

TABELE NAJLEPSZYCH W HISTORII OKRĘGU PODLASKIEGO W KATEGORII JUNIOREK (U20)

Dotyczy zawodniczek reprezentujących kluby z dawnych województw: Białostockiego, Łomżyńskiego, Suwalskiego i obecnego województwa Podlaskiego.

Zgodnie z zasadami statystyki, tabele podane są w układzie: łącznie – otwarty stadion i hala.

W sytuacji, gdy w danej konkurencji występują różne rodzaje sprzętu

- **na zielono** zaznaczono sprzęt aktualnie obowiązujący w kategorii Juniorek (U20)

- **na żółto** zaznaczono sprzęt poprzednio obowiązujący w tej kategorii wiekowej oraz sprzęt obowiązujący w innych kategoriach wiekowych.

W przypadku możliwości uzupełnienia danych, proszę o kontakt z autorem tabel.

50 metrów, pomiar elektroniczny

1.	6.80 (h)	1	Janina Popławska	71	Podlasie Białystok	13.02.1988 Gdynia
2.	6.91 (h)	2	Wioletta Okuszek	72	Podlasie Białystok	13.02.1988 Gdynia
3.	7.57	1	Oliwia Biziewska	05	SP nr 11 Suwałki	10.06.2015 Olecko
4.	7.81	1	Natalia Gugnowska	06	SP nr 6 Suwałki	13.06.2017 Suwałki
5.	7.98	1	Kinga Sobolewska	01	SP nr 11 Suwałki	31.05.2012 Suwałki
6.	8.06	2	Emilia Wasilewska	06	SP nr 11 Suwałki	13.06.2017 Suwałki
7.	8.19	1	Michalina Hościłowicz	03	SP Płociczno Tartak	10.06.2014 Suwałki
8.	8.27	2	Oliwia Stankiewicz	03	SP nr 4 Suwałki	10.06.2014 Suwałki
9.	8.30	3	Dominika Dziekońska	03	SP Raczek	10.06.2014 Suwałki
10.	8.31	4	Inez Strzyżewska	03	SP nr 11 Suwałki	10.06.2014 Suwałki

50 metrów, pomiar ręczny

1.	6.6 (h)	2	Bogusława Kubiak	54	Jagiellonia Białystok	27.02.1972 Warszawa
2.	6.7 (h)	1	Hanna Gbiorczyk	56	Juvenia Białystok	07.02.1971 Białystok
3.	6.7 (h)	2	Bogumiła Ratkiewicz	58	Jagiellonia Białystok	02.02.1974 Warszawa
4.	6.7 (h)		Barbara Jackowska	56	Jagiellonia Białystok	02.02.1974 Warszawa
5.	6.7 (h)	1	Katarzyna Puciłowska	62	Juvenia Białystok	15.01.1978 Białystok
6.	6.8 (h)	2	Janina Dmochowska	53	Podlasie Białystok	31.01.1971 Białystok
7.	6.8 (h)	2	Larysa Fraind	53	Podlasie Białystok	07.02.1971 Białystok
8.	6.8 (h)	1	Halina Borowik	54	Juvenia Białystok	11.02.1973 Białystok
9.	6.8 (h)	1	Elżbieta Baczewska	55	Podlasie Białystok	18.02.1973 Białystok
10.	6.8 (h)	1	Grażyna Kraśnicka	56	Juvenia Białystok	12.01.1975 Białystok

60 metrów, pomiar elektroniczny

1.	7.60 (h)	1	Katarzyna Sokółska	93	UKS 19 Bojary Białystok	22.01.2011 Białystok
2.	7.65 (h)	2	Paulina Siemieniako	87	Podlasie Białystok	27.01.2006 Spała
3.	7.65 (h)	3e1	Dominika Mikiewicz	01	Podlasie Białystok	15.02.2020 Toruń
4.	7.68 (h)	1e3	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	28.01.2018 Spała
5.	7.72 (h)	2	Izabela Czajko	71	Jagiellonia Białystok	27.01.1990 Spała
6.	7.75 (h)	1	Nikola Romaniuk	08	Podlasie Białystok	21.01.2024 Białystok
7.	7.75 (h)	6	Natalia Tomczyk	08	Hańcza Suwałki	14.02.2025 Wrocław
8.	7.76 (h)	5	Magdalena Malinowska	92	UKS 19 Bojary Białystok	28.01.2011 Spała
9.	7.76 (h)	1e1	Martyna Dąbrowska	94	UKS 19 Bojary Białystok	19.01.2013 Białystok
10.	7.76 (h)	1	Karolina Piasecka	07	Podlasie Białystok	08.02.2026 Białystok

60 metrów, pomiar ręczny

1.	7.5 (h)	3	Izabela Czajko	71	Jagiellonia Białystok	20.12.1988 Kowno
2.	7.5 (h)	1s1	Magdalena Siemion-Żynel	83	Podlasie Białystok	15.01.2000 Spała
3.	7.6 (h)		Bogusława Kubiak	54	Jagiellonia Białystok	1973
4.	7.6 (h)		Bogumiła Ratkiewicz	58	Jagiellonia Białystok	1975
5.	7.6 (h)	1	Katarzyna Puciłowska	62	Juvenia Białystok	13.01.1979 Warszawa
6.	7.7 (h)	1	Mirosława Aleksiejuk	60	Podlasie Białystok	14.01.1978 Warszawa
7.	7.8 (h)	1	Maria Żukowska	51	Podlasie Białystok	23.02.1969 Białystok
8.	7.8 (h)	1	Hanna Gbiorczyk	56	Juvenia Białystok	04.03.1972 Warszawa
9.	7.8 (h)	1	Teresa Malinowska	58	Juvenia Białystok	10.01.1976 Warszawa
10.	7.9 (h)	2	Jolanta Andrzejewska	55	Juvenia Białystok	04.03.1972 Warszawa

80 metrów, pomiar elektroniczny

1.	10.21 (h)		Katarzyna Puciłowska	62	Juvenia Białystok	1978
----	-----------	--	----------------------	----	-------------------	------

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiła w niej 1 zawodniczka z Okręgu Podlaskiego.

100 metrów, pomiar elektroniczny

1.	11.90	2	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	04.06.2016 Zamość
2.	11.92	1e3	Paulina Siemieniako	87	Podlasie Białystok	05.07.2005 Bydgoszcz
3.	11.92	1e1	Katarzyna Sokólska	93	UKS 19 Bojary Białystok	24.06.2011 Toruń
4.	11.93	2	Magdalena Siemion-Żynel	83	Podlasie Białystok	15.06.2002 Siedlce
5.	11.93	5	Agnieszka Krajewska	88	Podlasie Białystok	26.06.2007 Biała Podlaska
6.	11.95	6e2	Weronika Bartnowska	00	Podlasie Białystok	23.08.2019 Radom
7.	12.00	1e2	Izabela Czajko	71	Jagiellonia Białystok	20.07.1990 Stargard Szczeciński
8.	12.05	1e3	Klaudia Konopko	92	UKS 19 Bojary Białystok	26.06.2010 Białystok
9.	12.05	3e3	Sandra Ulikowska	09	Hańcza Suwałki	02.07.2026 Lublin
10.	12.09	1e2	Ewelina Popowska-Kryńska	91	Podlasie Białystok	26.06.2010 Białystok

Z wiatrem

11.83 (+3,2)	3	Magdalena Siemion-Żynel	83	Podlasie Białystok	29.06.2002 Bielsko-Biała
11.95 (+2,4)	3	Klaudia Konopko	92	UKS 19 Bojary Białystok	03.06.2011 Bydgoszcz

100 metrów, pomiar ręczny

1.	11.8	1	Bogusława Kubiak	54	Jagiellonia Białystok	22.05.1971 Białystok
2.	11.8	3	Bogumiła Ratkiewicz	58	Jagiellonia Białystok	04.08.1973 Białystok
3.	11.9	1e1	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	02.09.1976 Białystok
4.	11.9	2	Katarzyna Puciłowska	62	Juvenia Białystok	24.06.1978 Lublin
5.	11.9		Aldona Łubowicz	63	Hańcza Suwałki	16.08.1980 Bydgoszcz
6.	12.0	1e1	Alicja Kurstak	46	Jagiellonia Białystok	24.07.1964 Lublin
7.	12.0	1	Maria Żukowska	51	Podlasie Białystok	05.06.1969 Białystok
8.	12.0	1	Hanna Gbiorczyk	56	Juvenia Białystok	29.07.1973 Białystok
9.	12.0	1	Teresa Malinowska	58	Juvenia Białystok	18.05.1974 Białystok
10.	12.0		Marzena Bogdan	60	Podlasie Białystok	02.09.1976 Białystok

150 metrów, pomiar elektroniczny

1.	19.11	2s2	Dominika Antonowicz	05	Podlasie Białystok	21.05.2022 Białystok
2.	19.17	3s2	Karolina Piasecka	07	Podlasie Białystok	11.05.2024 Lublin
3.	19.79	3s2	Aleksandra Maciorowska	05	Podlasie Białystok	21.05.2022 Białystok
4.	20.10	4s2	Magdalena Nazaruk	07	Parkiet Hajnówka	21.05.2022 Białystok

5.	20.20	8s2	Aleksandra Szymiel	08	Podlasie Białystok	11.05.2024 Lublin
6.	20.21	4	Gabriela Raczowska	06	Podlasie Białystok	03.05.2022 Białystok
7.	20.45	5	Emilia Kuźmicka	04	Juvenia Białystok	03.05.2022 Białystok
8.	20.59 (h)	2s1	Aleksandra Piasecka	09	Podlasie Białystok	07.01.2023 Toruń
9.	20.84	6	Oliwia Zaczekiewicz	03	Podlasie Białystok	03.05.2022 Białystok
10.	20.98	1s1	Aleksandra Wyszowska	06	Podlasie Białystok	21.05.2022 Białystok

200 metrów, pomiar elektroniczny

1.	24.22	1s1	Martyna Dąbrowska	94	UKS 19 Bojary Białystok	03.05.2013 Białystok
2.	24.42	1	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	27.05.2018 Białystok
3.	24.50	2	Izabela Czajko	71	Jagiellonia Białystok	22.07.1990 Stargard Szczeciński
4.	24.58	4	Klaudia Konopko	92	UKS 19 Bojary Białystok	26.06.2011 Toruń
5.	24.59	1	Magdalena Siemion-Żyńel	83	Podlasie Białystok	17.06.2001 Stargard Szczeciński
6.	24.60	2s1	Weronika Bartnowska	00	Podlasie Białystok	10.06.2017 Łomża
7.	24.65	1s1	Sandra Ulikowska	09	Hańcza Suwałki	20.06.2026 Białystok
8.	24.66	1s3	Marlena Gola-Granaszewska	98	Podlasie Białystok	16.09.2017 Radom
9.	24.77	2e1	Magdalena Malinowska	92	UKS 19 Bojary Białystok	25.06.2011 Toruń
10.	24.82	1fB	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	26.07.1977 Łódź

Z wiatrem

24.17 (+3,2)	3	Marlena Gola-Granaszewska	98	Podlasie Białystok	09.07.2017 Toruń
24.32 (+2,3)	2s4	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	05.06.2016 Zamość
24.36 (+4,5)	3s3	Izabela Czajko	71	Jagiellonia Białystok	26.08.1990 Kielce
24.41 (+2,4)	3	Klaudia Konopko	92	UKS 19 Bojary Białystok	24.07.2009 Tampere
24.72 (+2,1)	1s2	Kornelia Wróbel	96	Hańcza Suwałki	08.06.2014 Biała Podlaska
24.76 (+2,2)	3e3	Agnieszka Krajewska	88	Podlasie Białystok	27.06.2007 Biała Podlaska

200 metrów, pomiar ręczny

1.	24.6	1	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	22.09.1977 Białystok
2.	24.8	1s2	Bogumiła Ratkiewicz	58	Jagiellonia Białystok	15.06.1975 Lubin
3.	24.8		Marzena Bogdan	60	Podlasie Białystok	06.09.1976 Grodno
4.	24.9	1	Grażyna Kraśnicka	56	Juvenia Białystok	08.06.1975 Białystok
5.	25.0		Krystyna Hryniewicka	48	Jagiellonia Białystok	18.06.1967 Grodno
6.	25.0	2	Barbara Kamińska	49	Podlasie Białystok	27.08.1967 Białystok
7.	25.0	1	Maria Żukowska	51	Podlasie Białystok	10.06.1969 Białystok
8.	25.0	1	Aldona Łubowicz	63	Hańcza Suwałki	26.06.1980 Sopot
9.	25.1	1pfl	Alicja Kurstak	46	Jagiellonia Białystok	17.07.1964 Warszawa
10.	25.1	1	Hanna Gbiorczyk	56	Juvenia Białystok	05.10.1973 Kowno

300 metrów, pomiar elektroniczny

1.	39.57 (h)	1	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	14.02.2016 Spała
2.	39.60	1s1	Martyna Dąbrowska	94	UKS 19 Bojary Białystok	01.09.2012 Białystok
3.	40.05 (h)	1e6	Karolina Piasecka	07	Podlasie Białystok	10.02.2024 Wrocław
4.	40.33 (h)	2s3	Weronika Bartnowska	00	Podlasie Białystok	03.02.2019 Spała
5.	40.57	1s1	Paulina Kajewska	95	Podlasie Białystok	28.05.2011 Białystok
6.	40.58 (h)	1s4	Diana Piotrowska	99	Prebet-Sonarol Łomża	08.01.2016 Toruń
7.	40.70	1s3	Marlena Gola-Granaszewska	98	Podlasie Białystok	29.08.2016 Olecko
8.	40.71	1s1	Diana Wojtulewicz	89	Podlasie Białystok	20.06.2004 Białystok

9.	40.75 (h)		Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	1977
10.	40.80	1s1	Katarzyna Pługów	93	Prefbet-Sonarol Łomża	16.05.2009 Białystok

300 metrów, pomiar ręczny

1.	41.2	1	Irena Bielewicz	53	Podlasie Białystok	16.07.1972 Marianowo
2.	41.7	3	Krystyna Hryniewicka	48	Jagiellonia Białystok	15.07.1966 Łódź
3.	42.1	w	Katarzyna Puciłowska	62	Juvenia Białystok	10.07.1976 Poznań
4.	42.4	1	Elżbieta Sakowicz	68	Juvenia Białystok	05.06.1983 Białystok
5.	42.4	2	Urszula Sacharko	68	Juvenia Białystok	05.06.1983 Białystok
6.	42.6		Elżbieta Ostrowska	54	Jagiellonia Białystok	12.07.1970 Olecko
7.	42.7	1	Agnieszka Fiedziukiewicz	70	SP nr 1 Sokółka	02.06.1984 Białystok
8.	42.8		Katarzyna Niewiadomska	71	Juvenia Białystok	1986
9.	42.9	w	Joanna Znońska	62	Zorza Łomża	10.07.1976 Poznań
10.	43.0		Anna Wasilewska	67	Juvenia Białystok	1982

400 metrów, pomiar elektroniczny

1.	53.63	2	Karolina Łozowska	99	Podlasie Białystok	08.07.2017 Toruń
2.	54.56	1	Martyna Dąbrowska	94	UKS 19 Bojary Białystok	23.06.2013 Białystok
3.	55.08	2s1	Zofia Małachowska	82	Podlasie Białystok	07.06.2001 Warszawa
4.	55.33	1	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	24.07.1975 Białystok
5.	55.61	1s1	Magdalena Stankiewicz	89	Prefbet-Sonarol Łomża	14.08.2008 Warszawa
6.	55.89	1	Iwona Dziekońska	67	Zorza Łomża	20.09.1986 Białystok
7.	55.90	2s1	Weronika Bartnowska	00	Podlasie Białystok	01.08.2019 Jelenia Góra
8.	55.92	4s1	Anna Gryc	99	Podlasie Białystok	09.06.2018 Słubice
9.	55.97	1s1	Elżbieta Kowerdziej	71	Podlasie Białystok	10.06.1989 Białystok
10.	56.09	1	Zofia Sujata	63	Pojezierze Suwałki	25.06.1980 Poznań

400 metrów, pomiar ręczny

1.	55.1	1	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	24.07.1975 Białystok
2.	56.0	2	Grażyna Kraśnicka	56	Juvenia Białystok	20.06.1975 Warszawa
3.	56.7	3	Krystyna Hryniewicka	48	Jagiellonia Białystok	24.06.1967 Poznań
4.	56.8		Irena Bielewicz	53	Podlasie Białystok	10.06.1972 Warszawa
5.	57.3	1	Zofia Sujata	63	Pojezierze Suwałki	18.07.1981 Białystok
6.	57.6		Lucyna Sikorska	64	Zorza Łomża	27.06.1981 Warszawa
7.	57.7		Maria Litwiniec	56	Juvenia Białystok	20.09.1974 Białystok
8.	57.7	1	Danuta Budzińska	68	Hańcza Suwałki	28.06.1986 Poznań
9.	57.7		Iwona Dziekońska	67	Zorza Łomża	27.09.1986 Warszawa
10.	58.0	1	Maria Łuczko	60	Pojezierze Suwałki	22.06.1977 Giżycko

500 metrów

1.	1.12.92	3	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	03.09.2023 Olsztyn
2.	1.18.5		Maria Nikolai-Wienseko	40	Jagiellonia Białystok	04.08.1957 Wałecz
3.	1.18.7		Irena Bielewicz	53	Podlasie Białystok	13.06.1969 Lublin
4.	1.19.2		Barbara Szyszko	45	AZS Białystok	15.08.1962 Gdańsk
5.	1.19.4		Teresa Jędrak-Lubiniecka	45	Jagiellonia Białystok	1964
6.	1.20.7		Danuta Siemieniuk-Galaszek	51	Podlasie Białystok	1968
7.	1.21.0		Danuta Grygo	47	Podlasie Białystok	19.07.1962 Łomża
8.	1.21.2	1	Irena Kopiec	45	Podlasie Białystok	19.05.1962 Białystok
9.	1.21.2	2	Eugenia Świdarska	48	MKS Augustów	05.07.1964 Nowa Huta
10.	1.21.4		Elżbieta Merska	44	Jagiellonia Białystok	10.06.1962 Olsztyn

600 metrów

1.	1.31.32 (h)	2	Magdalena Stankiewicz	89	Prefbet-Sonarol Łomża	02.02.2008 Spała
2.	1.32.14 (h)	2s1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	14.01.2023 Spała
3.	1.34.19 (h)	3	Barbara Skrzypko	97	Podlasie Białystok	06.02.2016 Spała
4.	1.35.86	1s1	Anna Staszewicz	90	Hańcza Suwałki	08.06.2005 Białystok
5.	1.36.0	1	Krystyna Hryniewicka	48	Jagiellonia Białystok	16.10.1966 Białystok
6.	1.36.4 (h)	1	Zofia Sujata	63	Pojezierze Suwałki	12.01.1981 Warszawa
7.	1.36.54 (h)	6s1	Wiktoria Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	05.02.2022 Spała
8.	1.36.91	1	Ewelina Iskra	84	ŁKS Łomża	11.09.1999 Białystok
9.	1.37.18	6s1	Eliza Harasimowicz	91	Hańcza Suwałki	30.09.2006 Siedlce
10.	1.37.37	1s2	Anita Świacka	00	UKS Technik Augustów	29.08.2016 Olecko

800 metrów

1.	2.06.60	5	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	03.09.2023 Olsztyn
2.	2.07.20	1	Izabela Dziedziech	91	Hańcza Suwałki	04.07.2009 Słupsk
3.	2.07.78	5e1	Paulina Mikiewicz-Łapińska	92	Podlasie Białystok	08.07.2010 Bielsko-Biała
4.	2.08.31	4s1	Magdalena Stankiewicz	89	Prefbet-Sonarol Łomża	22.06.2007 Wrocław
5.	2.09.40	4s2	Barbara Skrzypko	97	Podlasie Białystok	12.09.2015 Kraków
6.	2.09.74	1s1	Sylvia Steciewicz	72	Juvenia Białystok	23.06.1990 Warszawa
7.	2.09.89	e	Elżbieta Nadolna	71	Hańcza Suwałki	23.07.1988 Piła
8.	2.10.60	3s1	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	16.06.2018 Gdańsk
9.	2.11.31	3s1	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	07.05.2006 Olsztyn
10.	2.11.52	1	Gabriela Kondracka	01	UKS Technik Augustów	23.06.2020 Białystok

Zawodniczki zagraniczne w barwach klubów z Okręgu Podlaskiego:

2.10.40	2	Anzhelika Bondar (Ukraina)	03	Prefbet-Sonarol Łomża	26.06.2022 Warszawa
---------	---	-------------------------------	----	-----------------------	---------------------

1 kilometr

1.	2.44.05	1s1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	27.08.2023 Ciechanów
2.	2.49.69	1	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	15.07.2006 Warszawa
3.	2.51.83	1s2	Izabela Dziedziech	91	Hańcza Suwałki	30.05.2009 Białystok
4.	2.52.79	1	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	30.08.2018 Olecko
5.	2.55.04	2s2	Ewa Winczewska	90	UKS Technik Augustów	30.05.2009 Białystok
6.	2.55.19	4	Elżbieta Nadolna	71	Hańcza Suwałki	03.05.1990 Białystok
7.	2.55.71	1	Magdalena Stankiewicz	89	Prefbet-Sonarol Łomża	16.09.2007 Warszawa
8.	2.55.82	3	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	16.07.2011 Warszawa
9.	2.56.12	3	Paulina Mikiewicz-Łapińska	92	Podlasie Białystok	03.05.2010 Białystok
10.	2.56.16 (h)	5s1	Diana Karpiuk	00	Podlasie Białystok	03.02.2019 Spała

1,5 kilometra

1.	4.20.73	1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	09.07.2023 Warszawa
2.	4.28.84	7	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	17.06.2006 Siedlce
3.	4.29.17	3	Paulina Mikiewicz-Łapińska	92	Podlasie Białystok	16.06.2010 Płock
4.	4.29.40	2	Izabela Dziedziech	91	Hańcza Suwałki	05.07.2009 Słupsk
5.	4.30.93	5	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	09.06.2011 Siedlce
6.	4.30.96	3	Barbara Skrzypko	97	Podlasie Białystok	03.07.2016 Suwałki
7.	4.33.61	5	Joanna Pikulska	65	Podlasie Białystok	01.09.1984 Białystok
8.	4.33.94		Teresa Stasiak	63	Podlasie Białystok	20.08.1982 Sopot

9.	4.34.63	2	Małgorzata Czerwińska	63	Pojezierze Suwałki	25.06.1980 Poznań
10.	4.34.63	3	Sylvia Ciołko	98	Podlasie Białystok	09.07.2017 Toruń

Zawodniczki bez licencji klubów z Okręgu Podlaskiego

4.24.89 (h)	4s2	Kornelia Rusiłowicz	08	LO nr 1 Łomża	09.02.2025 Spała
-------------	-----	---------------------	----	---------------	------------------

1 mila (1,609 km)

1.	4.45.91	1s2	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	17.09.2023 Poznań
2.	5.00.49	1	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	27.05.2006 Białystok
3.	5.14.21	1	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	14.07.2012 Warszawa
4.	5.21.57	2	Wiktorja Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	10.09.2022 Białystok
5.	5.23.92	1	Agnieszka Szczuka	79	Pojezierze Suwałki	05.05.1996 Suwałki
6.	5.28.34	2	Katarzyna Wawrzyniak	79	ŁKS Łomża	05.05.1996 Suwałki
7.	5.29.46	4	Aneta Kondracka	89	Juvenia Białystok	27.05.2006 Białystok
8.	5.32.09	1	Agnieszka Moroz	81	Ekonomik Suwałki	10.05.1997 Suwałki
9.	5.32.69	5	Gabriela Kułak	87	Juvenia Białystok	27.05.2006 Białystok
10.	5.38.76	3	Katarzyna Kaplukiewicz	79	Pojezierze Suwałki	05.05.1996 Suwałki

Bieg wspólnie z mężczyznami (miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w tym biegu):

5.09.48	1s16	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	07.10.2017 Warszawa
---------	------	----------------	----	--------------------	---------------------

2 kilometry

1.	6.17.69 (h)	1	Kornelia Rusiłowicz	08	Prefbet-Sonarol Łomża	31.01.2026 Spała
2.	6.17.74 (h)	2	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	28.01.2023 Spała
3.	6.21.69 (h)	2	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	15.01.2012 Spała
4.	6.23.24 (h)	4s2	Małgorzata Karpiuk	03	Parkiet Hajnówka	10.02.2019 Toruń
5.	6.31.14 (h)	4	Diana Karpiuk	00	Podlasie Białystok	12.02.2017 Toruń
6.	6.36.20 (h)	1s2	Paula Kopciowska	92	Podlasie Białystok	09.01.2010 Warszawa
7.	6.37.64 (h)	1	Paulina Mikiewicz-Łapińska	92	Podlasie Białystok	09.01.2011 Warszawa
8.	6.44.31 (h)	2	Katarzyna Smakowska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	24.01.2010 Spała
9.	6.49.0	2	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	27.12.2015 Białystok
10.	6.51.03 (h)	6	Monika Suchar	91	Podlasie Białystok	16.01.2010 Warszawa

Zawodniczki bez licencji klubów z Okręgu Podlaskiego

6.09.68 (h)	2	Kornelia Rusiłowicz	08	LO nr 1 Łomża	19.01.2025 Spała
-------------	---	---------------------	----	---------------	------------------

3 kilometry

1.	9.35.48 (h)	8	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	19.02.2023 Toruń
2.	9.37.68 (h)	8	Kornelia Rusiłowicz	08	Prefbet-Sonarol Łomża	01.03.2026 Toruń
3.	9.41.86	1	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	24.06.2011 Toruń
4.	9.46.82	3	Małgorzata Karpiuk	03	Podlasie Białystok	07.07.2022 Radom
5.	9.47.49	2	Paula Kopciowska	92	Podlasie Białystok	26.06.2010 Białystok
6.	9.50.62	3	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	09.09.2006 Białystok
7.	9.56.27	3	Teresa Stasiak	63	Podlasie Białystok	24.07.1981 Białystok
8.	9.56.9	6	Barbara Kozłowska	60	Podlasie Białystok	09.06.1979 Warszawa
9.	10.01.44 (h)	3	Diana Karpiuk	00	Podlasie Białystok	11.02.2018 Toruń
10.	10.09.09	6	Krystyna Horeczak	73	Podlasie Białystok	23.07.1991 Zabrze

Zawodniczki bez licencji klubów z Okręgu Podlaskiego

9.34.32 (h)	7	Kornelia Rusiłowicz	08	LO nr 1 Łomża	23.02.2025 Toruń
-------------	---	---------------------	----	---------------	------------------

5 kilometrów, bieżnia

1.	17.00.17	3	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	27.05.2023 Piaseczno
2.	17.08.44	1	Kornelia Rusiłowicz	08	Prefbet-Sonarol Łomża	05.10.2025 Kolno
3.	17.17.33	1	Paula Kopciewska	92	Podlasie Białystok	28.06.2010 Białystok
4.	17.32.51	3	Diana Karpiuk	00	Podlasie Białystok	25.06.2018 Włocławek
5.	17.37.05	4	Małgorzata Karpiuk	03	Podlasie Białystok	05.06.2021 Piaseczno
6.	17.39.93	3	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	26.06.2011 Toruń
7.	17.44.43	2	Katarzyna Rutkowska-Jankowska	94	Podlasie Białystok	04.06.2013 Białystok
8.	18.05.22	10	Monika Suchar	91	Podlasie Białystok	05.07.2009 Słupsk
9.	18.10.68	6	Izabela Zaniewska-Parszczyńska	88	Podlasie Białystok	28.06.2007 Biała Podlaska
10.	18.11.85	2	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	24.09.2006 Warszawa

5 kilometrów, bieg uliczny

Podane miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w danym biegu.

Uwaga: we wszystkich biegach ulicznych jako czasy poszczególnych zawodniczek podane zostały te, na podstawie których była ustalana oficjalna kolejność w danym biegu.

1.	16.48	8s9	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	06.11.2022 Warszawa
2.	17.41	14s2	Kornelia Rusiłowicz	08	LO nr 1 Łomża	03.11.2024 Kolno
3.	17.46	1	Małgorzata Karpiuk	03	Podlasie Białystok	17.09.2022 Białystok
4.	18.50	4	Katarzyna Rutkowska-Jankowska	94	Podlasie Białystok	22.09.2013 Białystok
5.	19.13	5	Angelika Mańczuk	87	Juvenia Białystok	26.02.2006 Wiązowna
6.	19.14	12	Klaudia Marciszewska	05	Podlasie Białystok	11.05.2024 Białystok
7.	20.12	6	Aleksandra Kieda	02	Białystok, niestowarzysz.	19.09.2020 Białystok
8.	20.14	7	Aleksandra Małyszko	02	Juvenia Białystok	21.09.2019 Białystok
9.	21.00	5	Olga Kuźelewska	06	Zaścianki, niestowarzysz.	27.04.2025 Mońki
10.	21.06	17	Helena Kupiszek	11	Podlasie Białystok	13.09.2025 Białystok

Trasy nieregulaminowe

19.58	1	Paulina Łapińska	98	Łapy, niestowarzyszona	20.05.2017 Białystok
20.11	3	Eliza Ostaszewska	94	Podlasie Białystok	25.09.2011 Białystok

10 kilometrów, bieżnia

1.	36.18.68	1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	23.10.2022 Piaseczno
2.	41.37.13	12	Katarzyna Smakowska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	15.09.2012 Pasłęk
3.	42.42.95	19	Aleksandra Matejkowska	99	Prefbet-Sonarol Łomża	28.04.2018 Łomża
4.	43.53.38	3	Wiktoria Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	23.10.2022 Piaseczno
5.	44.30.5	2	Zofia Biedrzycka	72	Pojezierze Suwałki	29.09.1991 Suwałki

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiło w niej 5 zawodniczek z Okręgu Podlaskiego.

Bieg wspólnie z mężczyznami (miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w tym biegu):

42.49.4	2	Sylwia Stecewicz	72	Juvenia Białystok	15.09.1991 Warszawa
---------	---	------------------	----	-------------------	---------------------

10 kilometrów, bieg uliczny

Podane miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w danym biegu.

1.	35.58	6	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	22.10.2023 Koło
----	-------	---	---------------------	----	-----------------------	-----------------

2.	37.38	2	Małgorzata Karpiuk	03	Podlasie Białystok	29.05.2021 Siemiatycze
3.	37.55	7	Monika Suchar	91	Podlasie Białystok	06.11.2010 Białystok
4.	38.23	3	Martyna Rutkowska	02	Białystok, niestowarzysz.	20.09.2020 Białystok
5.	41.03	9	Barbara Skrzypko	97	Podlasie Białystok	11.11.2016 Białystok
6.	41.58	9	Mariola Kłopotowska-Sawa	96	Sprinter Siemiatycze	20.09.2015 Białystok
7.	42.44	11	Marzena Żuk	89	Białystok, niestowarzysz.	20.09.2015 Białystok
8.	42.44	7	Wiktoria Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	02.10.2022 Susk
9.	42.55	12	Aleksandra Kieda	02	Białystok, niestowarzysz.	11.11.2021 Białystok
10.	43.06	8	Paulina Łapińska	98	Łapy, niestowarzyszona	11.11.2017 Białystok

Trasy nieregulaminowe

42.31	4	Paulina Łapińska	98	Łapy, niestowarzyszona	27.05.2017 Juchnowiec D.
-------	---	------------------	----	------------------------	--------------------------

Półmaraton (21,0975 km)

Podane miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w danym biegu.

1.	1.36.30	5	Irena Sakowicz	76	Juvenia Białystok	18.06.1995 Korycin
2.	1.42.09	3	Sylwia Cymek	78	KB Łomża	15.09.1997 Sochaczew
3.	1.43.38	8	Weronika Filipiuk	97	Biegostok Białystok	05.06.2016 Korycin
4.	1.47.38	305	Oliwia Jaszczur	06	Białystok, niestowarzysz.	14.06.2025 Wrocław
5.	1.48.06	5	Anna Wawrzyniak	77	ŁKS Łomża	08.10.1995 Łomża
6.	1.49.30	17	Klaudia Połuboczek	06	Sejny, niestowarzyszona	08.10.2023 Augustów
7.	1.49.48	6	Katarzyna Wawrzyniak	79	ŁKS Łomża	08.10.1995 Łomża
8.	1.51.59	7	Anita Wolińska	78	Jedwabne, niestowarzysz.	08.10.1995 Łomża
9.	1.54.13	1	Joanna Stypułkowska	80	TKKF Łomża	18.05.1998 Ostrołęka
10.	1.54.45	154	Natalia Ciruk	05	Suwałki, niestowarzysz.	12.05.2024 Białystok

Trasy nieregulaminowe

1.35.44	3	Paulina Łapińska	98	3T Białystok	06.11.2016 Ostrów Mazowiecka
1.40.13	1	Monika Falkowska-Terebun	85	Bielsk Podlaski, niestowarzysz.	05.06.2004 Białystok

Maraton (42 km 195 km)

Podane miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w danym biegu.

1.	3.55.44	212	Weronika Filipiuk	97	Pędziwiatr Białystok	27.09.2015 Warszawa
2.	4.18.44	25	Anna Woroszył	66	Wysokie Mazowieckie, niestowarzyszona	30.09.1984 Warszawa
3.	4.53.16	37	Celina Bojarzyńska	65	Białystok, niestowarzysz.	25.09.1983 Warszawa
4.	5.17.35	32	Bożena Borawska	67	Maratonka Grajewo	29.09.1985 Warszawa

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej 4 zawodniczki z Okręgu Podlaskiego.

Trasy nieregulaminowe

4.04.17	5	Natalia Filipkowska	06	Augustów, niestowarzysz.	21.09.2025 Augustów
---------	---	---------------------	----	--------------------------	---------------------

Bieg godzinny

Podane miejsce dotyczy klasyfikacji kobiet w danym biegu.

1.	14.205		Marzena Moniuszko	87	Podlasie Białystok	02.10.2005 Białystok
----	--------	--	-------------------	----	--------------------	----------------------

2.	14.145	2	Anna Gosk-Bańkowska	90	Podlasie Białystok	05.10.2008 Białystok
3.	14.070	2	Angelika Mańczuk	87	Juvenia Białystok	07.10.2006 Białystok
4.	13.150	4	Emilia Jankowska	84	LO nr 4 Białystok	03.11.2002 Białystok
5.	13.120	3	Karolina Grzegorzczuk	95	Juvenia Białystok	06.10.2013 Białystok
6.	12.856		Marta Prokopowicz	84	Juvenia Białystok	03.11.2001 Białystok
7.	12.535	3	Ewa Jurguć	88	UKS Czwórka Białystok	07.10.2006 Białystok
8.	12.480	4	Aneta Kondracka	89	Juvenia Białystok	07.10.2006 Białystok
9.	12.115	7	Paulina Marczyk	91	Juvenia Białystok	05.10.2008 Białystok
10.	11.950	5	Gabriela Kułak	87	Juvenia Białystok	07.10.2006 Białystok

50 metrów przez płotki (wysokość płotków 84,0 cm), pomiar ręczny

1.	8.2 (h)	1	Maria Filipkowska	56	Podlasie Białystok	18.02.1973 Białystok
2.	8.3 (h)	3	Bożena Bieszczad	56	Podlasie Białystok	18.02.1973 Białystok
3.	8.9 (h)	1	Elżbieta Krawczuk	60	Juvenia Białystok	24.02.1974 Białystok
4.	9.0 (h)	2	Ewa Romanowicz	59	Juvenia Białystok	24.02.1974 Białystok
5.	9.5 (h)		Grażyna Gawryluk	59	Juvenia Białystok	1974

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiło w niej 5 zawodniczek z Okręgu Podlaskiego.

60 metrów przez płotki (wysokość płotków 84,0 cm), pomiar elektroniczny

1.	8.45 (h)	1e1	Aleksandra Kiryluk	01	Podlasie Białystok	01.02.2020 Toruń
2.	8.71 (h)	1	Joanna Czyżewska	80	Juvenia Białystok	23.01.1999 Spała
3.	8.86 (h)	7	Zuzanna Baczyńska	07	Podlasie Białystok	15.02.2026 Rzeszów
4.	9.01 (h)	2	Iga Tomaszyczka	98	UKS 19 Bojary Białystok	31.01.2016 Spała
5.	9.03 (h)	5e2	Wiktoria Zaczekiewicz	01	Podlasie Białystok	10.02.2019 Toruń
6.	9.05 (h)	1	Magdalena Denkiewicz	81	Podlasie Białystok	26.02.2000 Białystok
7.	9.11 (h)	w	Barbara Pieczęńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	26.02.1978 Zabrze
8.	9.13 (h)	3	Karolina Charyło	92	Podlasie Białystok	23.01.2010 Spała
9.	9.20 (h)	2	Ewelina Jakimowicz	80	Hańcza Suwałki	18.01.1998 Białystok
10.	9.21 (h)	w	Marlena Dolot	93	Hańcza Suwałki	27.01.2011 Spała

60 metrów przez płotki (wysokość płotków 84,0 cm), pomiar ręczny

1.	9.4 (h)	1	Barbara Bigaj	54	Juvenia Białystok	21.02.1973 Warszawa
2.	9.4 (h)	1	Halina Kardasz	55	Juvenia Białystok	13.02.1974 Warszawa
3.	9.5 (h)		Maria Kaczyńska	57	Juvenia Białystok	1974
4.	9.5 (h)	1	Maria Filipkowska	56	Podlasie Białystok	17.01.1975 Warszawa
5.	9.5 (h)	1	Elżbieta Krawczuk	60	Juvenia Białystok	20.01.1976 Warszawa
6.	9.8 (h)	1	Barbara Gorbacewicz	65	Podlasie Białystok	12.01.1981 Warszawa
7.	9.9 (h)	1	Jolanta Jacewicz	61	Pojezierze Suwałki	18.01.1978 Warszawa
8.	9.9 (h)	2	Hanna Potocka	63	Narew Łomża	12.01.1981 Warszawa
9.	9.9 (h)	3	Jadwiga Jabłońska	63	Narew Łomża	12.01.1981 Warszawa
10.	10.0 (h)		Rutkowska		Jagiellonia Białystok	1974

80 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm/rozstaw płotków 8.0 m), pomiar elektroniczny

1.	11.82	1	Aleksandra Kiryluk	01	Podlasie Białystok	25.09.2016 Słubice
2.	11.83	1s1	Wiktoria Zaczekiewicz	01	Podlasie Białystok	03.06.2017 Białystok
3.	12.18	4s1	Dominika Ostapczuk	01	Podlasie Białystok	16.06.2018 Białystok
4.	12.37	1s1	Gabriela Staniewicz	03	Hańcza Suwałki	25.05.2019 Białystok
5.	12.40	5	Julia Hermanowska	10	Podlasie Białystok	30.08.2025 Włocławek
6.	12.49	3	Natalia Płaczek	10	Hańcza Suwałki	22.06.2025 Białystok

7.	12.51	5	Zofia Sawicka	11	Podlasie Białystok	28.08.2026 Spała
8.	12.69	1	Dominika Antonowicz	05	Podlasie Białystok	08.08.2020 Białystok
9.	12.72	2s1	Angelika Martyniuk	01	Podlasie Białystok	03.06.2017 Białystok
10.	12.79	2s2	Zuzanna Strzyżewska	02	Hańcza Suwałki	17.06.2017 Białystok

80 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm/rozstaw płotków 8.0 m), pomiar ręczny

1.	11.8	1	Alicja Kurstak	46	Jagiellonia Białystok	28.06.1964 Olsztyn
2.	12.0	2	Barbara Kuźmierowska	50	Jagiellonia Białystok	26.05.1968 Białystok
3.	12.5	2s1	Krystyna Borowska	44	Jagiellonia Białystok	10.06.1962 Olsztyn
4.	12.5	3	Barbara Marczuk	50	Juvenia Białystok	28.05.1967 Białystok
5.	12.6		Krystyna Hryniewicka	48	Jagiellonia Białystok	1967
6.	13.1		Krystyna Śrutkowska	41	AZS Białystok	1960
7.	13.2	1	Maria Nikolai-Wiensko	40	Jagiellonia Białystok	12.10.1957 Białystok
8.	13.2		Teresa Jędrak	45	Jagiellonia Białystok	1964
9.	13.2	1	Kobeszko	42	Juvenia Białystok	15.06.1968 Białystok
10.	13.3		Ostapowicz		MKS Augustów	1962

100 metrów przez płotki (wysokość płotków 84,0 cm), pomiar elektroniczny

1.	13.78	1	Aleksandra Kiryluk	01	Podlasie Białystok	01.06.2019 Zamość
2.	14.32	w	Barbara Pieczeńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	26.08.1978 Poznań
3.	14.33	2s3	Joanna Czyżewska	80	Juvenia Białystok	19.09.1998 Białystok
4.	14.37	2e1	Jolanta Rusin	74	Jagiellonia Białystok	18.07.1993 Warszawa
5.	14.38	1	Magdalena Denkiewicz	81	Podlasie Białystok	03.06.2000 Stargard Szcz.
6.	14.53	3	Anna Waszkiewicz	77	Podlasie Białystok	08.08.1996 Bydgoszcz
7.	14.58	3	Joanna Teul	85	Podlasie Białystok	27.06.2004 Białystok
8.	14.82	4	Ewelina Jakimowicz	80	Hańcza Suwałki	20.06.1998 Spała
9.	14.83	w	Barbara Gorbacewicz	65	Podlasie Białystok	23.06.1984 Lublin
10.	14.83	3	Oliwia Zaczekiewicz	03	Podlasie Białystok	04.06.2022 Białystok

Z wiatrem

14.49 (+2,3)	1e2	Anna Waszkiewicz	77	Podlasie Białystok	08.08.1996 Bydgoszcz
--------------	-----	------------------	----	--------------------	----------------------

100 metrów przez płotki (wysokość płotków 84,0 cm), pomiar ręczny

1.	14.2	1e	Barbara Pieczeńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	17.07.1978 Poznań
2.	14.2		Jolanta Rusin	74	Jagiellonia Białystok	29.09.1991 Suwałki
3.	14.7	1	Małgorzata Roszkowska	63	Juvenia Białystok	08.06.1980 Białystok
4.	14.9	1	Barbara Gorbacewicz	65	Podlasie Białystok	04.06.1983 Białystok
5.	15.0	1	Maria Filipkowska	56	Podlasie Białystok	27.05.1973 Łódź
6.	15.0		Ewa Nieścierowicz	62	Podlasie Białystok	11.06.1981 Białystok
7.	15.1	1	Joanna Wiśniewska	64	Pojezierze Suwałki	18.07.1981 Białystok
8.	15.2		Barbara Kuźmierowska	50	Jagiellonia Białystok	26.07.1969 Tarnów
9.	15.2	1	Hanna Potocka	63	Narew Łomża	25.06.1980 Sopot
10.	15.2	1	Iwona Radziszewska	66	Zorza Łomża	17.09.1983 Białystok

200 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar elektroniczny – Najlepsze zawodniczki w historii

1.	29.05	2s5	Dominika Antonowicz	05	Podlasie Białystok	26.09.2020 Słupsk
2.	29.23	1s4	Aleksandra Kiryluk	01	Podlasie Białystok	24.09.2016 Słubice
3.	29.36	1s1	Zofia Małachowska	82	Podlasie Białystok	29.09.1996 Kraków
4.	29.85	1	Ewa Łubowicz	69	Juvenia Białystok	10.08.1986 Białystok

5.	29.93	2s1	Katarzyna Przekop	81	Podlasie Białystok	29.09.1996 Kraków
6.	30.45	2s3	Dominika Zubrzycka	05	Podlasie Białystok	26.09.2020 Słupsk
7.	30.51	1s2	Wiktoria Zaczekiewicz	01	Podlasie Białystok	03.06.2017 Białystok
8.	31.20	2s1	Urszula Treblińska	78	Podlasie Białystok	10.10.1993 Łódź
9.	31.27	1s1	Aleksandra Masiejczyk	02	Podlasie Białystok	03.06.2017 Białystok
10.	31.32	1s4	Elżbieta Milewska	03	SP Trzcianne	11.06.2016 Białystok

200 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar ręczny

1.	30.4	3	Larysa Fraind	53	Podlasie Białystok	03.10.1971 Białystok
2.	31.1	1	Halina Kardasz	55	Juvenia Białystok	27.07.1971 Białystok
3.	31.4	2	Ewa Jędrzejczyk	54	Podlasie Białystok	27.07.1971 Białystok
4.	32.2		Elżbieta Baczewska	55	Podlasie Białystok	1971
5.	32.3	1	Anna Wasilewska	67	Juvenia Białystok	01.05.1983 Białystok
6.	34.0		Obek		TEkon. Suwałki	1970
7.	34.2	1	Jadwiga Kryńska	54	Podlasie Białystok	26.09.1970 Białystok
8.	34.2	2	Barbara Koćmierowska	54	Juvenia Białystok	26.09.1970 Białystok
9.	34.2		Bożena Lange	57	Juvenia Białystok	1971
10.	35.5		Owieczko		Jagiellonia Białystok	1971

300 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar elektroniczny

1.	44.24	1	Weronika Kitlas	85	Podlasie Białystok	08.10.2000 Białystok
2.	44.39	2	Zofia Małachowska	82	Podlasie Białystok	01.08.1998 Tartu
3.	44.58	2s4	Diana Wojtulewicz	89	Podlasie Białystok	25.09.2004 Świecie
4.	44.94	1s1	Weronika Morusiewicz	99	Hańcza Suwałki	30.05.2015 Białystok
5.	45.06	1s2	Alicja Dąbrowska	75	Pojezierze Suwałki	17.07.1992 Kielce
6.	45.12	1s2	Julia Hermanowska	10	Podlasie Białystok	14.06.2025 Kraków
7.	45.24	1	Oliwia Białaszewska	11	Hańcza Suwałki	22.06.2025 Białystok
8.	45.25	5fB	Elżbieta Półtorzecka	70	Zorza Łomża	24.07.1987 Bielsko-Biała
9.	46.03	2s1	Adrianna Sańczyk	99	UKS 19 Bojary Białystok	30.05.2015 Białystok
10.	46.09	1	Agnieszka Grygielko	72	Podlasie Białystok	20.05.1989 Białystok

300 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar ręczny – Najlepsze zawodniczki w historii

1.	46.1	1	Elżbieta Półtorzecka	70	Zorza Łomża	17.05.1987 Łomża
----	------	---	----------------------	----	-------------	------------------

W kategorii Junierek (U20) w całej historii tej konkurencji przy pomiarze ręcznym wystąpiła w niej 1 zawodniczka z Okręgu Podlaskiego.

400 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar elektroniczny

1.	57.78	1	Zofia Małachowska	82	Podlasie Białystok	21.07.2001 Grosseto
2.	58.94	2e1	Weronika Kitlas	85	Podlasie Białystok	25.07.2003 Tampere
3.	60.43	2	Anna Gryc	99	Podlasie Białystok	16.06.2018 Vyskov
4.	62.04	3	Marlena Hościło	94	Juvenia Białystok	04.07.2013 Kraków
5.	62.06	4	Marta Kubeł	95	Podlasie Białystok	29.06.2014 Toruń
6.	62.44	1e1	Kinga Żukowska	85	Podlasie Białystok	26.06.2004 Białystok
7.	62.44	1e3	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	28.07.2021 Włocławek
8.	62.60	1	Eliza Harasimowicz	91	Hańcza Suwałki	26.07.2008 Bydgoszcz
9.	62.75	1fB	Joanna Sieczkowska	88	Podlasie Białystok	09.07.2006 Słupsk
10.	62.79	1s1	Justyna Urban	91	Podlasie Białystok	12.06.2010 Białystok

400 metrów przez płotki (wysokość płotków 76,2 cm), pomiar ręczny

1.	65.3		Barbara Puciłowska	59	Podlasie Białystok	09.08.1975 Warszawa
----	------	--	--------------------	----	--------------------	---------------------

2.	65.4	4	Grażyna Okuła	62	Jagiellonia Białystok	26.06.1980 Zabrze
3.	65.5		Małgorzata Czerwińska	63	Pojezierze Suwałki	14.09.1980 Ostrołęka
4.	65.7	1	Joanna Znoińska	62	Zorza Łomża	13.09.1980 Sopot
5.	65.9	5	Danuta Suchocka	63	Jagiellonia Białystok	26.06.1980 Zabrze
6.	66.4	2	Benita Mozolewska	61	Jagiellonia Białystok	23.08.1979 Poznań
7.	66.4		Agnieszka Nieścierowicz	62	Podlasie Białystok	20.05.1981 Białystok
8.	66.5		Ewa Nieścierowicz	62	Podlasie Białystok	26.06.1980 Sopot
9.	66.7		Grażyna Kraśnicka	56	Juvenia Białystok	16.06.1973 Wałbrzych
10.	66.8	1	Elżbieta Malinowska	58	Jagiellonia Białystok	16.10.1975 Białystok

1,5 kilometra z przeszkodami (wysokość przeszkód 76,2 cm)

1.	4.42.96	1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	04.06.2023 Warszawa
2.	4.53.21	1	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	10.08.2006 Olsztyn
3.	4.59.57	1	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	14.07.2010 Sopot
4.	5.05.36		Julita Klimowicz	84	Podlasie Białystok	16.06.2001 Warszawa
5.	5.09.43	1	Angelika Mańczuk	87	Juvenia Białystok	10.06.2006 Białystok
6.	5.09.49	2	Ewa Winczewska	90	UKS Technik Augustów	17.06.2006 Białystok
7.	5.09.62	3	Izabela Zaniewska-Parszczyńska	88	Podlasie Białystok	19.07.2007 Olsztyn
8.	5.10.37	2	Katarzyna Smakowska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	14.07.2010 Sopot
9.	5.11.63	3s1	Wiktoria Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	15.07.2022 Bielsko-Biała
10.	5.11.88	3	Justyna Piotrowska	89	Prefbet-Sonarol Łomża	11.09.2005 Warszawa

2 kilometry z przeszkodami (wysokość przeszkód 76,2 cm)

1.	6.25.79	1	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	19.07.2023 Lublin
2.	6.52.00	1	Anna Pruszkowska	87	Prefbet-Sonarol Łomża	03.09.2006 Warszawa
3.	6.54.16	2	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	23.07.2010 Zielona Góra
4.	6.58.76	1	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	30.09.2017 Białogard
5.	6.59.02	2	Katarzyna Smakowska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	01.05.2010 Bydgoszcz
6.	7.02.06	6	Anna Wojtulewicz	87	Podlasie Białystok	09.07.2006 Słupsk
7.	7.04.05	4	Ewa Winczewska	90	UKS Technik Augustów	04.07.2009 Słupsk
8.	7.17.90	10	Gabriela Kondracka	01	UKS Technik Augustów	04.07.2019 Racibórz
9.	7.19.08	4	Daria Michałowska	98	UKS Technik Augustów	14.06.2014 Warszawa
10.	7.21.86	11	Angelika Mańczuk	87	Juvenia Białystok	09.07.2006 Słupsk

3 kilometry z przeszkodami (wysokość przeszkód 76,2 cm)

1.	10.12.68	7	Martyna Krawczyńska	04	Prefbet-Sonarol Łomża	27.07.2023 Gorzów Wlkp.
2.	10.50.97	2	Justyna Jelska	99	Podlasie Białystok	09.06.2018 Słubice
3.	10.56.07	2	Ewelina Lubiejewska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	27.05.2012 Sosnowiec
4.	11.30.61	1	Katarzyna Smakowska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	05.09.2010 Toruń
5.	11.37.30	2	Monika Bagińska	93	Prefbet-Sonarol Łomża	05.09.2010 Toruń
6.	11.46.64	5	Klaudia Marciszewska	05	Podlasie Białystok	27.07.2024 Radom
7.	11.53.46	3	Eliza Ostaszewska	94	Podlasie Białystok	31.08.2013 Kraków
8.	12.06.50	1	Anna Wojtulewicz	87	Podlasie Białystok	16.09.2006 Cottbus
9.	12.09.70	1	Wiktoria Grabowska	05	Prefbet-Sonarol Łomża	18.05.2024 Białystok
10.	12.24.99	2	Marzena Żuk	89	Podlasie Białystok	20.09.2008 Nivelles

Skok wzwyż

1.	1.93	1	Elżbieta Krawczuk	60	Juvenia Białystok	12.08.1979 Poznań
2.	1.90	1	Martyna Bielawska	90	Podlasie Białystok	03.07.2009 Słupsk
3.	1.86	2	Barbara Pieczęńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	11.07.1978 Warszawa

4.	1.86	2	Kamila Stepaniuk-Liówinko	86	Podlasie Białystok	24.06.2005 Biała Podlaska
5.	1.85	1	Urszula Domel	88	Hańcza Suwałki	13.05.2007 Wrocław
6.	1.81	3	Aleksandra Zarecka	86	Podlasie Białystok	02.07.2004 Bydgoszcz
7.	1.77	8	Aleksandra Jankowska	02	Podlasie Białystok	26.07.2019 Baku
8.	1.76	2	Laura Puczyłowska	67	Pojezierze Suwałki	11.07.1984 Poznań
9.	1.75	1	Iwona Czaban	80	Juvenia Białystok	16.07.1996 Pałanga
10.	1.75	2	Joanna Krysiewicz	84	Słoneczny Stok Białystok	29.06.2002 Bielsko-Biała

Skok w dal

1.	6.35	2	Elżbieta Klimaszewska	59	Juvenia Białystok	13.06.1976 Poznań
2.	6.19	el	Martyna Bielawska	90	Podlasie Białystok	23.07.2009 Nowy Sad
3.	6.14	1	Ewa Kazimirska	83	Narew Łomża	15.06.2002 Siedlce
4.	6.11	1	Ewa Korniluk	94	Podlasie Białystok	04.06.2013 Białystok
5.	6.10	2	Klaudia Boguszewska	05	Podlasie Białystok	25.05.2024 Białystok
6.	6.02	1	Marzena Banach	89	Narew Łomża	06.05.2006 Biała Podlaska
7.	6.00	1	Barbara Pieczęńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	27.08.1978 Poznań
8.	5.96	1	Joanna Koncewicz	70	Juvenia Białystok	07.06.1987 Białystok
9.	5.96 (h)	4	Aleksandra Kiryluk	01	Podlasie Białystok	26.01.2020 Toruń
10.	5.92	1	Karolina Markiewicz	93	Podlasie Białystok	23.06.2012 Białystok

Z wiatrem

6.15 (+2,7)	1	Ewa Korniluk	94	Podlasie Białystok	18.05.2013 Warszawa
6.12 (+2,4)	1	Izabela Sikora	72	Podlasie Białystok	29.07.1989 Kielce

Skok o tyczce

1.	2.70	8	Iwona Kochańska	84	UKS KoLa 44 Białystok	26.09.1999 Bydgoszcz
2.	2.56	1	Agnieszka Chomiuk	92	Podlasie Białystok	26.05.2007 Białystok
3.	2.55	1	Eugenia Majorowa	84	Podlasie Białystok	29.05.1999 Białystok
4.	2.50	1	Katarzyna Starczewska	95	Podlasie Białystok	04.09.2010 Białystok
5.	2.40	1	Joanna Korycka	83	Podlasie Białystok	06.09.1997 Warszawa
6.	2.40	1	Justyna Korzeniecka	93	UKS Trójka Bielsk Podl.	30.05.2009 Białystok
7.	2.40	1	Iza Ładniak	96	Podlasie Białystok	28.05.2011 Białystok
8.	2.40	1	Martyna Iwaniuk	98	Podlasie Białystok	04.06.2014 Białystok
9.	2.40	1	Gabriela Chomko	11	SP nr 3 Bielsk Podlaski	03.06.2026 Białystok
10.	2.35	1	Marta Maksimeczuk	94	Podlasie Białystok	19.06.2011 Białystok

Trójskok

1.	12.66	1	Anna Arciszewska	84	Podlasie Białystok	24.05.2003 Częstochowa
2.	12.55	2	Agnieszka Kozłowska	93	Hańcza Suwałki	12.06.2011 Słubice
3.	12.47	3	Ewa Kazimirska	83	Narew Łomża	30.06.2002 Bielsko-Biała
4.	12.32	1	Magdalena Zubrycka	79	Podlasie Białystok	10.10.1997 Grodno
5.	12.28	4	Zofia Nagórska	03	Narew Łomża	04.07.2021 Lublin
6.	12.16	5	Martyna Szulc	02	Narew Łomża	04.07.2021 Lublin
7.	12.13	1	Ewa Korniluk	94	Podlasie Białystok	15.06.2013 Łomża
8.	12.05	1	Agata Listowska	73	Jagiellonia Białystok	14.06.1992 Suwałki
9.	11.97	2	Małgorzata Nikołajuk	81	Juvenia Białystok	21.09.1997 Bydgoszcz
10.	11.93	3	Nadia Dydzińska	06	Hańcza Suwałki	08.06.2024 Włocławek

Pchnięcie kulą (waga 3 kg)

1.	18.18 (h)	1	Klaudia Kardasz	96	Podlasie Białystok	06.02.2015 Białystok
----	-----------	---	-----------------	----	--------------------	----------------------

2.	16.51 (h)	2	Karolina Nesterowicz	96	Sprinter Siemiatycze	06.02.2015 Białystok
3.	15.11 (h)	1	Oksana Oniszczyk	09	Podlasie Białystok	08.02.2026 Białystok
4.	14.43	4	Beata Trzonkowska	95	Prefbet-Sonarol Łomża	21.07.2012 Kraków
5.	14.33	el	Aleksandra Wojtecka	96	Juvenia Białystok	26.07.2013 Łódź
6.	14.33 (h)	3	Urszula Polak	97	Podlasie Białystok	06.02.2015 Białystok
7.	14.05	3	Wioleta Górską	95	Narew Łomża	08.05.2012 Białystok
8.	14.00	el	Anna Jaroszewicz	96	Podlasie Białystok	26.07.2013 Łódź
9.	13.74	6	Daria Zabawska	95	Podlasie Białystok	21.07.2012 Kraków
10.	13.67	1	Aldona Żebrowska	91	Narew Łomża	26.05.2007 Białystok

Pchnięcie kulą (waga 4 kg)

1.	16.80	4	Klaudia Kardasz	96	Podlasie Białystok	18.07.2015 Eskilstuna
2.	15.68	3	Katarzyna Żakowicz	75	Podlasie Białystok	25.06.1994 Piła
3.	15.57	7	Karolina Nesterowicz	96	Sprinter Siemiatycze	18.07.2015 Eskilstuna
4.	15.54	1	Aldona Żebrowska	91	Narew Łomża	20.06.2010 Białystok
5.	15.31	1	Elżbieta Danilczyk	83	Podlasie Białystok	01.06.2002 Białystok
6.	15.05	2	Dominika Górską	08	Podlasie Białystok	07.06.2026 Warszawa
7.	15.01	3	Joanna Rożko	82	Podlasie Białystok	02.06.2001 Biała Podlaska
8.	14.48		Krystyna Danilczyk-Zabawska	68	Hańcza Suwałki	11.10.1987 Płowdiw
9.	14.10	1	Regina Soroko-Jakubowska	56	Juvenia Białystok	07.09.1975 Lublin
10.	13.99	1	Halina Nesteruk	76	Podlasie Białystok	03.05.1995 Białystok

Rzut dyskiem (waga 1 kg)

1.	54.58	1	Daria Zabawska	95	Podlasie Białystok	21.09.2014 Białystok
2.	51.62	1	Iwona Jarząbska	67	Juvenia Białystok	09.08.1986 Warszawa
3.	50.84	3	Danuta Zrajkowska	67	Jagiellonia Białystok	27.06.1986 Grudziądz
4.	47.62	1	Katarzyna Żakowicz	75	Podlasie Białystok	10.09.1994 Białystok
5.	47.29	2	Małgorzata Raciborska	91	Podlasie Białystok	28.06.2010 Białystok
6.	46.54	1	Aneta Andrukonis	68	Juvenia Białystok	07.06.1987 Białystok
7.	46.08	1	Dominika Górską	08	Podlasie Białystok	19.07.2026 Zamość
8.	45.13	2	Beata Trzonkowska	95	Prefbet-Sonarol Łomża	22.07.2012 Kraków
9.	44.48	1	Małgorzata Sadowska	89	Podlasie Białystok	30.08.2008 Słubice
10.	44.46	3	Bożena Kulik	70	Jagiellonia Białystok	03.09.1988 Kraków

Rzut młotem (waga 4 kg)

1.	62.91	1	Alicja Filipkowska	87	Podlasie Białystok	08.07.2006 Słupsk
2.	61.22	3	Joanna Fiodorow	89	UKS Technik Augustów	07.06.2008 Białystok
3.	60.82	3	Malwina Sobierajska	85	Podlasie Białystok	06.06.2004 Lublin
4.	59.00	1	Izabela Olszewska	83	Podlasie Białystok	03.05.2002 Białystok
5.	51.31	1	Bogusława Danielewicz	84	Podlasie Białystok	09.06.2001 Lublin
6.	50.35	1	Sylwia Kłosowska	91	Podlasie Białystok	06.05.2010 Białystok
7.	48.40	2	Antonina Bujnarowska	08	Podlasie Białystok	16.05.2026 Białystok
8.	46.59	3	Ewelina Śliwowska	95	Podlasie Białystok	03.05.2013 Białystok
9.	45.37	4	Magda Filipkowska	92	Podlasie Białystok	23.05.2009 Siedlce
10.	45.35	4	Barbara Komosińska	82	Podlasie Białystok	29.08.2000 Wrocław

Rzut oszczepem (waga 600 g), nowy typ

1.	62.11	1	Maria Andrejczyk	96	Hańcza Suwałki	01.08.2015 Cetniewo
2.	54.80	3	Karolina Mor	91	Hańcza Suwałki	01.08.2009 Bydgoszcz
3.	53.16	1	Żaneta Lenczewska	92	Prefbet-Sonarol Łomża	03.05.2011 Białystok

4.	51.04	1	Gabriela Andrukonis	02	UKS Czwórka Białystok	12.09.2020 Radom
5.	47.46	2	Dominika Dabulis	96	Hańcza Suwałki	14.06.2015 Słubice
6.	47.17	2	Gabriela Butkiewicz	03	Hańcza Suwałki	15.05.2021 Warszawa
7.	45.88	3	Joanna Sowół	88	UKS Technik Augustów	23.07.2005 Warszawa
8.	45.84	1	Wioletta Choińska	94	UKS Czwórka Białystok	19.06.2011 Białystok
9.	45.38	4	Marlena Guzek	86	Podlasie Białystok	26.06.2004 Białystok
10.	45.18	2	Angelika Antoniak	00	Podlasie Białystok	24.06.2018 Włocławek

Rzut oszczepem (waga 600 g), stary typ

1.	55.58	2	Anna Baczewska	56	Podlasie Białystok	22.09.1974 Zielona Góra
2.	50.84	1	Monika Koncewicz	79	Podlasie Białystok	19.09.1998 Białystok
3.	48.12	1	Danuta Chilicka	57	Juvenia Białystok	13.05.1976 Łapy
4.	47.60	1	Halina Michalska	51	Podlasie Białystok	13.06.1970 Białystok
5.	47.00	1	Krystyna Markowska	45	Jagiellonia Białystok	06.09.1964 Białystok
6.	46.98	1	Agnieszka Dubowska	78	Hańcza Suwałki	13.09.1997 Suwałki
7.	46.82	1	Danuta Sienkiewicz	63	Narew Łomża	26.06.1982 Białystok
8.	46.76	1	Wiesława Falkowska-Grecka	76	Podlasie Białystok	18.06.1994 Suwałki
9.	46.70		Halina Wnukowska	50	Juvenia Białystok	25.05.1968 Suwałki
10.	45.82	1	Bogumiła Wrochniak-Olszewska	60	Juvenia Białystok	30.09.1979 Białystok

Trójbój A

(100 m – skok wzwyż – rzut oszczepem 600 g)

1.	83 pkt	1	Wanda Kudaszewicz	13	Jagiellonia Białystok	02.10.1932 Białystok
2.	74 pkt	1	Irena Daszuta-Zimnoch	13	Jagiellonia Białystok	21.08.1932 Białystok

W kategorii Junierek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej 2 zawodniczki z Okręgu Podlaskiego.

Trójbój B

(100 m – skok w dal – pchnięcie kulą 4 kg)

1.	1974 pkt	1	Małgorzata Stecewicz	56	Juvenia Białystok	06.09.1973 Białystok
2.	1913 pkt	2	Halina Galicka	56	Juvenia Białystok	06.09.1973 Białystok
3.	1889 pkt	3	Barbara Jackowska	56	Jagiellonia Białystok	06.09.1973 Białystok
4.	1622 pkt	2	Krystyna Bartkiewicz	35	Gwardia Białystok	26.06.1954 Poznań

W kategorii Junierek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej 4 zawodniczki z Okręgu Podlaskiego.

Pięciobój halowy A

(60 m ppł wysokość płotków 84,0 cm – skok wzwyż – pchnięcie kulą 4 kg – skok w dal – 600 m)

1.	3727 pkt	5	Barbara Pieczeńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	26.02.1977 Zabrze
2.	3603 pkt	8	Iwona Radziszewska	66	Zorza Łomża	20.02.1983 Warszawa
3.	3521 pkt	6	Barbara Gorbacewicz	65	Podlasie Białystok	20.02.1983 Warszawa
4.	3291 pkt	5	Małgorzata Roszkowska	63	Juvenia Białystok	02.03.1980 Warszawa
5.	3177 pkt	6	Joanna Koncewicz	70	Juvenia Białystok	08.02.1986 Warszawa
6.	2923 pkt		Nika Antychowicz	69	Podlasie Białystok	08.02.1986 Warszawa

W kategorii Junierek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiło w niej 6 zawodniczek z Okręgu Podlaskiego.

Pięciobój halowy B

(60 m ppł wysokość płotków 84,0 cm – skok wzwyż – pchnięcie kulą 4 kg – skok w dal – 800 m)

1.	3599 pkt	2	Iwona Czaban	80	Juvenia Białystok	08.02.1998 Spała
2.	3497 pkt	5	Barbara Pieczeńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	26.02.1978 Zabrze
3.	3310 pkt	2	Marlena Dolot	93	Hańcza Suwałki	28.01.2011 Spała
4.	3250 pkt	5	Weronika Kulawczyk	99	Prebet-Sonarol Łomża	13.02.2017 Toruń
5.	2943 pkt	6	Monika Stypułkowska	97	UKS Czwórka Białystok	13.02.2016 Spała
6.	2806 pkt	8	Anna Baczewska	72	Podlasie Białystok	21.01.1989 Spała
7.	2760 pkt	8	Urszula Białomyzy	98	UKS Czwórka Białystok	13.02.2017 Toruń
8.	1876 pkt	7	Alicja Sakowicz	88	Podlasie Białystok	27.01.2007 Spała

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiło w niej 8 zawodniczek z Okręgu Podlaskiego.

Wynik sprzed 1985 roku przeliczono według aktualnej tabeli wielobojowej.

Pięciobój A

(skok w dal – rzut oszczepem 600 g – 60 m – rzut dyskiem 1 kg – 200 m)

1.	2577 pkt	1	Irena Daszuta-Zimnoch	13	Jagiellonia Białystok	11.09.1932 Białystok
2.	2407 pkt	2	Wanda Kudaszewicz	13	Jagiellonia Białystok	11.09.1932 Białystok

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej 2 zawodniczki z Okręgu Podlaskiego.

Pięciobój B

(skok wzwyż – rzut oszczepem 600 g – 60 m – rzut dyskiem 1 kg – 200 m)

W kategorii Juniorek (U20) nie wystąpiła w tej konkurencji żadna zawodniczka z Okręgu Podlaskiego.

Pięciobój C

(pchnięcie kulą 4 kg – skok w dal – 100 m – skok wzwyż – rzut oszczepem 600 g)

1.	119 pkt	2	Luba Subotnik	22	ŻKS Makabi Białystok	22.08.1937 Białystok
----	---------	---	---------------	----	----------------------	----------------------

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiła w niej 1 zawodniczka z Okręgu Podlaskiego.

Pięciobój D

(80 m ppł wysokość płotków 76,2 cm/100 m ppł wysokość płotków 84,0 cm – pchnięcie kulą 4 kg – skok wzwyż – skok w dal – 200 m; wg punktacji obowiązującej do 1972 roku)

1.	3875 pkt		Barbara Kuźmierowska	50	Jagiellonia Białystok	27.07.1969 Tarnów
2.	3544 pkt		Barbara Łomeć	51	Podlasie Białystok	31.05.1970 Białystok
3.	3416 pkt		Zofia Jasieńczuk	50	Podlasie Białystok	1968
4.	3413 pkt		Halina Kardasz	55	Juvenia Białystok	24.07.1971 Chorzów
5.	3388 pkt		Ewa Jędrzejczyk	54	Podlasie Białystok	1971
6.	3319 pkt	1	Larysa Fraind	53	Podlasie Białystok	27.09.1970 Białystok
7.	3161 pkt	2	Urszula Kowalczyk	52	Puszcza Hajnówka	16.06.1969 Białystok
8.	3088 pkt		Leokadia Wasilewska	55	Juvenia Białystok	1971
9.	3081 pkt	10	Małgorzata Stecewicz	56	Juvenia Białystok	03.07.1971 Tarnów
10.	3072 pkt		Czesława Dawidowicz	51	Juvenia Białystok	16.06.1969 Białystok

Pięciobój E

(100 m ppł wysokość płotków 84,0 cm – pchnięcie kulą 4 kg – skok wzwyż – skok w dal – 200m/800 m; wg punktacji obowiązującej od 1973 roku)

1.	4055 pkt	1	Barbara Pieczeńczyk-Piekarska	59	Podlasie Białystok	26.08.1978 Poznań
2.	3665 pkt		Joanna Znoińska	62	Zorza Łomża	28.08.1979 Poznań
3.	3530 pkt	7	Maria Filipkowska	56	Podlasie Białystok	24.08.1974 Warszawa
4.	3497 pkt	1	Małgorzata Guzowska	59	Juvenia Białystok	10.10.1976 Białystok
5.	3398 pkt	3	Małgorzata Roszkowska	63	Juvenia Białystok	23.08.1979 Poznań
6.	3282 pkt		Zofia Sujata	63	Pojezierze Suwałki	1980
7.	3217 pkt		Małgorzata Czerwińska	63	Pojezierze Suwałki	1980
8.	3098 pkt	6	Ewa Romanowicz	59	Juvenia Białystok	18.07.1976 Warszawa
9.	3096 pkt		Jolanta Jacewicz	61	Pojezierze Suwałki	1977
10.	3063 pkt		Małgorzata Stecewicz	56	Juvenia Białystok	21.06.1973 Białystok

Siedmiobój

(I dzień: 100 m ppł wysokość płotków 84,0 cm – skok wzwyż – pchnięcie kulą 4 kg – 200 m;
II dzień: skok w dal – rzut oszczepem 600 g – 800 m)

1.	4965 pkt	3	Barbara Gorbacewicz	65	Podlasie Białystok	13-14.07.1984 Poznań
2.	4820 pkt	4	Barbara Czapko	67	Zorza Łomża	22-23.08.1986 Spała
3.	4762 pkt	3	Joanna Znoińska	62	Zorza Łomża	17-18.07.1980 Łódź
4.	4711 pkt	6	Joanna Koncewicz	70	Juvenia Białystok	28-29.05.1987 Białystok
5.	4583 pkt	4	Marlena Dolot	93	Hańcza Suwałki	26-27.05.2012 Białogard
6.	4413 pkt	6	Monika Stypułkowska	97	UKS Czwórka Białystok	04-05.06.2016 Warszawa
7.	4412 pkt		Małgorzata Roszkowska	63	Juvenia Białystok	28-29.05.1980 Sopot
8.	4162 pkt	10	Urszula Białomyzy	98	UKS Czwórka Białystok	04-05.06.2016 Warszawa
9.	3770 pkt	1	Urszula Żukowska	70	Jagiellonia Białystok	20-21.06.1988 Warszawa
10.	3604 pkt		Nika Antychowicz	69	Podlasie Białystok	02-03.06.1986 Łódź

Wyniki sprzed 1985 roku przeliczono według aktualnej tabeli wielobojowej.

Chód, 3 kilometry

1.	15.01.34	1	Mirosława Orpik	67	Jagiellonia Białystok	15.09.1985 Białystok
2.	15.49.77	1	Katarzyna Rutkowska	71	Jagiellonia Białystok	19.05.1990 Białystok
3.	15.53.81	4	Krystyna Chmielewska	82	Juvenia Białystok	28.09.1997 Poznań
4.	16.22.2	2	Maria Wasyliszyn	67	Pojezierze Suwałki	15.09.1985 Białystok
5.	16.29.93	1	Karolina Kuczyńska	98	Podlasie Białystok	04.06.2014 Białystok
6.	16.31.01	1	Dorota Strzałkowska	65	Juvenia Białystok	12.06.1983 Warszawa
7.	16.41.65	2	Małgorzata Kazuczyk	69	Jagiellonia Białystok	24.05.1987 Białystok
8.	16.49.00	1	Jolanta Mantur	68	Jagiellonia Białystok	20.09.1986 Białystok
9.	16.49.94	4	Bożena Roszkowska	68	Juvenia Białystok	22.06.1986 Białystok
10.	17.04.33	3	Małgorzata Chłus	69	Jagiellonia Białystok	14.09.1986 Białystok

Chód, 5 kilometrów

1.	25.43.0	3	Mirosława Orpik	67	Jagiellonia Białystok	29.09.1985 Wałbrzych
2.	26.16.69	2	Katarzyna Rutkowska	71	Jagiellonia Białystok	11.06.1988 Białystok
3.	27.19.35	13	Krystyna Chmielewska	82	Juvenia Białystok	23.05.1998 Mielec
4.	27.57.87	1	Małgorzata Kazuczyk	69	Jagiellonia Białystok	31.05.1987 Biała Podlaska
5.	28.00.31	13	Agnieszka Godlewska	94	Prefbet-Sonarol Łomża	22.07.2011 Płock
6.	28.20.36	12	Julia Uścińowicz	93	Podlasie Białystok	23.07.2010 Zielona Góra
7.	28.28.4	1	Maria Wasyliszyn	67	Pojezierze Suwałki	14.09.1985 Olecko

8.	28.35.62	1	Jolanta Mantur	68	Jagiellonia Białystok	07.09.1986 Białystok
9.	28.40.12	16	Karolina Kuczyńska	98	Podlasie Białystok	13.07.2014 Wrocław
10.	28.56.00	26	Małgorzata Chłus	69	Jagiellonia Białystok	13.09.1986 Warszawa

Chód, 10 kilometrów

1.	53.19.0	8	Mirosława Orpik	67	Jagiellonia Białystok	14.09.1985 Warszawa
2.	56.25.0	8	Katarzyna Rutkowska	71	Jagiellonia Białystok	16.09.1989 Warszawa
3.	61.37.27	13	Julia Uścińowicz	93	Podlasie Białystok	25.06.2011 Toruń
4.	67.59.73	14	Agnieszka Godlewska	94	Prefbet-Sonarol Łomża	23.06.2012 Białystok

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej 4 zawodniczki z Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta 4 x 100 metrów, pomiar elektroniczny

1.	46.60	1	Podlasie Białystok	Zofia Małachowska 82, Magdalena Siemion-Żyńel 83, Emilia Staniszevska 82, Ewa Trochim 83	07.07.2001 Zielona Góra
2.	46.63	1s2	UKS 19 Bojary Białystok	Magdalena Malinowska 92, Katarzyna Sokółska 93, Klaudia Konopko 92, Sylwia Kasjanowicz 93	25.06.2011 Toruń
3.	48.07	1	Jagiellonia Białystok	Grażyna Siemieniuk 73, Elżbieta Czajko 73, Anna Dybacka 71, Izabela Czajko 71	26.05.1990 Białystok
4.	48.28	2	Hańcza Suwałki	Ewelina Popowska-Kryńska 91, Agnieszka Maksimowicz 91, Laura Łabutis 91, Magdalena Rogucka 90	26.07.2007 Szczecin
5.	48.47		Juvenia Białystok	Jolanta Radomska 57, Maria Litwiniec 56, Teresa Malinowska 58, Elżbieta Klimaszewska 59	23.08.1974 Warszawa
6.	48.65	3	Narew Łomża	Karolina Skoblewska 89, Magdalena Konopka 89, Ewelina Konopka 89, Marzena Banach 89	21.05.2006 Warszawa
7.	48.80	4	Zorza Łomża	Barbara Czapko 67, Iwona Dziekońska 67, Aldona Nowińska 67, Iwona Radziszewska 66	25.06.1983 Białystok
8.	49.88		Pojezierze Suwałki	Aneta Szulc 72, brak danych o 3 zawodniczkach	1988
9.	50.07	1	Ekonomik Suwałki	Julia Wiśniewska 81, Monika Aderek 81, Julita Żylińska 82, Agnieszka Sitkowska 82	12.06.1999 Kielce
10.	50.34	4	Prefbet-Sonarol Łomża	Żaneta Bogusz 92, Katarzyna Pługów 93, Klaudia Kulikowska 93, Maria Płońska 93	06.06.2009 Biała Podlaska

Sztafeta 4 x 100 metrów, pomiar ręczny

1.	48.2		Juvenia Białystok	Jolanta Radomska 57, Maria Litwiniec 56, Teresa Malinowska 58, Elżbieta Klimaszewska 59	23.08.1974 Warszawa
2.	49.2	1	Pojezierze Suwałki	Jolanta Jacewicz 61, Elżbieta Kopycka 61, Wiesława Suchocka 60, brak danych o 1 zawodniczce	22.06.1977 Giżycko
3.	49.2		Podlasie Białystok	Dorota Omelańczuk 65, Barbara Gorbacewicz 65, Krystyna Sawicka 64, Elżbieta Doroszkiewicz 66	21.05.1983 Białystok
4.	49.5		Zorza Łomża	Barbara Czapko 67, Iwona Dziekońska 67, Aldona Nowińska 67, Iwona Radziszewska	21.05.1983 Białystok

				66	
5.	50.0	1	Jagiellonia Białystok	Bogumiła Ratkiewicz 58, Elżbieta Malinowska 58, Barbara Jackowska 56, Bogusława Kubiak 54	26.08.1973 Białystok
6.	50.2		Hańcza Suwałki	Bożena Cieśluk 63, Elżbieta Łepkowska 63, Grażyna Andrzejewska 63, Aldona Łubowicz 63	21.06.1981 Sopot
7.	53.2		MKS Augustów	Olga Germaniuk 47, Kościuch, Fołtynowicz, Anna Chracewicz 47	16.06.1962 Białystok
8.	53.3		Żak Łapy	brak danych o składzie	1958
9.	53.6		SKS Ełk	brak danych o składzie	31.05.1975 Białystok
10.	53.6		SKS Siemiatycze	brak danych o składzie	31.05.1975 Białystok

Sztafeta 4 x 200 metrów

1.	1.52.63	5	Podlasie Białystok	Magdalena Strzypińska 06, Aleksandra Kasperuk 05, Aleksandra Wynimko 08, Aleksandra Wyszowska 06	17.09.2022 Białystok
2.	1.59.14	5	Juvenia Białystok	Patrycja Milewska 08, Julia Gościńska 08, Joanna Gołębiowska 07, Katarzyna Arcisz 08	17.09.2022 Białystok
3.	2.02.2	1	ŻKS Makabi Białystok	Luba Subotnik 22, Orkin, Marynowska, Liza Katz 19	14.06.1936 Białystok

W kategorii Juniorek (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej sztafety z 3 klubów Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta Mix 4 x 100 metrów – Najlepsze sztafety w historii

1.	45.82	1	Podlasie Białystok	Krystian Prus 08, Katarzyna Arcisz 08, Hubert Łopieński 07, Karolina Piasecka 07	13.06.2026 Zamość
2.	49.31	4s1	Prefbet-Sonarol Łomża	Mateusz Bujno 10, Patrycja Szczek 10, Wojciech Podchul 10, Lucja Baczewska 10	31.05.2026 Piaseczno

W kategorii Juniorek/Juniorów (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej sztafety z 2 klubów Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta 4 x 400 metrów

1.	3.50.58	2s1	Podlasie Białystok	Magdalena Michalewicz 99, Anna Gryc 99, Natalia Markowska 99, Karolina Łozowska 99	09.07.2017 Toruń
2.	3.51.80	2	Juvenia Białystok	Alicja Lulewicz 69, Joanna Gromkowska 69, Agnieszka Bondaryk 69, Zofia Baranowska 69	20.08.1986 Spała
3.	3.55.33	4s2	ŁTS Łomża	Małgorzata Masiuk 73, Marzena Poznańska 74, Agnieszka Mieczkowska 74, Alicja Bekier 73	25.07.1991 Zabrze
4.	3.58.81	4	Prefbet-Sonarol Łomża	Justyna Dąbrowska 87, Katarzyna Waśkiewicz 87, Joanna Dobkowska 87, Anna Pruszkowska 87	23.07.2003 Gdańsk
5.	3.59.38	3	Pojezierze Suwałki	Zofia Sujata 63, Małgorzata Czerwińska 63, Jolanta Mieńkowska 64, Agata Adamska 64	26.06.1980 Poznań
6.	3.59.4		Jagiellonia Białystok	Lidia Suproniuk 60, Bogumiła Ratkiewicz 58, Barbara Dębska 59, Elżbieta Malinowska 58	24.09.1977 Lublin

7.	4.00.36	2s1	Hańcza Suwałki	Katarzyna Frąckiewicz 67, Danuta Budzińska 68, Barbara Miłowicka 67, Elżbieta Wiktorowicz 69	30.06.1985 Białystok
8.	4.00.83	1	UKS Technik Augustów	Gabriela Kondracka 01, Anita Świacka 00, Julia Filipow 00, Aleksandra Korzun 00	07.06.2017 Łomża
9.	4.05.00	5s1	Narew Łomża	Małgorzata Kubrak 82, Emilia Krysińska 82, Sylwia Mroczkowska 82, Emilia Staniszevska 82	29.06.1999 Zielona Góra
10.	4.07.73	4	UKS 19 Bojary Białystok	AA 00, Karolina Omelianowicz 00, Liliana Smorszczewska 99, Adrianna Sańczyk 99	01.06.2016 Białystok

Sztafeta Mix 2 x 2 x 400 metrów

1.	3.58.96	2s2	Prefbet-Sonarol Łomża	Martyna Krawczyńska 04, Bartosz Jurak 03	17.09.2022 Białystok
----	---------	-----	-----------------------	--	----------------------

W kategorii Juniorek/Juniorów (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiła w niej sztafeta z 1 klubu Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta Mix 4 x 400 metrów

1.	3.33.68 (h)	1s1	Podlasie Białystok	Adam Lipski 08, Gabriela Kiersnowska 08, Oliwier Dondziło 08, Karolina Piasecka 07	15.02.2026 Rzeszów
2.	3.38.05	4s2	Prefbet-Sonarol Łomża	Bartosz Jurak 03, Julia Wawrzynowicz 04, Piotr Dąbrowski 03, Maria Sokołowska 03	29.05.2022 Karpacz

W kategorii Juniorek/Juniorów (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej sztafety z 2 klubów Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta Mix 4 x 600 metrów

3.	6.30.20	5	Prefbet-Sonarol Łomża	Karolina Dzwonkowska 03, Bartłomiej Folga 03, Martyna Krawczyńska 04, Piotr Dąbrowski 03	02.06.2018 Suwałki
4.	6.42.52	3	Podlasie Białystok	Jakub Lachowicz 08, Aleksandra Wynimko 08, Szymon Terebun 08, Wiktoria Czarniecka 07	18.09.2022 Białystok
5.	7.07.75	4	Juvenia Białystok	Michał Klikowski 07, Gabriela Frankowska 07, Franciszek Abramowicz 07, Joanna Gołębiowska 07	18.09.2022 Białystok

W kategorii Juniorek/Juniorów (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej sztafety z 3 klubów Okręgu Podlaskiego.

Sztafeta Mix 4 x 800 metrów

1.	8.38.51	2s1	Podlasie Białystok	Damian Wnorowski 00, Diana Karpiuk 00, Aleksandra Świć 01, Łukasz Modzelewski 00	09.06.2019 Kraków
2.	8.43.27	4	Prefbet-Sonarol Łomża	Aleksandra Matejkowska 99, Rafał Pogorzelski 99, Piotr Sadłowski 00, Zofia Tercjak 99	02.06.2018 Suwałki
3.	9.01.08	5	UKS Technik Augustów	Aleksandra Korzun 00, Jakub Sobolewski 99, Anita Świacka 00, Daniel Baranowski 00	02.06.2018 Suwałki

W kategorii Juniorek/Juniorów (U20) w całej historii tej konkurencji wystąpiły w niej sztafety z 3 klubów Okręgu Podlaskiego.