

100 m w historii ZZLA

Aktualizacja: 10.11.2022

1	10.24	SŁOWIKOWSKI	Przemysław	93	MKL Szczecin	16.08.2022	Monachium (GER)
2	10.33	LEWAŃSKI	Mikołaj	86	MKL Szczecin	30.08.2008	Koszalin
3	10.1.	MANIAK	Wiesław	38	Pogoń Szczecin	13.08.1965	Szczecin
4	10.43	HULBÓJ	Marek	63	Budowlani Szczecin	27.08.1986	Grudziądz
5	10.46	GAUZA	Łukasz	90	MKL Szczecin	19.07.2013	Toruń
6	10.49	KUSIOWSKI	Sławomir	71	Budowlani Szczecin	12.07.1991	Kielce
7	10.49	ZALEWSKI	Marek	70	Budowlani Szczecin	15.06.1996	Sopot
8	10.49	ZIELIŃSKI	Andrzej	90	MKL Szczecin	07.06.2013	Łódź
9	10.50	ZIÓŁKOWSKI	Fabian	86	MKL Szczecin	01.09.2007	Police
10	10.52	WITKOWSKI	Kamil	86	MKL Szczecin	19.06.2007	Słubice
11	10.54	WALCZAK	Wiktor	82	MKL Szczecin	27.05.2006	Biała Podlaska
12	10.58	IWIŃSKI	Jerzy	58	Budowlani Szczecin	21.06.1980	Poznań
13	10.58	ŚWIATŁOWSKI	Maciej	72	Budowlani Szczecin	19.06.1992	Warszawa
14	10.4.	SŁOWIKOWSKI	Jerzy	60	Budowlani Szczecin	27.05.1978	Szczecin
15	10.4.	RZEPKA	Jerzy	55	Budowlani Szczecin	03.05.1980	Szczecin
16	10.64	BACHÓRSKI	Anton	02	MKL Szczecin	19.09.2021	Białystok
17	10.68	STAŚKIEWICZ	Dominik	93	STS Pomerania Szczecinek	10.06.2017	Szczecin
18	10.69	WIADEREK	Piotr	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	28.06.2003	Zamość
19	10.69	ROKICKI	Łukasz	83	MKL Szczecin	03.06.2006	Szczecin
20	10.72	RADZIMSKI	Adam	81	MKL Szczecin	08.06.2002	Szczecin
21	10.72	MITEK	Grzegorz	78	MKL Szczecin	11.06.2005	Szczecin
22	10.72	SZYMCZAK	Tomasz	89	LKS Pomorze Stargard	29.08.2008	Słubice
23	10.5.	BĄCALSKI	Kazimierz	43	Pogoń Szczecin	25.05.1968	Szczecin
24	10.5.	GOŁĄB	Alojzy	49	LKS Pomorze Stargard	05.07.1973	Stargard
25	10.5.	BILSKI	Ireneusz	57	Budowlani Szczecin	01.07.1978	Gryfino
26	10.5.	MAKSYMIUK	Zbigniew	61	KL Bałtyk Koszalin	04.05.1980	Bydgoszcz
27	10.6.	CHMARA	Robert	44	KL Iskra Białogard	10.09.1966	Bydgoszcz
28	10.6.	SROKA	Tadeusz	50	LKS Pomorze Stargard	17.06.1973	Warszawa
29	10.6.	BĘBEN	Andrzej	56	Orzeł Wałcz	30.05.1976	Lubiń
30	10.6.	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	24.06.1976	Białogard
31	10.6.	PIERSIŃSKI	Janusz	54	AZS Szczecin	11.08.1976	Bydgoszcz
32	10.6.	GRZELAK	Jerzy	60	AZS Szczecin	17.06.1978	Stargard
33	10.79	KOŃKA	Michał	93	KL Bałtyk Koszalin	07.05.2011	Koszalin
34	10.80	PĘKAŁA	Damian	89	MKS Junior Złocieniec	21.06.2008	Białogard
35	10.81	STANKIEWICZ	Gabriel	94	MKL Szczecin	12.05.2012	Szczecin
36	10.82	ZACHCIAŁ	Adrian	95	LKS LKS Olympic Szczecin	28.05.2016	Inowrocław
37	10.82	ŁAPECIŃSKI	Przemysław	97	MKL Szczecin	05.06.2016	Wrocław
38	10.83	GRYNKIEWICZ	Marcin	90	LKS Pomorze Stargard	13.07.2012	Białogard
39	10.83	SZUMERT	Kamil	93	STS Pomerania Szczecinek	17.05.2014	Szczecin
40	10.83	HŁADUNIUK	Patryk	95	MLKS Lubusz Barlinek	02.06.2018	Białogard
41	10.85	SKALSKI	Bartosz	73	Budowlani Szczecin	13.06.1992	Stargard
42	10.85	PLICHTA	Antoni	00	MKL Szczecin	23.08.2020	Szczecin
43	10.86	DEMBSKI	Jarosław	71	KMKL Sztorm Kołobrzeg	10.06.1990	Warszawa
44	10.86	SOSNOWSKI	Tomasz	93	KL Bałtyk Koszalin	17.05.2014	Szczecin
45	10.86	JUNIEWICZ	Jakub	93	STS Pomerania Szczecinek	05.08.2015	Łódź
46	10.87	MICHNO	Stanisław	79	Budowlani Szczecin	17.07.1998	Kowno
47	10.88	NOWOSADKO	Piotr	75	KL Bałtyk Koszalin	02.06.1996	Piła
48	10.88	KOPROWSKI	Amadeusz	94	MKL Szczecin	11.05.2013	Szczecin
49	10.88	MINKO	Tomasz	86	MKL Szczecin	09.06.2007	Poznań
50	10.88	FRĄCKIEWICZ	Natan	01	STS Pomerania Szczecinek	19.06.2021	Poznań
51	10.89	BURGIEL	Adam	87	MKL Szczecin	03.06.2006	Szczecin
52	10.89	MALAK	Paweł	90	MKL Szczecin	05.06.2010	Szczecin
53	10.89	JANISZAK	Kamil	95	MKS Junior Złocieniec	03.07.2013	Kraków
54	10.90	MAKAJ	Mateusz	91	UKS Barnim Goleniów	03.07.2009	Słupsk
55	10.91	FIJAŁKOWSKI	Igor	92	LKS Olympic Szczecin	05.06.2010	Szczecin
56	10.92	KUSIOWSKI	Marek	73	Budowlani Szczecin	17.07.1992	Kielce
57	10.92	JACYNA	Miłosz	87	MKL Szczecin	10.09.2005	Szczecin
58	10.7.	BUHL	Zygmunt	27	AZS Szczecin	1950	
59	10.7.	KUŚNIERSKI	Zbigniew	31	Pogoń Szczecin	04.09.1955	Szczecin
60	10.7.	SYKA	Zbigniew	36	Pogoń Szczecin	1959	
61	10.7.	LISIECKI	Andrzej	41	AZS Szczecin	05.06.1965	Szczecin
62	10.7.	KRUPA	Jan	48	LKS Pomorze Stargard	18.09.1968	Stargard

63	10.7.	IDZIKOWSKI	Wojciech	49	LKS Pomorze Stargard	28.08.1973	Stargard
64	10.7.	POTKAŃSKI	Dariusz	55	SKL Szczecin	16.09.1973	Stargard
65	10.7.	KALBARCZYK	Marek	54	Budowlani Szczecin	16.09.1973	Stargard
66	10.7.	GMUR	Henryk	57	Sokół Pyrzyce	13.05.1976	Pyrzyce
67	10.7.	MOŁDAWA	Tadeusz	59	KL Bałtyk Koszalin	23.05.1977	Koszalin
68	10.7.	WOJCZUK	Jarosław	67	Kusy Szczecin	14.06.1986	Stargard
69	10.94	ŚLIWKA	Rafał	82	MKL Szczecin	12.06.2004	Szczecin
70	10.95	MIECHOWSKI	Dariusz	65	KMKL Sztorm Kołobrzeg	22.06.1983	Zielona Góra
71	10.95	MARKOWSKI	Marek	69	KMKL Sztorm Kołobrzeg	17.09.1988	Grudziądz
72	10.96	JĘDRUSIK	Tomasz	69	Maraton Świnoujście	22.09.1985	Warszawa
	10.96	BŁASZCZYK	Jakub	05	MKL Szczecin	15.07.2022	Bielsko-Biała
73	10.97	MAJEWSKI	Jarosław	73	Budowlani Szczecin	31.05.1994	Poznań
74	10.97	ANDERS	Rafał	93	KL Bałtyk Koszalin	25.05.2013	Koszalin
75	10.98	DZIOBKOWSKI	Piotr	78	MKS Hermes Gryfino	09.08.1998	Warszawa
76	10.98	FURMAN	Karol	87	MKL Szczecin	13.05.2006	Szczecin
77	10.99	KUBA	Łukasz	83	MKL Szczecin	12.06.2004	Szczecin
78	10.99	TOMICKI	Tomasz	92	UKS Barnim Goleniów	24.07.2009	Kraków
79	10.99	WŁODARCZAK	Arkadiusz	89	MKL Szczecin	28.08.2010	Police
80	11.00	WITKOWSKI	Radomir	71	Budowlani Szczecin	22.05.1993	Łódź
81	11.00	NICPOŃ	Jakub	98	MKL Szczecin	29.08.2020	Szczecin
83	11.01	KOZAK	Maciej	80	MKL Szczecin	25.05.2002	Szczecin
84	10.8.	MŁYNARCZYK	Henryk	30	KL Iskra Białogard	09.06.1962	Gdańsk
85	10.8.	JETKA	Wenecjusz	42	LKS Pomorze Stargard	06.10.1962	Stargard
86	10.8.	STACEWICZ	Bolesław	45	LKS Pomorze Stargard	19.09.1964	Łódź
87	10.8.	LEWICKI	Jan	42	AZS Szczecin	05.06.1965	Szczecin
88	10.8.	CEPA	Zenon	47	Pogoń Szczecin	03.06.1967	Stargard
89	10.8.	HAWRYLUK	Waldemar	48	SKL Szczecin	02.06.1968	Świdnica
90	10.8.	JASTRZĘBSKI	Jerzy	43	Żagiel Koszalin	05.07.1968	Szczecinek
91	10.8.	PODRAŻKA	Marian	49	KL Bałtyk Koszalin	18.07.1968	Szczecinek
92	10.8.	MOSKAL	Bogusław	47	MKS Myślibórz	28.06.1969	Ryga
93	10.8.	KUBACKI	Tadeusz	49	SKL Szczecin	17.05.1970	Stargard
94	10.8.	SIERADZKI	Ryszard	48	SKL Szczecin	17.05.1970	Stargard
95	10.8.	PIKTA	Wojciech	52	KL Bałtyk Koszalin	22.05.1971	Szczecinek
96	10.8.	HAŃCZAK	Marek	56	Budowlani Szczecin	04.05.1974	Stargard
97	10.8.	PRZEWORSKI	Leszek	55	Darzbór Szczecinek	17.05.1975	Szczecinek
98	10.8.	KRZEMIŃSKI	Ryszard	54	KL Bałtyk Koszalin	18.05.1976	Białogard
99	10.8.	ŻUCHOWSKI	Jan	52	Budowlani Szczecin	28.08.1974	Szczecin
100	10.8.	SPYCHAŁSKI	Wojciech	55	Budowlani Szczecin	24.04.1975	Szczecin
101	10.8.	SZYMAŃSKI	Ireneusz	54	Sokół Pyrzyce	29.05.1975	Koszalin
102	10.8.	WRÓBLEWSKI	Zdzisław	54	Sokół Pyrzyce	19.07.1975	Bydgoszcz
103	10.8.	GŁODEK	Zbigniew	56	Sokół Pyrzyce	29.06.1976	Poznań
104	10.8.	MAJERCZYK	Władysław	56	Budowlani Szczecin	08.05.1977	Szczecin
105	10.8.	MACYGIN	Ryszard	59	LKS Pomorze Stargard	14.05.1977	Stargard
106	10.8.	STASIAK	Marek	61	Budowlani Szczecin	17.06.1978	Stargard
107	11.03	RAWA	Maciej	80	KMKL Sztorm Kołobrzeg	09.05.1998	Białogard
108	11.03	SIWACKI	Szymon	86	KMKL Sztorm Kołobrzeg	11.06.2005	Szczecin
109	11.04	KAMIŃSKI	Artur	99	MKL Szczecin	22.05.2021	Bielsko-Biała
110	11.05	RÓŻAŃSKI	Paweł	95	STS Pomerania Szczecinek	22.05.2015	Łódź
111	11.06	HEN	Adam	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.06.1993	Piła
112	11.07	NOWAK	Filip	89	KL Iskra Białogard	25.08.2007	Białogard
113	11.07	NIECIECKI	Adam	87	MKL Szczecin	21.06.2008	Szczecin
114	11.07	KALITKA	Roman	86	MKL Szczecin	23.05.2009	Ślubice
115	11.07	GREGORCZYK	Rafał	90	MKL Szczecin	23.05.2009	Ślubice
116	11.07	WISZNIEWSKI	Sebastian	93	LKS Olympic Szczecin	29.05.2010	Szczecin
117	11.07	DREŹEK	Arkadiusz	99	KL Bałtyk Koszalin	09.06.2018	Koszalin
118	11.07	SANTKIEWICZ	Wiktor	98	STS Pomerania Szczecinek	16.06.2018	Białogard
119	11.07	TAMIOŁA	Kornel	01	MKL Szczecin	25.05.2019	Szczecin
120	11.08	DOWGIEL	Roland	82	MKL Szczecin	18.06.2005	Białogard
121	11.08	BAJEK	Sylwester	99	MKL Szczecin	05.06.2016	Wrocław
122	11.09	SWOBODA	Dawid	03	MKL Szczecin	01.06.2019	Sulęcín
123	11.09	SZCZĘSNY	Michał	05	MKL Szczecin	28.07.2021	Włocławek
124	11.10	PODGÓRSKI	Dominik	80	MKL Szczecin	30.08.2003	Szczecin
125	11.10	GÓRZYŃSKI	Paweł	84	MKL Szczecin	12.06.2004	Szczecin
	11.10	ZAWLIK	Jakub	04	MKL Szczecin	07.07.2022	Radom
126	11.11	WAWIÓRKO	Marcin	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	21.06.2003	Białogard

127	11.11	WŁODARCZYK	Marcin	90	UKS Barnim Goleniów	17.06.2006	Szczecin
128	11.11	MAZUR	Michał	03	MKL Szczecin	21.05.2022	Piła
129	11.12	MOCZYDŁOWSKI	Paweł	94	STS Pomerania Szczecinek	11.05.2019	Warszawa
131	11.13	KARBOWSKI	Paweł	86	MKS Hermes Gryfino	26.06.2004	Białystok
132	11.14	HEN	Łukasz	83	KMKL Sztorm Kołobrzeg	10.06.2000	Poznań
133	11.14	ROKOWSKI	Mateusz	94	KL Bałtyk Koszalin	07.05.2011	Koszalin
134	11.14	ZALEWSKI	Mikołaj	01	MKL Szczecin	18.05.2019	Szczecinek
135	11.15	STAŃSKI	Łukasz	84	MKL Szczecin	21.06.2003	Białogard
136	11.15	MATŁOCH	Wojciech	86	MKL Szczecin	11.06.2005	Szczecin
137	11.15	KOCHANEK	Mateusz	90	MKL Szczecin	18.06.2009	Słubice
138	11.16	JAWORSKI	Mateusz	89	KMKL Sztorm Kołobrzeg	16.06.2007	Słupsk
139	11.18	PRZEDNÓWEK	Adam	83	KL Bałtyk Koszalin	01.06.2002	Białogard
140	11.18	PLESIAK	Jakub	92	LLKS Pomorze Stargard	22.08.2009	Koszalin
141	11.20	KLIMECKI	Michał	84	LKS Pomorze Stargard	01.06.2002	Białogard
142	11.20	KOSIOR	Michał	95	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.05.2014	Złocieniec
143	11.20	CISZEWSKI	Paweł	95	WMLKS Pomorze Stargard	14.05.2016	Szczecin

200 m w historii ZZLA

1	20.27	SŁOWIKOWSKI	Przemysław	93	MKL Szczecin	24.08.2022	Szczecin
2	21.23	GRYNKIEWICZ	Marcin	90	LKS Pomorze Stargard	07.07.2012	Białogard
3	21.33	ROKICKI	Łukasz	83	MKL Szczecin	28.05.2005	Białogard
4	21.1.	MANIAK	Wiesław	38	Pogoń Szczecin	14.05.1967	Szczecin
5	21.35	ŚWIATŁOWSKI	Maciej	72	Budowlani Szczecin	21.06.1992	Warszawa
6	21.35	HŁADUNIUK	Patryk	95	MLKS Lubusz Barlinek	21.07.2018	Lublin
7	21.37	KUSIOWSKI	Sławomir	71	Budowlani Szczecin	28.05.1989	Piła
8	21.43	HULBÓJ	Marek	63	Budowlani Szczecin	31.07.1981	Debreczyn
9	21.52	WIADEREK	Piotr	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.06.2003	Zamość
10	21.3.	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	16.05.1976	Szczecinek
11	21.62	ŚTAŚKIEWICZ	Dominik	93	STS Pomerania Szczecinek	17.06.2017	Białogard
12	21.65	RZEPKA	Jerzy	58	Budowlani Szczecin	25.05.1980	Zabrze
13	21.65	JĘDRUSIK	Tomasz	69	MKL Maraton Świnoujście	09.09.1985	Łódź
14	21.66	MICHNO	Stanisław	79	MKL Szczecin	14.07.2002	Kaunas (LIT)
15	21.68	WITKOWSKI	Kamil	86	MKL Szczecin	22.06.2003	Slaulial (Litwa)
16	21.68	SZUMERT	Kamil	93	STS Pomerania Szczecinek	17.05.2014	Szczecin
17	21.70	ZIELIŃSKI	Andrzej	90	MKL Szczecin	26.05.2012	Gdańsk
18	21.71	SOSNOWSKI	Tomasz	93	KL Bałtyk Koszalin	17.05.2014	Szczecin
19	21.72	PEKAŁA	Damian	89	MKS Junior Złocieniec	08.06.2008	Stargard
20	21.74	WALCZAK	Wiktor	82	KL Bałtyk Koszalin	21.08.2004	Białogard
21	21.79	DUNAJ	Przemysław	79	KL Iskra Białogard	06.06.1998	Białogard
22	21.81	ZIÓŁKOWSKI	Fabian	86	MKL Szczecin	02.06.2007	Biała Podlaska
23	21.6.	CHMARA	Robert	44	KL Iskra Białogard	14.05.1967	Wałcz
24	21.84	SZYMCZAK	Tomasz	89	LKS Pomorze Stargard	30.08.2008	Słubice
25	21.87	SANTKIEWICZ	Wiktor	98	STS Pomerania Szczecinek	09.06.2018	Słubice
26	21.89	MAKAJ	Mateusz	91	UKS Barnim Goleniów	09.05.2009	Koszalin
27	21.91	JANUSZEWSKI	Paweł	72	LKS Pomorze Stargard	25.08.1991	Poznań
28	21.92	MATŁOCH	Wojciech	86	MKL Szczecin	01.07.2006	Białogard
29	21.92	FIJAŁKOWSKI	Igor	92	LKS Olympic Szczecin	26.06.2011	Toruń
30	21.94	ZACHCIAŁ	Adrian	95	LKS Olympic Szczecin	07.05.2016	Białogard
31	21.7.	PAWŁOWICZ	Jan	60	Budowlani Szczecin	11.06.1980	Poznań
32	21.7.	IWIŃSKI	Jerzy	58	Budowlani Szczecin	30.05.1982	Poznań
33	21.96	FRĄCKIEWICZ	Natan	01	STS Pomerania Szczecinek	02.06.2019	Zamość
34	21.97	WITKOWSKI	Radomir	71	Budowlani Szczecin	30.05.1993	Poznań
35	21.97	DOBEK	Patryk	94	MKL Szczecin	28.07.2020	Białogard
36	21.99	KUSIOWSKI	Marek	73	Budowlani Szczecin	19.07.1992	Kielce
37	21.99	RADZIMSKI	Adam	81	MKL Szczecin	01.06.2002	Białogard
38	22.00	BURGIEL	Adam	87	MKL Szczecin	21.05.2006	Częstochowa
39	22.00	ZIOBRO	Wiktor	01	KL Bałtyk Koszalin	04.07.2019	Racibórz
40	21.8.	SYKA	Zbigniew	36	Pogoń Szczecin	06.08.1960	Olsztyn
41	21.8.	BĄCALSKI	Kazimierz	43	Pogoń Szczecin	06.06.1965	Szczecin
42	21.8.	FIRKOWSKI	Wincenty	46	Żagiel Kołobrzeg	26.06.1965	Stargard
43	21.8.	RUMIŃSKI	Marek	51	MKL Koszalin	22.08.1970	Bydgoszcz
44	21.8.	PAWŁAK	Marian	52	AZS Szczecin	27.05.1973	Szczecin
45	21.8.	KALBARCZYK	Marek	54	Budowlani Szczecin	16.09.1973	Szczecin
46	21.8.	BĘBEN	Andrzej	56	Orzeł Wałcz	01.08.1976	Bydgoszcz
47	21.8.	PIECYK	Stefan	58	LKS Pomorze Stargard	18.07.1978	Poznań
48	21.8.	ZDUNEK	Adam	60	Budowlani Szczecin	22.05.1982	Poznań
49	22.05	NOWOSADKO	Piotr	75	KL Bałtyk Koszalin	30.06.1993	Białogard
50	22.05	BACHÓRSKI	Anton	02	MKL Szczecin	12.07.2019	Poznań
51	21.9.	KRZEMIŃSKI	Ryszard	54	KL Bałtyk Koszalin	27.05.1973	Szczecinek
52	22.14	STANKIEWICZ	Gabriel	94	MKL Szczecin	19.05.2012	Zielona Góra
53	22.14	ANDERS	Rafał	93	KL Bałtyk Koszalin	08.06.2013	Białogard
54	22.21	WYSZOGRODZKI	Grzegorz	81	KMKL Sztorm Kołobrzeg	18.09.1999	Kraków
55	22.21	KALITKA	Roman	86	MKL Szczecin	20.06.2009	Leszno
56	22.23	JACYNA	Miłosz	87	MKL Szczecin	06.06.2004	Stargard
57	22.23	MIASKOWSKI	Rafał	93	MKL Szczecin	12.05.2012	Szczecin
58	22.0.	SZAMROWIZ	Edwin	40	AZS Szczecin	23.05.1965	Szczecin
59	22.0.	ŁAPIŃSKI	Cezary	53	Darzbór Szczecinek	12.05.1973	Szczecinek
60	22.0.	MIKOŁAJCZYK	Henryk	53	Kotwica Kołobrzeg	16.06.1974	Szczecinek
61	22.0.	PIERSIŃSKI	Janusz	54	AZS Szczecin	05.09.1976	Szczecin
62	22.0.	RYWAŁSKI	Waldemar	58	KL Bałtyk Koszalin	26.06.1977	Stargard

63	22.0.	WOŹNIAK	Zdzisław	58	KL Bałtyk Koszalin	25.09.1977	Bydgoszcz
64	22.0.	KNAJDROWSKI	Tomasz	54	KL Bałtyk Koszalin	01.10.1978	Bydgoszcz
65	22.24	FURMAN	Karol	87	MKL Szczecin	04.06.2006	Szczecin
66	22.24	ROKOWSKI	Mateusz	94	KL Bałtyk Koszalin	01.05.2011	Koszalin
67	22.24	MAZUR	Michał	03	MKL Szczecin	17.07.2021	Poznań
68	22.25	PRZEDNÓWEK	Adam	83	KL Bałtyk Koszalin	11.06.2000	Poznań
69	22.25	JANISZAK	Kamil	95	MKS Junior Złocieniec	24.07.2011	Płock
70	22.25	KOPROWSKI	Amadeusz	94	MKL Szczecin	24.07.2011	Płock
71	22.26	KARBOWSKI	Paweł	86	MKS Hermes Gryfino	12.06.2004	Szczecin
72	22.26	ŁAPECIŃSKI	Przemysław	97	MKL Szczecin	28.05.2016	Goleniów
73	22.26	MOCZYDŁOWSKI	Paweł	94	STS Pomerania Szczecinek	12.05.2019	Warszawa
74	22.28	RAWA	Maciej	80	KMKL Sztorm Kołobrzeg	08.06.1997	Białogard
75	22.29	WAWIÓRKO	Marcin	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.05.2003	Białogard
76	22.29	KOWALSKI	Mariusz	84	LKS Pomorze Stargard	14.07.2003	Szczecin
77	22.30	ZAJĄC	Jakub	88	MKL Szczecin	04.06.2006	Szczecin
78	22.30	FRĄCKIEWICZ	Natan	01	STS Pomerania Szczecinek	09.05.2021	Słupsk
79	22.31	CHRZANOWSKI	Adam	71	LKS Pomorze Stargard	28.05.1989	Piła
80	22.33	CIEĆKO	Jacek	66	KL Iskra Białogard	16.06.1985	Poznań
81	22.33	MANDZIUK	Adrian	88	MKL Szczecin	04.06.2006	Szczecin
82	22.1.	KUŚNIEWSKI	Zbigniew	31	Pogoń Szczecin	1955	
83	22.1.	LISIECKI	Andrzej	41	AZS Szczecin	06.06.1965	Szczecin
84	22.1.	LEWICKI	Jan	42	AZS Szczecin	06.06.1965	Szczecin
85	22.1.	KRUPA	Jan	48	LKS Pomorze Stargard	28.06.1970	Stargard
86	22.1.	PAŁKA	Ryszard	53	SKL Szczecin	03.10.1971	Szczecin
87	22.1.	MAJERCZYK	Władysław	58	Budowlani Szczecin	12.06.1976	Szczecin
88	22.1.	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	26.06.1977	Stargard
89	22.1.	NOWAK	Krzysztof	57	MKS Hermes Gryfino	15.08.1979	Lubiń
90	22.1.	STASIAK	Marek	61	Budowlani Szczecin	11.06.1980	Poznań
91	22.1.	STEFAŃSKI	Jacek	64	MKS Hermes Gryfino	30.05.1982	Poznań
92	22.1.	WOJCZUK	Jarosław	67	MKS Kusy Szczecin	24.08.1985	Stargard
93	22.34	WŁODARCZYK	Marcin	90	UKS Barnim Goleniów	21.06.2008	Białogard
94	22.34	TOMICKI	Tomasz	92	UKS Barnim Goleniów	07.06.2009	Poznań
95	22.34	PŁYTNIK	Wojciech	92	MKL Szczecin	12.06.2010	Białogard
96	22.35	KOŃKA	Michał	93	KL Bałtyk Koszalin	14.05.2011	Grudziądz
97	22.36	RADOMIAK	Tomasz	74	Budowlani Szczecin	14.06.1992	Stargard
98	22.36	SŁODZIŃSKI	Bartosz	73	Budowlani Szczecin	29.05.1993	Poznań
99	22.37	WISZNIEWSKI	Sebastian	93	Olimpic Szczecin	14.05.2011	Police
100	22.38	KOZAK	Maciej	80	MKL Szczecin	15.06.2002	Poznań
101	22.40	WOJCIECHOWSKI	Marcin	93	UKS Barnim Goleniów	06.06.2010	Szczecin
102	22.40	DREŃEK	Arkadiusz	99	KL KL Bałtyk Koszalin	16.06.2018	Białogard
103	22.41	MARZEC	Jarosław	63	Budowlani Szczecin	20.09.1981	Warszawa
104	22.41	PODGÓRSKI	Dominik	80	MKL Szczecin	17.08.2002	Białogard
105	22.41	JUNIEWICZ	Jakub	93	STS Pomerania Szczecinek	05.05.2012	Białogard
106	22.42	WOŹNIAK	Paweł	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	14.09.1991	Piła
107	22.42	BEŃKOWSKI	Jacek	74	Budowlani Szczecin	14.06.1992	Stargard
108	22.42	PLESIAK	Jakub	92	LLKS Pomorze Stargard	18.06.2009	Słubice
109	22.43	CZUPIEL	Paweł	85	STS Pomerania Szczecinek	31.05.2003	Białogard
110	22.43	LEWAŃSKI	Mikołaj	86	LKS Pomorze Stargard	23.08.2003	Białogard
111	22.2.	STACEWICZ	Bolesław	45	LKS Pomorze Stargard	23.05.1965	Szczecin
112	22.2.	KASZAREK	Waldemar	47	AZS Szczecin	16.10.1966	Szczecin
113	22.2.	CEPA	Zbigniew	47	Pogoń Szczecin	03.09.1967	Bydgoszcz
114	22.2.	KACZMAREK	Jan	47	AZS Szczecin	08.06.1969	Szczecin
115	22.2.	SROKA	Tadeusz	50	LKS Pomorze Stargard	21.06.1969	Szczecin
116	22.2.	GOŁĄB	Alojzy	47	LKS Pomorze Stargard	1970	
117	22.2.	POTKAŃSKI	Dariusz	55	SKL Szczecin	16.09.1973	Szczecin
118	22.2.	GRZELAK	Jerzy	60	AZS Szczecin	18.06.1978	Stargard
119	22.2.	HRYPYŃSKI	Henryk	65	LKS Pomorze Stargard	15.07.1985	Stargard
120	22.46	MITEK	Grzegorz	78	MKL Szczecin	14.07.2003	Szczecin
121	22.48	NICPOŃ	Jakub	98	LKS Olimpic Szczecin	29.08.2020	Szczecin
122	22.49	MINKO	Tomasz	86	MKL Szczecin	27.05.2007	Warszawa
123	22.50	BAJEK	Sylwester	99	MKL Szczecin	28.05.2016	Goleniów
124	22.3.	BUHL	Zygmunt	27	AZS Szczecin	1949	
125	22.3.	WINNICKI	Andrzej	53	LKS Pomorze Stargard	14.06.1970	Stargard
126	22.3.	PIÓRKOWSKI	Waldemar	55	Juvenia Szczecin	20.06.1975	Białystok
127	22.3.	SŁOWIKOWSKI	Jerzy	60	Budowlani Szczecin	18.09.1977	Białogard

128	22.3.	JANUKIEWICZ	Marek	61	Budowlani Szczecin	21.06.1979	Poznań
129	22.3.	TOMCZAK	Piotr	66	MKS Kusy Szczecin	25.06.1985	Słupsk
130	22.3.	ZAWADA	Tomasz	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	01.09.1990	Białogard
131	22.53	GREGORCZYK	Rafał	90	MKL Szczecin	25.08.2007	Słupsk
132	22.55	KUBA	Łukasz	83	MKL Szczecin	30.05.2003	Szczecin
133	22.59	TRYBUŁA	Grzegorz	86	MKL Szczecin	25.06.2006	Szczecin

400 m w historii ZZLA

1	46.12	DOBEK	Patryk	94	MKL Szczecin	22.06.2019	Białogard
2	46.62	PAWŁOWICZ	Jan	60	Budowlani Szczecin	05.06.1981	Zabrze
3	46.94	GRYNKIEWICZ	Marcin	90	LKS Pomorze Stargard	04.07.2009	Słupsk
4	47.16	MARZEC	Jarosław	63	Budowlani Szczecin	10.06.1983	Zabrze
5	47.26	BURGIEL	Adam	87	MKL Szczecin	27.05.2006	Biała Podlaska
6	47.30	JANUSZEWSKI	Paweł	72	LKS Pomorze Stargard	23.07.1991	Zabrze
7	47.40	SOSNOWSKI	Tomasz	93	KL Bałtyk Koszalin	21.06.2014	Białogard
8	47.50	PIECYK	Stefan	58	LKS Pomorze Stargard	12.08.1977	Warszawa
9	47.76	MICHNO	Stanisław	79	MKL Szczecin	15.06.2002	Szczecin
10	47.76	LEWANDOWSKI	Marcin	87	UKL Ósemka Police	31.07.2009	Bydgoszcz
11	47.80	ZACHCIAŁ	Adrian	95	MKL Szczecin	26.05.2017	Łódź
12	47.85	DUNAJ	Przemysław	79	KL Iskra Białogard	11.07.1998	Bydgoszcz
13	47.92	KOWALSKI	Mariusz	84	LKS Pomorze Stargard	14.06.2003	Białystok
14	48.06	ANDERS	Rafał	93	KL Bałtyk Koszalin	29.06.2013	Bydgoszcz
15	48.08	PODGÓRSKI	Dominik	80	MKL Szczecin	31.08.2002	Kraków
16	48.23	ZDUNEK	Adam	63	Budowlani Szczecin	21.07.1981	Debreczyn
17	48.30	JĘDRUSIK	Tomasz	69	MKL Maraton Świnoujście	24.07.1985	Rzeszów
18	48.2	KALBARCZYK	Marek	54	Budowlani Szczecin	06.08.1973	Warszawa
19	48.50	HŁADUNIUK	Patryk	95	MLKS Lubusz Barlinek	16.06.2018	Białogard
20	48.35	WOJCZUK	Jarosław	67	MKS Kusy Szczecin	27.07.1985	Rzeszów
21	48.39	WISZNIEWSKI	Sebastian	93	LKS Olimpic Szczecin	23.05.2010	Moskwa
22	48.47	MATŁOCH	Wojciech	86	MKL Szczecin	17.05.2006	Szczecin
23	48.3	SYKA	Zbigniew	36	Pogoń Szczecin	31.07.1960	Łódź
24	48.60	ROKICKI	Łukasz	83	MKL Szczecin	02.06.2007	Biała Podlaska
25	48.4	LEWANDOWSKI	Stefan	30	AZS Szczecin	17.08.1956	Szczecin
26	48.4	MARCZYK	Waldemar	47	MKS Białogard	24.09.1967	Bdgoszcz
27	48.66	MAKAJ	Mateusz	91	UKS Barnim Goleniów	05.06.2010	Szczecin
28	48.67	ZAWADA	Tomasz	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	21.07.1990	Stargard
29	48.5	KURKIANIEC	Czesław	57	LKS Pomorze Stargard	25.06.1977	Stargard
30	48.79	SZUMERT	Kamil	93	STS Pomerania Szczecinek	13.06.2015	Słubice
31	48.6	RUMIŃSKI	Marek	51	MKL Koszalin	29.08.1970	Chorzów
32	48.88	JAKUBIEC	Andrzej	72	Orlę Szczecinek	28.06.1991	Poznań
33	48.93	HRYPIŃSKI	Henryk	65	MKL Maraton Świnoujście	13.07.1984	Poznań
34	48.95	ROZMYS	Michał	95	UKS UKS Barnim Goleniów	22.09.2018	Ostróda
35	48.97	TOMCZAK	Piotr	66	MKS Kusy Szczecin	29.06.1985	Poznań
36	49.02	SZYMKOWICZ	Marek	64	LKS Pomorze Stargard	28.06.1985	Białystok
37	48.8	GONDEK	Waldemar	53	MKS Szczecin	21.08.1971	Warszawa
38	48.8	ŁAPIŃSKI	Cezary	53	Darzbór Szczecinek	06.05.1973	Szczecinek
39	49.03	RYWELSKI	Waldemar	58	KL Bałtyk Koszalin	12.06.1977	Warszawa
40	49.05	BERNARDELLI	Michał	80	MKL Szczecin	11.08.2001	Białogard
41	49.08	ZYGMUNT	Mirosław	66	LKS Pomorze Stargard	28.05.1988	Sopot
42	48.9	WOYDA	Jacek	51	SKL Szczecin	06.07.1972	Warszawa
43	48.9	KOWALSKI	Kazimierz	55	Orzeł Wałcz	23.06.1981	Sopot
44	48.9	DOBROWOLSKI	Krzysztof	61	Ogrodnik Pyrzyce	26.06.1981	Poznań
45	49.16	KALITKA	Roman	86	MKL Szczecin	25.05.2007	Warszawa
46	49.18	MATŁOCH	Wojciech	86	MKL Szczecin	12.06.2004	Szczecin
47	49.19	FORMELA	Mirosław	78	KB Sporting Międzyzdroje	17.05.2003	Szczecin
48	49.22	UDYCZ	Artur	03	AL Międzyzdroje	07.07.2022	Radom
49	49.0	PIŁAT	Zbigniew	50	LKS Pomorze Stargard	05.09.1970	Warszawa
50	49.0	MAJERCZYK	Władysław	56	Budowlani Szczecin	30.09.1976	Poznań
51	49.0	CECHELT	Tomasz	57	LKS Pomorze Stargard	03.09.1977	Bydgoszcz
52	49.23	CISZEWSKI	Paweł	95	WMLKS Pomorze Stargard	01.07.2017	Suwałki
53	49.27	FIJAŁKOWSKI	Igor	92	Olimpic Szczecin	11.06.2011	Słubice
54	49.30	OSTROWSKI	Ryszard	61	KB Sporting Międzyzdroje	03.06.1982	Poznań
55	49.1	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	26.07.1969	Mielec
56	49.34	JEŻEWSKI	Zbigniew	64	Budowlani Szczecin	22.06.1983	Ziel. Góra
57	49.34	ZYCH	Jacek	80	KMKL Sztorm Kołobrzeg	23.10.2000	Sydney (AUS)
58	49.39	GULCZYŃSKI	Bartosz	95	LKS Olimpic Szczecin	08.06.2013	Słubice
59	49.41	BUGAJEK	Krzysztof	60	KL Bałtyk Koszalin	23.07.1979	Bydgoszcz
60	49.42	TRYBUŁA	Grzegorz	86	MKL Szczecin	01.07.2006	Białogard
61	49.2	LEWANDOWSKI	Witold	46	AZS Szczecin	02.10.1965	Szczecin
62	49.2	PAŁKA	Ryszard	53	SKL Szczecin	02.10.1971	Szczecin

63	49.2.	MATYSIAK	Ryszard	57	KL Bałtyk Koszalin	01.06.1978	Poznań
64	49.2.	GRAJEK	Piotr	63	Budowlani Szczecin	21.05.1985	Sopot
65	49.43	GŁOGOWSKI	Maciej	86	KB Sporting Międzyzdroje	12.06.2004	Szczecin
66	49.45	SZYNKIEWICZ	Jerzy	61	Orlę Szczecinek	25.06.1980	Poznań
67	49.45	WAWIÓRKO	Marcin	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.06.2003	Zamość
68	49.45	ŁAKOMIEC	Rafał	98	MKL Szczecin	15.06.2019	Szczecin
69	49.49	GIBKI	Jakub	03	WMLKS Pomorze Stargard	29.05.2021	Szczecin
70	49.3.	MIKOŁAJCZYK	Henryk	53	Kotwica Kołobrzeg	18.08.1974	Stargard
71	49.3.	GRZELAK	Jerzy	60	AZS Szczecin	15.07.1978	Poznań
72	49.3.	GĘBKA	Zbigniew	63	LKS Pomorze Stargard	26.06.1982	Poznań
73	49.53	GOSZCZYŃSKI	Adam	73	LKS Pomorze Stargard	22.06.1991	Poznań
74	49.56	BANASIAK	Henryk	59	Budowlani Szczecin	18.05.1985	Warszawa
75	49.64	WOJTKO	Romuald	67	Budowlani Szczecin	31.05.1987	Stargard
76	49.71	MANDZIUK	Adrian	88	MKL Szczecin	23.07.2005	Warszawa
77	49.74	SUWAŁA	Jacek	66	Budowlani Szczecin	28.05.1988	Sopot
78	49,76	PLESIK	Jakub	92	LLKS Pomorze Stargard	12.06.2010	Białogard
79	49.77	KOŁDUŃSKI	Bogdan	59	Darzbór Szczecinek	07.09.1978	Warszawa
80	49.79	HANUSZEWICZ	Artur	69	Budowlani Szczecin	10.05.1989	Stargard
81	49.80	LENKOWSKI	Dariusz	58	Budowlani Szczecin	18.06.1981	Warszawa
82	49.81	SZYDEŁ	Piotr	93	Olimpic Szczecin	12.06.2010	Zamość
83	49.6.	KOSMACZEWSKI	Józef	40	LKS Pomorze Stargard	03.08.1962	Łódź
84	49.6.	SOKOŁOWSKI	Władysław	44	AZS Szczecin	27.06.1964	Stargard
85	49.6.	MALAK	Krzysztof	64	Budowlani Szczecin	22.05.1982	Poznań
86	49.83	CHRZANOWSKI	Adam	71	LKS Pomorze Stargard	20.05.1989	Warszawa
87	49.7.	DĘGOLĘCKI	Jerzy	40	Pogoń Szczecin	12.07.1961	Łódź
88	49.94	WOJCIECHOWSKI	Marcin	93	UKS Barnim Goleniów	22.05.2010	Białogard
89	49.98	KAMIŃSKI	Grzegorz	70	Budowlani Szczecin	21.07.1990	Stargard
90	49.8.	KUŁAK	Bolesław	41	Pogoń Szczecin	02.10.1965	Szczecin
91	49.8.	WIERZBICKI	Jerzy	48	KL Bałtyk Koszalin	06.07.1968	Katowice
92	49.8.	KIMON	Czesław	48	LKS Pomorze Stargard	30.08.1970	Stargard
93	49.8.	MAKSYMOW	Sławomir	58	KL Bałtyk Koszalin	19.07.1975	Bydgoszcz
94	49.8.	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	25.09.1976	Spała
95	49.8.	ZARĘBSKI	Marek	63	LKS Pomorze Stargard	06.07.1980	Bydgoszcz
96	50.03	WILK	Stanisław	89	LKS Pomorze Stargard	01.08.2008	Toruń
97	50.04	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	25.05.2003	Szczecin
98	50.10	KUBASIK	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	17.08.1980	Poznań
99	49.9.	GOC	Zygmunt	44	AZS Szczecin	08.06.1968	Szczecin
100	49.9.	SZYMAŃSKI	Jan	52	Budowlani Szczecin	18.08.1974	Stargard
101	50.13	WŁODARCZYK	Marcin	90	UKS Barnim Goleniów	09.06.2007	Poznań
102	50.14	SZYMAŃSKI	Zbigniew	71	LKS Pomorze Stargard	19.05.1990	Stargard
103	50.16	BONOWICZ	Krzystian	94	Wieża Postomino	04.06.2011	Poznań
104	50.20	KUBIAK	Leszek	66	UKS Barnim Goleniów	03.08.1983	Bydgoszcz
105	50.20	KALISZEWSKI	Szymon	95	UKS Barnim Goleniów	16.06.2012	Białogard
106	50.0.	POTRZEBOWSKI	Edmund	26	AZS Szczecin	1955	Poznań
107	50.0.	KACZMAREK	Jan	47	AZS Szczecin	16.06.1968	Wrocław
108	50.0.	RUCKI	Marek	56	AZS Szczecin	08.08.1976	Poznań
109	50.0.	POPIAŁKIEWICZ	Radosław	61	Budowlani Szczecin	23.09.1980	Puck

800 m w historii ZZLA

1	1:43.73	DOBEK	Patryk	94	MKL Szczecin	20.06.2021	Chorzów
2	1:43.84	LEWANDOWSKI	Marcin	87	UKL Ósemka Police	28.07.2009	Monaco
3	1:45.32	ROZMYS	Michał	95	UKS Barnim Goleniów	11.08.2018	Berlin (GER)
4	1:46.26	FORMELA	Mirosław	78	KB Sporting Międzyzdroje	01.07.2006	Warszawa
5	1:46.5.	LEWANDOWSKI	Stefan	30	AZS Szczecin	20.09.1959	Kolonia
6	1:47.77	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	03.05.2008	Kozienice
7	1:48.09	OSTROWSKI	Ryszard	61	KB Sporting Międzyzdroje	18.06.1994	Białogard
8	1:48.5.	GONDEK	Waldemar	53	AZS Szczecin	22.09.1973	Warszawa
9	1:48.57	JAKUBIEC	Andrzej	72	Orlę Szczecinek	30.06.1991	Piła
10	1:48.8.	KOWALSKI	Kazimierz	55	Orzeł Wałcz	06.09.1980	Bydgoszcz
11	1:48.96	OSTROWSKI	Artur	88	KB Sporting Międzyzdroje	31.05.2016	Riga (LAT)
12	1:49.05	SZYCH	Robert	71	Budowlani Szczecin	18.06.1994	Białogard
13	1:49.1.	KOWALCZYK	Bolesław	36	Pogoń Szczecin	19.09.1965	Poznań
14	1:49.38	BASIAK	Grzegorz	62	LKS Pomorze Stargard	20.05.1984	Zielona Góra
15	1:49.9.	MARCZYK	Waldemar	47	KL Iskra Białogard	03.08.1967	Szczecin
16	1:50.16	GRAJEK	Piotr	63	Budowlani Szczecin	06.08.1983	Sopot
17	1:50.3.	ZYGMUNT	Mirosław	66	LKS Pomorze Stargard	06.09.1987	Stargard
18	1:50.7.	POTRZEBOWSKI	Edmund	26	AZS Szczecin	20.06.1954	Warszawa
19	1:50.75	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Bukowina Wałcz	30.06.1991	Piła
20	1:50.9.	KACZMAREK	Roman	55	Budowlani Szczecin	29.05.1974	Warszawa
21	1:50.9.	LINOWIECKI	Cezary	58	KL Bałtyk Koszalin	20.08.1985	Sopot
22	1:50.95	ZIOBRO	Aleksander	67	KL Bałtyk Koszalin	10.08.1986	Sopot
23	1:50.95	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	30.07.1988	Sopot
24	1:51.00	LEWANDOWSKI	Tomasz	81	MKL Szczecin	11.06.2003	Słubice
25	1:51.1.	DELECKI	Zdzisław	50	LKS Pomorze Stargard	06.07.1972	Warszawa
26	1:51.1.	ZIOMEK	Tomasz	66	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.08.1985	Grudziądz
27	1:51.2.	KIMON	Czesław	48	LKS Pomorze Stargard	22.06.1970	Olsztyn
28	1:51.39	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	10.09.2009	Police
29	1:51.6.	DREWICZ	Wiesław	46	LKS Pomorze Stargard	11.08.1971	Stargard
30	1:51.62	KUFEL	Marcin	79	KL Bałtyk Koszalin	02.07.2000	Białogard
31	1:51.63	SZYMKOWICZ	Marek	64	LKS Pomorze Stargard	15.09.1985	Poznań
32	1:51.8.	ORACZEWSKI	Józef	48	AZS Szczecin	21.07.1967	Wałcz
33	1:51.8.	KUBASIK	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	28.04.1979	Szczecin
34	1:51.8.	ZAGUBIEŃ	Sławomir	65	LKS Pomorze Stargard	06.09.1987	Stargard
35	1:51.9.	LEWANDOWSKI	Witold	46	AZS Szczecin	07.08.1966	Poznań
36	1:51.94	ZIELIŃSKI	Kamil	89	KB Sporting Międzyzdroje	14.06.2009	Wrocław
37	1:52.14	BARTECKI	Robert	75	LKS Pomorze Stargard	06.09.1998	Wrocław
38	1:52.3.	CHRABĄSZCZ	Jerzy	44	AZS Szczecin	04.10.1964	Szczecin
39	1:52.36	GRYNKIEWICZ	Marcin	90	LKS Pomorze Stargard	02.10.2010	Szczecin
40	1:52.4.	SPECJALSKI	Jarosław	62	MKL Maraton Świnoujście	10.08.1980	Sopot
41	1:52.45	KAWKA	Dariusz	65	LKS Pomorze Stargard	17.08.1985	Stargard
42	1:52.5.	PLUTA	Roman	40	LKS Pomorze Stargard	27.08.1964	Sulejów
43	1:52.5.	KRZYSIEK	Zbigniew	56	LKS Pomorze Stargard	21.06.1980	Sopot
44	1:52.53	BERNARDELLI	Michał	80	MKL Szczecin	18.08.2001	Gdańsk
45	1:52.53	SAFARYN	Krzysztof	85	LKS Pomorze Stargard	17.06.2007	Białogard
46	1:52.01	PILARSKI	Dominik	85	MKL Szczecin	27.05.2006	Biała Podlaska
47	1:52.26	SZAŁA	Mateusz	84	MKL Szczecin	26.05.2007	Warszawa
48	1:52.40	GAJDA	Michał	03	WMLKS Pomorze Stargard	08.07.2022	Radom
49	1:52.64	CECHOL	Janusz	72	Spartakus Pyrzyce	03.06.1993	Piła
50	1:52.77	LITWIC	Adrian	86	UKL Ósemka Police	17.06.2007	Białogard
51	1:52.8.	PETERS	Jan	35	KL Iskra Białogard	11.06.1961	Bydgoszcz
52	1:52.9.	MAJEWSKI	Jan	58	LKS Pomorze Stargard	11.08.1976	Poznań
53	1:52.95	WOŹNIAK	Mariusz	88	UKL Ósemka Police	28.05.2010	Warszawa
54	1:53.0.	PACH	Jerzy	52	KL Iskra Białogard	06.10.1974	Bydgoszcz
55	1:53.06	SITARZ	Jarosław	71	Orlę Szczecinek	30.08.1991	Poznań
56	1:53.06	NOWACZYK	Piotr	76	Budowlani Szczecin	23.05.1997	Poznań
57	1:53.1.	WOJTASIK	Kazimierz	43	AZS Szczecin	05.06.1999	Ryga
58	1:53.2.	KOSMACZEWSKI	Józef	40	LKS Pomorze Stargard	02.07.1960	Zielona Góra
59	1:53.34	PANKRATOW	Paweł	95	MKS Hermes Gryfino	12.09.2015	Szczecin
60	1:53.37	OLEJNICZAK	Jakub	97	STS Pomerania Szczecinek	29.08.2015	Białogard
61	1:53.4.	PAWŁOWSKI	Maciej	70	MKL Maraton Świnoujście	06.09.1987	Stargard
62	1:53.42	SZYMAŃSKI	Zbigniew	71	LKS Pomorze Stargard	20.09.1990	Warszawa

63	1:53.44	SUCHODOLSKI	Krzysztof	72	OKL Koszalin	02.06.1991	Poznań
64	1:53.50	BONOWICZ	Krystian	94	Wieża Postomino	16.06.2012	Białogard
65	1:53.6.	KWIECIŃSKI	Zbigniew	55	KL Bałtyk Koszalin	06.10.1974	Bydgoszcz
66	1:53.77	HOFFMAN	Aleksander	72	Bukowina Wałcz	30.06.1991	Piła
67	1:53.8.	PANZER	Jan	43	LKS Pomorze Stargard	06.08.1964	Stargard
68	1:53.80	GŁOGOWSKI	Maciej	86	Sporting Międzyzdroje	27.06.2004	Białystok
69	1:53.87	GAŁGAŃSKI	Marek	97	KMKL Sztorm Kołobrzeg	02.07.2016	Suwałki
70	1:53.9.	NOWICKI	Henryk	52	Energetyk Gryfino	12.06.1976	Szczecin
71	1:53.90	KOMODA	Dawid	03	WMLKS Pomorze Stargard	01.07.2022	Białogard
72	1:53.94	JANOWSKI	Filip	91	LKS Olimpic Szczecin	12.09.2015	Szczecin
73	1:53.98	AWSIUKIEWICZ	Krzysztof	88	LKS Pomorze Stargard	04.06.2006	Szczecin
74	1:54.00	KURZAWSKI	Dariusz	61	Kotwica Kołobrzeg	14.06.1980	Poznań
75	1:54.0.	KOWALSKI	Robert	63	Budowlani Szczecin	10.08.1980	Sopot
76	1:54.1.	SZTANGRET	Andrzej	54	Energetyk Gryfino	29.08.1976	Spała
77	1:54.1.	SZYMAŃSKI	Piotr	67	Budowlani Szczecin	17.06.1988	Poznań
78	1:54.18	JĘDRZEJAK	Wiktor	03	MKS Hermes Gryfino	12.08.2020	Białogard
79	1:54.19	JANUS	Jacek	72	Budowlani Szczecin	26.06.1991	Poznań
80	1:54.2.	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	29.06.1969	Stargard
81	1:54.22	STOJEK	Kamil	96	MKL Szczecin	24.05.2014	Białogard
82	1:54.24	ŚWIRGOŃ	Marek	85	MKL Szczecin	29.06.2003	Zamość
83	1:54.28	TOMCZAK	Piotr	66	Kusy Szczecin	14.09.1985	Poznań
84	1:54.3.	DOŁĘGA	Stanisław	47	Pogoń Szczecin	22.06.1968	Szczecin
85	1:54.3.	JUREWICZ	Jerzy	49	SKL Szczecin	06.04.1972	Warszawa
86	1:54.30	MICHOŃSKI	Adam	87	MKL Szczecin	18.06.2005	Białogard
87	1:54.32	GROBERSKI	Michał	00	UKS Barnim Goleniów	27.08.2022	Szczecin
88	1:54.4.	KOTZBACH	Roman	42	AZS Szczecin	16.05.1965	Dębno
89	1:54.4.	PAWŁAK	Ryszard	54	LKS Pomorze Stargard	18.08.1974	Stargard
90	1:54.41	SZWARC	Paweł	74	Zryw Szczecin	03.06.1993	Piła
91	1:54.45	DEC	Michał	92	UKS Barnim Goleniów	16.06.2012	Białogard
92	1:54.5.	NOWAK	Andrzej	66	LKS Pomorze Stargard	26.05.1985	Stargard
93	1:54.54	TREPANOWSKI	Tomasz	86	Jedynka Szczecinek	27.06.2004	Białystok
94	1:54.54	MICHALSKI	Grzegorz	88	MKL Szczecin	04.06.2006	Szczecin
95	1:54.6.	BŁAŻEWICZ	Piotr	8	KL Iskra Białogard	28.09.1968	Warszawa
96	1:54.6.	NOWICKI	Tadeusz	54	Energetyk Gryfino	14.06.1975	Bydgoszcz
97	1:54.6.	BORAWSKI	Krzysztof	57	Budowlani Szczecin	05.06.1976	Stargard
98	1:54.63	FILIP	Piotr	61	Hermes Gryfino	28.05.1988	Sopot
99	1:54.70	WRÓBEL	Jakub	99	KL Bałtyk Koszalin	12.05.2018	Słupsk
100	1:54.7.	ALCHIMOWICZ	Jacek	64	Hermes Gryfino	06.09.1987	Stargard
101	1:54.8.	MAŁACHOWSKI	Ireneusz	50	LKS Pomorze Stargard	29.06.1969	Stargard
102	1:54.8.	RUDZIŃSKI	Karol	54	Budowlani Szczecin	15.06.1974	Zielona Góra
103	1:54.86	GOLAŃSKI	Stanisław	03	UKS Barnim Goleniów	18.06.2021	Kraków
104	1:55.07	WOJSZ	Filip	06	MKS Olimp Łobez	15.07.2022	Bielsko-Biała
105	1:55.25	KOWALSKI	Mirosław		Łan Koszalin	1982	
106	1:55.29	MAŁOLEPSZY	Marcin	88	Olimpic Szczecin	13.05.2006	Białogard
107	1:55.36	WOLENDER	Jakub	00	RAZ Szczecin	119.07.2019	Białogard
108	1:55.39	GŁOWACKI	Michał	82	MKL Szczecin	26.05.2001	Białogard
109	1:55.44	BORUK	Mateusz	86	Chrobry Gryfice	18.06.2005	Białogard
110	1:55.75	POLECHOŃSKI	Paweł	89	LKS Pomorze Stargard	20.05.2006	Poznań
111	1:55.77	GAŁKOWSI	Damian	94	Wieża Postomino	12.05.2012	Szczecin
112	1:55.83	CACH	Łukasz	02	KL Iskra Białogard	19.07.2019	Białogard
113	1:55.87	LANCMAN	Michał	90	LKS Pomorze Stargard	22.05.2010	Białogard
114	1:55.90	MIKULSKI	Rafał	83	LKS Pomorze Stargard	02.06.2001	Zielona Góra
115	1:55.96	FILIPIAK	Konrad	93	LKS Pomorze Stargard	24.06.2011	Toruń
116	1:55.98	KOZAK	Paweł	01	KL Bałtyk Koszalin	12.05.2018	Słupsk

1500 m w historii ZZLA

1	3:32.43	ROZMYS	Michał	95	UKS Barnim Goleniów	26.08.2022	Lausanne (SUI)
2	3:37.90	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	01.08.2008	Bochum (GER)
3	3:38.60	FORMELA	Mirosław	78	Sporting Międzyzdroje	06.07.2004	Lausanne (SUI)
4	3:39.59	BASIAK	Grzegorz	62	LKS Pomorze Stargard	05.08.1984	Sopot
5	3:39.87	OSTROWSKI	Artur	88	KB Sporting Międzyzdroje	25.06.2015	Turku (FIN)
6	3:41.0.	LEWANDOWSKI	Stefan	30	AZS Szczecin	08.09.1959	Goeteborg (SWE)
7	3:41.78	SZYCH	Robert	71	Budowlani Szczecin	18.06.1995	Białogard
8	3:42.84	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sporting Międzyzdroje	06.08.2000	Kraków
9	3:42.86	LEWANDOWSKI	Marcin	87	UKL Ósemka Police	22.06.2007	Wrocław
10	3:42.99	ZIELIŃSKI	Kamil	89	KB Sporting Międzyzdroje	27.06.2009	Sopot
11	3:43.27	JAKUBIEC	Andrzej	72	Orlę Szczecinek	27.09.1992	Białystok
12	3:44.02	ZALWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	16.07.2010	Białogard
13	3:44.4.	BORAWSKI	Krzysztof	57	Budowlani Szczecin	07.08.1979	Poznań
14	3:45.06	CICHOCKI	Jarosław	71	Orlę Szczecinek	14.07.1991	Kielce
15	3:45.12	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	15.06.2008	Warszawa
16	3:45.3.	KOWALCZYK	Bolesław	36	Pogoń Szczecin	21.08.1985	Kalisz
17	3:45.33	KOWALSKI	Robert	63	Budowlani Szczecin	12.09.1985	Zielona Góra
18	3:45.37	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	10.09.1988	Stargard
19	3:45.54	GROBERSKI	Michał	00	UKS Barnim Goleniów	10.09.2022	Warszawa
20	3:45.79	SITARZ	Jarosław	71	Orlę Szczecinek	22.06.1990	Piła
21	3:45.89	GOJRZEWSKI	Grzegorz	61	LKS Pomorze Stargard	30.07.1983	Sopot
22	3:46.0.	BAK	Kazimierz	56	LKS Pomorze Stargard	28.08.1977	Lubiń
23	3:46.06	LINOWIECKI	Cezary	60	KL Bałtyk Koszalin	20.07.1985	Sopot
24	3:46.32	SKORUPA	Marek	91	UKS Barnim Goleniów	09.06.2012	Sopot
25	3:46.6.	KACZMAREK	Roman	55	Budowlani Szczecin	01.08.1978	Warszawa
26	3:46.83	ZAGUBIEŃ	Sławomir	65	LKS Pomorze Stargard	14.08.1987	Poznań
27	3:46.98	MITAK	Robert	66	Budowlani Szczecin	22.06.1990	Piła
28	3:47.11	SAFARYN	Krzysztof	85	LKS Pomorze Stargard	22.06.2007	Wrocław
29	3:47.16	BARTECKI	Robert	75	LKS Pomorze Stargard	31.07.1999	Białogard
30	3:47.2.	KRZYSIEK	Zbigniew	56	LKS Pomorze Stargard	24.09.1975	Stargard
31	3:47.3.	KOŁECZEK	Artur	63	Budowlani Szczecin	14.07.1985	Sopot
32	3:47.63	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Bukowina Wałcz	25.05.1992	Szwerin
33	3:47.94	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sporting Międzyzdroje	09.06.2012	Sopot
34	3:48.00	SIKORSKI	Tomasz	77	LKS Pomorze Stargard	08.06.1997	Białogard
35	3:48.1.	ZIOBRO	Aleksander	67	KL Bałtyk Koszalin	25.06.1987	Sopot
36	3:48.25	FILIP	Piotr	61	MKS Hermes Gryfino	10.09.1988	Stargard
37	3:48.4.	POTRZEBOWSKI	Edmund	26	AZS Szczecin	19.06.1954	Warszawa
38	3:49.25	KUFEL	Marcin	79	KL Bałtyk Koszalin	19.08.2000	Białogard
39	3:49.4.	WOJTASIK	Kazimierz	43	AZS Szczecin	19.07.1964	Warszawa
40	3:49.44	PAWŁOWSKI	Maciej	70	MKL Maraton Świnoujście	10.08.1987	Sopot
41	3:49.55	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	31.07.2014	Szczecin
42	3:49.64	LEWANDOWSKI	Tomasz	81	MKL Szczecin	14.06.2003	Szczecin
43	3:49.8.	CYBULSKI	Andrzej	63	Budowlani Szczecin	05.06.1982	Sopot
44	3:50.0.	GADOMSKI	Waldemar	51	KL Iskra Białogard	22.08.1971	Warszawa
45	3:50.1.	PAWŁAK	Ryszard	54	LKS Pomorze Stargard	08.09.1974	Warszawa
46	3:50.4.	DREWICZ	Wiesław	46	LKS Pomorze Stargard	29.09.1971	Warszawa
47	3:50.47	ADAMOWSKI	Andrzej	64	Budowlani Szczecin	10.08.1986	Sopot
48	3:50.56	OSTROWSKI	Ryszard	61	KB Sporting Międzyzdroje	10.06.1995	Stargard
49	3:50.6.	KIMON	Czesław	48	LKS Pomorze Stargard	31.07.1970	Warszawa
50	3:50.66	GŁOWACKI	Michał	82	MKL Szczecin	17.08.2002	Białogard
51	3:50.8.	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	Budowlani Szczecin	14.06.1986	Stargard
52	3:51.1.	WITKOWSKI	Stanisław	61	LKS Pomorze Stargard	16.08.1980	Bydgoszcz
53	3:51.23	PANKRATOW	Paweł	95	MKS Hermes Gryfino	27.07.2018	Sopot
54	3:51.36	GRAJEK	Piotr	63	Budowlani Szczecin	04.09.1983	Poznań
55	3:51.5.	ROCHOWSKI	Janusz	47	SKL Szczecin	31.07.1970	Warszawa
56	3:51.5.	NOWICKI	Henryk	52	Energetyk Gryfino	09.05.1976	Bydgoszcz
57	3:51.58	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	31.07.2014	Szczecin
58	3:52.1.	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	24.09.1975	Stargard
59	3:52.26	KOMODA	Dawid	03	WMLKS Pomorze Stargard	19.06.2022	Białogard
60	3:52.5.	DELECKI	Zdzisław	50	LKS Pomorze Stargard	08.06.1974	Szczecin
61	3:52.54	ONOPIUK	Jacek	71	LKS Pomorze Stargard	17.06.1990	Stargard
62	3:52.73	LANCMAN	Michał	90	LKS Pomorze Stargard	24.09.2009	Wrocław

63	3:52.89	GOŁĄBEK	Gerard	80	MKL Szczecin	01.07.2000	Sopot
64	3:53.0.	JASKÓLSKI	Sławomir	60	LKS Pomorze Stargard	21.09.1979	Sopot
65	3:53.12	RYBARCZYK	Janusz	67	Budowlani Szczecin	25.06.1989	Stargard
66	3:53.2.	TOCZEK	Józef	39	AZS Szczecin	22.08.1959	Gdańsk
67	3:53.27	MUSIAŁ	Marcin	76	LKS Pomorze Stargard	08.06.1997	Białogard
68	3:53.33	STRZESZEWSKI	Dariusz	65	LKS Pomorze Stargard	25.06.1989	Stargard
69	3:53.4.	WALC	Zbigniew	58	KL Iskra Białogard	20.08.1982	Sopot
70	3:53.43	ALCHIMOWICZ	Jacek	64	MKS Hermes Gryfino	05.06.1988	Poznań
71	3:53.5.	ORACZEWSKI	Józef	48	AZS Szczecin	14.07.1967	Wałcz
72	3:53.68	ZIOMEK	Tomasz	66	KMKL Sztorm Kołobrzeg	27.07.1985	Rzeszów
73	3:53.68	NAWROT	Krzysztof	73	Zryw Szczecin	21.06.1992	Warszawa
74	3:53.72	KABAT	Damian	89	WMLKS Pomorze Stargard	25.07.2015	Białogard
75	3:53.96	TWÓR	Maciej	85	Mokasyn Płoty	03.07.2010	Białogard
76	3:54.2.	CHRABASZCZ	Jerzy	47	AZS Szczecin	08.10.1966	Szczecin
77	3:54.20	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	16.07.2010	Białogard
78	3:54.6.	LEWANDOWSKI	Witold	46	AZS Szczecin	02.09.1967	Poznań
79	3:54.7.	MAZURKIEWICZ	Jacek	62	Budowlani Szczecin	07.09.1981	Sopot
80	3:54.76	KOWALSKI	Jarosław	64	Łan Koszalin	02.07.1983	Łódź
81	3:54.77	JANOWSKI	Filip	91	MKL Szczecin	24.05.2019	Łódź
82	3:54.8.	KOTZBACH	Roman	42	AZS Szczecin	05.10.1964	Szczecin
83	3:55.03	DĄBKOWSKI	Łukasz	91	LKS Pomorze Stargard	25.08.2001	Białogard
84	3:55.09	KRAWIEC	Dariusz	67	KMKL Sztorm Kołobrzeg	11.08.1985	Słupsk
85	3:55.2.	BUGAJ	Mirosław	60	Budowlani Szczecin	23.07.1980	Sopot
86	3:55.24	TERESZKIEWICZ	Jacek	79	LKS Pomorze Stargard	20.06.1998	Spała
87	3:55.51	ZABIELSKI	Józef	73	MKL Szczecin	26.05.2001	Wrocław
88	3:55.53	PACUŁA	Radosław	75	Budowlani Szczecin	01.06.1996	Białystok
89	3:55.54	AUGUSTYNOWICZ	Jacek	78	LKS Pomorze Stargard	22.06.1996	Wrocław
90	3:55.62	SZAŁA	Mateusz	84	MKL Szczecin	06.05.2006	Międzyzdroje
91	3:56.25	PILARSKI	Dominik	85	MKL Szczecin	28.08.2004	Szczecin
92	3:56.26	GADOMSKI	Paweł	02	MKS Hermes Gryfino	19.06.2021	Poznań
93	3:56.59	POLECHOŃSKI	Paweł	89	LKS Pomorze Stargard	10.06.2006	Białogard
94	3:57.12	WIAK	Kamil	83	KL Iskra Białogard	08.06.2003	Sopot

3000 m w historii ZZLA

1	7:57.28	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sporting Międzyzdroje	13.06.2004	Warszawa
2	7:58.38	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	27.05.2016	Dessau-Rosslau
3	7:58.68	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	26.05.2007	Rehlingen
4	8:00.78	KOWALSKI	Robert	63	Budowlani Szczecin	16.08.1988	Grudziądz
5	8:02.12	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Bukowina Wałcz	10.06.1992	Warszawa
6	8:03.02	BASIAK	Grzegorz	62	LKS Pomorze Stargard	22.08.1987	Sopot
7	8:03.2.	KRZYSIEK	Zbigniew	56	LKS Pomorze Stargard	25.05.1980	Zabrze
8	8:03.4.	GOJRZEWSKI	Grzegorz	61	LKS Pomorze Stargard	14.08.1983	Sopot
9	8:06.8.	BAK	Kazimierz	56	LKS Pomorze Stargard	01.09.1977	Szczecin
10	8:07.78	SKORUPA	Marek	91	UKS Barnim Goleniów	26.05.2012	Gdańsk
11	8:08.55	SHEGUMO	Yared	83	KB Sporting Międzyzdroje	25.06.2011	Szczecin
12	8:11.64	CICHOCKI	Jarosław	71	KL Iskra Białogard	11.08.2001	Białogard
13	8:11.90	ROZMYS	Michał	95	UKS Barnim Goleniów	25.06.2017	Lille (FRA)
14	8:12.08	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	24.04.2008	Police
15	8:12.19	MAZERSKI	Bartosz	76	KB Sporting Międzyzdroje	10.07.2004	Gdańsk
16	8:12.3.	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	Budowlani Szczecin	16.07.1983	Sopot
17	8:13.2.	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	19.07.1975	Bydgoszcz
18	8:14.37	ZAGUBIEŃ	Sławomir	65	LKS Pomorze Stargard	22.08.1987	Sopot
19	8:14.79	KABAT	Damian	89	WMLKS Pomorze Stargard	06.06.2015	Gdańsk
20	8:15.22	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	18.07.2010	Sopot
21	8:15.24	LINOWIECKI	Cezary	60	OKL Koszalin	05.06.1991	Sopot
22	8:16.07	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	14.06.2014	Gdańsk
23	8:16.79	PANKRATOW	Paweł	95	MKS Hermes Gryfino	10.06.2017	Szczecin
24	8:17.2.	GADOMSKI	Waldemar	51	KL Iskra Białogard	26.09.1971	Warszawa
25	8:17.7.	BUGAJ	Mirosław	60	Budowlani Szczecin	07.09.1981	Sopot
26	8:18.03	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	09.08.2015	Szczecin
27	8:18.39	PAWŁOWSKI	Maciej	70	MKL Maraton Świnoujście	04.06.1988	Zielona Góra
28	8:18.6.	ROKICKI	Mieczysław	54	LKS Pomorze Stargard	07.07.1973	Erfurt
	8:19.01	GROBERSKI	Michał	00	UKS Barnim Goleniów	05.06.2022	Chorzów
29	8:19.23	PACUŁA	Radosław	75	Budowlani Szczecin	08.06.1996	Białogard
30	8:21.24	MAMIŃSKI	Bogusław	55	Bałytk Rewal	16.09.1993	Zielona Góra
31	8:21.98	ROJEWSKI	Przemysław	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	02.06.2001	Biała Podlaska
32	8:22.0.	ROCHOWSKI	Janusz	47	SKL Szczecin	20.07.1971	Wałcz
33	8:22.23	KOŁECZEK	Artur	63	Budowlani Szczecin	17.09.1985	Sopot
34	8:22.24	RYBARCZYK	Jan		Łan Koszalin	1984	Poznań
35	8:22.6.	WILKOWSKI	Czesław	36	Pogoń Szczecin	15.06.1966	Bydgoszcz
36	8:22.73	KUFEL	Marcin	79	Bałytk Koszalin	22.08.2000	Sopot
37	8:22.78	KWIATKOWSKI	Sławomir	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	24.06.2001	Białogard
38	8:22.85	NOWAK	Andrzej	66	LKS Pomorze Stargard	19.06.1985	Warszawa
39	8:23.0.	LEWANDOWSKI	Stefan	30	AZS Szczecin	21.11.1955	Szczecin
40	8:23.0.	LITTECK	Marian	54	LKS Pomorze Stargard	11.07.1976	Liberec
41	8:23.43	NAWROT	Krzysztof	73	Budowlani Szczecin	22.08.1995	Warszawa
42	8:23.7.	ROMAŃCZUK	Maciej	65	Orlę Szczecinek	17.05.1986	Bydgoszcz
43	8:23.89	BASIAK	Bogdan	69	LKS Pomorze Stargard	04.06.1988	Zielona Góra
44	8:24.6.	JASKÓLSKI	Sławomir	60	LKS Pomorze Stargard	10.10.1978	Stargard
45	8:25.66	SIKORSKI	Tomasz	77	LKS Pomorze Stargard	20.07.1995	Warszawa
46	8:26.4.	ZIELIŃSKI	Krzysztof	56	Ogrodnik Pyrzyce	27.08.1977	Lubiń
47	8:26.40	KACZYŃSKI	Dariusz	68	LKS Pomorze Stargard	25.08.1986	Poznań
49	8:26.62	TYMA	Piotr	72	Łan Koszalin	03.08.1991	Sopot
50	8:27.0.	ALIŃSKI	Stanisław	45	SKL Szczecin	1969	
51	8:27.10	KRAUS	Krzysztof	94	MKS Olimp Łobez	22.06.2012	Białystok
52	8:27.19	JAKUBIEC	Andrzej	72	Orlę Szczecinek	16.06.1991	Warszawa
53	8:27.4.	PAWŁAK	Ryszard	54	LKS Pomorze Stargard	24.08.1974	Kyritz
54	8:27.48	LANCMAN	Michał	90	LKS Pomorze Stargard	03.07.2009	Słupsk
55	8:27.6.	GRAJEK	Piotr	63	Budowlani Szczecin	27.04.1986	Poznań
56	8:27.63	PODBERSKI	Józef	64	Maraton Dębno	02.06.1991	Stargard
57	8:27.94	ONOPIUK	Jacek	71	LKS Pomorze Stargard	23.06.1990	Poznań
58	8:28.11	WLAK	Kamil	83	KL Iskra Białogard	03.09.2005	Białogard
59	8:28.12	SAFARYN	Krzysztof	85	LKS Pomorze Stargard	21.08.2004	Białogard
60	8:28.2.	WOJTASIK	Kazimierz	43	Pogoń Szczecin	24.07.1966	Wałcz
61	8:28.83	MALIŃSKI	Zbigniew	76	LKS Pomorze Stargard	16.09.1995	Grudziądz
62	8:28.8.	KOCIĘCKI	Leszek	49	AZS Szczecin	02.09.1973	Warszawa

63	8:28.8.	KRAWIEC	Dariusz	67	KMKL Sztorm Kołobrzeg	14.09.1986	Bydgoszcz
64	8:29.2.	KRYSZCZUK	Czesław	44	SKL Szczecin	27.09.1970	Szczecin
65	8:29.53	MUSIAŁ	Marcin	76	LKS Pomorze Stargard	14.09.1996	Stargard
66	8:29.8.	KOŁODZIEJCZYK	Piotr	51	KL Iskra Białogard	25.07.1974	Warszawa
67	8:30.49	SAJEK	Marcin	85	Mokasyn Płoty	26.07.2009	Sopot
68	8:30.6.	KACZMAREK	Roman	55	Budowlani Szczecin	20.04.1975	Szczecin
69	8:30.84	GŁOWACKI	Michał	82	MLUKS Mokasyn Płoty	18.05.2011	Watford
70	8:31.0.	STRZESZEWSKI	Dariusz	65	UKS Barnim Goleniów	31.08.1984	Białystok
71	8:31.11	LEWANDOWSKI	Tomasz	80	MKL Szczecin	25.05.2002	Szczecin
72	8:31.58	PAWLIKOWSKI	Robert	71	LKS Pomorze Stargard	23.06.1990	Poznań
73	8:31.87	JURKIEWICZ	Janusz	67	Budowlani Szczecin	23.08.1986	Spała
74	8:31.93	SZCZĘŚNIAK	Zenon	70	LKS Pomorze Stargard	01.06.1996	Zabrze
75	8:32.0.	KLUJ	Henryk	47	SKL Szczecin	28.09.1968	Szczecin
76	8:32.28	MURAWSKI	Zbigniew	66	Maratończyk Team Szczecin	25.06.2011	Szczecin
77	8:32.4.	MATUSEWICZ	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	10.06.1971	Warszawa
78	8:32.4.	SZEPCZYŃSKI	Adam	52	Budowlani Szczecin	06.10.1977	Pyrzyce
79	8:32.50	KĄPIŃSKI	Sławomir	66	KB Sporting Międzyzdroje	08.06.2003	Płock
80	8:32.98	DĄBKOWSKI	Łukasz	81	LKS Pomorze Stargard	11.08.2001	Białogard
81	8:33.30	ADAMOWSKI	Andrzej	64	Budowlani Szczecin	28.05.1988	Sopot
82	8:33.73	ZABIELSKI	Józef	73	MKL Szczecin	11.09.2004	Kraków
83	8:34.8.	CHRABĄSZCZ	Jerzy	44	AZS Szczecin	14.05.1967	Szczecin
84	8:35.12	GADOMSKI	Paweł	02	MKS Hermes Gryfino	22.05.2021	Gdańsk
85	8:35.4.	WOSIŃSKI	Jerzy	43	SKL Szczecin	22.06.1968	Szczecin
86	8:36.58	MAGOŃSKI	Mariusz	68	Budowlani Szczecin	31.05.1987	Stargard
87	8:36.58	SITARZ	Jarosław	71	Orlę Szczecinek	10.06.1989	Zielona Góra
88	8:37.0.	DREWICZ	Wiesław	46	LKS Pomorze Stargard	29.09.1968	Szczecin
89	8:37.05	ORGANKA	Marcin	79	LKS Pomorze Stargard	27.09.1998	Stargard
90	8:37.20	BIAŁECKI	Andrzej	68	MKL Maraton Świnoujście	28.05.1988	Sopot

5000 m w historii ZZLA

1	13:45.94	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	29.08.2015	Białogard
2	13:47.21	MAMIŃSKI	Bogusław	55	Bałytk Rewal	05.08.1993	Sopot
3	13:49.29	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sporting Międzyzdroje	28.06.1998	Wrocław
4	13:50.05	KOWALSKI	Robert	63	Budowlani Szczecin	02.08.1986	Sopot
5	13:51.88	GOJRZEWSKI	Grzegorz	61	LKS Pomorze Stargard	06.08.1983	Sopot
6	13:56.44	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	14.09.1996	Wrocław
7	13:56.82	CICHOCKI	Jarosław	71	KMKL Sztorm Kołobrzeg	13.05.1998	Koblencja
8	13:58.36	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	Budowlani Szczecin	20.07.1985	Sopot
9	13:58.8.	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	23.08.1975	Warszawa
10	13:59.6.	KRZYSIEK	Zbigniew	56	LKS Pomorze Stargard	15.07.1980	Warszawa
11	13:59.71	SKORUPA	Marek	91	UKS Barnim Goleniów	29.06.2015	Watford
12	14:07.87	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	30.08.2020	Włocławek
13	14:09.46	KWIATKOWSKI	Sławomir	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	06.08.1999	Sopot
14	14:09.8.	BAK	Kazimierz	56	LKS Pomorze Stargard	20.05.1976	Bydgoszcz
15	14:10.58	SHEGUMO	Yared	83	KB Sporting Międzyzdroje	13.08.2011	Bydgoszcz
16	14:11.73	KABAT	Damian	89	WMLKS Pomorze Stargard	28.05.2016	Watford (ENG)
17	14:12.13	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	02.09.2007	Częstochowa
18	14:14.4.	KOCIEŃKI	Leszek	49	AZS Szczecin	26.08.1973	Warszawa
19	14:16.50	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	26.06.2021	Poznań
20	14:18.10	PANKRATOW	Paweł	95	MKS Hermes Gryfino	07.06.2017	Łomża
21	14:18.61	NAWROT	Krzysztof	73	Zryw Szczecin	05.08.1993	Sopot
22	14:23.36	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sporting Międzyzdroje	17.06.2012	Bielsko-Biała
23	14:24.73	LANCMAN	Michał	90	LKS Pomorze Stargard	04.07.2008	Szczecin
24	14:26.2.	LITTECK	Ryszard	61	LKS Pomorze Stargard	15.08.1982	Sopot
25	14:26.65	KAPIŃSKI	Sławomir	66	KB Sporting Międzyzdroje	04.07.2004	Bydgoszcz
26	14:27.42	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	17.08.2010	Międzyzdroje
27	14:28.73	ROMAŃCZUK	Maciej	65	Orlę Szczecinek	26.08.1966	Poznań
28	14:28.81	SZCZĘŚNIAK	Zenon	70	LKS Pomorze Stargard	13.09.1997	Poznań
29	14:28.99	SIKORSKI	Tomasz	77	LKS Pomorze Stargard	02.09.1995	Biała Podlaska
30	14:31.4.	GADOMSKI	Waldemar	51	KL Iskra Białogard	17.09.1971	Warszawa
31	14:32.1.	ZAJĄC	Janusz	56	LKS Pomorze Stargard	02.08.1986	Sopot
32	14:33.24	SWATOWSKI	Marek	64	Budowlani Szczecin	12.09.1985	Ziel. Góra
33	14:33.34	PACUŁA	Radosław	75	Budowlani Szczecin	08.06.1996	Białogard
34	14:34.8.	SZEP CZYŃSKI	Adam	52	Budowlani Szczecin	04.05.1978	Poznań
35	14:35.72	ROJEWSKI	Przemysław	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.07.1999	Białogard
36	14:36.06	ZIELIŃSKI	Kamil	89	KB Sporting Międzyzdroje	30.08.2009	Bielsko-Biała
37	14:36.6.	LITTECK	Marian	54	LKS Pomorze Stargard	22.08.1976	Warszawa
38	14:38.2.	ROCHOWSKI	Janusz	47	SKL Szczecin	17.05.1970	Bydgoszcz
39	14:38.71	SAJEK	Marcin	95	MLUKS Mokasyn Płoty	31.07.2009	Bydgoszcz
40	14:38.8.	WILKOWSKI	Czesław	36	Pogoń Szczecin	30.06.1961	Poznań
41	14:39.6.	ZDEBSKI	Jan	37	Pogoń Szczecin	28.09.1965	Szczecin
42	14:40.9.	BUGAJ	Mirosław	60	Budowlani Szczecin	10.08.1980	Sopot
43	14:41.22	KUFEL	Marcin	79	KL Bałytk Koszalin	23.09.2000	Białogard
44	14:41.55	GROBERSKI	Michał	00	UKS Barnim Goleniów	15.05.2022	Piaseczno
45	14:41.84	TWÓR	Maciej	85	MLUKS Mokasyn Płoty	08.07.2010	Bielsko-Biała
46	14:41.89	MAZERSKI	Bartosz	76	KB Sporting Międzyzdroje	30.08.2003	Gdańsk
47	14:42.45	DĄBKOWSKI	Łukasz	81	LKS Pomorze Stargard	31.08.2001	Spała
48	14:45.2.	KOLCZYŃSKI	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	19.07.1975	Bydgoszcz
49	14:46.0.	KOODZIEJCZYK	Piotr	51	KL Iskra Białogard	18.08.1974	Stargard
50	14:47.6.	STASZAK	Włodzimierz	48	Budowlani Szczecin	07.09.1969	Szczecin
51	14:48.95	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Bukowina Wałcz	25.08.1990	Kielce
52	14:49.06	MUSIAŁ	Marcin	76	LKS Pomorze Stargard	30.09.1995	Białogard
53	14:49.32	GŁOWACKI	Michał	82	Mokasyn Płoty	13.08.2011	Bydgoszcz
54	14:50.93	ADAMOWSKI	Andrzej	64	Budowlani Szczecin	01.08.1987	Sopot
55	14:51.34	TYMA	Piotr	72	Łan Koszalin	25.06.1991	Lublin
56	14:52.15	ORGANKA	Marcin	79	LKS Pomorze Stargard	26.09.1998	Białogard
57	14:52.4.	DREWICZ	Wiesław	46	LKS Pomorze Stargard	14.10.1971	Stargard
58	14:52.87	KRAWIEC	Dariusz	67	KMKL Sztorm Kołobrzeg	27.09.1986	Białogard
59	14:53.04	KRUCZYŃSKI	Dariusz	77	LKS Pomorze Stargard	26.09.1998	Białogard
60	14:53.3.	KRYSZCZUK	Czesław	44	SKL Szczecin	23.09.1970	Ziel. Góra
61	14:53.41	PRZYGORSKI	Paweł	83	LKS Pomorze Stargard	29.08.2003	Ziel. Góra
62	14:54.55	KACZYŃSKI	Dariusz	68	LKS Pomorze Stargard	27.09.1986	Bydgoszcz

63	14:54.7.	JASKÓLSKI	Sławomir	68	LKS Pomorze Stargard	17.09.1977	Warszawa
64	14:54.8.	MATUSEWICZ	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	11.10.1970	Łódź
65	14:55.8.	ALIŃSKI	Stanisław	45	AZS Szczecin	07.08.1966	Poznań
66	14:56.0.	SZCZERBIŃSKI	Krzysztof	53	Energetyk Gryfino	20.09.1975	Ziel. Góra
67	14:56.99	HELAK	Leszek	62	Orzeł Wałcz	26.06.1981	Poznań
68	14:57.01	LESZCZYŃSKI	Robert	75	Budowlani Szczecin	16.07.1997	Kraków
69	14:58.28	BURDA	Krzysztof	70	LKS Pomorze Stargard	02.06.1991	Stargard
70	14:58.6.	CHRABĄSZCZ	Jerzy	44	AZS Szczecin	09.10.1966	Szczecin
71	14:59.2.	STAŃCZAK	Lucjan	42	LKS Pomorze Stargard	20.06.1946	Gorzów
72	14:59.47	RYBARCZYK	Jan	66	Budowlani Szczecin	07.08.1988	Łódź
73	15:00.4.	WOJTASIK	Kazimierz	43	Pogoń Szczecin	02.10.1968	Szczecin
74	15:01.2.	SIRANT	Józef	56	KL Iskra Białogard	01.06.1975	Wałcz
75	15:01.87	GADOMSKI	Paweł	02	MKS Hermes Gryfino	05.06.2021	Piaseczno
76	15:03.2.	PAWŁOWSKI	Eugeniusz	40	KL Iskra Białogard	03.10.1965	Szczecin
77	15:03.43	CELAK	Mateusz	96	MKL Szczecin	22.07.2017	Białystok
78	15:04.0.	KLUJ	Henryk	47	SKL Szczecin	16.10.1968	Szczecin
79	15:04.1.	MICHNIEWSKI	Grzegorz	55	Budowlani Szczecin	13.07.1974	Rostock
80	15:04.2.	WOLLHERR	Andrzej	53	Budowlani Szczecin	13.07.1974	Rostock
81	15:04.8.	NIEBUDEK	Sylwester	48	SKL Szczecin	19.09.1968	Kraków

10 000 m w historii ZZLA

1	28:33.26	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	Budowlani Szczecin	29.07.1984	Sopot
2	28:39.95	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	28.04.2019	Białogard
3	29:12.85	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	07.04.2018	Braga (POR)
4	29:15.58	SKORUPA	Marek	91	UKS Barnim Goleniów	21.04.2012	Mikołów
5	29:31.05	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	29.07.1977	Bydgoszcz
6	29:32.06	GOJRZEWSKI	Grzegorz	61	LKS Pomorze Stargard	21.08.1982	Sopot
7	29:39.65	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	31.05.1997	Sopot
8	29:42.37	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sporting Międzyzdroje	03.05.2011	Lidzbark Warm.
9	29:48.18	CICHOCKI	Jarosław	71	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.05.1998	Bydgoszcz
10	29:50.15	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	16.05.2015	Wieliczka
11	29:58.8.	LITTECK	Marian	54	LKS Pomorze Stargard	14.08.1976	Stargard
12	30:04.47	KWIATKOWSKI	Sławomir	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.05.1999	Sopot
13	30:08.42	KABAT	Damian	89	WMLKS Pomorze Stargard	28.04.2018	Łomża
14	30:10.24	PACUŁA	Radosław	75	Budowlani Szczecin	22.09.1996	Wrocław
15	30:15.23	NAWROT	Krzysztof	73	Budowlani Szczecin	20.08.1994	Białystok
16	30:17.18	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	16.05.2015	Wieliczka
17	30:18.78	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	03.05.2011	Lidzbark Warm.
18	30:18.89	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	06.05.2006	Międzyzdroje
19	30:19.0.	SZEPczyŃSKI	Adam	52	Budowlani Szczecin	25.06.1976	Bydgoszcz
20	30:27.08	KAPIŃSKI	Sławomir	66	KB Sporting Międzyzdroje	09.07.2003	Płock
21	30:27.6.	KOCIĘCKI	Leszek	49	AZS Szczecin	05.10.1974	Bydgoszcz
22	30:28.38	GROBERSKI	Michał	0	RAZ Szczecin	24.04.2021	Goleniów
23	30:29.09	SZCZĘŚNIAK	Zenon	70	LKS Pomorze Stargard	24.08.1991	Białystok
24	30:40.2.	ROCHOWSKI	Janusz	47	SKL Szczecin	09.08.1971	Warszawa
25	30:41.8.	KALCZYŃSKI	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	01.05.1975	Szczecin
26	30:43.53	LITTECK	Ryszard	61	LKS Pomorze Stargard	28.08.1982	Łódź
27	30:48.3.	BUGAJ	Mirosław	60	Budowlani Szczecin	19.08.1981	Warszawa
28	30:49.7.	SZCZERBIŃSKI	Krzysztof	53	Energetyk Gryfino	07.07.1984	Sopot
29	30:50.36	ZAJĄC	Janusz	56	LKS Pomorze Stargard	03.06.1986	Grudziądz
30	30:52.57	SAJEK	Marcin	85	MLUKS Mokasyn Płoty	02.05.2010	Sosnowiec
31	30:56.30	LESZCZYŃSKI	Robert	75	Budowlani Szczecin	07.09.1997	Kraków
32	30:57.0.	WILKOWSKI	Czesław	36	Pogoń Szczecin	25.10.1965	Szczecin
33	30:58.0.	KOŁODZIEJCZYK	Piotr	51	KL Iskra Białogard	23.08.1979	Poznań
34	31:04.72	PANKRATOW	Paweł	95	MKS Hermes Gryfino	20.05.2017	Bielsko-Biała
35	31:07.65	BIAŁECKI	Andrzej	68	MKL Maraton Świnoujście	09.09.1988	Sopot
36	31:14.53	MAJDZIŃSKI	Konrad	97	WMLKS Pomorze Stargard	24.04.2021	Goleniów
37	31:14.95	ZABIELSKI	Józef	73	MKL Szczecin	06.05.2004	Police
38	31:15.57	PIWOWARCZYK	Wojciech	94	WMLKS Pomorze Stargard	27.04.2014	Białogard
39	31:19.33	ORGANKA	Marcin	79	LKS Pomorze Stargard	17.06.2000	Poznań
40	31:21.2.	STOŁOWSKI	Mieczysław	55	Budowlani Szczecin	01.09.1974	Szczecin
41	31:35.6.	JAGODZIŃSKI	Władysław	51	LKS Pomorze Stargard	02.10.1971	Szczecin
42	31:38.6.	BRYŁA	Józef	24	Pogoń Szczecin	22.10.1955	Szczecin
43	31:38.8.	ALIŃSKI	Stanisław	45	SKL Szczecin	19.10.1968	Szczecin
44	31:39.6.	STAŃCZAK	Lucjan	42	LKS Pomorze Stargard	23.08.1975	Gorzów
45	31:41.0.	GIERBA	Krzysztof	56	Budowlani Szczecin	28.05.1975	Warszawa
46	31:41.0.	GOLIŃSKI	Wiesław	53	KL Iskra Białogard	12.10.1980	Białogard
47	31:41.2.	KOTELECKI	Jerzy	52	Budowlani Szczecin	01.05.1975	Szczecin
48	31:42.0.	DYBAŁA	Waldemar	56	Budowlani Szczecin	01.09.1974	Szczecin
49	31:42.2.	KRZEWIŃSKI	Ignacy	40	LKS Pomorze Stargard	02.10.1965	Bydgoszcz
50	31:42.8.	ZDEBSKI	Jan	37	Pogoń Szczecin	22.10.1966	Szczecin
51	31:52.97	LEWANDOWSKI	Tomasz	81	MKL Szczecin	24.08.2002	Kraków
52	31:53.0.	DAWCZYK	Henryk	42	AZS Szczecin	02.10.1965	Szczecin
53	31:54.13	CELAK	Mateusz	96	MKL Szczecin	29.04.2017	Rybnik
54	32:00.6.	KACZOROWSKI	Czesław	44	Pogoń Szczecin	28.09.1969	Oleśnica
55	32:06.4.	MAŚLANEK	Paweł	68	Orzeł Wałcz	16.09.1986	Sopot
56	32:09.0.	KOWALCZYK	Ignacy	43	LKS Pomorze Stargard	19.08.1967	Chorzów
57	32:09.3.	SZUMOCCI	Andrzej	60	Budowlani Szczecin	14.09.1980	Racibórz
58	32:20.0.	WYGANOWSKI	Andrzej	45	KMKL Sztorm Kołobrzeg	07.07.1984	Sopot
59	32:21.0.	POKOJSKI	Feliks	39	LKS Pomorze Stargard	02.10.1965	Bydgoszcz
60	32:22.8.	FLAK	Józef	45	SKL Szczecin	01.07.1972	Szczecin
61	32:23.0.	PATER	Jerzy	52	LKS Pomorze Stargard	01.07.1972	Szczecin
62	32:23.53	JURGIEWICZ	Bartosz	90	MKL Szczecin	29.04.2017	Rybnik

63	32:27.99	OLIWA	Michał	97	MKL Szczecin	19.09.2020	Karpacz
64	32:35.87	KRUCZKOWSKI	Dariusz	77	LKS Pomorze Stargard	31.05.1997	Sopot
65	32:37.91	TWÓR	Maciej	85	MLUKS Mokasyn Płoty	22.09.2007	Piła
66	32:41.8.	MĄKOSA	Feliks	45	Budowlani Szczecin	25.10.1967	Szczecin
67	32:44.5.	WALO	Zdzisław	58	KL Iskra Białogard	13.10.1984	Słupsk
68	32:46.8.	NADKAŃSKI	Andrzej	57	Ogrodnik Pyrzyce	08.09.1978	Łódź

półmaraton w historii ZZLA

1	1:01.32	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	17.10.2020	Gdynia
2	1:02.20	GŁADKI	Piotr	72	KB Sporting Międzyzdroje	23.03.2002	Den Haag
3	1:02.24	CHABOWSKI	Marcin	86	Pomerania Szczecinek	30.09.2018	Glasgow (GBR)
4	1:02.51	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	01.05.2022	Verona (ITA)
5	1:04.21	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	06.09.2009	Piła
6	1:04.32	KABAT	Damian	89	WMLKS Pomorze Stargard	17.09.2021	Bydgoszcz
7	1:04.38	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sporting Międzyzdroje	27.03.2011	Warszawa
8	1:05.02	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	15.02.1998	Uitslag (Hol)
9	1:05.08	MAZERSKI	Bartosz	76	KB Sporting Międzyzdroje	24.03.2002	Metz
10	1:05.12	NOWAK	Andrzej	66	KB Sporting Międzyzdroje	25.03.2000	Praga
11	1:05.21	CICHOCKI	Jarosław	71	KL Iskra Białogard	21.09.2002	Ulster
12	1:05.28	BEBŁO	Leszek	66	KB Sporting Międzyzdroje	22.09.2002	Saint-Denis
13	1:05.28	KĄPINSKI	Sławomir	66	KB Sporting Międzyzdroje	20.07.2003	Okonek
14	1:05.33	SZCZĘŚNIAK	Zenon	70	LKS Pomorze Stargard	01.03.1998	Frankfurt
15	1:05.39	KOZŁOWSKI	Tomasz	60	KB Sporting Międzyzdroje	27.08.1994	Brzeszcze
16	1:05.48	KWIATKOWSKI	Sławomir	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	22.09.2002	Ustka
17	1:05.51	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sporting Międzyzdroje	05.09.2004	Piła
18	1:06.17	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	03.04.2022	Poznań
19	1:06.38	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	06.09.2009	Piła
20	1:06.51	CHAWAWKO	Tomasz	74	Artech Dąb Dębno	02.06.2002	Jawor
21	1:07.51	ROJEWSKI	Przemysław	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	16.08.2003	Ustka
22	1:07.52	SAJEK	Marcin	85	MLUKS Mokasyn Płoty	28.03.2010	Poznań
23	1:08.23	KULCZYK	Jerzy	62	Głaz Tychowo	24.09.2000	Ustka
24	1:08.25	JANICKI	Jarosław	66	Energetyk Gryfino	16.05.2004	Szczecin
25	1:08.37	NAWROT	Krzysztof	73	Budowlani Szczecin	03.03.1996	Kitzmann Cup
26	1:08.51	NIEMCZAK	Antoni	55	KB Sporting Międzyzdroje	14.09.2003	Warszawa
27	1:08.59	MAŚLANY	Paweł	68	Wałcz	07.09.2001	Ustka
28	1:09.12	BUT	Michał	78	KL Iskra Białogard	24.09.2000	Ustka
29	1:09.15	KUFEL	Marcin	79	Bałtyk Koszalin	25.03.2006	Warszawa
30	1:09.48	BIAŁECKI	Andrzej	68	Świnoujście	1990	Gdańsk
31	1:09.53	LESZCZYŃSKI	Robert	75	MKL Szczecin	25.03.2000	Praga
32	1:10.16	GRZONKA	Paweł	84	MKL Szczecin	06.09.2015	Piła
33	1:10.35	KALINOWSKI	Zbigniew	82	UKL Ósemka Police	22.03.2015	Kraków
34	1:10.41	DEPUTAT	Marek	64	KB Sporting Międzyzdroje	11.06.1995	Otwock
35	1:10.46	SZUMIEC	Jan	59	Polmo Szczecin	24.06.1984	Otwock
36	1:10.52	LULKA	Marek	59	Szczecin	1990	Gdańsk
37	1:10.57	KANIA	Marian	60	Police	1990	Gdańsk
38	1:11.06	RABE	Marcin	79	MKL Szczecin	09.09.2001	Piła
39	1:11.13	MŁYNARSKI	Grzegorz	71	Rzeplino	01.09.2001	Wolgast
40	1:11.13	ZABIELSKI	Józef	73	MKL Szczecin	05.09.2004	Piła
41	1:11.21	SKARŻYŃSKI	Jerzy	59	MKL Szczecin	15.05.2011	Thionville
42	1:11.22	HRYCIUK	Łukasz	86	MKS Dąb Dębno Lubuskie	27.02.2011	Wiązowna
43	1:11.23	UDOWIENI	Zdzisław	56	Silnowo	09.09.2001	Piła
44	1:11.36	MUSIAŁ	Adam	58	Budowlani Szczecin	02.03.1997	Frankfurt
45	1:11.38	KOZAK	Arkadiusz	72	Koszalin	25.03.2007	Bydgoszcz
46	1:12.16	KOTARSKI	Wiesław	56	Police	1990	Gdańsk
47	1:12.18	BURDA	Krzysztof	63	KPP Kołobrzeg	1990	Gdańsk
48	1:12.25	OSICKI	Artur	79	Delf Gryfino	07.07.2002	Szczecin
49	1:12.29	MAKAREWICZ	Damian	82	Jedynka Szczecinek	22.09.2002	Ustka
50	1:12.29	WITKOWSKI	Mateusz	93	KL KL Iskra Białogard	06.09.2015	Piła
51	1:12.39	NOWICKI	Bartosz	84	MKL Szczecin	13.09.2015	Zielona Góra
52	1:12.53	POKRZYWIŃSKI	Krzysztof	62	TKKF Tytan Police	22.09.2002	Ustka
53	1:13.20	POCHRANOWICZ	Janusz	56	pow. Koszalin	01.04.2001	Września
54	1:13.23	ORGANKA	Marcin	79	LKS Pomorze Stargard	08.07.2001	Szczecin
55	1:13.25	WASZCZUK	Tomasz	80	Uniwersytet Szczecin	06.07.2003	Szczecin
56	1:13.27	JURGIEWICZ	Bartosz	90	LKS Olympic Szczecin	07.09.2014	Piła
57	1:13.44	GŁOWACKI	Michał	82	MLUKS Mokasyn Płoty	04.03.2012	Paris
58	1:13.45	PELO	Artur	78	LUKS Wieża Postomino	13.09.2015	Zielona Góra
59	1:14.02	PODBERESKI	Józef	63	Szczecin	07.07.2002	Szczecin
60	1:14.03	BORZĘCKI	Norbert	80	niestowarzyszony	18.06.2016	Wrocław
61	1:14.18	SZYMAŃSKI	Sylwester	73	ULKS Barwice	18.06.2016	Wrocław
62	1:14.24	CHUDZIŃSKI	Tadeusz	75	KB Sporting Międzyzdroje	15.08.2002	Radzymin
63	1:14.25	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	Stargard	09.09.2001	Piła

64	1:14.28	CHUDY	Sylwester	81	TKKF Ślawnko	05.09.2004	Piła
65	1:14.30	KOTELECKI	Jerzy	52	Polmo Szczecin	24.06.1984	Otwock
66	1:14.42	SZYCH	Robert	71	MKL Szczecin	02.03.2003	Wiązowna
67	1:14.51	ZABORSKI	Ryszard	71	CSSP Koszalin	06.09.2009	Piła
68	1:15.01	TATARCZAK	Norbert	71	Stepnica p.Goleniów	09.09.2001	Piła
69	1:15.24	CHWEDIUK	Andrzej	87	Maratończyk Team Szczecin	29.03.2009	Warszawa
70	1:15.32	MUŚ	Przemysław	80	KL Iskra Białogard	24.09.2000	Ustka
71	1:15.45	PECYNA	Andrzej	70	LKS Ślawnko	25.04.2004	Wrocław

maraton w historii ZZLA

1	2:10.13	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	2021.12.05	Valencia (ESP)
2	2:10.17	CHABOWSKI	Marcin	86	STS Pomerania Szczecinek	18.04.2021	Enschede (NED)
3	2:10.21	NOWICKI	Adam	90	MKL Szczecin	18.04.2021	Enschede (NED)
4	2:11.16	GŁADKI	Piotr	72	KB Sporting Międzyzdroje	21.04.2002	Hamburg
5	2:11.42	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	Budowlani Szczecin	06.04.1986	Dębno
6	2:12.48	NOWAK	Andrzej	66	Montbud Nowogard	08.12.1999	Palermo
7	2:13.30	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sporting Międzyzdroje	18.04.2010	Wiedeń
8	2:13.42	BEBŁO	Leszek	66	KB Sporting Międzyzdroje	08.04.2001	Paryż
9	2:14.14	KOZŁOWSKI	Tomasz	60	KB Sporting Międzyzdroje	23.04.1994	Belgrad
10	2:16.19	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sporting Międzyzdroje	08.04.2001	Dębno
11	2:17.06	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	25.10.1978	Budapeszt
12	2:17.28	UDOWIENI	Zdzisław	56	Silnowo	1988	
13	2:18.08	CICHOCKI	Jarosław	71	KL Iskra Białogard	29.10.2000	Frankfurt
14	2:18.29	SZCZĘŚNIAK	Zenon	70	LKS Pomorze Stargard	25.04.1999	Wrocław
15	2:18.35	JANICKI	Jarosław	66	Energetyk Gryfino	1994	Appeldorn
16	2:18.52	MOSIĄDZ	Zbigniew	59	Budowlani Szczecin	06.04.1986	Dębno
17	2:19.05	ROJEWSKI	Przemysław	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.11.2003	La Rochelle
18	2:19.32	MURAWSKI	Zbigniew	66	Budowlani Szczecin	24.09.1995	Warszawa
19	2:19.46	MAZERSKI	Bartosz	76	KB Sporting Międzyzdroje	14.04.2002	Dębno
20	2:20.23	KWIATKOWSKI	Sławomir	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	25.04.2004	Wrocław
21	2:20.24	KAPIŃSKI	Sławomir	66	KB Sporting Międzyzdroje	13.04.2003	Dębno
22	2:20.50	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sporting Międzyzdroje	29.09.2013	Warszawa
23	2:21.18	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	LKS Pomorze Stargard	16.05.1993	Wrocław
24	2:21.58	KOŁODZIEJCZYK	Piotr	51	KL Iskra Białogard	20.08.1978	Otwock
25	2:21.9.	SZEP CZYŃSKI	Adam	52	Budowlani Szczecin	16.09.1976	Dębno
26	2:22.38	POCZWARDOWSKI	Kamil	84	KB Sporting Międzyzdroje	27.03.2011	Bratislava (SVK)
27	2:22.59	NIEMCZAK	Antoni	55	KB Sporting Międzyzdroje	05.10.2003	St. Paul
28	2:24.57	BAK	Kazimierz	56	LKS Pomorze Stargard	06.05.1984	Dębno
29	2:25.10	ZAJĄC	Janusz	56	LKS Pomorze Stargard	27.03.1988	Dębno
30	2:25.20	CHAWAWKO	Tomasz	74	Artech Dąb Dębno	30.09.2001	Warszawa
31	2:25.37	BIAŁY	Zbigniew	56	Budowlani Szczecin	20.08.1978	Otwock
32	2:26.41	MĄKOSA	Felicjan	45	Społem Szczecin	27.04.1980	Dębno
33	2:26.45	GŁOWACKI	Michał	82	Mokasyn Płoty	28.04.2013	Manchester (GBR)
34	2:28.10	LESZCZYŃSKI	Robert	75	MKL Szczecin	16.04.2000	Dębno
35	2:28.20	PELO	Artur	78	Wieża Postomino	15.04.2012	Dębno
36	2:28.25	SZUMIEC	Jan	54	Police	05.04.1987	Dębno
37	2:28.33	SZUMOCKI	Andrzej	60	Budowlani Szczecin	27.04.1980	Dębno
38	2:28.56	ANIA	Marian	60	Police	1992	Wrocław
39	2:30.53	KALINOWSKI	Zbigniew	82	UKL Ósemka Police	19.04.2015	Kraków
40	2:28.56	KULCZYK	Jerzy	62	TKKF Koszalin	30.09.2001	Warszawa
41	2:29.53	HRYCIUK	Łukasz	86	Stowarz. Maraton Dębno	25.09.2022	Berlin (GER)
42	2:30.52	GĘBALA	Stanisław	57	Olimp Łobez	1992	Berlin
43	2:31.01	SZCZERBIŃSKI	Krzysztof	53	Energetyk Gryfino	24.05.1981	Dębno
44	2:32.24	STAŃCZAK	Lucjan	42	LKS Pomorze Stargard	15.06.1975	Dębno
45	2:32.52	MŁYNARSKI	Grzegorz	71	Rzeplino p.Pyrzyce	30.09.2001	Berlin
46	2:33.17	SANECKI	Marek	65	Energetyk Gryfino	1991	
47	2:33.37	KOTELEWSKI	Kazimierz	59	LKS Pomorze Stargard	1985	Warszawa
48	2:33.49	MIGAŁA	Michał	83	Ironman Szczecin	10.04.2005	Dębno
49	2:33.59	WIĘZIK	Henryk	45	Żak Wałcz	1992	
50	2:34.09	POKRZYWIŃSKI	Krzysztof	62	TKKF Tytan Police	10.10.2004	Poznań
51	2:34.32	KOTARSKI	Wiesław	56	Police	1991	Poczdám
52	2:34.51	PODBERESKI	Józef	63	OSiR Dębno	04.04.2004	Dębno
53	2:34.58	SAŁGAN	Krzysztof	58	Police	27.03.1988	Dębno
54	2:35.14	MALINOWSKI	Jerzy	42	Maraton Świnoujście	20.04.1986	Wolgast
55	2:36.24	BOGDANOWICZ	Zbigniew	57	Polmo Szczecin	05.04.1987	Dębno
56	2:36.36	LITTECK	Ryszard	61	LKS Pomorze Stargard	26.09.1982	Warszawa
57	2:36.52	JURGIEWICZ	Bartosz	90	MKL Szczecin	19.09.2015	Szczecin
58	2:37.34	LULKA	Marek	59	Szczecin	27.03.1988	Dębno
59	2:38.15	SZYCH	Robert	71	MKL Szczecin	30.09.2001	Berlin
60	2:38.16	WYGANOWSKI	Andrzej	45	KMKL Sztorm Kołobrzeg	06.04.1986	Dębno
61	2:38.18	TOBOŁA	Roman	57	Łan Koszalin	27.03.1988	Dębno
62	2:38.26	SOBCZYK	Robert	67	KMP Kołobrzeg	15.04.2007	Dębno

63	2:38.56	ZABORSKI	Ryszard	71	CSSP Koszalin	27.09.2009	Warszawa
64	2:38.57	PACUŁA	Radosław	75	KMR Police	30.09.2001	Berlin

100 km w historii ZZLA

1	6:17.56	SZUMIEC	Jan	54	FMS Polmo Szczecin	13.09.1986	Winschoten (NED)
2	6:22.33	JANICKI	Jarosław	66	Energetyk Gryfino	21.10.1995	Kalisz
3	6:33.11	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	LKS Pomorze Stargard	10.10.1992	Kalisz
4	6:45.53	CHAWAWKO	Tomasz	74	Artech Dąb Dębno	01.10.2000	Kalisz
5	7:01.16	MAKOSA	Felicjan	45	Police	27.10.1984	Kalisz
6	7:11.35	BOGDANOWICZ	Zbigniew	57	Szczecin	26.10.1987	Kalisz
7	7:23.06	KULCZYK	Jerzy	62	Głaz Tychowo	17.10.1998	Kalisz
8	7:28.29	MALINOWSKI	Zbigniew	54	KB Neptun Kołobrzeg	18.10.1997	Kalisz
9	7:38.55	PISMENKO	Wojciech	63	Spółnia Świdwin	18.09.1993	Winschoten (NED)
10	7:49.13	KOTARSKI	Wiesław	54	TKKF Tytan Police	01.10.2000	Kalisz
11	7:51.33	POKRZYWIŃSKI	Krzysztof	62	TKKF Tytan Police	01.10.2000	Kalisz
12	7:54.13	LASOTA	Mirosław	53	PKS Wałcz	08.10.1994	Kalisz
13	7:55.23	KOTLECKI	Jerzy	52	Szczecin	10.10.1982	Kalisz
14	8:04.16	KASPRZAK	Bogdan	54	KB Neptun Kołobrzeg	12.10.1996	Kalisz
15	8:11.46	LISZEWSKI	Zygmunt	51	Szczecin	10.10.1982	Kalisz
16	8:13.48	BUREK	Andrzej	52	Szczecin	18.10.1997	Kalisz
17	8:16.00	STASZAŁEK	Zbigniew	50	Gryfino	27.10.1984	Kalisz
18	8:22.19	MATURA	Jan	53	Police	27.10.1984	Kalisz
19	8:28.33	ZWIERZ	Stanisław	57	Koszalin	25.10.1986	Kalisz
20	8:30.55	KOZDROWSKI	Wiesław	60	Szczecin	25.10.1986	Kalisz
21	8:31.38	KOSOBUDZKI	Henryk	44	Szczecin	5.11.1983	Kalisz
22	8:40.01	MATUSIAK	Tomasz	72	Wieża Postomino	15.09.2013	Winschoten (NED)
23	8:41.10	MAJCHRZAK	J	54	Trzebiatów	26.10.1985	Kalisz
24	8:42.11	ZASADA	Szczepan	55	Gryfino	27.10.1984	Kalisz
25	8:46.40	ŚWIDZIŃSKI	Andrzej	58	Szczecin	26.10.1985	Kalisz
26	9:09.39	MARCINIAK	Janusz	57	Ustronie Morskie	25.10.1986	Kalisz
27	9:11.48	MARCINKIEWICZ	Leszek	51	Police	10.10.1982	Kalisz
28	9:14.57	MALINIAK	Mikołaj	47	Szczecin	27.10.1984	Kalisz
29	9:26.12	LESZCZAK	Jan	52	TKKF Police	26.10.1987	Kalisz
30	9:27.18	PILZ	Ryszard	57	Świnoujście	10.10.1982	Kalisz
31	9:28.01	JASICZEK	Roman	60	Stargard	01.03.2003	Koszalin
32	9:28.47	FOLTYNOWICZ	Bernard		ZPS Szczecin	26.10.1987	Kalisz
33	9:42.41	WOJTASIAK	Jerzy	47	Stargard	14.10.1989	Kalisz
34	9:46.08	MALINOWSKI	Adam	57	Święc p. Sławno	01.03.2003	Koszalin
35	9:54.10	CHUDY	Henryk	55	Święc p. Sławno	01.03.2003	Koszalin
36	9:59.30	ZAWADZKI	Kazimierz	64	Trąbki p. Stargard	01.03.2003	Koszalin
37	10:03.52	KOBIELA	Marian	36	Polmo Szczecin	26.10.1987	Kalisz
38	10:20.07	ZELEK	Artur		ZKS Reda Wolin	26.10.1987	Kalisz
39	10:25.08	WODNICKI	Zygmunt	51	Polmo Szczecin	12.10.1991	Kalisz
40	10:25.21	RZEŹNICKI	Stanisław	55	KS Chemik Police	14.10.1990	Kalisz
41	10:32.25	SZPIŁOWSKI	Włodzimierz	56	Stargard	27.10.1984	Kalisz
42	10:37.32	GRZESIŃSKI	Jacek	51	TKKF Szczecin	26.10.1985	Kalisz
43	10:41.32	KOZŁOWSKI	Henryk	53	TKKF Triathlon Szcz.	25.10.1986	Kalisz
44	11:14.45	KOSIORKIEWICZ	Władysław	57	TKKF Tytan Police	15.10.1988	Kalisz
45	11:34.57	DUZEJ	Bogusław	55	Trzebiatów	15.10.1988	Kalisz
46	11:38.09	PIETRZAK	Mieczysław		Szczecin	10 10.1982	Kalisz
47	11:39.37	WIRZMAN	Czesław	41	Szczecin	05.11.1983	Kalisz
48	12:18.57	KOPEĆ	Jan	18	Szczecin	05.11.1983	Kalisz
49	12:47.10	SKURATOWICZ	Marian	28	Świnoujście	10.10.1982	Kalisz

110 m ppł w historii ZZLA

1	13.96	FRĄCKIEWICZ	Natan	01	STS Pomerania Szczecinek	24.07.2021	Suwałki
2	13.97	JUNIEWICZ	Jakub	93	STS Pomerania Szczecinek	11.06.2016	Białogard
3	14.06	STAŚKIEWICZ	Dominik	93	STS Pomerania Szczecin	23.07.2017	Białystok
4	14.08	SANTKIEWICZ	Wiktor	98	STS Pomerania Szczecinek	09.06.2018	Słubice
5	14.57	MALAK	Paweł	90	MKL Szczecin	09.06.2012	Koszalin
6	14.4.	BUDNIK	Janusz	58	KL Bałtyk Koszalin	19.08.1983	Zielona Góra
7	14.5.	PIECYK	Stefan	56	LKS Pomorze Stargard	05.06.1977	Lubiń
8	14.66	TERCZYŃSKI	Robert	77	MKL Szczecin	11.06.2000	Poznań
9	14.68	CZAK	Jakub	01	MKL Szczecin	24.07.2021	Suwałki
10	14.89	STYPA	Wojciech	90	STS Pomerania Szczecinek	14.06.2008	Koszalin
11	14.7.	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	09.05.1976	Bydgoszcz
12	14.94	MOCZYDŁOWSKI	Paweł	94	STS Pomerania Szczecinek	18.05.2019	Warszawa
13	15.03	LEŚNICKI	Michał	88	MKL Szczecin	27.05.2006	Białogard
14	15.09	KOWALSKI	Mariusz	67	Orlę Szczecinek	11.06.1986	Poznań
15	14.9.	KRUSZYŃSKI	Zygmunt	35	KL Iskra Białogard	30.06.1961	Poznań
16	14.9.	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	26.09.1976	Spała
17	15.0.	MAKSYMÓW	Roman	41	Pogoń Szczecin	27.06.1964	Stargard
18	15.0.	KOZAKIEWICZ	Władysław	53	KL Bałtyk Koszalin	19.05.1976	Warszawa
19	15.25	ŁOSIN	Rafał	02	MKL Szczecin	17.07.2021	Białogard
20	15.29	SERKIEZ	Grzegorz	71	Orzeł Wałcz	26.05.1990	Poznań
21	15.1.	ROSA	Andrzej	67	Budowlani Szczecin	18.07.1987	Poznań
22	15.44	OLESZCZYSZYN	Piotr	97	MKS Hermes Gryfino	04.06.2017	Kraków
23	15.3.	SZCZECIŃSKI	Kazimierz	30	AZS Szczecin	02.10.1965	Szczecin
24	15.3.	MILEWSKI	Zygfryd	55	LKS Pomorze Stargard	14.09.1974	Stargard
25	15.3.	BIEĆ	Zbigniew	59	KL Bałtyk Koszalin	11.07.1981	Sopot
26	15.59	BULWAN	Dawid	98	KS Żak Wałcz	23.06.2018	Złocieniec
27	15.60	ROSADA	Karol	81	KL Iskra Białogard	20.05.2000	Białogard
28	15.4.	TYMOSIEWICZ	Zdzisław	33	AZS Szczecin	02.10.1965	Szczecin
29	15.4.	CZAJKOWSKI	Jerzy	43	Żagiel Koszalin	20.08.1967	Chorzów
30	15.4.	MICHALAK	Stanisław	48	KL Bałtyk Koszalin	23.07.1974	Warszawa
31	15.4.	MŁODOJEWSKI	Lech	62	Ogrodnik Pyrzyce	30.05.1982	Poznań
32	15.70	SOCHALSKI	Andrzej	62	KL Iskra Białogard	28.09.1982	Warszawa
33	15.5.	PACHÓŁ	Bolesław	24	Pogoń Szczecin	30.06.1961	Poznań
34	15.5.	WYSOCKI	Krzysztof	52	Darzbór Szczecinek	28.09.1972	Szczecinek
35	15.5.	KUDŁA	Andrzej	52	SKL Szczecin	28.07.1973	Szczecin
36	15.5.	OKRUTNY	Mariusz	58	KL Bałtyk Koszalin	28.05.1977	Koszalin
37	15.76	LIS	Michał	07	MKL Szczecin	24.04.2022	Szczecin
38	15.77	WOJS	Krzysztof	73	MKS Hermes Gryfino	02.09.1991	Stargard
39	15.6.	BECHT	Lechosław	42	AZS Szczecin	05.06.1965	Szczecin
40	15.93	SKIERKOWSKI	Rafał	80	Żak Wałcz	12.06.1998	Poznań
41	15.7.	HOLAK	Kazimierz		KL Iskra Białogard	28.07.1963	Białogard
42	15.7.	MAJEWSKI	Włodzimierz	58	KL Bałtyk Koszalin	28.05.1977	Koszalin
43	15.7.	KRYSTOSIK	Sławomir	56	Ogrodnik Pyrzyce	05.10.1978	Poznań
44	15.96	TOMCZYK	Marcin	76	LKS Pomorze Stargard	04.06.1994	Poznań
45	15.96	SAKOWICZ	Rafał	73	Budowlani Szczecin	16.09.1995	Grudziądz
46	15.96	SKIERKOWSKI	Jacek	79	Żak Wałcz	14.06.1997	Poznań
47	16.01	RADZIKOWSKI	Henryk	59	Budowlani Szczecin	23.06.1984	Lublin
48	16.01	WASYLIADYS	Radosław	73	LKS Pomorze Stargard	10.09.1989	Poznań
49	15.8.	TOEKE	Jan	42	KL Iskra Białogard	13.08.1961	Koszalin
50	15.8.	DUDZIAK	Wacław	41	AZS Szczecin	02.10.1965	Szczecin
51	15.8.	GAPIŃSKI	Dariusz	69	UKS Barnim Goleniów	25.05.1986	Poznań
52	16.05	SUWAŁA	Jacek	66	Budowlani Szczecin	22.06.1983	Zielona Góra
53	16.06	KUDUK	Marcin	75	MKS Hermes Gryfino	19.06.1993	Białogard
54	15.9.	WITKOWICKI	Janusz		Budowlani Szczecin	09.06.1955	Wrocław
55	15.9.	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	1970	
56	15.9.	MACIEJEWSKI	Władysław	53	SKL Szczecin	02.07.1971	Warszawa
57	15.9.	DUSZEK	Andrzej	68	Orzeł Wałcz	07.09.1985	Bydgoszcz
58	16.0.	KSIENIEWICZ	Ryszard	35	KL Iskra Białogard	1959	
59	16.0.	JAROSZ	Kazimierz	44	LKS Pomorze Stargard	06.10.1962	Stargard
60	16.0.	STROŃSKI	Franciszek	44	AZS Szczecin	1967	
61	16.0.	HAWRYLUK	Norbert	47	SKL Szczecin	1967	
62	16.0.	CHRZANOWSKI	Cezary	62	KL Bałtyk Koszalin	11.08.1981	Sopot

400 m ppł w historii ZZLA

1	48.59	DOBEK	Patryk	94	MKL Szczecin	09.08.2018	Berlin (GER)
2	51.23	PIECYK	Stefan	58	LKS Pomorze Stargard	21.08.1977	Donieck
3	52.09	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	25.06.1976	Bydgoszcz
4	52.35	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	12.07.1976	Warszawa
5	52.79	TOMCZAK	Piotr	66	Budowlani Szczecin	08.06.1986	Sopot
6	52.91	SUWAŁA	Jacek	66	Budowlani Szczecin	31.05.1987	Stargard
7	52.96	JANUSZEWSKI	Paweł	72	LKS Pomorze Stargard	25.08.1991	Poznań
8	53.06	ZACHCIAŁ	Adrian	95	MKL Szczecin	03.06.2017	Białogard
9	53.3.	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	17.09.1972	Szczecin
10	53.65	MŁYNARCZYK	Leszek	66	KL Iskra Białogard	29.07.1990	Warszawa
11	53.79	MIASKOWSKI	Rafał	93	MKL Szczecin	03.06.2012	Szczecin
12	54.04	SERKIEZ	Grzegorz	71	Orzeł Wałcz	22.06.1990	Piła
13	54.22	RZEPKA	Rafał	74	OKL Koszalin	16.07.1993	Warszawa
14	54.35	OLEJNICZAK	Jakub	97	STS Pomerania Szczecinek	29.06.2015	Biała Podlaska
15	54.42	ZNAMIROWSKI	Seweryn	84	MKL Szczecin	24.06.2005	Biała Podlaska
16	54.2	MICHALAK	Stanisław	48	KL Bałtyk Koszalin	06.10.1968	Szczecinek
17	54.55	LUCHCIŃSKI	Mateusz	88	MKS Hermes Gryfino	23.09.2007	Zielona Góra
18	54.5.	SZYMAŃSKI	Jan	52	Budowlani Szczecin	06.10.1974	Bydgoszcz
19	54.5.	KLOPSCH	Edward	57	LKS Pomorze Stargard	08.07.1975	Warszawa
20	54.74	NIŻNIK	Daniel	95	LKS Olympic Szczecin	18.05.2013	Poznań
21	54.6.	WOŹNIAK	Jerzy	49	AZS Szczecin	25.05.1969	Poznań
22	54.7.	ZIMMER	Marek	61	KL Iskra Białogard	02.06.1979	Koszalin
23	54.84	SOLNICA	Robert	79	KL Bałtyk Koszalin	31.07.1999	Białogard
24	55.08	GAPIŃSKI	Dariusz	60	UKS Barnim Goleniów	20.08.1986	Piła
25	55.09	GOSZCZYŃSKI	Adam	73	LKS Pomorze Stargard	17.07.1992	Kielce
26	55.0.	KUMISZCZE	Zdzisław	37	Pogoń Szczecin	03.07.1966	Zielona Góra
27	55.15	MALAK	Krzysztof	64	Budowlani Szczecin	21.07.1982	Poznań
28	55.2.	WIERZBICKI	Jerzy	49	KL Bałtyk Koszalin	28.09.1968	Warszawa
29	55.2.	MACIEJEWSKI	Władysław	53	SKL Szczecin	26.06.1971	Szczecin
30	55.2.	BUDNIK	Janusz	58	KL Bałtyk Koszalin	24.07.1975	Białystok
31	55.40	LENKOWSKI	Dariusz	58	Budowlani Szczecin	28.07.1981	Poznań
32	55.3.	LASKOWSKI	Andrzej	57	LKS Pomorze Stargard	08.08.1976	Poznań
33	55.68	OKRUTNY	Mariusz	58	KL Bałtyk Koszalin	12.06.1977	Warszawa
34	55.6.	MAKSYMÓW	Stefan	43	Pogoń Szczecin	14.06.1964	Szczecin
35	55.6.	SOKOŁOWSKI	Władysław	44	AZS Szczecin	28.06.1964	Stargard
36	55.7.	TOEKE	Jan	42	KL Iskra Białogard	13.08.1964	Białogard
37	55.7.	GRZEGORZEWSKI	Jerzy	49	KL Iskra Białogard	09.08.1969	Białogard
38	55.8.	SZAFKOWSKI	Zbigniew	38	LKS Pomorze Stargard	14.06.1964	Szczecin
39	55.8.	SEREDYŃSKI	Kazimierz	47	Pogoń Szczecin	01.10.1967	Gdańsk
40	55.8.	CZAJKOWSKI	Jerzy	43	Żagiel Koszalin	09.06.1969	Białogard
41	55.94	CHRZANOWSKI	Cezary	61	KL Bałtyk Koszalin	28.07.1981	Poznań
42	55.9.	MAJEWSKI	Włodzimierz	59	KL Bałtyk Koszalin	15.08.1976	Warszawa
43	56.0.	MALAK	St		Czarni Szczecin	1956	
44	56.0.	DOBROWOLSKI	Krzysztof	61	LKS Pomorze Stargard	25.06.1980	Sopot
45	56.18	SŁODZIŃSKI	Bartosz	73	Budowlani Szczecin	23.06.1991	Poznań
46	56.22	BARANOWSKI	Marcin	84	Jedynka Szczecinek	10.06.2007	Wrocław
47	56.27	CZEPULONIS	Krzysztof	97	LKS Olympic Szczecin	16.05.2015	Szczecin
48	56.1.	GOSZCZYŃSKI	Tadeusz	47	LKS Pomorze Stargard	08.09.1968	Wrocław
49	56.35	JAROSZ	Bartosz	02	STS Pomerania Szczecinek	03.07.2021	Lublin
50	56.2.	GAJEWSKI	Leszek	48	LKS Pomorze Stargard	15.06.1968	Kalisz
51	56.2.	SUSŁOWICZ	Edwin	48	LKS Pomorze Stargard	16.05.1971	Warszawa
52	56.39	WOŹNIAK	Zdzisław	58	KL Bałtyk Koszalin	09.07.1978	Warszawa
53	56.40	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Orzeł Wałcz	17.06.1990	Poznań
54	56.43	WALDA	Aleksander	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	15.06.1991	Piła
55	56.50	WILCZYŃSKI	Paweł	90	KMKL Sztorm Kołobrzeg	01.08.2008	Toruń
56	56.3.	LALAK	Mirosław	55	LKS Pomorze Stargard	24.07.1976	Bydgoszcz
57	56.4.	PIECYK	Zbigniew	57	LKS Pomorze Stargard	04.06.1977	Lubiń
58	56.5.	JASTRZĘBSKI	Roman	42	Pogoń Szczecin	16.06.1963	Szczecin
59	56.5.	WYPART	Janusz	46	AZS Szczecin	25.05.1969	Poznań
60	56.88	SROKA	Tomasz	70	KL Bałtyk Koszalin	26.05.1989	Poznań
61	56.7.	CHRABĄSZCZ	Jerzy	44	AZS Szczecin	16.10.1963	Szczecin

3000 m z przeszkodami w historii ZZLA

1	8:16.20	ZALEWSKI	Krystian	89	UKS Barnim Goleniów	05.06.2014	Rzym
2	8:17.09	WÓJCIK	Rafał	72	KB Sproting Międzyzdroje	25.07.2000	Barcelona
3	8:32.73	KŁECZEK	Radosław	85	KB Sproting Międzyzdroje	03.06.2012	Bydgoszcz
4	8:35.55	GIŻYŃSKI	Mariusz	81	KB Sproting Międzyzdroje	28.05.2007	Rehlingen
5	8:37.76	SIKORSKI	Tomasz	77	LKS Pomorze Stargard	15.06.1997	Cottbus
6	8:38.15	STANISZEWSKI	Mariusz	70	Bukowina Wałcz	11.08.1991	Zabrze
7	8:38.74	MAMIŃSKI	Bogusław	55	Bałytk Rewal	24.07.1993	Kielce
8	8:48.1.	KOŁECZEK	Artur	63	Budowlani Szczecin	22.07.1985	Zabrze
9	8:52.37	SKORUPA	Marek	91	UKS Barnim Goleniów	21.07.2015	Kraków
10	8:56.50	PAWŁOWSKI	Maciej	70	MKL Maraton Świnoujście	20.06.1989	Grudziądz
11	8:58.3.	SKARŻYŃSKI	Jerzy	56	AZS Szczecin	25.07.1979	Zabrze
12	9:01.0.	WILKOWSKI	Czesław	36	Pogoń Szczecin	02.07.1966	Zielona Góra
13	9:01.8.	ZDEBSKI	Jan	37	Pogoń Szczecin	22.07.1966	Szczecin
14	9:02.4.	KRZYSIEK	Zbigniew	56	LKS Pomorze Stargard	08.08.1979	Poznań
15	9:03.8.	PAWLAK	Ryszard	54	LKS Pomorze Stargard	18.08.1974	Stargard
16	9:04.69	WITKOWSKI	Stanisław	61	LKS Pomorze Stargard	14.09.1980	Stargard
17	9:06.75	STENCEL	Mariusz	78	LKS Pomorze Stargard	31.05.1997	Poznań
18	9:07.10	PRZYGORSKI	Paweł	83	LKS Pomorze Stargard	13.09.2003	Biała Podlaska
19	9:07.14	MALIŃSKI	Zbigniew	76	LKS Pomorze Stargard	28.09.1996	Białogard
20	9:07.4.	PATER	Krzysztof	52	LKS Pomorze Stargard	05.09.1976	Szczecin
21	9:08.6.	WOJTASIK	Kazimierz	43	Pogoń Szczecin	21.09.1968	Kraków
22	9:11.3.	ROCHOWSKI	Janusz	47	SKL Szczecin	23.09.1970	Zielona Góra
23	9:11.94	WRÓBEL	Jakub	99	KL Bałytk Koszalin	13.06.2018	Wrocław
24	9:12.53	OLEJARZ	Artur	88	MKL Szczecin	24.06.2016	Bydgoszcz
25	9:12.54	MISIEWICZ	Jerzy	62	KL Iskra Białogard	16.09.1984	Białystok
26	9:14.51	KLIMEK	Andrzej	74	Budowlani Szczecin	14.09.1996	Wrocław
28	9:16.20	PAWLIKOWSKI	Robert	71	LKS Pomorze Stargard	31.08.1991	Stargard
29	9:16.65	LINOWIECKI	Cezary	60	OKL Koszalin	14.07.1991	Kielce
30	9:16.8.	WOSIŃSKI	Jerzy	43	SKL Szczecin	08.09.1968	Poznań
31	9:18.0.	ZIELIŃSKI	Krzysztof	56	Sokół Pyrzyce	29.08.1976	Spała
32	9:18.6.	IMIELSKI	Marian	36	Pogoń Szczecin	23.09.1962	Gdynia
33	9:19.4.	BUDZYŃSKI	Janusz		AZS Szczecin	23.06.1957	Warszawa
34	9:19.4.	KOLCZYŃSKI	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	31.08.1975	Białystok
35	9:19.5.	WOLLHERR	Andrzej	53	AZS Szczecin	25.06.1978	Bydgoszcz
36	9:19.9.	BINDASZEWSKI	Wiesław	58	AZS Szczecin	16.09.1978	Grudziądz
37	9:21.41	HOFFMAN	Aleksander	72	Bukowina Wałcz	31.08.1991	Stargard
38	9:21.51	AUGUSTYNOWICZ	Jacek	78	LKS Pomorze Stargard	31.05.1997	Poznań
39	9:23.8.	WÓJCIK	Michał	36	AZS Szczecin	27.09.1959	Szczecin
40	9:24.6.	STAŃCZAK	Lucjan	42	LKS Pomorze Stargard	28.09.1969	Stargard
41	9:25.22	GAŁKOWSKI	Damian	94	Wieża Postomino	04.07.2013	Kraków
42	9:25.86	AZARKIEWICZ	Stanisław	68	LKS Pomorze Stargard	10.09.1988	Stargard
43	9:26.89	SIKORSKI	Andrzej	61	Budowlani Szczecin	15.09.1981	Warszawa
44	9:26.69	JANICKI	Jarosław	66	MKS Hermes Gryfino	10.09.1988	Stargard
45	9:26.8.	NADKAŃSKI	Andrzej	57	Ogrodnik Pyrzyce	15.10.1978	
46	9:28.86	PIASEK	Kamil	90	UKL Ósemka Police	02.08.2008	Toruń
47	9:29.0.	KLIMECKI	Andrzej	55	LKS Pomorze Stargard	01.07.1973	Szczecin
48	9:29.4.	KOŁODZIEJCZYK	Piotr	51	KL Iskra Białogard	03.10.1971	Kalisz
49	9:29.4.	WILCZYŃSKI	Wiesław	56	Orzeł Wałcz	12.06.1962	Zielona Góra
50	9:29.8.	KACZOROWSKI	Czesław	44	Pogoń Szczecin	08.09.1968	Poznań
51	9:31.6.	KOTZBACH	Roman	42	AZS Szczecin	20.09.1964	Łódź
52	9:37.4.	MALINOWSKI	Jerzy	42	LKS Pomorze Stargard	12.06.1966	Stargard
53	9:37.47	WĘGRZYN	Rafał	71	Orlę Szczecinek	29.06.1989	Poznań
54	9:37.6.	SŁOWIŃSKI	Mirosław	47	LKS Pomorze Stargard	29.07.1967	Kraków
55	9:37.8.	ROŚĆ	Eugeniusz	38	AZS Szczecin	1959	
56	9:39.8.	MAKOSA	Feliks	45	Budowlani Szczecin	12.06.1966	Stargard
57	9:40.0.	SKĄPSKI	Ryszard	46	LKS Pomorze Stargard	22.09.1968	Stargard
58	9:41.0.	BOBROWICZ	Roman	50	AZS Szczecin	27.05.1973	Szczecin
59	9:41.4.	CHROMIK	Henryk		LZS Kołobrzeg	29.06.1962	Zielona Góra
60	9:41.73	LESZCZYŃSKI	Robert	75	Budowlani Szczecin	13.09.1997	Wrocław

skok wzwyż w historii ZZLA

1	2.30	BIENIEK	Michał	84	MKS Hermes Gryfino	29.06.2003	Zamość
2	2.15	RADKIEWICZ	Przemysław	70	Orzeł Wałcz	12.08.1988	Nyiregyhaza
3	2.15	ŚWIERCZYŃSKI	Sławomir	76	LKS Pomorze Stargard	09.07.1998	Piła
4	2.14	MADEJ	Ireneusz	58	Orlę Szczecinek	16.05.1976	Szczecinek
5	2.14	BIEĆ	Zbigniew	59	KL Bałtyk Koszalin	07.08.1981	Zabrze
6	2.13	MIŚKO	Jarosław	68	Orlę Szczecinek	26.06.1989	Poznań
7	2.12	ROSZAK	Piotr	86	MKL Szczecin	08.05.2004	Police
8	2.11	ROJEWSKI	Jan	60	KL Iskra Białogard	11.05.1979	Białogard
9	2.10	SPYCHALSKI	Wojciech	55	Budowlani Szczecin	22.06.1975	Szczecin
10	2.10	DOMINIAK	Ireneusz	67	KL Iskra Białogard	31.05.1986	Białogard
11	2.10	WECZERA	Tomasz	87	MKS Hermes Gryfino	30.04.2005	Gryfino
12	2.07	ADAMOWSKI	Mirosław	65	LKS Pomorze Stargard	04.09.1982	Bydgoszcz
13	2.07	OŻYGAR	Marek	66	KL Iskra Białogard	15.05.1987	Białogard
14	2.06	KOWALEWSKI	Jarosław	70	LKS Pomorze Stargard	31.07.1988	Rzeszów
15	2.05	JURGIEL	Stanisław	52	Budowlani Szczecin	22.05.1975	Szczecin
16	2.05	ŻELIGOWSKI	Jerzy	58	Darzbór Szczecinek	15.10.1977	Poznań
17	2.05	SIENIUC	Feliks	56	Ogrodnik Pyrzyce	24.06.1978	Białogard
18	2.05	CZAJKOWSKI	Sławomir	60	Orlę Szczecinek	03.06.1979	Koszalin
19	2.05	SPYCHALSKI	Grzegorz	60	Budowlani Szczecin	08.05.1982	Stargard
20	2.05	RATAJCZYK	Krzysztof	78	MKS Hermes Gryfino	23.05.1998	Piła
21	2.05	MAZUR	Adrian	80	Żak Wałcz	23.05.1998	Piła
22	2.05	WILKUS	Andrzej	82	Olimpijczyk Drawsko	02.07.2000	Białogard
23	2.05	ANKUDOWICZ	Michał	83	MKL Szczecin	02.09.2006	Wrocław
24	2.04	ŚWIERCZYŃSKI	Ludwik	45	LKS Pomorze Stargard	14.06.1970	Stargard
25	2.04	ZAWADA	Sławomir	68	Budowlani Szczecin	26.09.1987	Sopot
26	2.04	KAZIMIERCZAK	Rafał	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.05.1999	Sopot
27	2.04	MICHALAK	Piotr	91	UKL Ósemka Police	28.06.2010	Białystok
28	2.03	MAJ	Robert	65	KL Iskra Białogard	29.05.1988	Stargard
29	2.03	KLIMECKI	Arkadiusz	84	LKS Pomorze Stargard	28.08.2003	Zielona Góra
30	2.01	ZALESIAK	Krzysztof	61	KL Iskra Białogard	17.06.1978	Białogard
31	2.01	CZAJKA	Waldemar	62	LKS Pomorze Stargard	23.07.1981	Białystok
32	2.00	MACEDOŃSKI	Donat	52	LKS Pomorze Stargard	06.10.1974	Stargard
33	2.00	SIWEK	Bogdan	53	Budowlani Szczecin	14.09.1975	Szczecin
34	2.00	WIŚNIEWSKI	Henryk	57	LKS Pomorze Stargard	14.08.1976	Stargard
35	2.00	BIAŁOMYZY	Piotr	60	KL Iskra Białogard	25.05.1980	Stargard
36	2.00	OLECH	Piotr	63	Ogrodnik Pyrzyce	08.06.1981	Stargard
37	2.00	FLIK	Dariusz	63	KL Iskra Białogard	14.05.1983	Białogard
38	2.00	BURZAK	Sebastian	70	LKS Pomorze Stargard	21.05.1989	Neubrandenburg
39	2.00	SZYBISTY	Andrzej	71	Orlę Szczecinek	25.06.1989	Poznań
40	2.00	JUŻYK	Krzysztof	71	LKS Pomorze Stargard	02.06.1990	Stargard
41	2.00	ŚWIERCZYŃSKI	Arkadiusz	70	LKS Pomorze Stargard	04.10.1992	Stargard
42	2.00	SAWICKI	Marek	79	LKS Pomorze Stargard	21.06.1997	Wrocław
43	2.00	KSEPKO	Krzysztof	79	Żak Wałcz	19.09.1998	Poznań
44	2.00	ŚLĄCZKA	Michał	81	MKS Junior Złocieniec	20.05.2000	Białogard
45	1.98	KORNAŚ	Ireneusz	65	KL Iskra Białogard	13.06.1982	Białogard
46	1.98	RODZIEWICZ	Grzegorz	65	Orlę Szczecinek	14.05.1983	Szczecinek
47	1.98	WITASZEK	Andrzej	73	LKS Pomorze Stargard	23.06.1991	Poznań
48	1.98	LESIUK	Jacek	81	STS Pomerania Szczecinek	02.09.2000	Białystok
49	1.98	ANTCZAK	Sławomir	90	LKS Olympic Szczecin	26.04.2008	Gryfino
50	1.98	LENARTOWSKI	Maciej	95	LKS Olympic Szczecin	09.06.2013	Opole
51	1.96	Tymosiewicz	Zdzisław	33	AZS Szczecin	03.07.1960	Wrocław
52	1.96	PIOTROWSKI	Stanisław	41	Pogoń Szczecin	09.06.1988	Szczecin
53	1.96	SZPRYT	Dariusz	63	Orzeł Wałcz	28.08.1982	Sopot
54	1.96	ZAWADZIŃSKI	Marek	69	LKS Pomorze Stargard	04.10.1992	Stargard
55	1.95	ZIELEŚKIEWICZ	Wiesław	56	Budowlani Szczecin	07.09.1975	Szczecin
56	1.95	CHOLEWA	Wiesław	58	LKS Pomorze Stargard	26.06.1977	Stargard
57	1.95	ELEGAŃCZYK	Sławomir	62	Orlę Szczecinek	27.05.1979	Szczecinek
58	1.95	MŁODOJEWSKI	Leszek	62	Ogrodnik Pyrzyce	20.06.1979	Stargard
59	1.95	NACHYŁA	Tomasz	62	KL Iskra Białogard	20.09.1980	Koszalin
60	1.95	KOZŁOWSKI	Arkadiusz	66	Chrobry Gryfice	18.05.1983	Gryfino
61	1.95	KIEŁBASA	Dariusz	66	KL Iskra Białogard	16.07.1983	Sopot
62	1.95	JODEŁKO	Adam	66	KL Iskra Białogard	24.09.1983	Białogard

63	1.95	ROMANOWSKI	Wojciech	67	KL Iskra Białogard	18.05.1985	Stargard
64	1.95	ROGOŻA	Ireneusz	72	KL Bałtyk Koszalin	19.05.1991	Białogard
65	1.95	KUBICKI	Konrad	76	Orlę Szczecinek	05.06.1993	Piła
66	1.95	LESIUK	Jacek	81	STS Pomerania Szczecinek	08.05.1999	Białogard
67	1.95	ŚLĄCZKA	Michał	81	MKS Junior Złocieniec	16.05.1999	Stargard
68	1.95	WILKUS	Andrzej	82	Olimpijczyk Drawsko	06.06.1999	Poznań
69	1.95	BAUMERT	Bartłomiej	81	Olimpijczyk Drawsko	12.06.1999	Poznań
70	1.95	WORSOWICZ	Andrzej	82	Olimpijczyk Drawsko	01.05.2001	Gryfino
71	1.95	DZIEWULSKI	Łukasz	83	KL Iskra Białogard	11.05.2002	Białogard
72	1.95	ROSOCHACKI	Marcin	85	MKL Szczecin	19.06.2005	Szczecin
73	1.95	PUCHAŁA	Tomasz	88	MKL Szczecin	25.06.2006	Szczecin
74	1.95	WALERYSZAK	Kamil	91	LKS Olympic Szczecin	11.09.2008	Police
75	1.95	STYPA	Wojciech	90	STS Pomerania Szczecinek	28.08.2010	Kraków
76	1.95	WILK	Mateusz	91	UKL Ósemka Police	26.04.2012	Police
77	1.95	JUDYCKI	Sławomir	92	GULKS Barwice	05.05.2012	Białogard
78	1.95	WALKOWIAK	Michał	97	MKS Junior Złocieniec	08.06.2013	Białogard
79	1.95	ZIÓLKOWSKI	Maciej	97	KL Iskra Białogard	23.04.2016	Postomino
80	1.95	BAŃKOWSKI	Kacper	03	MKL Szczecin	28.07.2020	Białogard
81	1.95	BRZEZICKI	Bartosz	03	KL Iskra Białogard	05.06.2021	Złocieniec

skok o tyczce w historii ZZLA

1	6.02	LISEK	Piotr	92	OSoT Szczecin	12.07.2019	Monaco (MON)
2	5.80	CZERWIŃSKI	Przemysław	83	MKL Szczecin	24.06.2006	Żukowski
3	5.61	KOLASA	Adam	75	KB Sporting Międzyzdroje	07.07.2007	Sopot
4	5.40	DŻAMAN	Borys	96	OSoT Szczecin	02.06.2017	Bydgoszcz
5	5.20	TORKOWSKI	Rafał	92	OSoT Szczecin	22.06.2013	Szczecin
6	5.20	SZCZEPAŃSKI	Marcin	90	OSoT Szczecin	17.08.2013	Międzyzdroje
7	4.90	ZIĘTEK	Andrzej	86	MKL Szczecin	23.07.2006	Bydgoszcz
8	4.80	FORNALSKI	Andrzej	55	Budowlani Szczecin	14.09.1980	Racibórz
9	4.80	SWATOWSKI	Hubert	96	OSoT Szczecin	15.06.2014	Szczecin
10	4.80	ADAMCZYK	Jakub	98	OSoT Szczecin	13.05.2017	Szczecin
11	4.70	LEWANDOWSKI	Jakub	89	MKL Szczecin	28.06.2007	Biała Podlaska
12	4.60	OSTATEK	Adam	04	UKS OSoT Szczecin	11.06.2022	Szczecin
13	4.55	STANISŁAWSKI	Zenon	57	Orzeł Wałcz	17.06.1978	Wałcz
14	4.40	NIEŁACNY	Leszek	52	LKS Pomorze Stargard	27.05.1973	Poznań
15	4.40	JAGINTOWICZ	Zbigniew	60	Orzeł Wałcz	17.06.1978	Wałcz
16	4.40	KOSTEK	Dawid	96	OSoT Szczecin	21.06.2015	Poznań
17	4.35	SZCZECIŃSKI	Kazimierz	30	AZS Szczecin	06.07.1963	Rostock
18	4.30	TOMCZAK	Aleksander	99	OSoT Szczecin	27.05.2017	Słupsk
19	4.30	PEITLER	Antoni	02	MKL Szczecin	20.08.2021	Poznań
20	4.30	SZAKOWSKI	Piotr	05	UKS OSoT Szczecin	26.08.2022	Słupsk
21	4.22	JANIKOWSKI	Edmund	44	Pogoń Szczecin	24.10.1964	Szczecin
22	4.20	PAJKOWSKI	Waldemar	52	Orzeł Wałcz	12.05.1979	Warszawa
23	4.20	WESOŁOWSKI	Krzysztof	99	OSoT Szczecin	03.06.2017	Szczecin
24	4.10	KASZUBA	Marek	71	Orzeł Wałcz	26.08.1990	Kielce
25	4.02	PACHÓŁ	Bolesław	24	Pogoń Szczecin	05.08.1962	Łódź
26	4.01	DĄBROWSKI	Andrzej	56	Darzbór Szczecinek	01.05.1975	Szczecinek
27	4.01	ASMOŁOV	Illia	01	MKL Szczecin	23.08.2020	Szczecin
28	4.00	OLSZEWSKI	Jarosław	54	Orzeł Wałcz	24.09.1972	Koszalin
29	4.00	BIEĆ	Zbigniew	59	KL Bałtyk Koszalin	11.10.1981	Białogard
30	4.00	KOTEWICZ	Radosław	80	Żak Wałcz	12.07.1998	Bydgoszcz
31	4.00	STYPA	Wojciech	90	STS Pomerania Szczecinek	29.05.2011	Toruń
32	4.00	KUZIO	Mateusz	98	MKS Junior Złocieniec	19.07.2015	Szczecin
33	4.00	PLESKACZ	Marcin	00	MKL Szczecin	13.05.2017	Szczecin
34	4.00	CACAJ	Adam	06	UKS OSoT Szczecin	26.08.2022	Słupsk
35	3.90	SUŁAWA	Marian	51	SKL Szczecin	01.07.1973	Szczecin
36	3.85	KSIENIEWICZ	Ryszard	33	KL Iskra Białogard	24.06.1962	Zielona Góra
37	3.80	KUJAWA	Zdzisław	43	AZS Szczecin	13.10.1963	Szczecin
38	3.80	KUCIUN	Kazimierz	41	Pogoń Szczecin	02.10.1965	Szczecin
39	3.80	SYNOWIEC	Jerzy	49	MKS Dębno	14.08.1966	Poznań
40	3.80	JABŁOŃSKI	Marek	48	Orzeł Wałcz	06.10.1966	Szczecinek
41	3.80	PISKORZ	Stanisław	47	SKL Szczecin	16.05.1971	Szczecin
42	3.80	HANEK	Andrzej	50	SKL Szczecin	16.05.1971	Szczecin
43	3.80	RADZIKOWSKI	Henryk	59	Budowlani Szczecin	23.06.1984	Lublin
44	3.80	URBAŃSKI	Adrian	83	Żak Wałcz	25.05.2003	Szczecin
45	3.80	DUDZIŃSKI	Artur	87	Żak Wałcz	07.06.2003	Poznań
46	3.80	URBAŃSKI	Dawid	89	MKL Szczecin	09.06.2007	Poznań
47	3.75	ORGANISTA	Wiktor	04	STS Pomerania Szczecin	30.06.2021	Szczecin
48	3.73	CACAJ	Wiktor	04	MKS Kusy Szczecin	08.09.2018	Poznań
49	3.70	KASPRZAK	Henryk	30	Pogoń Szczecin	1955	
50	3.70	SUDOŁ	Ryszard	37	AZS Szczecin	04.06.1961	Szczecin
51	3.70	STANCZEWSKI	Bogdan	57	KL Iskra Białogard	09.10.1977	Białogard
52	3.70	MICHALSKI	Michał	96	MKS Hermes Gryfino	29.08.2014	Szczecin
53	3.70	PRAWUCKI	Bartosz	03	MKS Kusy Szczecin	22.09.2018	Bełchatów
54	3.61	TOMASZEWSKI	Konrad	33	Pogoń Szczecin	1958	
55	3.61	MIRSKI	Marek	47	Pogoń Szczecin	1966	
56	3.60	BURY	Edmund		Gwardia Szczecin	21.06.1953	Wrocław
57	3.60	LIBURA	Władysław	39	LKS Pomorze Stargard	1964	
58	3.60	LISIECKI	Andrzej	41	AZS Szczecin	1967	
59	3.60	KUŹMIŃSKI	Tadeusz	54	SKL Szczecin	18.06.1972	Szczecin
60	3.60	ZBOROWSKI	Henryk	57	Orzeł Wałcz	08.10.1978	Bydgoszcz
61	3.60	WANKIEWICZ	Jarosław	83	Żak Wałcz	21.06.1998	Poznań
62	3.60	OLESZCZYSZYN	Piotr	97	MKS Hermes Gryfino	17.05.2015	Bydgoszcz

63	3.60	BULWAN	Dawid	98	KS Żak Wałcz	05.06.2016	Warszawa
64	3.60	JAROSZEWICZ	Wiktor	08	UKS OSoT Szczecin	24.09.2022	Lublin
65	3.53	PRZEDWOJEWSKI	Ryszard	53	SKL Szczecin	15.10.1970	Szczecin
66	3.51	ŚLIWIŃSKI	Marek	44	MKL Koszalin	25.05.1961	Koszalin
67	3.51	STACHOWSKI	Mateusz	08	UKS OSoT Szczecin	05.06.2022	Szczecin
68	3.50	GMURA	Bernard	29	Budowlani Szczecin	1953	
69	3.50	STOLARZ	Jerzy		AZS Szczecin	29.06.1956	Szczecin
70	3.50	WYRZYKOWSKI	Andrzej	60	KL Bałtyk Koszalin	03.06.1979	Koszalin
71	3.50	ANUSZKIEWICZ	Jakub	98	MKS Kusy Szczecin	28.09.2013	Radom
72	3.45	STANISŁAWCZYK	Łukasz	06	UKS OSoT Szczecin	28.08.2021	Szczecin
73	3.41	AMBROZIEWICZ	Aleks	04	STS Pomerania Szczecin	08.05.2022	Szczecin
74	3.40	FOGT	Bogdan	46	LKS Pomorze Stargard	15.09.1964	Stargard
75	3.40	GŁOWACKI	Marek	40	AZS Szczecin	03.10.1965	Szczecin
76	3.40	NOWICKI	Eugeniusz	45	Pogoń Szczecin	1968	
77	3.40	TARNAWSKI	Józef	55	SKL Szczecin	22.05.1971	Szczecin
78	3.40	ŚWIERKOWSKI	Jerzy	54	SKL Szczecin	12.06.1973	Szczecin
79	3.40	STANIKOWSKI	Roman	55	Orzeł Wałcz	06.10.1974	Koszalin
80	3.40	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	28.09.1975	Warszawa
81	3.40	CZAJKA	Waldemar	64	LKS Pomorze Stargard	24.07.1981	Białystok
82	3.40	URBAŃSKI	Bartosz	84	Żak Wałcz	19.05.2001	Poznań
83	3.40	KRAUZE	Jerzy	63	Szczecin	24.08.2013	Toruń
84	3.40	OLCZYK	Adam	99	LKS Olimpic Szczecin	04.08.2016	Wrocław
85	3.40	KUROWSKI	Andrzej	01	MKS Kusy Szczecin	24.09.2016	Słubice

skok w dal w historii ZZLA

1	7.92	LEWANDOWSKI	Krzysztof	86	MKL Szczecin	06.09.2008	Zamość
2	7.88	STRZAŁKOWSKI	Adrian	90	MKL Szczecin	27.08.2011	Koszalin
3	7.64	MAKSYMIUK	Zbigniew	61	KL Bałtyk Koszalin	09.05.1981	Poznań
4	7.55	NOWACZYK	Mirosław	69	LKS Pomorze Stargard	25.07.1987	Bielsko
5	7.55	KOSIOR	Michał	95	KMKL Sztorm Kołobrzeg	07.06.2014	Szczecin
6	7.48	GAZDA	Jerzy	48	SKL Szczecin	20.05.1973	Szczecin
7	7.46	SURMACZ	Daniel	75	Budowlani Szczecin	25.05.1998	Zielona Góra
8	7.45	ŻELIGOWSKI	Jerzy	58	Orlę Szczecinek	25.07.1977	Bydgoszcz
9	7.44	SPYCHALSKI	Wojciech	55	Budowlani Szczecin	06.05.1978	Stargard
10	7.40	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	11.06.1977	Białogard
11	7.38	SZUMOWSKI	Jeremi	49	KL Iskra Białogard	27.07.1969	Tarnów
12	7.38	PRZEWORSKI	Leszek	55	Piast Szczecinek	15.04.1973	Szczecinek
13	7.38	ZBOROWSKI	Henryk	57	Orzel Wałcz	24.09.1977	Białogard
14	7.34	MYŚLIN	Ryszard	60	Budowlani Szczecin	02.05.1981	Szczecin
15	7.33	STASZEWSKI	Janusz	47	Budowlani Szczecin	22.08.1970	Bydgoszcz
16	7.32	SZAMROWICZ	Edwin	41	AZS Szczecin	22.05.1965	Szczecin
17	7.30	SIERANT	Bogdan	49	AZS Koszalin	18.05.1975	Katowice
18	7.27	CZERWIŃSKI	Przemysław	83	MKL Szczecin	21.05.2005	Poznań
19	7.25	RUCKI	Marek	56	AZS Szczecin	30.04.1978	Szczecin
20	7.23	SZYMAŃSKI	Marek	60	Kotwica Kołobrzeg	02.06.1979	Koszalin
21	7.22	SIWEK	Bogdan	53	Budowlani Szczecin	12.06.1977	Poznań
22	7.22	BIENIEK	Michał	84	MKS Hermes Gryfino	30.08.2003	Szczecin
23	7.18	JASTRZĘBSKI	Roman	42	Pogoń Szczecin	29.08.1962	Szczecin
24	7.18	WOLSKI	Marek	46	AZS Szczecin	02.06.1966	Stargard
25	7.18	ZBOROWSKI	Bogdan	42	Pogoń Szczecin	07.06.1968	Poznań
26	7.18	KASPEROWICZ	Marcin	77	KMKL Sztorm Kołobrzeg	27.05.1995	Białogard
27	7.13	WIŚNIEWSKI	Zdzisław	54	Orlę Szczecinek	01.05.1973	Toruń
28	7.13	MIELCAREK	Artur	63	KL Bałtyk Koszalin	20.07.1982	Koszalin
29	7.13	CZUPIEL	Paweł	85	STS Pomerania Szczecinek	17.07.2004	Białogard
30	7.10	KSIENIEWICZ	Ryszard	33	KL Iskra Białogard	06.06.1959	Bydgoszcz
31	7.10	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	09.05.1976	Bydgoszcz
32	7.10	GRELA	Adam	95	MKL Szczecin	28.06.2014	Toruń
33	7.07	ROGACZ	Zbigniew	53	SKL Szczecin	27.05.1973	Toruń
34	7.07	IWIŃSKI	Jerzy	58	AZS Szczecin	06.05.1978	Stargard
35	7.05	DANOWSKI	Józef	35	AZS Szczecin	28.09.1958	Szczecin
36	7.05	SZYDŁOWSKI	Stanisław	50	LKS Pomorze Stargard	24.05.1969	Olsztyn
37	7.05	IDZIKOWSKI	Wojciech	48	SKL Szczecin	12.09.1971	Szczecin
38	7.03	ŚLIŻ	Sławomir	88	KL Bałtyk Koszalin	02.09.2006	Białogard
39	7.03	KRAWCZYK	Mateusz	94	LLKS Pomorze Stargard	03.07.2013	Kraków
40	7.02	CHRZANOWSKI	Adam	71	LKS Pomorze Stargard	07.08.1989	Ryga
41	7.02	SIEWIELEC	Łukasz	94	LLKS Pomorze Stargard	18.07.2013	Poznań
42	7.01	WEYNA	Stefan	39	AZS Szczecin	13.06.1964	Szczecin
43	7.00	ZIELIŃSKI	Ryszard	38	Pogoń Szczecin	03.08.1962	Łódź
44	7.00	GRABOWSKI	Lucjan		LZS Szczecinek	24.05.1964	Białogard
45	7.00	MAZUREK	Janusz	50	SKL Szczecin	23.05.1972	Szczecin
46	7.00	MARCIŃCZYK	Marek	54	Budowlani Szczecin	30.04.1978	Szczecin
47	7.00	CZAJKOWSKI	Sławomir	60	Orlę Szczecinek	07.10.1979	Białogard
48	6.96	KULESZA	Zbigniew	51	AZS Szczecin	03.06.1972	Szczecin
49	6.94	DYBISŁAWSKI	Michał	54	Budowlani Szczecin	15.09.1974	Zielona Góra
50	6.94	BOGDANOWICZ	Michał	95	MKL Szczecin	11.05.2013	Szczecin
51	6.93	MIESZCZYŃSKI	Marek	60	KL Iskra Białogard	17.06.1979	Białogard
52	6.93	BĘCKOWSKI	Jarosław	66	Budowlani Szczecin	15.06.1985	Poznań
53	6.92	ROSADZIŃSKI	Józef	50	MKS Dębno	14.06.1969	Gorzów
54	6.92	KORZENIOWSKI	Janusz	56	Budowlani Szczecin	22.07.1975	Szczecin
55	6.92	CZAJKA	Waldemar	62	LKS Pomorze Stargard	28.05.1983	Zielona Góra
56	6.92	SUSKI	Grzegorz	78	KL Bałtyk Koszalin	08.06.1997	Białogard
57	6.90	ZYGADŁO	Wojciech		AZS Szczecin	02.10.1960	Szczecin
58	6.90	HOLAK	Kazimierz		KL Iskra Białogard	10.06.1962	Gdańsk
59	6.90	JAKUBOWSKI	Stanisław	41	LKS Pomorze Stargard	04.07.1964	Tomaszów
60	6.90	JACEWICZ	Zdzisław	54	MKS Dębno	03.07.1972	Szczecin
61	6.90	SUSKI	Krzysztof	87	KL Bałtyk Koszalin	16.07.2005	Białogard
62	6.89	TYMOSIEWICZ	Zdzisław	33	AZS Szczecin	1964	

63	6.89	SUMISŁAWSKI	Jerzy	50	AZS Szczecin	12.09.1971	Szczecin
64	6.88	SZCZĘSNY	Roman	48	Pogoń Szczecin	1969	
65	6.87	DUDEK	Bogdan	57	Kotwica Kołobrzeg	09.10.1976	Szczecinek
66	6.87	KIELING	Mariusz	61	Kotwica Kołobrzeg	29.04.1979	Białogard
67	6.87	SZYMCZYK	Grzegorz	89	LKS Pomorze Stargard	24.05.2008	Zielona Góra
68	6.87	KOSTRZEWSKI	Mateusz	92	LLKS Pomorze Stargard	26.06.2010	Białystok
69	6.86	ŁĄCZAK	Paweł	87	MKS Olimp Łobez	05.06.2005	Poznań
70	6.85	KRASNOBORSKI	Alan	92	LKS Olimpic Szczecin	07.06.2009	Poznań
71	6.84	DUDZIUK	Wacław	41	AZS Szczecin	1964	
72	6.84	WIADEREK	Piotr	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	22.09.2002	Poznań
73	6.83	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	1969	
74	6.83	KAWIAK	Cezary	60	UKS Barnim Goleniów	02.06.1979	Szczecin
75	6.83	KŁOSIEWICZ	Marek	65	LKS Pomorze Stargard	31.05.1984	Szczecin
76	6.83	KAMIŃSKI	Artur	99	MKL Szczecin	23.08.2020	Szczecin
77	6.82	MARTYNOWSKI	Tadeusz	49	LKS Pomorze Stargard	11.06.1969	Lublin
78	6.82	SPYCHAŁSKI	Grzegorz	60	Budowlani Szczecin	01.09.1979	Szczecin
79	6.82	KLIM	Mariusz	82	KMKL Sztorm Kołobrzeg	22.09.2000	Kołobrzeg
80	6.81	BUCZKOWSKI	Tadeusz	38	Pogoń Szczecin	1964	
81	6.81	STARCZYK	Grzegorz	81	KMKL Sztorm Kołobrzeg	20.05.2000	Białogard
82	6.80	MACIEJEWSKI	Bogdan	45	LKS Pomorze Stargard	1967	
83	6.80	SAMBORSKI	Andrzej	54	LKS Pomorze Stargard	15.07.1973	Szczecinek
84	6.80	MOLIŃSKI	Łukasz	85	KL Bałtyk Koszalin	16.07.2005	Białogard

trójskok w historii ZZLA

1	16.32	SPYCHALSKI	Wojciech	55	Budowlani Szczecin	06.07.1980	Poznań
2	15.51	WIŚNIEWSKI	Zdzisław	54	Darzbór Szczecinek	13.07.1974	Szczecinek
3	15.50	KOZŁOWSKI	Grzegorz	84	LKS Pomorze Stargard	05.06.2004	Stargard
4	15.47	GAZDA	Jerzy	48	SKL Szczecin	20.07.1973	Stargard
5	15.47	STASZEWSKI	Janusz	47	Budowlani Szczecin	07.09.1975	Szczecinek
6	15.45	TYMOSIEWICZ	Zdzisław	33	AZS Szczecin	06.06.1965	Szczecin
7	15.33	DUDZIUK	Wacław	41	AZS Szczecin	06.06.1975	Szczecin
8	15.11	ŻELIGOWSKI	Jerzy	58	Orlę Szczecinek	24.07.1975	Białystok
9	15.10	ŻALEJKO	Zdzisław	47	Żagiel Koszalin	25.08.1968	Stargard
10	15.07	ZAWADA	Sławomir	68	Budowlani Szczecin	11.06.1988	Grudziądz
11	15.04	MARCIŃCZYK	Marek	54	SKL Szczecin	05.08.1973	Stargard
12	14.99	RATAJCZYK	Krzysztof	78	MKS Hermes Gryfino	06.06.1998	Białogard
13	14.97	JASTRZĘBSKI	Roman	42	Pogoń Szczecin	17.09.1961	Szczecin
14	14.95	SURMACZ	Daniel	75	Budowlani Szczecin	01.09.1996	Suwałki
15	14.91	BALCERZAK	Leszek	50	KL Iskra Białogard	19.05.1974	Białogard
16	14.83	SNOPEK	Zbigniew	52	Budowlani Szczecin	05.08.1973	Stargard
17	14.83	SPYCHALSKI	Grzegorz	60	Budowlani Szczecin	27.08.1981	Zielona Góra
18	14.77	ZBOROWSKI	Bogdan	42	Pogoń Szczecin	21.05.1967	Stargard
19	14.75	KŁOSIEWICZ	Marek	65	LKS Pomorze Stargard	09.09.1984	Poznań
20	14.74	WILK	Cezary	04	LLKS Pomorze Stargard	14.08.2021	Brno (CZE)
21	14.73	FLIK	Dariusz	63	KL Iskra Białogard	28.05.1983	Słubice
22	14.69	KOSTECKI	Zbigniew	36	KL Iskra Białogard	18.05.1963	Szczecin
23	14.68	MAKSYMIUK	Zbigniew	61	KL Bałtyk Koszalin	07.10.1979	Białogard
24	14.66	SUSKI	Krzysztof	87	KL Bałtyk Koszalin	27.05.2006	Białogard
25	14.62	CZUPIEL	Paweł	85	STS Pomerania Szczecinek	25.07.2002	Wrocław
26	14.60	JACEWICZ	Edward	46	KL Bałtyk Koszalin	05.07.1969	Neubrandenburg
27	14.59	STROIŃSKI	Franciszek	44	AZS Szczecin	08.09.1968	Wrocław
28	14.57	SUMISŁAWSKI	Jerzy	50	AZS Szczecin	12.06.1971	Szczecin
29	14.67	KRAWCZYK	Mateusz	94	LLKS Pomorze Stargard	31.08.2014	Inowrocław
30	14.53	SIERANT	Bogdan	49	AZS Koszalin	24.10.1971	Koszalin
31	14.52	ROGALEWICZ	Grzegorz	56	Sokół Pyrzyce	30.06.1976	Gorzów
32	14.51	KWIECIEŃ	Paweł	97	KMKL Sztorm Kołobrzeg	03.07.2016	Suwałki
33	14.50	SZUMOWSKI	Jeremi	49	KL Iskra Białogard	07.06.1969	Koszalin
34	14.50	AWTUCH	Grzegorz	98	STS Pomerania Szczecinek	09.07.2016	Białogard
35	14.49	KOSIOR	Michał	95	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.07.2013	Kraków
36	14.47	GANIEC	Robert	65	Orlę Szczecinek	09.06.1984	Poznań
37	14.45	TUMIELEWICZ	Michał	43	AZS Szczecin	06.06.1965	Szczecin
38	14.45	KUDLA	Nikodem	00	MKL Szczecin	19.06.2022	Białogard
39	14.41	SIWEK	Bogdan	53	Budowlani Szczecin	08.06.1975	Ryga
40	14.40	KULESZA	Zbigniew	48	AZS Szczecin	04.06.1972	Szczecin
41	14.39	RÓŻAŃSKI	Jacek	69	KMKL Sztorm Kołobrzeg	21.06.1988	Poznań
42	14.38	JAWORSKI	Adam	50	Żagiel Koszalin	19.10.1969	Szczecinek
43	14.36	SZCZĘSNY	Roman	48	Pogoń Szczecin	25.05.1969	Poznań
44	14.35	SZYDŁOWSKI	Stanisław	50	LKS Pomorze Stargard	15.06.1969	Szczecin
45	14.34	SOBOTKO	Andrzej	30	AZS Szczecin	29.04.1956	Szczecin
46	14.34	SUSKI	Grzegorz	78	KL Bałtyk Koszalin	30.05.1999	Białogard
47	14.33	BLANK	Jan	40	AZS Szczecin	18.09.1963	Szczecin
48	14.31	STELMASIK	Krzysztof	03	LLKS Pomorze Stargard	06.06.2021	Słubice
49	14.23	MACIEJEWSKI	Bogdan	43	LKS Pomorze Stargard	1967	
50	14.20	SEREDYN	Leszek	60	Orzeł Wałcz	05.06.1977	Bydgoszcz
51	14.18	OSTROWSKI	Zygmunt	44	LKS Pomorze Stargard	03.07.1964	Tomaszów
52	14.18	SZUBER	Paweł	96	LLKS Pomorze Stargard	08.06.2014	Biała Podlaska
53	14.14	MAKSYMIUK	Andrzej	63	KL Bałtyk Koszalin	22.09.1980	Koszalin
54	14.12	BELGRAN	Ryszard		KL Iskra Białogard	19.10.1963	Białogard
55	14.12	WEŁPA	Janusz	55	Energetyk Gryfino	29.08.1976	Spała
56	14.10	SERAFIN	Zygmunt	38	Pogoń Szczecin	28.05.1960	Poznań
57	14.10	SZYBOWSKI	Mirosław	60	Kotwica Kołobrzeg	02.10.1977	Białogard
58	14.09	ZALESIAK	Krzysztof	61	KL Iskra Białogard	20.09.1980	Koszalin
59	14.09	MŁYNARCZYK	Waldemar	58	Budowlani Szczecin	24.09.1978	Szczecin
60	14.09	ŚLIŻ	Sławomir	88	KL Bałtyk Koszalin	09.07.2006	Słupsk
61	14.07	KRASNOBORSKI	Alan	92	LKS Olimpic Szczecin	27.06.2010	Białystok
62	14.05	KOMOROWSKI	Mieczysław	35	AZS Szczecin	02.07.1961	Gdańsk

wieloskok w historii ZZLA

1	12.40	CHOMICZ	Marcel	06	KMKL Sztorm Kołobrzeg	11.09.2021	Szczecin
2	12.10	ZAWADZKI	Piotr	07	MKS Kusy Szczecin	24.09.2022	Lublin
3	11.87	SZAKOWSKI	Piotr	05	UKS OSoT Szczecin	29.08.2020	Szczecin
4	11.78	BIELIŃSKI	Mateusz	07	MKS Junior Złoceniec	17.09.2022	Kołobrzeg
5	11.69	WOŹNIAK	Michał	06	KMKL Sztorm Kołobrzeg	25.09.2021	Karpacz
6	11.21	SMĘT	Antoni	07	STS Pomerania Szczecin	11.09.2021	Szczecin
7	10.80	SUDOŁ	Jan	07	MKS Kusy Szczecin	27.08.2022	Szczecin
8	10.69	CABAN	Kacper	08	AL Międzyzdroje	03.09.2022	Białogard
9	10.49	KLĘK	Konrad	06	MKS Kusy Szczecin	22.05.2021	Szczecin
10	10.44	BIELAN	Dawid	07	UKS OSoT Szczecin	27.08.2022	Szczecin
11	10.24	NOWICKI	Wiktor	06	MKS Kusy Szczecin	05.06.2021	Złoceniec
12	10.16	WÓJCIK	Mikołaj	06	MKS Kusy Szczecin	28.08.2021	Szczecin
13	10.11	PIASECKI	Rafał	08	MKS Kusy Szczecin	01.05.2021	Kołobrzeg
14	10.10	KAMIŃSKI	Karol	06	STS Pomerania Szczecin	11.09.2021	Szczecin
15	10.10	SZOSTAK	Mikołaj	06	MKS Kusy Szczecin	04.09.2021	Białogard
16	9.97	BORYSOV	Ivan	06	UKS OSoT Szczecin	04.07.2020	Kołobrzeg
17	9.37	CACAJ	Adam	06	UKS OSoT Szczecin	01.05.2021	Kołobrzeg
18	9.32	SZCZYGIEŁ	Jan	06	UKS OSoT Szczecin	22.05.2021	Szczecin
19	9.22	STUZIŃSKI	Igor	06	STS Pomerania Szczecinek	21.08.2021	Chojnice
20	8.60	MITUTA	Dawid	10	UKS OSoT Szczecin	04.09.2021	Białogard
21	7.82	POCZTA	Kaspian	08	GULKS Barwice	21.08.2021	Chojnice
22	7.65	KLĘK	Wiktor	10	UKS OSoT Szczecin	08.05.2022	Szczecin
23	7.24	JĄŁOWICZOR	Mateusz	11	UKS OSoT Szczecin	08.05.2022	Szczecin
24	6.41	BRZOSOWSKI	Franciszek	09	UKS OSoT Szczecin	08.05.2022	Szczecin
25	6.30	BARAN	Miłosz	06	MKS Kusy Szczecin	04.07.2020	Kołobrzeg

pchnięcie kulą w historii ZZLA

1	18.68	MROZIK	Andrzej	84	LKS Pomorze Stargard	30.06.2007	Poznań
2	17.72	SZPAK	Mieczysław	61	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.05.1997	Poznań
3	17.60	JANUSZ	Wojciech	90	MKL Szczecin	14.05.2011	Gdańsk
4	17,54	GRZEGORCZYK	Kamil	86	MKL Szczecin	24.05.2009	Szczecin
5	17.01	ADAMOWSKI	Adam	73	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.06.1993	Piła
6	16.87	WĘGRZYN	Piotr	89	LKS Pomorze Stargard	11.05.2013	Szczecin
7	16.73	PIOTROWSKI	Robert	66	KMKL Sztorm Kołobrzeg	01.05.1998	Słupsk
8	16.61	GRZEŚKOWIAK	Paweł	80	KMKL Sztorm Kołobrzeg	19.08.2000	Białogard
9	16.02	RYKIERT	Edward	61	Orzeł Wałcz	29.09.1982	Chełmno
10	15.74	WIŚNIEWSKI	Jerzy	53	LKS Pomorze Stargard	29.05.1977	Szczecin
11	15.73	MAŁYSZCZYCKI	Marian	47	AZS Szczecin	10.09.1966	Poznań
12	15.70	SKOWROŃSKI	Stanisław	48	Pogoń Szczecin	21.10.1967	Szczecin
13	15.65	JÓŻWIK	Łukasz	78	LKS Pomorze Stargard	07.09.2002	Stargard
14	15.64	RADLIŃSKI	Grzegorz	57	LKS Pomorze Stargard	13.05.1979	Stargard
15	15.54	SAKÓW	Mateusz	91	MKL Szczecin	13.05.2017	Szczecin
16	15.50	MICHAŁOWSKI	Benedykt	57	Budowlani Szczecin	20.06.1997	Bydgoszcz
17	15.38	SZULC	Bronisław	44	LKS Pomorze Stargard	20.05.1967	Stargard
18	15.27	RADZIKOWSKI	Henryk	59	Budowlani Szczecin	18.08.2002	Potsdam
19	15.02	WYSOCKI	Antoni	47	Budowlani Szczecin	01.05.1972	Szczecin
20	14.95	TWARDOWSKI	Zenon	64	MKS Znicz Dębno	28.08.1982	Rawicz
21	14.94	CIESZKO	Mieczysław	56	Orle Szczecinek	26.05.1974	Białogard
22	14.89	ŁASZCZ	Bartosz	90	UKS Barnim Goleniów	01.05.2010	Stargard
23	14.69	JAKUBOWSKI	Ryszard	59	LKS Pomorze Stargard	01.10.1983	Wrocław
24	14.68	CZAJKOWSKI	Mirosław	51	LKS Pomorze Stargard	08.08.1971	Poznań
25	14.65	PUCHALSKI	Mieczysław	29	Pogoń Szczecin	08.10.1964	Szczecin
26	14.49	RYŚ	Janusz	49	KL Iskra Białogard	31.07.1970	Białogard
27	14.49	WRONKA	Paweł	86	MKL Szczecin	23.02.2008	Stargard
28	14.47	BIENIAS	Andrzej	38	Pogoń Szczecin	08.10.1964	Szczecin
29	14.46	BLACHOWSKI	Leszek	59	Budowlani Szczecin	01.06.1980	Stargard
30	14.44	MOLIŃSKI	Janusz		KL Iskra Białogard	23.08.1962	Gdańsk
31	14.42	PABIŚ	Bogumił	42	SKL Szczecin	09.05.1970	Szczecin
32	14.40	KULCZYŃSKI	Florian	50	KL Iskra Białogard	14.10.1970	Kołobrzeg
33	14.38	SMOLIŃSKI	Bolesław	39	LZS Koszalin	22.05.1966	Białogard
34	14.37	MIKULICZ	Michał	91	MKL Szczecin	22.05.2010	Białogard
35	14.35	PRZELICKI	Andrzej	50	KL Iskra Białogard	05.05.1974	Koszalin
36	14.33	RYKIERT	Marcin	56	Orzeł Wałcz	09.10.1976	Wałcz
37	14.32	PRZEKOPOWSKI	Bogusław	37	Pogoń Szczecin	28.09.1964	Szczecin
38	14.28	MADEJSKI	Piotr	73	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.08.1993	Piła
39	14.27	OSIEWICZ	Bolesław	46	AZS Szczecin	03.06.1973	Szczecin
40	14.12	PODWIŃSKI	Jan	52	KL Bałtyk Koszalin	28.04.1973	Koszalin
41	14.10	DZIERKOWSKI	Janusz	52	KL Iskra Białogard	14.10.1970	Kołobrzeg
42	14.06	KRÓLIKOWSKI	Arkadiusz	84	KL Iskra Białogard	22.06.2002	Stargard
43	14.02	KSIENIEWICZ	Ryszard	33	KL Iskra Białogard	1959	
44	14.00	KLIŚ	Tadeusz	39	KL Bałtyk Koszalin	28.04.1973	Koszalin
45	14.00	BILL	Bogdan	52	LKS Pomorze Stargard	19.05.1974	Szczecin
46	14.00	STRELCZUK	Wojciech	56	Energetyk Gryfino	29.05.1976	Szczecinek
47	13.96	TOKARSKI	Stanisław	60	LKS Pomorze Stargard	16.06.1980	Stargard
48	13.91	ZABŁOCKI	Eugeniusz	39	KL Iskra Białogard	09.06.1962	Gdańsk
49	13.89	ZAWORKA	Leszek	56	Orzeł Wałcz	21.05.1978	Wałcz
50	13.89	ANTONIAK	Andrzej	72	MKS Hermes Gryfino	28.06.1991	Poznań
51	13.88	GRZEGORZEWSKI	Jerzy	49	Kotwica Kołobrzeg	07.10.1979	Białogard
52	13.87	ERBEL	Ryszard	56	Budowlani Szczecin	19.07.1975	Bydgoszcz
53	13.85	SZCZECIŃSKI	Kazimierz	30	AZS Szczecin	1955	
54	13.77	SADOWSKI	Wojciech	91	MKL Szczecin	07.05.2011	Stargard
55	13.75	GŁOGOWSKI	Józef	40	AZS Szczecin	29.09.1962	Łódź
56	13.74	BIAŁAS	Czesław	33	Budowlani Szczecin	1957	Sosnowiec
57	13.73	SAKÓW	Aleksander	39	LKS Pomorze Stargard	27.05.1962	Stargard
58	13.73	MILKIEWICZ	Arkadiusz	87	Żak Wałcz	27.09.2008	Białogard
59	13.70	GŁOWACKI	Marek	40	AZS Szczecin	13.06.1964	Szczecin
60	13.70	ALEKSANDROWICZ	Franciszek	54	Budowlani Szczecin	22.06.1975	Szczecin
61	13.69	GHAUSKOS	Nikos	50	Pogoń Szczecin	14.09.1974	Szczecin
62	13.68	STANOWSKI	Dawid	95	KMKL Sztorm Kołobrzeg	09.07.2016	Białogard

63	13.67	ZAMUTA	Mikołaj	KL Iskra Białogard	28.07.1963	Białogard
64	13.64	BRZYKCY	Piotr	56 Sokół Pyrzyce	29.05.1976	Szczecin

rzut dyskiem w historii ZZLA

1	57.27	GRZEGORCZYK	Kamil	86	MKL Szczecin	21.06.2009	Bydgoszcz
2	55.39	MILKIEWICZ	Arkadiusz	87	Żak Wałcz	27.09.2008	Białogard
3	55.16	SZPAK	Mieczysław	61	KMKL Sztorm Kołobrzeg	18.09.1994	Stargard
4	54.40	MIKULICZ	Michał	91	MKL Szczecin	16.06.2012	Bielsko Biała
5	53.43	BOJKO	Artur	88	MKL Szczecin	09.07.2016	Białogard
6	53.24	RYKIERT	Edward	61	Orzeł Wałcz	28.08.1982	Wałcz
7	51.70	MROZIK	Andrzej	84	LKS Pomorze Stargard	27.08.2006	Toruń
8	51.35	WĘGRZYN	Piotr	89	LLKS Pomorze Stargard	05.06.2011	Poznań
9	50.18	RYKIERT	Marcin	56	Orzeł Wałcz	03.10.1976	Wałcz
10	49.52	WIŚNIEWSKI	Jerzy	53	LKS Pomorze Stargard	12.09.1976	Szczecin
11	49.50	SIKORA	Andrzej	63	KL Bałtyk Koszalin	13.06.1982	Neubrandenburg
12	49.46	LASKA	Tadeusz	46	Darzbór Szczecinek	16.06.1974	Szczecinek
13	49.30	WEGNER	Tomasz	68	Orzeł Wałcz	07.05.1988	Wałcz
14	48.39	GŁADKOWSKI	Mateusz	01	MKL Szczecin	12.06.2021	Stargard
15	48.32	CHREPTOWICZ	Stanisław	41	LKS Pomorze Stargard	29.05.1966	Pyrzyce
16	48.08	ZYGMUNT	Piotr	68	MKS Junior Złocieniec	16.06.1985	Poznań
17	47.38	RADZIKOWSKI	Henryk	55	Budowlani Szczecin	23.06.1984	Lublin
18	47.32	JAGIEŁŁO	Piotr	56	Budowlani Szczecin	10.05.1987	Poznań
19	46.65	PUCHALSKI	Mieczysław	29	Pogoń Szczecin	13.10.1957	Kamień Pomorski
20	46.58	PODWIŃSKI	Jan	51	KL Bałtyk Koszalin	18.06.1977	Koszalin
21	46.50	BIEDRZYCKI	Kalikst	44	AZS Szczecin	01.08.1965	Szczecin
22	46.40	ZAWORKA	Leszek	56	Orzeł Wałcz	21.05.1978	Wałcz
23	46.02	OSIEWICZ	Bolesław	46	AZS Szczecin	18.06.1972	Poznań
24	45.68	SMOLIŃSKI	Bolesław	39	LZS Żagiel Koszalin	18.10.1966	Wałcz
25	45.55	SKOWROŃSKI	Stanisław	46	Pogoń Szczecin	10.10.1965	Zielona Góra
26	45.40	SZULC	Bronisław	44	LKS Pomorze Stargard	17.09.1965	Stargard
27	45.25	SZPAK	Robert	89	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.08.2008	Koszalin
28	45.18	PIOTROWSKI	Robert	66	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.07.2004	Aarhus
29	45.18	RĘBISZ	Grzegorz	87	LKS Pomorze Stargard	28.04.2007	Stargard
30	45.02	GŁOWACKI	Marek	40	AZS Szczecin	28.06.1964	Stargard
31	44.96	STĘPIEŃ	Tomasz	71	KL Iskra Białogard	26.05.1990	Poznań
32	44.90	KSIENIEWICZ	Ryszard	33	KL Iskra Białogard	17.10.1965	Białogard
33	44.78	KOZŁOWICZ	Grzegorz	55	KL Iskra Białogard	27.05.1973	Szczecinek
34	44.60	RÓŻYCZKA	Marek	75	LKS Pomorze Stargard	29.08.1999	Stargard
35	44.32	CIESZKOWSKI	Ryszard	50	Orzeł Wałcz	16.08.1969	Koszalin
36	44.32	KULCZYŃSKI	Florian	56	KL Iskra Białogard	15.10.1970	Kołobrzeg
37	44.24	KULESZA	Bernard	44	AZS Szczecin	26.06.1966	Szczecin
38	44.12	JAKUBOWSKI	Ryszard	59	LKS Pomorze Stargard	01.10.1983	Wałcz
39	44.01	KOLADA	Lech	41	Łobez	02.07.1960	Oliwa
40	43.66	GŁOWACKI	Józef	40	AZS Szczecin	20.05.1962	Szczecin
41	43.64	BILL	Bogdan	52	LKS Pomorze Stargard	04.05.1974	Stargard
42	43.56	BRYŚ	Jacek	39	Pogoń Szczecin	20.09.1964	Kraków
43	43.52	KOREMBA	Stanisław	46	LZS Wałcz	28.06.1964	Wałcz
44	43.50	BERENT	Andrzej	73	KL Iskra Białogard	24.05.1992	Białogard
45	43.25	ZAMUTA	Mikołaj		KL Iskra Białogard	01.06.1963	Białogard
46	43.20	TOKARSKI	Stanisław	60	LKS Pomorze Stargard	06.08.1980	Wałcz
47	43.03	FIREWIZ	Kazimierz		Kolejarz Bałogard	18.06.1961	Koszalin
48	42.94	FUDAŁA	Henryk		LZS Szczecinek	30.06.1963	Szczecinek
49	42.92	RUT	J		Czarni Szczecin	1958	
50	42.90	GÓRALEWSKI	A			1970	
51	42.90	SERGIEJ	Piotr	56	Budowlani Szczecin	24.04.1976	Szczecin
52	42.70	ADAMOWSKI	Adam	73	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.06.1993	Piła
53	42.50	STREL CZUK	Wojciech	56	Energetyk Gryfino	07.06.1975	Stargard
54	42.36	SAKÓW	Mateusz	91	MKL Szczecin	25.06.2016	Złocieniec
55	42.12	RĘBISZ	Tomasz	74	Start Koszalin	19.05.2007	Szczecin
56	41.96	WYSOCKI	Antoni	47	SKL Szczecin	13.10.1973	Szczecin
57	41.85	CZOPEK	Jerzy	55	Budowlani Szczecin	26.05.1974	Stargard
58	41.85	ZALEWSKI	Zbigniew	64	Ogrodnik Pyrzyce	10.05.1981	Stargard
59	41.83	ODELSKI	Tomasz	83	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.06.2003	Bielsko Biała
60	41.63	MŁYNARSKI	Krzysztof	93	LLKS Pomorze Stargard	21.06.2014	Stargard
61	41.60	HACZYK	Marian	33	LKS Pomorze Stargard	1964	

rzut młotem w historii ZZLA

1	72.26	JAKUBOWSKI	Ryszard	59	LKS Pomorze Stargard	10.09.1983	Lublin
2	70.14	KULCZYŃSKI	Florian	50	Gryf Koszalin	22.09.1974	Szczecinek
3	67.72	WEGNER	Tomasz	68	Bukowina Wałcz	04.05.1991	Poznań
4	67.64	WIŚNIEWSKI	Jerzy	53	LKS Pomorze Stargard	01.10.1978	Częstochowa
5	67.56	RYŚ	Janusz	49	Kotwica Kołobrzeg	18.09.1977	Białogard
6	66.35	MILKIEWICZ	Arkadiusz	87	Żak Wałcz	24.04.2010	Stargard
7	65.92	SZESZUŁA	Marcin	60	KMKL Sztorm Kołobrzeg	04.09.1999	Warszawa
8	65.60	GOŁDYN	Bartosz	84	LLKS Pomorze Stargard	07.06.2014	Słupsk
9	64.94	WOJTKOWIAK	Adam	60	Budowlani Szczecin	21.07.1980	Poznań
10	62.45	MISIASZEK	Paweł	01	LLKS Pomorze Stargard	02.08.2019	Warszawa
11	61.29	KOZŁOWSKI	Damian	78	KMKL Sztorm Kołobrzeg	04.09.1999	Warszawa
12	59.74	MODROW	Robert	68	Orzeł Wałcz	11.06.1988	Grudziądz
13	58.78	BLACHOWSKI	Leszek	59	Budowlani Szczecin	24.05.1981	Stargard
14	57.80	ROGUSKI	Zbigniew	56	Kotwica Kołobrzeg	25.09.1976	Szczecinek
15	57.30	SYNÓWKA	Rafał	74	LKS Pomorze Stargard	13.06.1993	Stargard
16	56.85	SUCHOLAS	Artur	77	LKS Pomorze Stargard	05.06.1999	Poznań
17	56.62	DZIERKOWSKI	Tadeusz	54	Kotwica Kołobrzeg	10.06.1972	Białogard
18	56.50	PLISZKA	Ryszard	57	Budowlani Szczecin	25.09.1976	Szczecin
19	56.22	GAWROŃSKI	Łukasz	84	KMKL Sztorm Kołobrzeg	31.08.2002	Kraków
20	56.19	RÓŻYCZKA	Marek	75	LKS Pomorze Stargard	26.09.1999	Stargard
21	56.16	DZIERKOWSKI	Janusz	52	KL Iskra Białogard	17.10.1971	Koszalin
22	54.99	MODRZEJEWSKI	Mateusz	02	LLKS Pomorze Stargard	26.09.2020	Białogard
23	54.74	WIERCIOCH	Michał	86	Żak Wałcz	19.07.2004	Szczecin
24	54.59	GAWROŃSKI	Artur	82	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.06.2002	Bielsko Biała
25	54.24	CZAJKOWSKI	Mirosław	51	LKS Pomorze Stargard	02.10.1971	Szczecin
26	54.00	ŁUKASIEWICZ	Jacek	38	AZS Szczecin	05.09.1964	Szczecin
27	53.98	PRZEKOPOWSKI	Bogusław	37	Pogoń Szczecin	21.10.1967	Szczecin
28	53.85	ZABŁOCKI	Eugeniusz	39	KL Iskra Białogard	13.05.1962	Białogard
29	53.84	KARGOL	Antoni	37	Orzeł Wałcz	18.10.1966	Wałcz
30	53.55	PODWYSOCKI	Edward	37	Pogoń Szczecin	05.09.1965	Szczecin
31	53.37	SNITYCZ	Walenty	82	LKS Pomorze Stargard	19.08.2000	Poznań
32	53.04	MARYNOWSKI	Kenneth	95	LLKS Pomorze Stargard	21.09.2013	Poznań
33	52.41	PIĄCZKOWSKI	Andrzej	50	LKS Pomorze Stargard	26.09.1999	Stargard
34	52.24	JANISZEWSKI	Zbigniew	50	KL Iskra Białogard	17.10.1971	Koszalin
35	52.22	LUBIEJEWSKI	Stanisław	47	Pogoń Szczecin	1967	
36	52.22	STERNA	Krzysztof	70	LKS Pomorze Stargard	10.09.1989	Poznań
37	52.04	KUPŚ	Grzegorz	53	SKL Szczecin	27.04.1974	Szczecin
38	51.74	PIŃCZUK	Grzegorz	35	AZS Szczecin	13.10.1957	Wrocław
39	51.64	BURZYŃSKI	Zdzisław	40	LKS Pomorze Stargard	07.05.1967	Stargard
40	51.63	BIENIAS	Andrzej	38	Pogoń Szczecin	28.06.1964	Stargard
41	51.30	MARKOWSKI	Jan	51	SKL Szczecin	23.04.1972	Szczecin
42	50.86	BIEDRZYCKI	Kalikst	44	AZS Szczecin	1969	
43	50.76	SZLAGOWSKI	Bartosz	77	LKS Pomorze Stargard	09.08.1996	Bydgoszcz
44	50.63	BARTOSIEWICZ	Gracjan	01	LLKS Pomorze Stargard	26.09.2020	Białogard
45	50.41	FURMAŃCZYK	Paweł	89	LLKS Pomorze Stargard	05.09.2009	Koszalin
46	50.40	ALEKSANDROWICZ	Franciszek	54	Budowlani Szczecin	01.05.1975	Szczecin
47	50.34	MACIEJEWSKI	Zbigniew	43	Pogoń Szczecin	19.05.1963	Szczecin
48	50.20	DUNAL	Jerzy	54	LKS Pomorze Stargard	25.04.1976	Stargard
49	49.60	RÓŻYCZKA	Włodzimierz	38	LKS Pomorze Stargard	12.06.1971	Szczecin
50	49.48	BAKALARSKI	Arkadiusz	54	Kotwica Kołobrzeg	16.07.1972	Białogard
51	49.22	SZEFER	Mieczysław		KL Iskra Białogard	1959	
52	49.20	LUBAŃSKI	Aleksander	68	LKS Pomorze Stargard	17.07.1988	Stargard
53	49.18	ZYCER	Piotr	68	LKS Pomorze Stargard	17.08.1986	Stargard
54	48.91	BROMBERGER	Mariusz	92	LLKS Pomorze Stargard	22.06.2013	Stargard
55	48.88	JURKOWSKI	Jerzy	53	Budowlani Szczecin	16.10.1974	Szczecin
56	48.58	ŻYŁKA	Jerzy	54	LKS Pomorze Stargard	30.09.1972	Tomaszów
57	48.50	BOBROWICZ	Olgierd	32	Pogoń Szczecin	1956	
58	48.18	DUNAL	Wiktor	59	LKS Pomorze Stargard	19.05.1979	Stargard
59	48.08	ZYGMUNT	Piotr	68	MKS Junior Złocieniec	16.06.1985	Poznań

rzut oszczepem (nowy typ) w historii ZZLA

1	78.66	TRAFAS	Dariusz	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	03.04.1994	Gainesville
2	75.16	ANTONIAK	Andrzej	72	MKS Hermes Gryfino	16.06.1993	Kielce
3	74.50	SZPAK	Robert	89	KMKL Sztorm Kołobrzeg	05.05.2007	Białogard
4	74.17	WSZELAKI	Artur	79	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.05.2002	Baton Rouge
5	74.05	KORDA	Bronisław	79	KMKL Sztorm Kołobrzeg	23.05.1999	Schwechat
6	72.76	WITEK	Mirosław	67	Budowlani Szczecin	13.09.1997	Wrocław
7	70.30	BARTA	Arkadiusz	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	12.09.1991	Zielona Góra
8	68.33	MROZIK	Andrzej	84	LKS Pomorze Stargard	26.08.2006	Toruń
9	67.88	MADEJSKI	Piotr	73	KMKL Sztorm Kołobrzeg	04.08.1993	Słupsk
10	67.87	BARAN	Łukasz	81	KMKL Sztorm Kołobrzeg	16.09.2000	Poznań
11	67.65	PIELECKI	Krzysztof	90	KMKL Sztorm Kołobrzeg	22.05.2010	Białogard
12	67.30	GUNERA	Mateusz	98	MKS Olimp Łobez	08.07.2017	Toruń
13	66.77	PIWOŃSKI	Norbert	92	KMKL Sztorm Kołobrzeg	25.06.2011	Toruń
14	66.54	MARCZEWSKI	Michał	82	KL Iskra Białogard	24.06.2001	Białogard
15	66.24	KEMPY	Bartłomiej	89	KMKL Sztorm Kołobrzeg	08.05.2010	Grudziądz
16	66.21	BRZEZIŃSKI	Robert	87	KMKL Sztorm Kołobrzeg	08.07.2006	Słupsk
17	63.75	CZUCHOŃSKI	Karol	86	MKL Szczecin	19.06.2004	Szczecin
18	63.40	RYTWIŃSKI	Krzysztof	70	LKS Pomorze Stargard	21.05.1989	Stargard
19	63.40	MARUSZAK	Grzegorz	86	KMKL Sztorm Kołobrzeg	24.09.2005	Kołobrzeg
20	62.98	SUWARSKI	Mateusz	90	KMKL Sztorm Kołobrzeg	01.09.2007	Białogard
21	62.08	TRAFAS	Krystian	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	03.06.1995	Piła
22	62.02	MŁYNARSKI	Krzysztof	93	LLKS Pomorze Stargard	27.08.2011	Koszalin
23	61.94	CISZEWSKI	Krzysztof	80	LKS Pomorze Stargard	22.05.1999	Poznań
24	61.69	SIDEŁKO	Tomasz	90	KL Bałtyk Koszalin	03.07.2009	Słupsk
25	61.39	SMYK	Szymon	98	MKS MKS Junior Złocieniec	17.06.2017	Białogard
26	60.99	KRAWCZYK	Jakub	04	ULKS Tychowo	30.04.2022	Złocieniec
27	60.82	LENARCIK	Bartosz	81	KMKL Sztorm Kołobrzeg	18.09.1999	Kraków
28	60.54	KĘSY	Grzegorz	73	MKS Junior Złocieniec	30.05.1992	Poznań
29	60.40	CHMIELEWSKI	Marcin	87	MKL Szczecin	24.04.2010	Stargard
30	60.20	ZAJĄC	Patryk	89	LKS Pomorze Stargard	26.05.2007	Białogard
31	60.16	OKRASA	Grzegorz	71	Orzeł Wałcz	23.07.1988	Piła
32	60.10	KOMOROWSKI	Kacper	02	KL Bałtyk Koszalin	12.09.2020	Radom
33	59.95	WIERCIOCH	Michał	86	Żak Wałcz	26.08.2006	Toruń
34	59.06	ŁUKASZEWSKI	Marcin	75	LKS Pomorze Stargard	20.06.1999	Stargard
35	58.71	KOWALSKI	Antoni	03	MKL Szczecin	26.06.2021	Białogard
36	58.36	SZCZYGIEŁ	Patryk	97	LLKS Pomorze Stargard	14.05.2016	Szczecin
37	58.24	GREJMAN	Piotr	69	LKS Pomorze Stargard	27.05.1989	Piła
38	57.56	GAWĘDA	Wojciech	02	MKL Szczecin	29.05.2021	Szczecin
39	57.37	OLESZCZYSHYN	Piotr	97	MKS Hermes Gryfino	01.07.2017	Suwałki
40	57.26	JEDNOROWSKI	Rafał	77	KMKL Sztorm Kołobrzeg	18.05.1996	Piła
41	56.77	KOWALSKI	Hubert	01	MKL Szczecin	11.05.2019	Słupsk
42	56.44	CHAŃKO	Marcin	74	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.05.1993	Białogard
43	56.29	SERAFIN	Adrian	92	MKS Hermes Gryfino	26.06.2010	Białystok
44	56.04	ZYGMUNT	Tomasz	78	MKS Junior Złocieniec	27.05.1995	Białogard
45	55.21	KUZIO	Mateusz	98	MKS Junior Złocieniec	11.05.2022	Lublin
46	54.80	KASZUBA	Marek	71	Orzeł Wałcz	03.06.1989	Warna
47	54.12	SIDEŁKO	Michał	00	KL Bałtyk Koszalin	21.05.2021	Bielsko-Biała
48	53.76	ORZECHOWSKI	Marcin	74	MKS Hermes Gryfino	24.07.1991	Zabrze
49	53.14	WIĘCKOWSKI	Krzysztof	89	LKS Pomorze Stargard	17.06.2007	Zamość
50	52.98	PASTERNAK	Paweł	76	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.09.1993	Białogard
51	52.30	PASIŃSKI	Tomasz	80	MKS Junior Złocieniec	01.05.1999	Białogard
52	51.96	CEGIEŁKA	Dariusz	86	MKS Hermes Gryfino	20.09.2005	Zielona Góra
53	51.40	MILKIEWICZ	Arkadiusz	87	Żak Wałcz	13.09.2008	Grudziądz
54	51.36	BRAMOWICZ	Jarosław	81	MKL Szczecin	25.05.2003	Szczecin
55	51.05	WIŚNIEWSKI	Krzysztof	85	KMKL Sztorm Kołobrzeg	01.05.2001	Gryfino
56	50.92	WISZNIEWSKI	Marcel	00	MKS Junior Złocieniec	01.09.2018	Białogard
57	50.77	STYPA	Wojciech	90	STS Pomerania Szczecinek	08.05.2011	Bydgoszcz
58	50.56	ŁOJEK	Waldemar	84	MKS Junior Złocieniec	05.10.2002	Białogard
59	50.53	ZAJĄC	Patryk	89	LLKS Pomorze Stargard	08.06.2013	Łódź
60	50.52	TETZLAFF	Łukasz	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	30.05.1992	Poznań
61	50.49	MISZKIEWICZ	Marcin	87	MKS Junior Złocieniec	17.09.2016	Złocieniec
62	50.44	STASIAK	Andrzej	70	Łan Koszalin	10.06.1989	Stargard

63	50.26	MŁODZIENIEC	Krzysztof	71	MKS Junior Złocieniec	10.06.1989	Stargard
64	50.18	BEDNARZ	Grzegorz	72	KMKL Sztorm Kołobrzeg	27.05.1989	Lublin
65	49.91	MICHAŁOWSKI	Benedykt	57	KMKL Sztorm Kołobrzeg	24.04.1999	Stargard
66	49.82	GAWORSKI	Artur	82	KMKL Sztorm Kołobrzeg	29.08.1998	Sopot
67	49.73	RÓŻYCZKA	Marek	75	LKS Pomorze Stargard	14.10.2008	Stargard
68	49.32	ROMANOWSKI	Robert	75	LKS Pomorze Stargard	14.06.1992	Stargard
69	48.92	KUCHCIAK	Szymon	75	KMKL Sztorm Kołobrzeg	12.09.1992	Poznań
70	48.76	SKRZYPEK	Tomasz	86	MKS Junior Złocieniec	28.02.2004	Stargard
71	48.58	WROŃSKI	Maciej	76	LKS Pomorze Stargard	07.09.2002	Stargard
72	48.47	BARTLEWSKI	Robert	82	LKS Pomorze Stargard	12.06.1998	Poznań
73	48.32	PUNA	Krzysztof	77	KL Iskra Białogard	24.09.1994	Białogard
74	48.27	RADZIKOWSKI	Henryk	59	MKL Szczecin	21.06.2003	Stargard
75	48.23	CIELECKI	Piotr	88	MKS Hermes Gryfino	12.05.2007	Stargard
76	47.82	JEŁKASZEW	Paweł	90	Gimnazjum 5 Koszalin	27.05.2006	Białogard
77	47.60	BILL	Karol	84	Żak Wałcz	18.05.2002	Stargard
78	47,56	WASYLÓW	Tomasz	87	KMKL Sztorm Kołobrzeg	03.09.2005	Białogard
79	47.20	FIJOŁEK	Andrzej	40	LKS Pomorze Stargard	04.06.2000	Warszawa
80	47.08	KOŁODYŃSKI	Michał	87	KMKL Sztorm Kołobrzeg	08.10.2004	Białogard
81	46.96	KRAUZE	Jerzy	63	Koszalin	16.06.2002	Sopot
82	46.94	OSTOLSKI	Ariel	79	Spartakus Pyrzyce	23.06.1996	Wrocław

rzut oszczepem (stary typ) w historii ZZLA

1	76.99	HACZYK	Marian	33	LKS Pomorze Stargard	13.09.1961	Szczecin
2	75.82	SAKÓW	Aleksander	39	LKS Pomorze Stargard	15.10.1965	Stargard
3	73.46	BARTA	Michał	43	Żagiel Koszalin	16.10.1966	Stargard
4	72.20	DANŹCZURA	Daniel	51	SKL Szczecin	02.10.1971	Szczecin
5	71.56	MARGOL	Kazimierz	44	Żagiel Koszalin	22.07.1969	Międzyzdroje
6	71.64	SAKÓW	Mariusz	64	LKS Pomorze Stargard	21.06.1982	Białystok
7	71.22	BONECKI	Henryk	56	LKS Pomorze Stargard	03.05.1980	Stargard
8	71.10	FIJOLEK	Andrzej	60	LKS Pomorze Stargard	01.06.1980	Stargard
9	70.97	GŁOGOWSKI	Józef	40	AZS Szczecin	1961	
10	70.90	MATCZAK	Paweł	80	KL Bałyk Koszalin	12.06.1984	Sopot
11	69.98	SAWICKI	Romuald	42	Budowlani Szczecin	19.09.1968	Stargard
12	69.52	SZYBOWSKI	Mirosław	60	Kotwica Kołobrzeg	02.09.1979	Konstanca
13	68.52	BUCZKOWSKI	Tadeusz	38	Pogoń Szczecin	13.06.1964	Szczecin
14	68.04	SIENKIEWICZ	Władysław	49	Orzeł Wałcz	25.04.1971	Wałcz
15	66.88	BILL	Bogdan	52	LKS Pomorze Stargard	20.09.1976	Olsztyn
16	66.60	TOMCZYK	Marek	60	LKS Pomorze Stargard	16.08.1978	Białystok
17	66.54	JACEWICZ	Roman	41	Pogoń Szczecin	12.06.1965	Szczecin
18	66.46	PYZIAK	Karol	52	LKS Pomorze Stargard	01.07.1973	Szczecin
19	66.46	BIAŁOWĄS	Dariusz	58	Budowlani Szczecin	09.05.1986	Ziel. Góra
20	66.00	BUŁATOWICZ	Ryszard	56	Budowlani Szczecin	12.10.1974	Szczecin
21	65.62	CHROBOTOWICZ	Krzysztof	61	Kotwica Kołobrzeg	26.09.1979	Białogard
22	65.48	KULPIŃSKI	Ryszard	62	Kotwica Kołobrzeg	08.05.1980	Koszalin
23	65.20	LASKOWSKI	Stefan	43	LZS Kołobrzeg	30.08.1964	Białystok
24	64.74	KOBYLIŃSKI	Janusz		LKS Pomorze Stargard	30.09.1961	Szczecin
25	64.72	GREJMAN	Piotr	69	LKS Pomorze Stargard	21.06.1987	Poznań
26	64.48	STAFANIAK	Krzysztof	59	KL Bałyk Koszalin	05.06.1981	Sopot
27	64.29	BLACHOWSKI	Mirosław	58	Budowlani Szczecin	25.09.1976	Szczecin
28	64.28	KOZŁOWICZ	Grzegorz	56	KL Iskra Białogard	17.08.1974	Bydgoszcz
29	64.24	SOŁOMA	Jan	48	LKS Pomorze Stargard	15.10.1967	Stargard
30	63.96	OSUCH	Janusz	50	KL Iskra Białogard	28.06.1969	Białogard
31	63.62	PUZYREWSKI	Ryszard	42	LKS Pomorze Stargard	21.05.1961	Międzyzdroje
32	63.24	DUSZEK	Zbigniew	61	Orzeł Wałcz	08.10.1980	Wałcz
33	63.12	RÓŻYCZKA	Włodzimierz	38	LKS Pomorze Stargard	04.06.1967	Stargard
34	63.04	TRZCIŃSKI	Stefan	39	LZS Kołobrzeg	03.09.1965	Kołobrzeg
35	62.80	KAZIMIEROWSKI	Stanisław	46	SKL Szczecin	05.10.1969	Szczecin
36	62.60	PAWELEC	Stefan	57	Orzeł Wałcz	20.04.1977	Osiek
37	62.52	PAWŁOWSKI	Przemysław	61	Kopernik Kołobrzeg	28.09.1985	Kołobrzeg
38	62.18	SAK	Ryszard	34	KL Iskra Białogard	1959	
39	61.46	SŁAWIŃSKI	Leszek	49	Piast Gryfino	04.09.1971	Gryfino
40	60.48	SARKOWSKI	Jan	57	Kotwica Kołobrzeg	28.09.1975	Białogard
41	60.48	RADZIKOWSKI	Henryk	59	Budowlani Szczecin	22.09.1984	Białogard
42	60.26	ŁAKOMIEC	Andrzej	56	Budowlani Szczecin	05.09.1976	Szczecin
43	60.25	MONIAKOWSKI	Edward	37	Pogoń Szczecin	16.06.1963	Szczecin
44	60.22	SZNABEL	Zygmunt	57	Orzeł Wałcz	18.08.1976	Poznań
45	60.04	KĘTRZYŃSKI	Mirosław	65	KL Bałyk Koszalin	25.09.1982	Białogard
46	59.96	LISOWSKI	Leszek	62	Kotwica Kołobrzeg	07.09.1980	Wałcz
47	59.90	MAŁECKI	Karol	59	SKL Szczecin	02.10.1971	Szczecin
48	59.73	MAŁYSZCZYCKI	Marian	47	AZS Szczecin	1966	
49	59.69	ŁOWIEJKO	Tadeusz	51	LKS Pomorze Stargard	11.10.1969	Stargard
50	59.42	JEŻ	Krzysztof	58	Kotwica Kołobrzeg	29.05.1977	Koszalin

chód 10 km w historii ZZLA

1	40:55.97	ROGOWSKI	Patryk	89	MKL Szczecin	02.06.2012	Szczecin
2	41.05	BŁOCKI	Damian	89	MKL Szczecin	03.06.2017	La Coruna (ESP)
3	41.57	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	LKS Pomorze Stargard	13.09.1986	Warszawa
4	42.09	PATER	Jerzy	52	LKS Pomorze Stargard	21.08.1975	Gdańsk
5	42.24	BIELAŃSKI	Mirosław	60	LKS Pomorze Stargard	31.05.1987	Stargard
6	42.45	ŁASZKIEWICZ	Marek	71	LKS Pomorze Stargard	06.06.1992	Stargard
7	42:51.60	KIEDROWICZ	Piotr	59	niestowarzyszony Łobez	01.06.1986	Katowice
8	42.59	REJMER	Romuald	55	LKS Pomorze Stargard	04.06.1976	Nowa Sól
9	43:04.15	BŁOCKI	Adrian	90	MKL Szczecin	04.07.2009	Słupsk
10	43.41	WDOWIAK	Tadeusz	56	LKS Pomorze Stargard	05.05.1979	Stargard
11	43.46	ZIĘTKOWSKI	Andrzej	62	LKS Pomorze Stargard	27.04.1982	Łobez
12	44.04	WODNICKI	Leszek	59	Zryw Szczecin	31.05.1987	Stargard
13	44.08	FLAS	Eugeniusz	72	LKS Pomorze Stargard	21.09.1991	Warszawa
14	44.29	KRÓL	Aleksander	70	LKS Pomorze Stargard	18.08.1991	Stargard
15	44.33	ZALIWKOWSKI	Andrzej	63	Budowlani Szczecin	08.06.1986	Sopot
16	44.53	PRAŻNIEWSKI	Zbigniew	64	Budowlani Szczecin	17.04.1982	Łobez
17	45.16	CHODKIEWICZ	Marek	68	LKS Pomorze Stargard	04.04.1987	Stargard
18	45:17.59	KOSTAŃSKI	Michał	89	LKS Olympic Szczecin	09.09.2007	Warszawa
19	45.27	KOZŁOWSKI	Jacek	68	Zryw Szczecin	06.09.1987	Stargard
20	45.41	WOLLHERR	Romuald	62	Budowlani Szczecin	09.09.1981	Warszawa
21	45.50	PABIAN	Ireneusz	60	LKS Pomorze Stargard	24.05.1979	Stargard
22	46.09	BABICKI	Jarosław	62	LKS Pomorze Stargard	24.05.1981	Stargard
23	46.10	PATER	Waldemar	57	LKS Pomorze Stargard	03.05.1975	Stargard
24	46.31	OLANIECKI	Henryk	62	LKS Pomorze Stargard	10.05.1980	Stargard
25	46.31	KACZMAREK	Leszek	69	LKS Pomorze Stargard	06.08.1988	Stargard
26	46.41	NOWAK	Jerzy	62	LKS Pomorze Stargard	06.07.1980	Puck
27	46.59	SZTILL	Zbigniew	70	Zryw Szczecin	10.04.1988	Bekescaba
28	47.25	WOJSTASIAK	Ireneusz	71	LKS Pomorze Stargard	03.05.1990	Mielec
29	47.28	WRÓBLEWSKI	Andrzej	58	LKS Pomorze Stargard	06.08.1977	Stargard
30	47.35	WITKOWSKI	Paweł	66	LKS Pomorze Stargard	04.10.1985	Mielec
31	47.50	RUDNICKI	Arkadiusz	71	MKS Olimp Łobez	30.08.1987	Gdańsk
32	47.54	KUBICKI	Jan	58	LKS Pomorze Stargard	13.05.1979	Stargard
33	47:55.50	MOSZCZYŃSKI	Mateusz	89	LKS Olympic Szczecin	28.06.2007	Biała Podlaska
34	47.57	SŁADKIEWICZ	Dariusz	67	MKS Olimp Łobez	07.08.1983	Złotoryja
35	48.12	JAKUBOWSKI	Paweł	70	LKS Pomorze Stargard	30.08.1987	Gdańsk
36	48.16	WDZIEKOŃSKI	Jerzy	55	LKS Pomorze Stargard	1973	
37	48.25	FURMAN	Wiesław	64	LKS Pomorze Stargard	06.07.1980	Puck
38	48.29	KORZENIOWSKI	Mirosław	63	LKS Pomorze Stargard	31.08.1980	Gdańsk
39	48.37	CHEŁSTOWSKI	Zdzisław	59	LKS Pomorze Stargard	08.08.1976	Gdańsk
40	48:49.60	NICPOŃ	Kacper	99	MKL Szczecin	24.06.2018	Włocławek
41	49.07	BAK	Antoni	61	LKS Pomorze Stargard	21.05.1978	Kartuzy
42	49.10	JURCZYK	Roman	65	Budowlani Szczecin	25.05.1981	Stargard
43	49.32	JAKUBOWSKI	Grzegorz	69	LKS Pomorze Stargard	25.04.1987	Piła
44	49.53	KOSOBUDZKI	Jarosław	63	Budowlani Szczecin	07.06.1980	Stargard
45	49.59	ŚCIRKA	Jerzy	55	LKS Pomorze Stargard	13.10.1974	Stargard
46	50.12	KRÓL	Paweł	74	LKS Pomorze Stargard	09.09.1990	Warszawa
47	50.18	GALUS	Mariusz	66	Budowlani Szczecin	28.08.1983	Gdańsk
48	50:20.70	KANTORSKI	Daniel	91	LKS Olympic Szczecin	04.05.2008	Sopot
49	50.31	HANZEL	Marek	69	Olimp Łobez	22.07.1984	Bytów
50	50.35	OBŁOŻA	Ireneusz	72	Orlę Szczecinek	16.07.1989	Białystok
51	50.43	BASZAK	Andrzej	66	LKS Pomorze Stargard	12.06.1982	Stargard
52	50.47	JELINEK	Leszek	59	LKS Pomorze Stargard	04.04.1976	Gdynia
53	52.00	OLSZEWSKI	Paweł	57	Energetyk Gryfino	05.06.1976	Stargard
54	52.08	TYRAŃSKI	Andrzej	67	MKS Olimp Łobez	22.07.1984	Bytów
55	52.12	UNGERMAN	Arkadiusz	67	MKS Olimp Łobez	28.08.1983	Gdańsk
56	52.21	CZUBIŃSKI	Zbigniew	63	Budowlani Szczecin	15.04.1984	Szczecin
57	53.05	KURKOWSKI	Kazimierz	55	AZS Szczecin	1972	

chód 20 km w historii ZZLA

1	1:21.29	BŁOCKI	Damian	89	MKL Szczecin	28.04.2017	Londyn (GBR)
2	1:23.23	ROGOWSKI	Patryk	89	MKL Szczecin	21.04.2012	Zaniemyśl
3	1:24.20	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	LKS Pomorze Stargard	13.09.1986	Warszawa
4	1:25.10	BŁOCKI	Adrian	90	MKL Szczecin	17.06.2011	Alytus
5	1:27.33	BIELAŃSKI	Mirosław	60	LKS Pomorze Stargard	31.08.1986	Gdańsk
6	1:28.22	GRZONKA	Paweł	84	MKL Szczecin	30.06.2007	Poznań
7	1:28.23	PATER	Jerzy	52	LKS Pomorze Stargard	03.05.1975	Stargard
8	1:29.58	WODNICKI	Leszek	59	Budowlani Szczecin	20.04.1986	Bekescaban
9	1:30.24	ŁASZKIEWICZ	Marek	71	LKS Pomorze Stargard	21.04.1991	Słubice
10	1:31.13	REJMER	Romuald	55	LKS Pomorze Stargard	03.05.1975	Stargard
11	1:31.26	KACZMAREK	Leszek	69	LKS Pomorze Stargard	28.04.1990	Tarnobrzeg
12	1:32.04	KIEDROWICZ	Piotr	59	LKS Pomorze Stargard	21.04.1979	Gdynia
13	1:32.13	FLAS	Eugeniusz	72	LKS Pomorze Stargard	21.04.1991	Słubice
14	1:32.18	WDOWIAK	Tadeusz	56	LKS Pomorze Stargard	26.04.1981	Warszawa
15	1:32.29	PRAŻNIEWSKI	Zbigniew	64	Budowlani Szczecin	27.04.1985	Oleśnica
16	1:33.03	ZALIWKOWSKI	Andrzej	63	Budowlani Szczecin	28.08.1988	Gdańsk
17	1:33.41	KOZŁOWSKI	Jacek	68	Zryw Szczecin	19.09.1987	Warszawa
18	1:34.02	ZIĘTKOWSKI	Andrzej	62	LKS Pomorze Stargard	30.03.1984	Katowice
19	1:35.34	OLANIECKI	Henryk	62	LKS Pomorze Stargard	06.06.1982	Gdynia
20	1:36.03	CHODKIEWICZ	Marek	68	LKS Pomorze Stargard	31.08.1986	Gdańsk
21	1:36.18	WOLLHERR	Rajmund	62	Budowlani Szczecin	31.08.1980	Gdańsk
22	1:37.04	PABIAN	Ireneusz	60	LKS Pomorze Stargard	16.04.1978	Gdynia
23	1:39.23	PATER	Waldemar	57	LKS Pomorze Stargard	31.08.1975	Gdańsk
24	1:40.02	MOWAK	Jerzy	62	LKS Pomorze Stargard	31.08.1980	Gdańsk
25	1:41.59	WDZIĘKOŃSKI	Jerzy	55	LKS Pomorze Stargard	08.10.1972	Poznań
26	1:42.21	BABICKI	Jarosław	62	LKS Pomorze Stargard	13.09.1980	Warszawa
27	1:42.31	WOJSTASIAK	Ireneusz	71	LKS Pomorze Stargard	29.04.1989	Słubice
28	1:42.35	HUBICKI	Jan	58	LKS Pomorze Stargard	03.09.1978	Gdańsk
29	1:43.56	WITKOWSKI	Paweł	66	LKS Pomorze Stargard	27.04.1985	Oleśnica
30	1:44.07	WRÓBLEWSKI	Andrzej	58	LKS Pomorze Stargard	04.09.1977	Gdańsk
31	1:44.32	KORZENIOWSKI	Mirosław	63	LKS Pomorze Stargard	24.04.1983	Szczecin
32	1:45.44	ŚCIRKA	Jerzy	55	LKS Pomorze Stargard	01.09.1974	Gdańsk
33	1:46.21	CHEŁSTOWSKI	Zdzisław	59	LKS Pomorze Stargard	17.04.1977	Gdynia
34	1:46.36 r	NICPOŃ	Kacper	99	MKL Szczecin	25.08.2018	Gdańsk
35	1:47.09	JELINEK	Leszek	59	LKS Pomorze Stargard	21.08.1975	Gdańsk

chód 50 km w historii ZZLA

1	3:50.48	BŁOCKI	Adrian	90	MKL Szczecin	23.03.2013	Dudince (SVK)
2	3:51.04 r.	BŁOCKI	Damian	89	MKL Szczecin	14.04.2019	Wajima (JPN)
3	3:59.27	WRÓBLEWICZ	Jerzy	61	LKS Pomorze Stargard	08.04.1990	Bekescaban
4	4:11.12	PATER	Jerzy	52	LKS Pomorze Stargard	06.04.1975	Gdynia
5	4:23.35	BIELAŃSKI	Mirosław	60	LKS Pomorze Stargard	24.04.1983	Szczecin
6	4:27.36	KRÓL	Aleksander	70	LKS Pomorze Stargard	30.09.1991	Mielec
7	4:27.49	ZIĘTKOWSKI	Andrzej	62	LKS Pomorze Stargard	24.04.1983	Szczecin
8	4:43.21	WODNICKI	Leszek	59	Budowlani Szczecin	15.04.1984	Szczecin

10-bój w historii ZZLA

1	7037	RADZIKOWSKI	Henryk	59	Budowlani Szczecin	23.06.1984	Lublin
2	6901	ZBOROWSKI	Henryk	57	Orzeł Wałcz	08.10.1978	Bydgoszcz
3	6800	JAWORSKI	Leszek	55	KL Bałtyk Koszalin	28.09.1975	Warszawa
4	6400	STYPA	Wojciech	90	Pomerania Szczecinek	29.08.2010	Kraków
5	6389	SZYBOWSKI	Mirosław	60	Kotwica Kołobrzeg	22.10.1978	Szczecinek
6	6388	OLESZCZYSZYN	Piotr	97	MKS Hermes Gryfino	04.06.2017	Kraków
7	6381	KSIENIEWICZ	Ryszard	33	KL Iskra Białogard	03.10.1965	Bydgoszcz
8	6295	KASZUBA	Marek	71	Bukowina Wałcz	21.07.1990	Stargard
9	6266	BUCZKOWSKI	Tadeusz	38	Pogoń Szczecin	15.08.1965	Szczecinek
10	6256	CZAJKA	Waldemar	62	LKS Pomorze Stargard	24.07.1981	Białystok
11	6208	WYRZYKOWSKI	Andrzej	60	KL Bałtyk Koszalin	03.06.1979	Koszalin
12	6139	KOTEWICZ	Radosław	80	Żak Wałcz	29.08.1999	Łódź
13	6056	GŁOWACKI	Marek	40	AZS Szczecin	03.10.1965	Szczecinek
14	6031	JAKUBOWSKI	Stanisław	41	Żagiel Koszalin	19.08.1967	Białogard
15	6013	PACHÓŁ	Bolesław	24	AZS Szczecin	16.09.1951	Warszawa
16	6010	RÓŻYCZKA	Włodzimierz	38	LKS Pomorze Stargard	03.10.1965	Bydgoszcz
17	5983	ROMACKI	Wawrzyniec	48	LKS Pomorze Stargard	1968	
18	5971	BIEĆ	Zbigniew	59	KL Bałtyk Koszalin	11.10.1981	Białogard
19	5944	SPYCHALSKI	Wojciech	55	Budowlani Szczecin	12.10.1975	Szczecin
20	5930	KŁOSOWICZ	Stanisław	57	KL Bałtyk Koszalin	12.10.1975	Szczecinek
21	5827	STANIKOWSKI	Roman	55	Orzeł Wałcz	06.10.1974	Koszalin
22	5767	CHRZANOWSKI	Cezary	62	KL Bałtyk Koszalin	11.10.1981	Białogard
23	5719	MAKSYMIUK	Zbigniew	61	KL Bałtyk Koszalin	14.10.1979	Białogard
24	5695	STANCZEWSKI	Bogdan	57	KL Iskra Białogard	09.10.1977	Białogard
25	5631	PAWELEC	Stefan	57	Orzeł Wałcz	22.08.1976	Poznań
26	5630	FLIK	Dariusz	63	KL Iskra Białogard	26.09.1982	Białogard
27	5601	BUŁA	Jan	38	Pogoń Szczecin	19.08.1967	Chorzów
28	5582	CZAJKOWSKI	Jerzy	43	Lechia Szczecinek	11.06.1967	Białogard
29	5563	URBAŃSKI	Adrian	83	Żak Wałcz	30.06.2002	Bielsko Biała
30	5535	FOGTMAN	Sławomir	51	SKL Szczecin	31.05.1970	Zielona Góra
31	5533	WIELGUS	Jacek	76	Bukowina Wałcz	18.07.1992	Kielce
32	5528	SAWICKI	Stanisław	46	KL Iskra Białogard	11.06.1967	Białogard
33	5528	SAKÓW	Aleksander	39	LKS Pomorze Stargard	1968	
34	5527	RUCKI	Marek	56	AZS Szczecin	01.10.1978	Szczecin
35	5513	ZAWADA	Sławomir	68	Budowlani Szczecin	27.09.1987	Sopot
36	5504	DREWICZ	Wiesław	46	LKS Pomorze Stargard	1968	
37	5491	RÓŻYCZKA	Marek	75	LKS Pomorze Stargard	14.06.1992	Stargard
38	5486	SUMISŁAWSKI	Jerzy	50	AZS Szczecin	1968	
39	5470	SZYMAŃSKI	Marek	60	Kotwica Kołobrzeg	22.10.1978	Szczecinek
40	5469	STANISŁAWEK	Zenon	57	Orzeł Wałcz	22.10.1978	Wałcz
41	5428	KUŚMIDER	Jarosław	65	Orzeł Wałcz	02.10.1983	Bydgoszcz
42	5393	MIRSKI	Marek	47	Pogoń Szczecin	12.10.1969	Szczecin
43	5383	STOJEK	Arkadiusz	60	KL Bałtyk Koszalin	11.10.1981	Białogard
44	5371	ZIELIŃSKI	Leon	56	KL Bałtyk Koszalin	12.10.1975	Szczecinek
45	5370	STAŃCZYKOWSKI	Bogdan	57	KL Iskra Białogard	26.09.1982	Białogard
46	5370	SKIERKOWSKI	Jacek	79	Żak Wałcz	04.10.1998	Kielce
47	5309	IDZIKOWSKI	Wojciech	49	SKL Szczecin	02.09.1973	Szczecin
48	5301	LIPSKI	Kazimierz	50	Orzeł Wałcz	06.10.1974	Koszalin
49	5289	ILIS	Krzysztof	60	Kotwica Kołobrzeg	22.10.1978	Szczecinek
50	5278	CISZEWSKI	Krzysztof	80	LKS Pomorze Stargard	12.08.1996	Bydgoszcz
51	5253	BOHDZIEWICZ	Marek	61	KL Iskra Białogard	14.10.1979	Białogard
52	5170	NOWIK	Sergiusz	58	AZS Szczecin	02.10.1977	Szczecin
53	5158	SZCZECIŃSKI	Kazimierz	30	AZS Szczecin	16.09.1957	Poznań
54	5152	SZYSZKOWSKI	Damian	96	SKSG Korona Szczecin	13.05.2022	Caxias do Sul