



80. PZLA Mistrzostwa Polski U20

ZAMOŚĆ, 17-19 lipca 2026



Wyniki konkurencji-międzyczasy

3000 m K U20

Rekord Świata(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Europy(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Polski(U20)	8:59.44	ENNAOUI Sofia	LKS Lubusz Słubice	Sotteville-les-Rouen (	14-06-14
Min. MŚ U20(U20)	9:20.00			Oregon (USA)	26-08-04

Miejsce	Tor	Numer	Imię i nazwisko	Data ur.	Klub (woj)	Reakcja	Wynik
200m	600m	1000m	1400m	1800m	2200m	2600m	3000m

Bieg 1/1

Start: 26-07-17 18:38:32

1	24	600	Anna Marianna JĘDRZEJCZYK	08-07-19	KS Energetyk Poznań(WP)		9:30.58		15	
			34.19 (34.19)	1:50.26 (1:16.07)	3:06.66 (1:16.40)	4:22.28 (1:15.62)	5:37.18 (1:14.91)	6:52.38 (1:15.20)	8:09.13 (1:16.76)	9:30.58 (1:21.45)
2	20	292	Klara STRZAŁAŁA	07-05-10	Passion First Warszawa(MZ)		9:31.17	PB	12	
			34.41 (34.41)	1:50.53 (1:16.13)	3:06.95 (1:16.42)	4:22.52 (1:15.58)	5:37.43 (1:14.92)	6:52.69 (1:15.26)	8:09.61 (1:16.93)	9:31.17 (1:21.57)
3	23	473	Marianna BIZON	07-05-17	KS AZS AWFIS Gdańsk(PM)		9:39.11	PB	10	
			36.34 (36.34)	1:54.53 (1:18.20)	3:15.67 (1:21.15)	4:34.45 (1:18.78)	5:54.10 (1:19.66)	7:12.29 (1:18.19)	8:29.56 (1:17.27)	9:39.11 (1:09.55)
4	21	57	Julia LIEBENTHAL	07-01-09	SMKS Parasol Wrocław(DS)		9:42.30	PB	9	
			36.11 (36.11)	1:54.32 (1:18.22)	3:15.09 (1:20.77)	4:33.82 (1:18.74)	5:53.53 (1:19.71)	7:11.77 (1:18.24)	8:29.34 (1:17.57)	9:42.30 (1:12.97)
5	22	452	Maja MARSZEWSKA	08-09-19	Akademia Biegowa Kartuszy(PM)		9:43.73	PB	8	
			34.92 (34.92)	1:54.18 (1:19.26)	3:15.40 (1:21.22)	4:34.19 (1:18.80)	5:53.86 (1:19.67)	7:12.04 (1:18.19)	8:29.42 (1:17.38)	9:43.73 (1:14.32)
6	17	261	Maja SZYMAŃSKA	08-07-11	KS AZS AWF Warszawa(MZ)		9:58.43	PB	8	
			36.80 (36.80)	1:55.04 (1:18.25)	3:16.26 (1:21.23)	4:34.98 (1:18.72)	5:54.77 (1:19.80)	7:15.21 (1:20.44)	8:38.03 (1:22.83)	9:58.43 (1:20.40)
7	7	738	Izabela RAK	07-09-20	MKL Szczecin(ZP)		10:05.38	PB	7	
			36.58 (36.58)	1:54.80 (1:18.22)	3:15.96 (1:21.17)	4:34.72 (1:18.76)	5:54.40 (1:19.69)	7:15.95 (1:21.55)	8:45.35 (1:29.41)	10:05.38 (1:20.03)
8	11	59	Zofia ZDOBYŁAK	07-06-02	SMKS Parasol Wrocław(DS)		10:07.28	PB	7	
			38.99 (38.99)	1:58.82 (1:19.83)	3:19.95 (1:21.13)	4:40.71 (1:20.76)	6:02.93 (1:22.23)	7:26.53 (1:23.61)	8:50.18 (1:23.66)	10:07.28 (1:17.10)
9	15	56	Wiktoria KURKA	08-08-20	SMKS Parasol Wrocław(DS)		10:07.44	PB	6	
			38.38 (38.38)	1:59.27 (1:20.90)	3:22.61 (1:23.34)	4:45.22 (1:22.61)	6:07.78 (1:22.57)	7:28.92 (1:21.15)	8:50.73 (1:21.81)	10:07.44 (1:16.72)
10	8	55	Anna KARNAŚ	08-05-29	SMKS Parasol Wrocław(DS)		10:07.96	PB	5	
			39.43 (39.43)	2:00.94 (1:21.51)	3:23.22 (1:22.29)	4:45.44 (1:22.22)	6:07.96 (1:22.52)	7:29.12 (1:21.16)	8:50.85 (1:21.74)	10:07.96 (1:17.11)

Strona 1 z 3

Druk: 26-07-18 15:45:41

DNS-nie wyst., DNF-nie ukoń., DQ-dyskw., NM-bez wyn., PB-r.życ., SB-r.sez., Q,q-awans, YC-żółta kartka

ZAMOŚĆ 2026

Przygotowanie: DomTel Sport Timing Słupsk, tel. 602 314171 www.domtel-sport.pl



Zamość.
idealny
by wygrać!



3000 m K U20

Rekord Świata(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Europy(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Polski(U20)	8:59.44	ENNAOUI Sofia	LKS Lubusz Słubice	Sotteville-les-Rouen (	14-06-14
Min. MŚ U20(U20)	9:20.00			Oregon (USA)	26-08-04

Miejsce	Tor	Numer	Imię i nazwisko	Data ur.	Klub (woj)	Reakcja	Wynik	
200m	600m	1000m	1400m	1800m	2200m	2600m	3000m	
11	13	239	Dominika GRZELCZAK	07-08-20	KS AZS AWF Warszawa(MZ)		10:16.41	4
38.14 (38.14)	1:58.34 (1:20.20)	3:20.87 (1:22.54)	4:42.21 (1:21.34)	6:04.77 (1:22.56)	7:29.66 (1:24.90)	8:55.22 (1:25.56)	10:16.41 (1:21.19)	
12	6	256	Jagna PROCH	07-02-18	KS AZS AWF Warszawa(MZ)		10:16.88	PB 3
37.98 (37.98)	1:58.10 (1:20.13)	3:20.62 (1:22.52)	4:42.01 (1:21.40)	6:04.51 (1:22.51)	7:29.43 (1:24.92)	8:55.11 (1:25.68)	10:16.88 (1:21.78)	
13	10	289	Karolina KAŁASKA	07-07-23	OKS Start Otwock(MZ)		10:30.10	2
37.49 (37.49)	1:57.38 (1:19.90)	3:19.90 (1:22.52)	4:41.10 (1:21.21)	6:03.33 (1:22.23)	7:27.43 (1:24.11)	8:57.12 (1:29.69)	10:30.10 (1:32.99)	
14	16	526	Roksana GAJ	07-12-24	KS Sprint Bielsko-Biała(SL)		10:30.32	SB 1
37.19 (37.19)	1:57.66 (1:20.48)	3:19.67 (1:22.01)	4:42.56 (1:22.90)	6:08.58 (1:26.02)	7:37.47 (1:28.89)	9:08.41 (1:30.95)	10:30.32 (1:21.91)	
15	5	754	Marta FALFURA	07-08-19	UKS Barnim Goleniów(ZP)		10:31.52	1
38.55 (38.55)	1:58.79 (1:20.25)	3:21.15 (1:22.36)	4:41.81 (1:20.67)	6:04.24 (1:22.44)	7:31.43 (1:27.19)	9:06.26 (1:34.84)	10:31.52 (1:25.26)	
16	9	639	Polia KOWALEWSKA	07-09-08	OŚ AZS Poznań(WP)		10:36.65	1
38.74 (38.74)	1:59.06 (1:20.33)	3:21.93 (1:22.87)	4:43.69 (1:21.77)	6:08.22 (1:24.54)	7:35.12 (1:26.90)	9:07.22 (1:32.11)	10:36.65 (1:29.43)	
17	2	453	Helena WEROCHOWSKA	08-06-23	Akademia Biegowa Kartuzy(PM)		10:40.64	PB
41.20 (41.20)	2:07.02 (1:25.83)	3:31.23 (1:24.22)	4:55.50 (1:24.28)	6:21.47 (1:25.97)	7:49.06 (1:27.60)	9:17.51 (1:28.46)	10:40.64 (1:23.13)	
18	18	18	Zofia ADAMCZEWSKA	08-02-15	KS SMS Szklarska Poręba(DS)		10:41.23	
37.00 (37.00)	1:57.64 (1:20.64)	3:20.15 (1:22.52)	4:41.33 (1:21.19)	6:03.58 (1:22.25)	7:27.67 (1:24.10)	8:56.13 (1:28.46)	10:41.23 (1:45.11)	
19	14	534	Alicja SIKORA	08-01-02	MKS Brenna Górki(SL)		10:59.25	
39.26 (39.26)	2:01.98 (1:22.73)	3:28.48 (1:26.51)	4:55.79 (1:27.32)	6:24.65 (1:28.86)	7:57.07 (1:32.42)	9:29.61 (1:32.55)	10:59.25 (1:29.65)	
20	12	637	Wiktoria BARTECKA	08-02-07	OŚ AZS Poznań(WP)		11:14.10	
37.67 (37.67)	1:58.58 (1:20.92)	3:21.65 (1:23.07)	4:45.67 (1:24.02)	6:12.34 (1:26.68)	7:41.33 (1:28.99)	9:16.00 (1:34.67)	11:14.10 (1:58.11)	
21	3	705	Julia MIADIEŁKO	07-10-11	UKS Gimpas Pasłęk(WN)		11:21.85	
40.43 (40.43)	2:04.36 (1:23.94)	3:32.29 (1:27.94)	5:01.54 (1:29.25)	6:32.42 (1:30.89)	8:09.08 (1:36.67)	9:48.63 (1:39.56)	11:21.85 (1:33.22)	
22	19	609	Weronika DUDZIŃSKA	08-01-26	KS Stal LA Ostrów Wlkp.(WP)		11:29.01	
38.73 (38.73)	2:02.30 (1:23.58)	3:28.22 (1:25.92)	4:57.89 (1:29.68)	6:36.63 (1:38.74)	8:11.47 (1:34.85)	9:52.88 (1:41.41)	11:29.01 (1:36.14)	

DNS-nie wyst., DNF-nie ukoń., DQ-dyskw.,NM-bez wyn.,PB-r.życ.,SB-r.sez., Q,q-awans, YC-żółta kartka

ZAMOŚĆ 2026

Przygotowanie: DomTel Sport Timing Słupsk, tel. 602 314171 www.domtel-sport.pl



3000 m K U20

Rekord Świata(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Europy(U20)	8:28.83	BUDD Zola	GBR	Roma (ITA)	85-09-07
Rekord Polski(U20)	8:59.44	ENNAOUI Sofia	LKS Lubusz Słubice	Sotteville-les-Rouen (	14-06-14
Min. MŚ U20(U20)	9:20.00			Oregon (USA)	26-08-04

Miejsce	Tor	Numer	Imię i nazwisko	Data ur.	Klub (woj)	Reakcja	Wynik
200m	600m	1000m	1400m	1800m	2200m	2600m	3000m
23	1	545	Hanna WODECKA	07-09-12	MKS MOS Katowice(SL)		11:32.97
41.64 (41.64)	2:08.49 (1:26.86)	3:36.54 (1:28.06)	5:05.84 (1:29.30)	6:37.67 (1:31.83)	8:11.76 (1:34.10)	9:49.36 (1:37.60)	11:32.97 (1:43.62)
4	463	Iga WALCZAK	08-10-14	AML Słupsk(PM)			DNF
37.01 (37.01)	1:57.86 (1:20.86)	3:20.34 (1:22.49)	4:41.56 (1:21.22)	6:03.92 (1:22.37)			

Międzyczasy

1000m	600	Anna Marianna JĘDRZEJCZYK	3:06.66 (3:06.66)
2000m	600	Anna Marianna JĘDRZEJCZYK	6:15.1 (3:08.5)

Legenda:

SB	rekord sezonu
PB	rekord życiowy