77	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	07.05.2011	Sopot
	5	16.02	Witek	Mirosław	Stupsk	24.04.1967	28.12.2013	Sopot
	6	15.97	Borowski	Slawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	07.10.2023	Pelplin
	7	15.55	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	23.04.2022	Elbląg
	8	14.82	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	01.05.2008	Sopot
	9	13.04	Rogacki	Robert	Gdańsk	24.03.1966	08.10.2011	Sopot
M50	1	27.12	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	05.07.2013	Tata
	2	24.48	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	20.05.2017	Tczew
	3	22.14	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	07.06.2020	Tczew
	4	22.10	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	17.12.2016	Sopot
	5	22.08	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	26.04.2015	Sopot
	6	21.22	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	14.05.2016	Tczew V Mityng
	7	20.60	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		2006	Sopot
	8	20.18	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	01.05.2008	Sopot
	9	17.60	Kolasa	Marian	Gdynia	12.08.1959	29.12.2012	Sopot
M55	1	25.88	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	14.05.2016	Tczew V Mityng
	2	23.73	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	19.05.2018	Tczew
	3	22.19	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2006	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M60	4	21.45	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	2006	Tata
	5	21.29	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	21.08.2009	Tata
	6	19.78	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	11.05.2019	Nowe Miasto Lubawskie
	7	19.05	Ceszek	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	07.05.2011	Sopot
	8	18.95	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	14.08.2011	Tata
	9	18.18	Grabowski	Wojciech	Gdynia	31.03.1951	05.05.2007	Sopot
	10	16.92	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	01.05.2008	Sopot
	1	23.51	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	18.05.2019	Tczew
	2	22.52	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2007	Tata
	3	21.01	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	21.09.2009	Tata
M65	4	19.40	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	05.07.2013	Tata
	5	19.09	Ceszek	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	27.04.2014	Sopot
	6	18.46	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	27.04.2014	Sopot
	7	15.36	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	25.09.2005	Sopot
	8	14.03	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	29.12.2012	Sopot
	9	13.80	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	19.12.2015	Sopot
	1	20.41	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	05.05.2012	Sopot
	2	19.52	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	14.05.2016	Tczew V Mityng
	3	19.29	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2007	Cigacice
	4	19.01	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	18.08.2017	Tata
M70	5	18.18	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	18.07.2020	Toruń
	6	18.10	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2005	Sopot
	7	16.28	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	27.04.2013	Sopot
	8	15.70	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	01.10.2011	Sopot
	9	14.49	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	20.05.2017	Tczew
	10	12.92	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2006	Sopot
	1	25.00	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	21.08.2009	Tata
	2	23.59	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	01.05.2008	Sopot
	3	23.40	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	04.08.2018	Tczew
	4	23.21	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	20.05.2017	Tczew
M75	5	22.90	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	19.05.2018	Tczew
	6	21.81	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	22.08.2015	Tata MŚ
	7	21.64	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
	8	21.55	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	18.05.2019	Tczew
	9	19.89	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	05.05.2007	Sopot
	10	19.76	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
	1	22.92	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	29.04.2018	Sopot
	2	22.80	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	31.07.2014	Halberstadt
	3	22.78	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	22.09.2012	Sopot
	4	22.13	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	07.10.2023	Pelplin
M80	5	18.28	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	6	18.00	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2008	Sopot
	7	17.77	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.07.2020	Toruń
	1	21.09	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	13.05.2023	Toruń
	2	21.01	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.05.2019	Tczew
	3	17.75	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	02.08.2019	Tata 13 MŚ w Rzutach
	4	16.43	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	27.04.2014	Sopot

shotorama

K35

1	41.52	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	28.04.2018	Sopot
---	--------------	----------------	------------------	----------------	-------------------	-------------------	--------------

K40

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K45	1	28.66	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	08.05.2010	Sopot
	1	39.64	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.04.2015	Sopot
	2	35.17	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	05.05.2012	Sopot
K50	3	30.79	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	05.05.2012	Sopot
	1	42.40	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	28.04.2018	Sopot
	2	35.97	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	26.04.2014	Sopot
K55	3	34.99	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	23.04.2016	Sopot
	1	34.47	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	27.04.2019	Sopot
M35	1	73.95	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	27.08.2022	Toruń
	2	66.19	Mielke	Sebastian			27.08.2022	Toruń
	3	63.61	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	05.09.2021	Tczew
	4	55.51	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	08.05.2010	Sopot
	5	55.21	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	03.05.2003	Puck
	6	53.82	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	18.05.2002	Sopot
	7	48.99	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	15.07.2016	Jutrbog ME
	8	48.33	Gnat	Radosław			2003	Sopot
	9	46.46	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.07.2013	Tata
	10	44.61	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	24.07.2021	Toruń
M40	1	73.17	Płoski	Przemysław	Lechia Gdańsk	04.07.1977	18.07.2020	Toruń
	2	65.63	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	25.04.2015	Sopot
	3	62.62	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	08.05.2010	Sopot
	4	58.20	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	07.05.2011	Sopot
	5	57.67	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	05.05.2007	Sopot
	6	56.24	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	13.05.2023	Toruń
	7	56.03	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	23.04.2023	Elbląg
	8	54.94	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	07.05.2006	Sopot
	9	54.61	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	02.08.2019	Tata 13 MŚ w Rzutach
	10	54.23	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	18.05.2002	Sopot
M45	1	66.69	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	22.08.2015	Tata MŚ
	2	63.96	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	15.05.2005	Sopot
	3	61.19	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	05.05.2007	Sopot
	4	59.73	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	26.04.2014	Sopot
	5	57.84	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	08.05.2010	Sopot
	6	53.84	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	04.08.2023	Lovosice
	7	52.64	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2007	Tata
	8	52.11	Andrzejewski	Janusz	Władysławowo		18.05.2002	Sopot
	9	44.02	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	23.04.2022	Elbląg
	10	42.84	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	15.05.2005	Sopot
M50	1	69.91	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	09.05.2009	Sopot
	2	63.11	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	25.04.2015	Sopot
	3	61.62	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	4	61.21	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	26.04.2014	Sopot
	5	55.56	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2005	Tata
	6	49.62	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	07.05.2006	Sopot
	7	49.28	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	05.05.2007	Sopot
	8	47.29	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	15.05.2005	Sopot
	9	42.81	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		07.05.2006	Sopot
M55	1	60.99	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	26.04.2014	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: **Tadeusz Sokołów**

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M60	2	60.54	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2005	Cigacice
	3	56.45	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2005	Cigacice
	4	55.30	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	27.04.2019	Sopot
	5	54.20	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2008	Cigacice
	6	54.11	Grabowski	Wojciech	Gdynia	31.03.1951	05.05.2007	Sopot
	7	52.06	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	09.05.2009	Sopot
	8	51.21	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	2006	Sopot
	9	49.99	Kempa	Wiesław	Trąbki Wielkie	20.04.1951	07.05.2006	Sopot
	10	48.33	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	06.06.2009	Cigacice
	M65	1	59.61	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	21.08.2009
2		57.02	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2007	Cigacice
3		54.06	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	27.04.2019	Sopot
4		52.54	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2002	Wells
5		48.96	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.06.2013	Cigacice
6		48.81	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	15.05.2004	Trąbki Wielkie
7		48.81	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2004	Sopot
8		48.29	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	05.05.2012	Sopot
9		45.17	Hejman	Stanisław		07.06.1939	18.05.2002	Sopot
10		44.41	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.05.2002	Sopot
M70	1	53.60	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	05.05.2012	Sopot
	2	52.35	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	31.07.2014	Halberstadt
	3	51.00	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	26.04.2014	Sopot
	4	49.99	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2005	Cigacice
	5	48.77	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	07.05.2006	Sopot
	6	46.95	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2003	Sopot
	7	40.61	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	15.05.2005	Sopot
	8	39.97	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	07.05.2011	Sopot
	9	39.84	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	18.05.2002	Sopot
	10	36.26	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	05.09.2021	Tczew
M75	1	56.05	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	23.04.2016	Sopot
	2	51.74	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	10.08.2008	Jutrbog
	3	49.28	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	4	47.78	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	28.04.2018	Sopot
	5	47.45	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	09.05.2009	Sopot
	6	47.30	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	01.05.2008	Sopot
	7	45.01	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	25.04.2015	Sopot
	8	41.09	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	15.05.2005	Sopot
	9	37.84	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	05.05.2007	Sopot
	10	35.57	Tobias	Gerard	Wejherowo	03.07.1944	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
M80	1	52.82	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	24.07.2021	Toruń
	2	47.43	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	28.04.2018	Sopot
	3	43.78	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.04.2014	Sopot
	4	43.61	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	27.04.2013	Sopot
	5	43.45	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	25.04.2015	Sopot
	6	32.93	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.08.2022	Toruń
K35	1	45.86	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	13.05.2023	Toruń
	2	36.86	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	27.04.2019	Sopot
	3	36.49	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	28.04.2018	Sopot
	4	34.06	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	02.08.2019	Tata 13 MŚ w Rzutach

Schockorama

K35

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K45	1	43.51	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	1	41.69	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.04.2015	Sopot
K50	2	29.57	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	26.04.2014	Sopot
	1	43.83	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
K60	1	31.96	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	18.07.2020	Toruń
M30	1	51.45	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.05.2007	Sopot
M35	1	76.29	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	05.09.2021	Tczew
	2	66.25	Malkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	05.05.2012	Sopot
	3	63.75	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2001	Sopot
	4	56.60	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	15.07.2016	Juterbog ME
	5	56.24	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.05.2012	Sopot
	6	54.62	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	05.09.2021	Tczew
	7	54.04	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	18.05.2002	Sopot
	8	53.92	Gnat	Radosław			2003	Sopot
	9	43.80	Łojewski	Mieczysław	Gdynia	1964	2001	Sopot
M40	1	75.05	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	25.04.2015	Sopot
	2	73.48	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	13.05.2023	Toruń
	3	72.76	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	04.08.2023	Lovosice
	4	68.11	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	18.05.2002	Sopot
	5	66.42	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	05.05.2007	Sopot
	6	61.77	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2006	Sopot
	7	60.47	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	10.08.2016	Lovosice
	8	58.24	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	12.08.2005	Tata
	9	57.35	Andrzejewski	Janusz	Władysławowo		2001	Sopot
	10	53.17	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	27.08.2022	Toruń
M45	1	75.24	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	22.08.2015	Tata MŚ
	2	68.99	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	15.05.2005	Sopot
	3	68.74	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Cigacice
	4	65.26	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	01.05.2008	Sopot
	5	62.93	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	04.08.2023	Lovosice
	6	62.18	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	23.04.2016	Sopot
	7	58.49	Andrzejewski	Janusz	Władysławowo		18.05.2002	Sopot
	8	56.56	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	08.05.2010	Sopot
	9	50.37	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.09.2021	Tczew
	10	49.43	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	15.05.2005	Sopot
M50	1	81.76	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	21.08.2009	Tata
	2	76.15	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	26.04.2014	Sopot
	3	76.01	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	01.05.2008	Sopot
	4	70.66	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	5	63.23	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	05.05.2007	Sopot
	6	63.01	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	01.05.2008	Sopot
	7	61.54	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	05.05.2007	Sopot
	8	58.69	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	23.04.2016	Sopot
	9	58.30	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		07.05.2006	Sopot
	10	57.77	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	07.05.2006	Sopot
M55	1	74.69	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	31.07.2014	Halberstadt
	2	71.52	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	15.05.2004	Trąbki Wielkie

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody	
	3	69.87	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	27.04.2019	Sopot	
	4	68.72	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2005	Cigacice	
	5	62.80	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	13.08.2010	Juterbog	
	6	61.68	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	21.08.2009	Tata	
	7	61.21	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	07.05.2006	Sopot	
	8	60.95	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	01.05.2008	Sopot	
	9	59.53	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	08.05.2010	Sopot	
	10	58.08	Grabowski	Wojciech	Gdynia	31.03.1951	05.05.2007	Sopot	
	M60	1	70.72	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	01.05.2008	Sopot
		2	69.65	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2007	Cigacice
	3	65.24	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	27.04.2019	Sopot	
	4	61.19	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	09.05.2009	Sopot	
	5	59.83	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	15.05.2004	Trąbki Wielkie	
	6	58.07	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	05.07.2013	Tata	
	7	57.91	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	18.05.2002	Sopot	
	8	57.10	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.05.2002	Sopot	
	9	56.66	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	05.05.2012	Sopot	
	10	52.52	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.06.2013	Cigacice	
M65	1	60.29	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	26.04.2014	Sopot	
	2	60.11	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2003	Sopot	
	3	58.50	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	07.05.2006	Sopot	
	4	57.43	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	31.07.2014	Halberstadt	
	5	55.18	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	15.05.2005	Sopot	
	6	54.74	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.04.2014	Sopot	
	7	51.90	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2007	Cigacice	
	8	50.65	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	18.07.2020	Toruń	
	9	48.83	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	28.04.2018	Sopot	
	10	48.62	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	26.04.2014	Sopot	
M70	1	60.95	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	28.04.2018	Sopot	
	2	60.26	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	18.07.2020	Toruń	
	3	59.57	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	22.08.2015	Tata MŚ	
	4	58.71	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	09.05.2009	Sopot	
	5	56.00	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	06.06.2009	Cigacice	
	6	55.64	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	27.04.2019	Sopot	
	7	54.48	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	06.06.2009	Cigacice	
	8	53.95	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach	
	9	49.71	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	05.05.2007	Sopot	
	10	45.92	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	2006	Sopot	
M75	1	58.55	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	24.07.2021	Toruń	
	2	52.83	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	27.04.2019	Sopot	
	3	51.96	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	22.08.2015	Tata MŚ	
	4	49.96	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	25.04.2015	Sopot	
	5	49.17	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	13.05.2023	Toruń	
	6	47.41	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.07.2020	Toruń	
	7	45.28	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.04.2014	Sopot	
	8	43.26	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	09.05.2009	Sopot	
M80	1	48.57	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	04.08.2023	Lovosice	
	2	42.57	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	27.04.2019	Sopot	
	3	37.36	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	27.04.2019	Sopot	
	4	34.13	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	26.04.2014	Sopot	

speerorama

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K50	1	30.04	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	05.05.2012	Sopot
	1	31.19	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	27.04.2014	Sopot
K55	1	26.35	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.04.2018	Sopot
	1	36.41	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	18.07.2020	Toruń
M35	1	66.17	Tyrołski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	05.07.2013	Tata
	2	66.01	Mielke	Sebastian			13.05.2023	Toruń
	3	55.70	Malkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	08.05.2010	Sopot
	4	48.81	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	28.04.2019	Sopot
M40	1	80.66	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	08.05.2010	Sopot
	2	49.76	Chmara	Piotr	Tczew	31.05.1973	24.05.2014	Tczew
	3	40.10	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	28.08.2022	Toruń
M50	1	69.07	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	27.04.2014	Sopot
	2	66.75	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	08.05.2010	Sopot
	3	54.66	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	28.04.2018	Sopot
M55	1	74.10	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	05.07.2013	Tata
	2	64.89	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	23.08.2009	Tata
	3	58.49	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	28.04.2019	Sopot
	4	56.84	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	23.08.2009	Tata
	5	52.31	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	28.04.2019	Sopot
M60	1	78.85	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	24.04.2016	Sopot
	2	61.70	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	08.05.2010	Sopot
	3	60.30	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	27.04.2014	Sopot
	4	57.02	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	27.04.2014	Sopot
	5	49.46	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	05.07.2013	Tata
M65	1	61.24	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	28.08.2022	Toruń
	2	59.26	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.04.2015	Sopot
	3	57.40	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	07.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	4	53.26	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.04.2014	Sopot
	5	52.79	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	28.04.2018	Sopot
M70	1	61.05	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.08.2017	Tata
	2	60.09	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	28.04.2019	Sopot
	3	59.04	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	07.05.2011	Sopot
	4	44.21	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	08.05.2010	Sopot
M75	1	53.79	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	24.04.2016	Sopot
	2	51.98	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.07.2020	Toruń
	3	34.44	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	07.05.2011	Sopot
M80	1	44.60	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	28.04.2019	Sopot
	2	41.23	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	28.04.2019	Sopot
	3	37.74	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	13.05.2023	Toruń

dysk antyczny

K35	1	15.70	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	2	11.88	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	30.05.2015	Tczew
K40								

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
K45	1	14.83	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	18.05.2019	Tczew
	2	10.36	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	19.05.2018	Tczew
K50	1	16.10	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	2	12.42	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	05.05.2012	Sopot
K55	1	18.05	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.05.2019	Tczew
	2	14.56	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	3	12.59	Dulka	Beata	Tczew		24.05.2014	Tczew
M30	1	14.51	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	18.05.2019	Tczew
	2	9.58	Kołodziej	Renata	Wągrowiec	12.11.1961	18.05.2019	Tczew
	3	8.68	Witkowska	Iwona	Pruszcz Gdański	27.07.1964	18.07.2020	Toruń
M35	1	17.33	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.05.2007	Sopot
M40	1	25.93	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	24.05.2014	Tczew
	2	25.84	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	05.09.2021	Tczew
	3	24.96	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	27.08.2022	Toruń
	4	19.20	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	25.04.2015	Sopot
	5	18.10	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	01.09.2019	Tczew
	6	18.10	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	15.07.2016	Juterbog ME
	7	17.91	Małkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	09.05.2009	Sopot
	8	17.75	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	03.05.2003	Sopot
	9	14.36	Marchlewicz	Dawid	Skórcz	08.03.1983	01.09.2019	Tczew
M45	1	25.18	Wenta	Sebastian	Tczew	04.05.1975	14.05.2016	Tczew V Mityng
	2	22.60	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	02.07.2023	Tczew
	3	22.38	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	4	21.50	Grzenkowicz	Grzegorz	Żelistrzewo	03.03.1981	13.05.2023	Toruń
	5	20.21	Chmara	Piotr	Tczew	31.05.1973	24.05.2014	Tczew
	6	19.64	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	01.09.2019	Tczew
	7	19.55	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	15.05.2005	Sopot
	8	19.22	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2003	Sopot
	9	18.84	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	19.08.2017	Tata
	10	17.90	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	15.05.2004	Trąbki Wielkie
M50	1	22.74	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	15.07.2016	Juterbog
	2	22.72	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	16.06.2008	Cigacice
	3	19.50	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	15.05.2005	Sopot
	4	19.32	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	01.05.2008	Sopot
	5	18.16	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	28.12.2013	Sopot
	6	18.16	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
	7	18.12	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	02.07.2023	Tczew
	8	18.03	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	15.05.2010	Nowe M. Lubawskie
	9	17.01	Chmara	Piotr	Tczew	31.05.1973	18.05.2019	Tczew
	10	15.06	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	28.12.2013	Sopot
M50	1	26.10	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	06.06.2009	Cigacice
	2	25.15	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	16.05.2015	Nowe Miasto Lubawskie
	3	22.61	Niemkiewicz	Wojciech	SKLA Sopot	05.02.1958	01.05.2008	Sopot
	4	21.02	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	26.04.2014	Sopot
	5	20.93	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	6	20.56	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	14.05.2016	Tczew V Mityng
	7	19.44	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	2008	Cigacice
	8	18.72	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2007	Cigacice

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M55	9	17.68	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
	1	25.14	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	31.07.2014	Halberstadt
	2	22.92	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2005	Cigacice
	3	22.57	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	27.04.2019	Sopot
	4	21.82	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2005	Cigacice
	5	20.49	Lubiejewski	Stanisław	Graniczna Wieś	1947	07.05.2006	Sopot
	6	19.14	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	27.04.2019	Sopot
	7	19.13	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	15.05.2010	Nowe M. Lubawskie
	8	18.66	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2008	Cigacice
	9	18.42	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	08.05.2010	Sopot
10	18.34	Grabowski	Wojciech	Gdynia	31.03.1951	05.05.2007	Sopot	
M60	1	25.40	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	2007	Cigacice
	2	24.61	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	01.05.2008	Sopot
	3	23.65	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	27.04.2019	Sopot
	4	22.65	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	07.05.2012	Sopot
	5	21.50	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	15.05.2004	Trąbki Wielkie
	6	20.03	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	26.04.2014	Sopot
	7	18.92	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.06.2013	Cigacice
	8	18.57	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	02.06.2012	Cigacice
	9	17.55	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	20.05.2017	Tczew
M65	1	21.68	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	07.05.2006	Sopot
	2	20.61	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.04.2014	Sopot
	3	20.43	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	07.05.2006	Sopot
	4	20.28	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	24.05.2014	Tczew
	5	19.50	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	26.04.2014	Sopot
	6	19.30	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2003	Sopot
	7	18.80	Detko	Jerzy	Gdańsk	08.08.1939	15.05.2005	Sopot
	8	18.67	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2003	Sopot
	9	18.55	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	18.07.2020	Toruń
	10	18.29	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
M70	1	22.26	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	01.05.2008	Sopot
	2	21.17	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	21.05.2011	Nowe M. Lubawskie
	3	21.06	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	18.07.2020	Toruń
	4	20.05	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	01.09.2019	Tczew
	5	19.73	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	19.05.2012	Nowe Miasto Lubawskie
	6	19.31	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	22.08.2015	Tata MŚ
	7	19.19	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	19.05.2018	Tczew
	8	18.65	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2007	Sopot
	9	18.24	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	20.05.2017	Tczew
	10	16.44	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
M75	1	20.24	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	24.07.2021	Toruń
	2	19.55	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	22.08.2015	Tata MŚ
	3	19.35	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	29.12.2012	Sopot
	4	18.32	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	05.09.2021	Tczew
	5	17.55	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	2008	Sopot
	6	15.40	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.07.2020	Toruń
	7	14.94	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	26.04.2014	Sopot
M80	1	17.53	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	02.07.2023	Tczew
	2	16.70	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.09.2019	Tczew
	3	16.60	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.01.2020	Tczew
	4	11.80	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	26.04.2014	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
	5	10.49	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	27.04.2019	Sopot
	6	9.96	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	21.05.2022	Nowe Miasto Lubawskie
granat								
K35	1	41.40	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	29.04.2018	Sopot
	2	40.67	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	20.05.2017	Tczew
K40	1	41.10	Spiczko	Izabela	Tczew	15.03.1978	19.05.2018	Tczew
	2	23.60	Kulikowicz	Danuta	Gdańsk		27.04.2013	Sopot
	3	18.36	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	09.05.2009	Sopot
K45	1	37.79	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	26.04.2015	Sopot
	2	29.14	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	08.05.2010	Sopot
	3	23.06	Sokołów	Marzena	PKWLA Sopot	10.05.1965	05.05.2012	Sopot
K50	1	34.91	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	29.04.2018	Sopot
	2	23.79	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	27.04.2014	Sopot
K55	1	24.16	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.04.2019	Sopot
	2	23.61	Witkowska	Iwona	Pruszcz Gdański	27.07.1964	18.07.2020	Toruń
	3	21.90	Kołodziej	Renata	Wągrowiec	12.11.1961	18.05.2019	Tczew
K60	1	34.20	Kamińska	Anna	Gdynia	18.01.1957	29.04.2018	Sopot
	2	21.08	Kula	Danuta			03.10.2023	Trąbki Wielkie
	3	19.59	Kaczmarek	Teresa			03.10.2023	Trąbki Wielkie
	4	17.40	Troka	Halina	Trąbki Wielkie	24.11.1957	24.06.2019	Trąbki Wielkie
K65	1	20.04	Szczepańska	Wiesława	Trąbki Wielkie	22.06.1954	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	2	19.78	Łangowska	Krystyna	Trąbki Wielkie	10.11.1949	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	3	19.29	Ronowicz	Krystyna	Trąbki Wielkie	05.02.1952	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	4	19.16	Gączarzewicz	Irena	Trąbki Wielkie	27.10.1950	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	5	15.73	Nowacka	Urszula	Trąbki Małe	14.02.1952	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	6	13.62	Rodnicka	Gabriela			03.10.2023	Trąbki Wielkie
	7	11.58	Sulewska	Bożena			03.10.2023	Trąbki Wielkie
K70	1	19.80	Balcer	Janina			03.10.2023	Trąbki Wielkie
	2	14.60	Garbowska	Zofia	Trąbki Wielkie	29.10.1946	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	3	13.40	Madraszewska	Danuta	Trąbki Wielkie	05.03.1947	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	4	9.97	Klein	Krystyna			03.10.2023	Trąbki Wielkie
K75	1	16.37	Kloskowska	Urszula			03.10.2023	Trąbki Wielkie
	2	13.33	Toczek	Jadwiga			03.10.2023	Trąbki Wielkie
M35	1	64.35	Mielke	Sebastian			04.08.2023	Lovosice
	2	62.65	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	31.07.2014	Halberstadt
	3	57.02	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	01.09.2019	Tczew
	4	56.53	Wilczewski	Michał	Lubiszewo	15.09.1982	18.05.2019	Tczew
	5	54.92	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	28.08.2022	Toruń
	6	52.75	Drzewicki	Adam			07.10.2023	Pelplin
	7	47.94	Stalka	Przemysław			07.10.2023	Pelplin
	8	42.38	Borowski	Stawomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	2011	Cigacice
	9	34.47	Bittner	Ziemowit			07.10.2023	Pelplin
M40	1	62.80	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	08.05.2010	Sopot
	2	51.64	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	01.09.2019	Tczew
	3	50.80	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	24.05.2014	Tczew

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	4	43.27	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	07.10.2023	Pelplin
	1	58.40	Rytlewski	Piotr	Góra	04.03.1974	18.05.2019	Tczew
	2	54.20	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	24.04.2016	Sopot
	3	42.00	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	24.03.2013	Puck
	4	41.75	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	30.05.2015	Tczew
M50	5	37.54	Krauza	Janusz			07.10.2023	Pelplin
	1	54.33	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	01.05.2008	Sopot
	2	54.16	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	01.05.2008	Sopot
	3	49.88	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	24.05.2014	Tczew
	4	46.84	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	01.05.2008	Sopot
	5	43.87	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	07.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	6	43.04	Szwedka	Piotr			07.10.2023	Pelplin
7	41.13	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.05.2008	Sopot	
M55	1	58.15	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	26.04.2015	Sopot
	2	51.13	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	23.08.2009	Tata
	3	45.25	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	13.08.2012	Jutrbog
	4	45.07	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	28.04.2019	Sopot
	5	41.89	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	02.06.2012	Cigacice
	6	37.15	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	28.04.2019	Sopot
M60	1	65.46	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	24.04.2016	Sopot
	2	54.20	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	24.03.2013	Puck
	3	53.07	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	05.05.2012	Sopot
	4	51.18	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.06.2013	Cigacice
	5	49.07	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	05.07.2013	Tata
	6	48.42	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	05.07.2013	Tata
	7	36.76	Pijanowski	Ryszard	Elganowo	21.09.1957	24.06.2019	Trąbki Wielkie
	8	31.18	Trocki	Marian	PKWLA Sopot	22.12.1953	24.04.2016	Sopot
	9	25.68	Głos	Wiesław	Tczew		24.05.2014	Tczew
M65	1	55.20	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	24.05.2014	Tczew
	2	52.15	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	28.08.2022	Toruń
	3	51.45	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	01.09.2019	Tczew
	4	47.79	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	18.08.2017	Tata
	5	44.06	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	24.05.2014	Tczew
	6	43.77	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.05.2008	Sopot
	7	43.50	Lauren	Andrzej	Sławno	05.02.1947	27.04.2014	Sopot
	8	42.66	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	24.07.2021	Toruń
	9	40.80	Pionk	Andrzej	Warszawa-Bielany	03.10.1949	24.04.2016	Sopot
	10	31.00	Kula	Zdzisław			03.10.2023	Trąbki Wielkie
M70	1	50.52	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.06.2013	Cigacice
	2	50.25	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	22.08.2015	Tata MŚ
	3	48.58	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	01.09.2019	Tczew
	4	41.00	Machowina	Marian	PKWLA Sopot	21.07.1936	05.05.2007	Sopot
	5	36.08	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	20.05.2017	Tczew
	6	29.38	Kempa	Wiesław	Trąbki Wielkie	20.04.1951	03.10.2023	Trąbki Wielkie
	7	27.90	Tobias	Gerard	Wejherowo	03.07.1944	07.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	8	22.30	Nowacki_	Andrzej			03.10.2023	Trąbki Wielkie
M75	1	47.52	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	26.04.2015	Sopot
	2	38.67	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	18.07.2020	Toruń
	3	34.73	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	07.06.2020	Tczew
	4	23.24	Georgijew	Emil	Tczew	22.08.1940	18.05.2019	Tczew

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M80								
	1	37.87	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.09.2019	Tczew
	2	31.70	Brandt	Benedykt	Gołębiewo Wielkie	02.04.1938	19.05.2018	Tczew
	3	31.11	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	04.08.2023	Lovosice
cegła								
K35								
	1	8.98	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	28.04.2018	Sopot
K40								
	1	7.00	Krauza	Joanna			07.10.2023	Pelplin
K45								
	1	8.77	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	25.04.2015	Sopot
K50								
	1	9.92	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	28.04.2018	Sopot
	2	8.46	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
K55								
	1	8.46	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	28.04.2018	Sopot
	2	4.18	Witkowska	Iwona	Pruszcz Gdański	27.07.1964	24.07.2021	Toruń
M35								
	1	8.17	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	24.07.2021	Toruń
	2	7.18	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	27.08.2022	Toruń
	3	6.07	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	24.07.2021	Toruń
	4	5.93	Stalka	Przemysław			07.10.2023	Pelplin
	5	4.44	Bittner	Ziemowit			07.10.2023	Pelplin
M40								
	1	9.14	Witek	Mirosław	Słupsk	24.04.1967	08.05.2010	Sopot
	2	7.45	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	19.08.2007	Tata
	3	7.36	Kaszuba	Krzysztof	Pelplin	02.06.1970	27.04.2013	Sopot
	4	5.99	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	27.08.2022	Toruń
M45								
	1	8.95	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	01.05.2008	Sopot
	2	8.36	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	08.05.2010	Sopot
	3	7.88	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	23.04.2016	Sopot
	4	6.18	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	07.10.2023	Pelplin
	5	4.76	Krauza	Janusz			07.10.2023	Pelplin
M50								
	1	11.13	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	08.05.2010	Sopot
	2	9.82	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	25.04.2015	Sopot
	3	9.51	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	26.04.2014	Sopot
	4	8.97	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
	5	8.81	Diak	Tadeusz	Sławno	28.10.1955	01.05.2008	Sopot
	6	7.66	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	01.05.2008	Sopot
	7	7.56	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	01.05.2008	Sopot
	8	6.78	Szwedka	Piotr			07.10.2023	Pelplin
M55								
	1	10.29	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	26.04.2014	Sopot
	2	8.84	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	27.04.2019	Sopot
	3	8.07	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	09.05.2009	Sopot
	4	7.67	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	09.05.2009	Sopot
	5	7.46	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	27.04.2019	Sopot
	6	7.46	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	09.05.2009	Sopot
M60								
	1	10.54	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	27.04.2019	Sopot
	2	9.07	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	08.05.2010	Sopot
	3	8.63	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	05.07.2013	Tata
	4	8.51	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	05.07.2013	Tata
	5	7.82	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	26.04.2014	Sopot

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M65								
	1	9.08	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	25.04.2015	Sopot
	2	8.81	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	26.04.2014	Sopot
	3	8.77	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	28.04.2018	Sopot
	4	8.04	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	01.05.2008	Sopot
	5	7.93	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	01.05.2008	Sopot
	6	7.64	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	26.04.2014	Sopot
	7	7.44	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	26.04.2014	Sopot
	8	7.08	Pionk	Andrzej	Warszawa-Bielany	03.10.1949	23.04.2016	Sopot
M70								
	1	10.82	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	09.05.2009	Sopot
	2	10.50	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	23.04.2016	Sopot
	3	9.45	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	23.04.2016	Sopot
	4	8.93	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	06.05.2017	Sopot XIV MP w rzutach
M75								
	1	9.79	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	26.04.2014	Sopot
	2	9.43	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	24.07.2021	Toruń
	3	9.22	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	13.05.2023	Toruń
	4	8.75	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	28.04.2018	Sopot
	5	6.77	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.08.2022	Toruń
	6	6.61	Kundo	Zdzisław	PKWLA Sopot	17.12.1933	07.05.2011	Sopot
M80								
	1	8.19	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	27.04.2019	Sopot
	2	7.98	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	13.05.2023	Toruń
dziesięciobój								
M35								
	1	6445	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	2010	Nyiregyhaza
M40								
	1	1729	Matejewski	Piotr	Połczyno	04.08.1966	2011	Puck
M45								
	1	3145	Misłisz	Piotr	Oślonino	30.04.1964	2011	Puck
M50								
	1	6401	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	1999	Gateshead
M55								
	1	3193	Cesze	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	2011	Puck
M65								
	1	5155	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2006	Poznań
M70								
	1	5616	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	2008	Malmo
ciężarek rzut w górę								
M55								
	1	4.70	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	02.06.2018	Łągowniki
M60								
	1	4.00	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	02.06.2018	Łągowniki
M70								
	1	5.00	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	02.06.2018	Łągowniki
M80								
	1	5.40	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	04.08.2023	Lovosice
pięciobój								
K45								
	1	1323	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	20.08.2011	Koszalin
K50								
	1	2292	BISKUP	Marianna	PKWLA Sopot	13.08.1961	16.06.2012	Koszalin
	2	1764	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	20.07.2013	Koszalin
M35								
	1	3013	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	20.08.2011	Koszalin

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokół

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M45	2	2946	ZBLEWSKI	Leszek	REMUS Kościerzyna	25.12.1973	16.06.2012	Koszalin
	3	1689	Koziarski	Grzegorz			17.06.2023	Toruń
	4	1388	Kudrelek	Sławomir			17.06.2023	Toruń
M50	1	2931	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	05.06.2021	Toruń
M55	1	3019	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	29.04.2001	Stargard Szczeciński
M65	1	2661	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	26.07.2006	Poznań
M70	1	2379	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	11.06.2005	Stargard Szczeciński
	2	2220	Adolph	Florian	LKS Ziemi Puckiej	21.02.1940	2005	Stargard Szczeciński
	3	754	Kostro	Włodzimierz	Gdynia	24.04.1943	12.06.2010	Koszalin
M75	1	2607	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	20.06.2009	Koszalin
	2	2236	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	2007	Stargard Szczeciński
M80	1	2383	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	12.09.2015	Zielona Góra
	2	2381	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	16.06.2012	Koszalin
	1	2213	Bandurski	Jacek	Sopot	11.09.1935	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach
wielobój ciężarkowy								
M35	1	78.83	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	22.06.2013	Stargard Szczeciński
M40	2	70.94	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	21.06.2003	Stargard Szczeciński
	3	62.07	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	05.06.2021	Toruń
	1	87.87	Tyrołski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	10.06.2018	Toruń
M45	2	83.85	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach
	3	82.72	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	10.06.2006	Stargard Szczeciński
	4	56.34	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	28.05.2022	Toruń
	1	77.51	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	03.06.2011	Stargard Szczeciński
M50	2	71.26	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.06.2021	Toruń
M55	1	95.36	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	2	80.22	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach
	3	75.46	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach
	4	71.90	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	14.06.2014	Stargard Szczeciński
M60	1	86.66	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	14.06.2014	Stargard Szczeciński
	2	80.91	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	3	77.78	Puta	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	10.06.2018	Toruń
	4	74.93	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	5	70.76	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	15.06.2019	Toruń
	6	64.13	Sokolów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	12.06.2010	Stargard Szczeciński
M65	1	62.17	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	05.06.2021	Toruń
	2	53.95	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	14.06.2014	Stargard Szczeciński
	3	34.13	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	14.06.2014	Stargard Szczeciński
M65	1	63.63	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	2	51.58	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	12.07.2020	Toruń MP Wieloboje 2035

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokolów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
M70	3	46.26	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	14.06.2014	Stargard Szczeciński
	1	42.51	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	2	38.11	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	13.06.2015	Stargard Szczeciński
	3	35.20	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	22.06.2013	Stargard Szczeciński
M75	4	32.10	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	16.06.2012	Stargard Szczeciński
	1	42.26	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	22.06.2013	Stargard Szczeciński
	2	36.88	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	10.06.2018	Toruń
	3	35.70	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	13.06.2015	Stargard Szczeciński
M80	4	30.51	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	25.07.2020	Toruń MP Wieloboje 2048
	1	35.58	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	18.01.2020	Tczew
	2	32.39	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	17.06.2023	Toruń
	Pięciobój rzutowy							
K35	1	2276	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	10.06.2018	Toruń
K45	1	3141	Klimaszewska	Bogusława	Gdynia	06.04.1957	2003	Stargard Szczeciński
	2	2425	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	14.06.2014	Stargard Szczeciński
K50	1	2849	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	15.06.2019	Toruń
	2	1716	Warzecha	Beata	PKWLA Sopot	25.01.1963	17.06.2017	Toruń MP w Wielobojach
M35	1	3238	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	23.07.2021	Toruń
	2	2826	Mielke	Sebastian			28.05.2022	Toruń
	3	2674	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2001	Stargard Szczeciński
	4	2599	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	2002	Stargard Szczeciński
	5	2286	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	22.06.2013	Stargard Szczeciński
	6	1762	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	05.06.2021	Toruń
M40	1	3744	Mańkiewicz	Krzysztof	Sambor Tczew	07.09.1973	25.03.2014	Budapeszt
	2	3410	Michałowski	Benedykt	Słupsk	21.03.1957	1999	Gateshead
	3	3128	Suchanowski	Maciej	PKWLA Sopot	17.02.1983	21.09.2023	Pescara ME
	4	3013	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2003	Stargard Szczeciński
	5	2754	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	2007	Tata
	6	2691	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.11.2016	Perth MŚ
	7	2533	Tyrolski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020
	8	1933	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	28.05.2022	Toruń
M45	1	3441	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	2007	Riccione
	2	3386	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	2007	Tata
	3	3172	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	12.06.2010	Stargard Szczeciński
	4	2760	Borowski	Sławomir	PKWLA Sopot	18.10.1975	05.06.2021	Toruń
	5	2679	Jarmulewski	Jerzy	PKWLA Sopot	02.07.1957	2004	Stargard Szczeciński
	6	2203	Kempa	Wiesław	Trąbki Wielkie	20.04.1951	1998	Cesenatico
	7	1942	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2001	Stargard Szczeciński
M50	1	3874	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	13.06.2009	Stargard Szczeciński
	2	3086	Jędrzejewski	Krzysztof	Władysławowo	17.08.1963	14.06.2014	Stargard Szczeciński
	3	3062	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	1998	Cesenatico
	4	3046	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	09.06.2007	Stargard Szczeciński
	5	2945	Putra	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokołów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody	
M55	6	2780	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	2008	Stargard Szczeciński	
	7	2648	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	18.06.2016	Toruń MP w Wielobojach	
	8	2568	Klimaszewski	Andrzej	Gdynia		2003	Stargard Szczeciński	
	9	2486	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	2007	Dolny Kubin	
	10	2042	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	1998	Cesenatico	
	1	4079	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946		2002 Stargard Szczeciński	
	2	3613	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	14.06.2014	Stargard Szczeciński	
	3	3497	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	12.06.2010	Stargard Szczeciński	
	4	3235	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	13.06.2009	Stargard Szczeciński	
	5	3208	Putka	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	10.06.2018	Toruń	
M60	6	3181	Kąkol	Stanisław	Luzino	27.11.1962	10.06.2018	Toruń	
	7	3142	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	2008	Stargard Szczeciński	
	8	3118	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	2008	Dolny Kubin	
	9	2718	Szczerba	Mirosław	PKWLA Sopot	17.11.1963	15.06.2019	Toruń	
	10	2700	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	16.05.2009	Zamardi	
	1	4302	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946		2007 Tata	
	2	3850	Wielgus	Ryszard	PKWLA Sopot	01.01.1949	13.06.2009	Stargard Szczeciński	
	3	3815	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	2008	Malmoe	
	4	3264	Ceszke	Brunon	LZS Ziemi Puckiej	26.03.1954	14.06.2014	Stargard Szczeciński	
	5	3205	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937	2001	Stargard Szczeciński	
M65	6	3004	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020	
	7	2884	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2003	Stargard Szczeciński	
	8	2741	Sokołów	Tadeusz	PKWLA Sopot	17.02.1952	16.06.2012	Stargard Szczeciński	
	9	2647	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	14.06.2014	Stargard Szczeciński	
	10	2385	Foerster	Jerzy	PKWLA Sopot	15.05.1953	22.06.2013	Stargard Szczeciński	
	1	4164	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937		2004 Stargard Szczeciński	
	2	3827	Maliszewski	Sylwester	PKWLA Sopot	17.08.1946	24.08.2012	Zittau	
	3	3656	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	22.10.2013	Porto Alegre	
	4	3616	Szymański	Andrzej	Słupsk	06.07.1969	2006	Poznań	
	5	3422	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	2007	Tata	
M70	6	2815	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	22.06.2013	Stargard Szczeciński	
	7	2701	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	05.06.2021	Toruń	
	8	2415	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	14.06.2014	Stargard Szczeciński	
	1	4498	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937		15.06.2008 Zittau	
	2	3530	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	16.06.2012	Stargard Szczeciński	
	3	3496	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	13.06.2009	Stargard Szczeciński	
	4	2979	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	13.06.2015	Stargard Szczeciński	
	5	2808	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020	
	M75	1	3769	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937		24.08.2012 Zittau
		2	3313	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	13.06.2015	Stargard Szczeciński
3		3301	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	15.06.2019	Toruń	
4		3095	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	05.06.2021	Toruń	
5		2670	Borzecki	Stefan	PKWLA Sopot	20.04.1945	27.06.2020	Toruń MP Wieloboje 2020	
6		2439	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	17.06.2017	Toruń MP w Wielobojach	
M80	1	3506	Czupkiewicz	Lechosław	PKWLA Sopot	21.07.1937		15.06.2019 Toruń	
	2	3317	Wojtkowiak	Bernard	PKWLA Sopot	13.08.1938	15.06.2019	Toruń	
	3	3276	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	17.06.2023	Toruń	
	4	3207	Werling	Zbigniew	PKWLA Sopot	23.07.1938	15.06.2019	Toruń	

10 najlepszych wyników w rzutach i skokach lekkkoatletycznych zawodników woj.pomorskiego do 31.12.2023r.

zestawienie wykonał: Tadeusz Sokolów

kategoria	miejsce	wynik	nazwisko	imię	skąd	d.urodz.	d.wynik	zawody
rzut kamieniem 25kg								
K40								
	1	1.95	Rathnau	Agnieszka	Celbowo	23.01.1979	18.05.2019	Tczew
K50								
	1	2.36	Ptak	Ryszarda	Wejherowo	13.01.1967	18.05.2019	Tczew
M55								
	1	4.87	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	24.06.2017	Lovosice
M60								
	1	4.53	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	18.05.2019	Tczew
	2	2.79	Jurkowski	Jerzy	PKWLA Sopot	29.10.1953	20.05.2017	Tczew
M65								
	1	3.41	Madecki	Romuald	Gdańsk	20.05.1952	19.05.2018	Tczew
M70								
	1	3.59	Semborowski	Andrzej	PKWLA Sopot	06.10.1947	19.05.2018	Tczew
	2	2.87	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	20.05.2017	Tczew
	3	2.80	Kopik	Leszek	Szczecin	19.09.1945	20.05.2017	Tczew
M75								
	1	2.88	Tobias	Hubert	Gdańsk	17.01.1943	05.09.2021	Tczew
rzut kamieniem 35kg								
M35								
	1	4.37	Kownatke	Rafał	LKS Ziemi Puckiej	24.03.1985	05.09.2021	Tczew
	2	3.81	Chmielecki	Marcin	Tczew	30.10.1981	18.05.2019	Tczew
M40								
	1	4.49	Tyrołski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	20.05.2017	Tczew
M45								
	1	4.56	Tyrołski	Grzegorz	Tczew	05.08.1976	05.09.2021	Tczew
	2	3.97	Kulikowicz	Tadeusz	PKWLA Sopot	21.09.1966	28.08.2016	Tczew/Wędkowy
M55								
	1	4.09	Radzikowski	Henryk	PKWLA Sopot	28.03.1959	19.05.2018	Tczew
	2	3.86	Putą	Mirosław	PKWLA Sopot	05.03.1963	18.05.2019	Tczew