



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2019.03.10

Juniorzy 16	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	105 Anuszek Michał 20/6/2014	162,5 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	170 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	190 Lenart Jakub 12/3/2017	220 Lenart Jakub 7/10/2017	220 Muczyński Krystian 3/3/2019	250 Hainze Grzegorz 15/9/2018	230 Marzysz Piotr 15/9/2018	240 Ruta Albert 25/11/2018
Wyciskanie leżąc	100 Jędrzejewski Jakub 7/10/2016	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	110 Kwiatkowski Tomasz 14/12/2012	137,5 Lenart Jakub 12/3/2017	155 Lenart Jakub 7/10/2017	130 Kowalczyk Michał 7/10/2017	135 Wójcik Karol 8/10/2017	150 Kolinko Michał 15/9/2018	140 Ruta Albert 25/11/2018
Martwy ciąg	141 Anuszek Michał 20/6/2014	190 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	200 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	207,5 Lenart Jakub 12/3/2017	222,5 Lenart Jakub 7/10/2017	245 Grupiński Wojciech 17/10/2015	252,5 Wójcik Karol 8/10/2017	230 Marzysz Piotr 15/9/2018	235 Ruta Albert 25/11/2018
Trójbój	330 Jędrzejewski Jakub 7/10/2016	440 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	460 Warszczuk Bartosz 20/5/2017	535 Lenart Jakub 12/3/2017	597,5 Lenart Jakub 7/10/2017	575 Grupiński Wojciech 17/10/2015	617,5 Hainze Grzegorz 15/9/2018	582,5 Marzysz Piotr 15/9/2018	615 Ruta Albert 25/11/2018
Wyciskanie - 1 bój	100,5 Jędrzejewski Jakub 22/10/2016	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017 - TSK	116,5 Kuriata Kamil 28/10/2017	140 Kisiel Krystian 20/10/2018	155 Lenart Jakub 7/10/2017 - TSK	151 Jagięło Kamil 21/6/2014	145 Wójcik Karol 29/10/2017	155 Kolinko Michał 21/10/2018	150 Strzyga Kordian 21/10/2018
Juniorzy 18	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	172,5 Anuszek Michał 7/10/2016	192 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	205,5 Król Dawid. 15/9/2018	230 Szczepański Damian 15/9/2018	241 Lenart Jakub 3/3/2019	250 Hainze Grzegorz 15/9/2018	255,5 Woźniak Andrzej 11/6/2016	245 Ruta Albert 3/3/2019
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	126,5 Skonieczny Michał 11/6/2016	156,5 Kuriata Kamil 2/3/2019	165 Hintzke Mariusz 14/12/2012	167,5 Lenart Jakub 3/3/2019	155 Zbróg Tomasz 19/5/2013	160,5 Piszczor Michał 03/03/2019	146 Ruta Albert 3/3/2019
Martwy ciąg	152,5 Anuszek Michał 21/3/2015	190 Warszczuk Bartosz 18/6/2017	227,5 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	247,5 Król Dawid 17/3/2018	243 Zaniewski Patryk 17/10/2015	260,5 Zaniewski Patryk 8/10/2016	260,5 Lenartowicz Marcin 7/10/2017	265 Samborski Maciej 3/3/2019	235 Ruta Albert 25/11/2018
Trójbój	372,5 Anuszek Michał 21/3/2015	450,5 Anuszek Michał 7/10/2016	530 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	600 Król Dawid 17/3/2018	610 Szczepański Damian 15/9/2018	663 Zaniewski Patryk 8/10/2016	652,5 Grupiński Wojciech 19/6/2017	655 Samborski Maciej 3/3/2019	621 Ruta Albert 3/3/2019
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	130 Kłak Hubert 25/10/2014	156,5 Kuriata Kamil 2/3/2019 - TSK	167,5 Bendig Mateusz 12/5/2012	191 Grzegorzczuk Dawid 19/4/2015	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	168 Trzaskowski Mateusz 29/10/2017	150 Strzyga Kordian 21/10/2018
Juniorzy 20	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	180 Anuszek Michał 7/10/2017	192 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	210 Michalak Daniel 7/10/2016	240,5 Romanowicz Patryk 16/9/2018	250 Zaniewski Patryk 21/5/2017	250 Hainze Grzegorz 15/9/2018	255,5 Woźniak Andrzej 11/6/2016	260 Rusek Andrzej 16/9/2018
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	126,5 Skonieczny Michał 11/6/2016	156,5 Kuriata Kamil 2/3/2019	175 Hintzke Mariusz 29/3/2014	172,5 Świerczyński Adrian 11/6/2016	175 Zaniewski Dawid 18/10/2015	175 Wiśniewski Dawid 10/3/2013	165 Jarota Kamil 18/10/2015
Martwy ciąg	152,5 Anuszek Michał 21/3/2015	195 Anuszek Michał 7/10/2017	227,5 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	247,5 Król Dawid 17/3/2018	257,5 Romanowicz Patryk 21/5/2017	280 Świerczyński Adrian 11/6/2016	300 Joskowski Jan 11/12/2011	280,5 Rzepecki Seweryn 21/5/2017	305 Jarota Kamil 13/12/2011
Trójbój	372,5 Anuszek Michał 21/3/2015	477,5 Anuszek Michał 7/10/2017	530 Warszczuk Bartosz 3/3/2019	600 Król Dawid 17/3/2018	630,5 Romanowicz Patryk 16/9/2018	680 Zaniewski Patryk 21/5/2017	690 Zaniewski Dawid 18/10/2015	685 Wiśniewski Dawid 10/3/2013	727,5 Jarota Kamil 13/12/2011
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	147,5 Kłak Hubert 7/11/2015	170 Kłak Hubert 22/10/2016	185 Hintzke Mariusz 25/10/2014	191 Grzegorzczuk Dawid 19/4/2015	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	195 Jagięło Kamil 18/5/2018 - TSK	205 Lis Adrian 29/10/2017



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2019.03.10

Juniorzy 23	53	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	142,5 Anuszek Michał 21/3/2015	180 Anuszek Michał 7/10/2017	200 Natorski Dawid 10/7/2018	227,5 Ilcyszyn Daniel 6/10/2017	240,5 Romanowicz Patryk 16/9/2018	265 Wierzbicki Krzysztof 11/6/2013	275 Nizio Łukasz 11/6/2015	330 Sadowski Piotr 18/10/2015	290 Sprutta Robert 11/12/2011
Wyciskanie leżąc	110 Rode Patryk 10/12/2011	120 Jędrzejewski Jakub 20/5/2017	143 Natorski Dawid 15/9/2018	170 Kłak Hubert 1/4/2017	185 Jabłoński Piotr 6/6/2014	190,5 Hintzke Mariusz 17/10/2015	205 Hauer Grzegorz 8/10/2016	220 Sadowski Piotr 8/10/2016	180,5 Doruch Łukasz 18/10/2015
Martwy ciąg	155 Stabiński Adam 9/3/2013	200 Konofał Paweł 14/12/2012	250,5 Natorski Dawid 26/11/2018	261 Wójcicki Mikołaj 16/9/2018	271 Kuśmierczak Damian 2/3/2019	355 Wierzbicki Krzysztof 11/6/2013	310 Świerczyński Adrian 17/3/2018	320 Sadowski Piotr 8/10/2016	305 Jarota Kamil 13/12/2011
Trójbój	372,5 Anuszek Michał 21/3/2015	477,5 Anuszek Michał 7/10/2017	593 Natorski Dawid 26/11/2018	640,5 Ilcyszyn Daniel 6/10/2017	682,5 Jabłoński Piotr 6/6/2014	810 Wierzbicki Krzysztof 11/6/2013	755 Świerczyński Adrian 17/3/2018	860 Sadowski Piotr 8/10/2016	775 Jarota Kamil 13/12/2011
Wyciskanie - 1 bój	110 Rode Patryk 10/12/2011 - TSK	127,5 Jędrzejewski Jakub 17/5/2018	152,5 Kosowski Marcin 12/10/2013	170 Kłak Hubert 22/10/2016	185 Jabłoński Piotr 6/6/2014 - TSK	205 Wegiera Mateusz 13/10/2012	222,5 Grzegorzczuk Dawid 23/10/2016	220 Sadowski Piotr 8/10/2016 - TSK	215 Lis Adrian 21/10/2018
Seniorzy	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	217,5 Wszola Dariusz 7/10/2016	210 Grotkowski Mariusz 24/6/2017	247 Jakimiuk Piotr 6/10/2017	265,5 Spychała Jacek 7/10/2017	290 Wierzbicki Krzysztof 13/6/2015	307,5 Wierzbicki Krzysztof 24/6/2017	340 Sadowski Piotr 18/3/2018	342,5 Stanek Jacek 20/3/2016
Wyciskanie leżąc	X	154 Wszola Dariusz 7/10/2016	155 Grotkowski Mariusz 7/10/2017	190 Garbas Marcin 8/9/2018	197,5 Wojciechowski Kamil 15/12/2012	205 Pelc Dawid 1/4/2017	220 Drzymalski Karol 10/3/2013	225 Sadowski Piotr 02/12/2018	221 Szkларz Grzegorz 9/9/2018
Martwy ciąg	X	212,5 Wszola Dariusz 9/3/2016	250,5 Natorski Dawid 26/11/2018	280 Faron Krzysztof 2/12/2017	317,5 Spychała Jacek 17/10/2015	372,5 Wierzbicki Krzysztof 7/6/2014	400 Wierzbicki Krzysztof 2/4/2017	350 Goleń Marcin 2/4/2017	340 Stanek Jacek 20/3/2016
Trójbój	X	581,5 Wszola Dariusz 7/10/2016	600 Grotkowski Mariusz 24/6/2017	672,5 Jakimiuk Piotr 8/9/2018	755 Spychała Jacek 23/6/2017	847,5 Wierzbicki Krzysztof 7/6/2014	900,5 Wierzbicki Krzysztof 2/4/2017	900 Sadowski Piotr 17/6/2018	892 Stanek Jacek 20/3/2016
Wyciskanie - 1 bój	X	162,5 Tomczyk Mariusz 13/10/2012	178,5 Balawejder Adam 12/10/2013	195 Garbas Marcin 28/10/2017	200 Jazowiecki Grzegorz 22/4/2017	225 Tyborczyk Paweł 21/10/2018	228 Gorzędowski Marcin 21/10/2018	245 Byrski Łukasz 7/4/2018	250 Rudziński Michał 26/10/2014
Weterani I	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	210 Wszola Dariusz 13/6/2018	165 Uzięto Grzegorz 17/10/2015	182,5 Paprocki Rafał 16/6/2017	260 Spychała Jacek 8/9/2018	217,5 Walczak Eryk 20/4/2018	225 Dąbrowski Leszek 20/4/2018	267,5 Lipka Rafał 9/9/2018	275 Lipka Rafał 18/10/2015
Wyciskanie leżąc	X	152,5 Wszola Dariusz 13/6/2018	105 Uzięto Grzegorz 17/10/2015	115 Paprocki Rafał 1/4/2017	180 Spychała Jacek 30/11/2018	170 Kowalik Mikołaj 8/10/2018	185,5 Kowalik Mikołaj 20/4/2018	185 Bastek Jarosław 10/3/2013	207,5 Peksa Grzegorz 10/3/2013
Martwy ciąg	X	207,5 Śledź Sławomir 7/10/2017	212,5 Uzięto Grzegorz 7/10/2017	255 Paprocki Rafał 16/6/2017	310 Spychała Jacek 8/9/2018	275 Rodzik Krzysztof 8/10/2016	253 Górka Marcin 8/10/2016	275 Lipka Rafał 9/9/2018	285 Lipka Rafał 18/10/2015
Trójbój	X	560 Wszola Dariusz 29/11/2018	480 Uzięto Grzegorz 7/10/2016	552,5 Paprocki Rafał 16/6/2017	742,5 Spychała Jacek 30/11/2018	623 Rodzik Krzysztof 20/3/2016	632 Górka Marcin 8/10/2016	703 Lipka Rafał 8/10/2016	735 Lipka Rafał 18/10/2015
Wyciskanie - 1 bój	X	162,5 Tomczyk Mariusz 13/10/2012	130 Szendera Rafał 7/4/2018	161 Fiebig Michał 17/4/2017	180 Spychała Jacek 30/11/2018 - TSK	217,5 Wegiera Jan 29/6/2013	228 Gorzędowski Marcin 21/10/2018	242,5 Gąsienica-Makowski Stanisław 13/8/2017	230 Laśkiewicz Marcin 26/10/2014



Rekordy Polski PZKFITS Mężczyzn w Trójboju Siłowym Klasycznym stan na 2019.03.10

Weterani II	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	bez limitu	130 Hintzke Henryk 14/12/2012	150 Hintzke Henryk 1/4/2012	160 Dereń Heronim 20/4/2018	235 Gromek Józef 17/10/2015	242,5 Dąbrowski Jarosław 8/10/2017	245 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	bez limitu
Wyciskanie leżąc	X	bez limitu	100 Hintzke Henryk 14/12/2012	130 Mehlich Eugeniusz 29/3/2014	117,5 Leski Grzegorz 17/10/2015	155 Gromek Józef 20/3/2016	165 Dąbrowski Jarosław 8/3/2019	167,5 Łasak Andrzej 20/4/2018	bez limitu
Martwy ciąg	X	bez limitu	175 Piwowarczyk Marian 20/4/2018	165 Hintzke Henryk 1/4/2012	250 Bejgrowicz Józef 10/12/2011	265 Gromek Józef 17/10/2015	296 Dąbrowski Jarosław 8/3/2019	300 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	bez limitu
Trójbój	X	bez limitu	382,5 Piwowarczyk Marian 20/4/2018	420 Hintzke Henryk 1/4/2012	480 Bejgrowicz Józef 10/12/2011	645 Gromek Józef 17/10/2015	696 Dąbrowski Jarosław 8/3/2019	707,5 Dąbrowski Jarosław 9/3/2018	bez limitu
Wyciskanie - 1 bój	X	90,5 Jeziorski Marian 7/11/2015	105 Hintzke Henryk 13/10/2012	145 Kujawski Marek 20/10/2018	160 Fugiel Mirosław 15/6/2014	220 Wegiera Jan 23/10/2016	225 Wegiera Jan 22/4/2017	180 Łasak Andrzej 21/10/2018	190 Dzieciatkowski Jan 23/10/2011
Weterani III	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	100 Jeziorski Marian 20/4/2018	192,5 Żmijewski Włodzim. 9/3/2013	212,5 Żmijewski Włodzim. 29/3/2014	217,5 Jasiński Adam 20/4/2018	237,5 Gromek Józef 7/3/2019	237,5 Gromek Józef 7/6/2018	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie leżąc	X	90,5 Jeziorski Marian 20/4/2018	83 Jeżewski Eugeniusz 20/04/2018	80 Cofalik Marian 20/5/2017	150 Tamiłowski Kazimierz 15/12/2012	147,5 Tamiłowski Kazimierz 9/3/2013	140 Ratajczyk Andrzej 20/4/2018	bez limitu	bez limitu
Martwy ciąg	X	130 Jeziorski Marian 20/4/2018	250 Żmijewski Włodzim. 14/12/2012	251 Żmijewski Włodzim. 20/4/2018	265 Żmijewski Włodzim. 20/3/2016	261 Gromek Józef 7/3/2019	260 Gromek Józef 7/6/2018	bez limitu	bez limitu
Trójbój	X	320,5 Jeziorski Marian 20/4/2018	512,5 Żmijewski Włodzim. 14/12/2012	532,5 Żmijewski Włodzim. 29/3/2014	550 Jasiński Adam 20/4/2018	636 Gromek Józef 7/3/2019	637,5 Gromek Józef 7/6/2018	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie - 1 bój	X	90,5 Jeziorski Marian 20/4/2018-TSK	105 Leski Grzegorz 9/8/2018	120 Mąka Bolesław 22/10/2011	157,5 Fugiel Mirosław 14/05/2018	190 Mentel Stanisław 18/4/2017	200,5 Mentel Stanisław 20/10/2018	180 Grabowski Wojtek 13/10/2013	141 Staniszewski Stanisł. 21/10/2018
Weterani IV	X	59	66	74	83	93	105	120	120+
Przysiad	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	130 Klus Jan 17/10/2015	142,5 Klus Jan 21/5/2017	bez limitu	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie leżąc	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	90 Klus Jan 17/10/2015	115 Klus Jan 21/5/2017	bez limitu	bez limitu	bez limitu
Martwy ciąg	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	155 Sowa Jan 20/4/2018	180 Klus Jan 21/5/2017	bez limitu	bez limitu	bez limitu
Trójbój	X	bez limitu	bez limitu	bez limitu	370 Klus Jan 17/10/2015	437,5 Klus Jan 21/5/2017	bez limitu	bez limitu	bez limitu
Wyciskanie - 1 bój	X	75 Kamiński Józef 22/10/2011	bez limitu	120 Mąka Bolesław 29/6/2013	120,5 Mąka Bolesław 29/10/2017	120 Klus Jan 8/10/2016	132,5 Orłowski Mirosław 13/10/2013	bez limitu	bez limitu

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