

EDYCJE MISTRZOSTW POLSKI W TRIATHLONIE

opracowanie: Henryk Kurzyński
współpraca: Janusz Rozum

25.06.1988	Poznań	dystans średni	(1,2-90-20,1)
07.08.1988	Koszalin	długi	(3,8-180-42,2)
11.06.1989	Police	olimpijski	(1,5-40-10)
24.06.1989	Poznań	średni	(1,2-90-21,1)
03.06.1990	Szczecin	olimpijski	(1,5-44-10)
16.06.1990	Poznań	średni	(1,1-80-20,5)
21.07.1990	Kalisz	długi	(3,8-180-42,2)
22.06.1991	Poznań	średni	(1,5-40-11)
28.07.1991	Kalisz	olimpijski	(1,5-40-10)
21.06.1992	Kalisz	średni	(2,5-80-20,0)
26.07.1992	Susz	olimpijski	(1,5-40-10)
29.08.1992	Międzybrodzie Bialskie	górski	(1,5-40-10)
20.06.1993	Susz	olimpijski	(1,5-40-10)
10.07.1993	Kalisz	średni	(2,5-80-20)
28.08.1993	Międzybrodzie Bialskie	górski	(1,5-40-10)
19.06.1994	Susz	olimpijski	(1,5-40-10)
24.07.1994	Żywiec	średni	(2,5-80-20)
27.08.1994	Międzybrodzie Bialskie	górski	(1,5-40-10)
16.07.1995	Żywiec	olimpijski	(1,5-40-10)
17.09.1995	Konin	średni	(2,5-80-20)
23.06.1996	Susz	olimpijski	(1,5-40-10)
14.07.1996	Żywiec	sprinterski	(0,75-20-5)
08.09.1996	Chodzież	średni	(2,5-80-20)
28.06.1997	Żywiec	sprinterski	(0,75-20-5)
20.07.1997	Chodzież	średni	(2,5-80-20)
31.08.1997	Susz	olimpijski	(1,5-40-10)
11.07.1998	Żywiec	sprinterski	(0,75-20-5)
08.08.1998	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
22.08.1998	Chodzież	średni	(2,5-80-20)
21.06.1999	Susz	sprinterski	(0,75-20-5)
21.08.1999	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
17.06.2000	Górzno	sprinterski	(0,75-20-5)
20.08.2000	Lubasz	olimpijski	(1,5-40-10)
18.08.2001	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
24.08.2002	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
06.07.2003	Chodzież	sprinterski	(0,75-20-5)
27.07.2003	Sława	sztafety	3 x (K: 0,2-4-1) (M: 0,4-8-2)
09.08.2003	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
11.07.2004	Chodzież	sprinterski	(0,75-20-5)
07.08.2004	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
04.09.2005	Kędzierzyn-Koźle	olimpijski	(1,5-40-10)
05.08.2006	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
23.07.2007	Sława	sztafety	3 x (0,4-7-2)
05.08.2007	Chodzież	olimpijski	(1,5-40-10)
19.08.2007	Górzno	sprinterski	(0,75-23-5,4)
13.07.2008	Chodzież	olimpijski	(1,5-40-10)
08.08.2009	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
31.07.2010	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
30.07.2011	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
18.08.2012	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
17.08.2013	Górzno	olimpijski	(1,5-40-10)
08.06.2014	Elk	olimpijski	(1,5-40-10)
05.09.2015	Przechlewo	olimpijski	(1,5-40-10)
17.07.2016	Gdańsk	olimpijski	(1,5-40-10)
13.08.2017	Chodzież	olimpijski	(1,5-40-10)
26.08.2018	Kraśnik	olimpijski	(1,5-40-10)
18.08.2019	Białystok	olimpijski	(1,5-40-10)
27.07.2020	Rawa Mazowiecka	sprinterski	(0,75-20-5)
31.07.2021	Rawa Mazowiecka	sprinterski	(0,75-20-5)
02.07.2022	Susz	sprinterski	(0,8-20-5)
21.08.2022	Białystok	olimpijski	(1,5-40-10)
20.08.2023	Białystok	olimpijski	(1,5-40-10)
08.06.2024	Rzeszów	sprinterski	(0,75-20-5)
18.08.2024	Białystok	olimpijski	(1,5-40-10)

MEDALISTKI MISTRZOSTW POLSKI W TRIATHLONIE

Dystans olimpijski (1,5-40-10)

1989	Jolanta KONRAD		Katarzyna GWIAZDOŃ			
1990	Jolanta KONRAD	2:41:47	Danuta STANKIEWICZ	3:09:47		1
1991	Jolanta KONRAD	5:21:34	Katarzyna GWIAZDOŃ	5:54:27	Teresa ĆWIK-MASZCZYŃSKA	6:52:10
1992	Anna SULIMA	2:34:00	Katarzyna GWIAZDOŃ	2:53:20	Marta SYRYJCZYK	3:13:08
1993	Anna SULIMA	2:16:18	Jolanta MAŚLANKA	2:41:55	Katarzyna GWIAZDOŃ	2:48:36
1995	Elżbieta KRAKOWIAK		Ewa KOŁOSOVA (CZE)		Dorota HEŚ	
1996	Elżbieta KRAKOWIAK	2:14:09	Katarzyna GORLOWSKA	2:20:27	Dorota HEŚ	2:27:13
1997	Ewa DEDERKO	2:12:26	Elżbieta KRAKOWIAK	2:12:55	Katarzyna GORLOWSKA	2:18:55
1998	Ewa DEDERKO	2:12:27	Katarzyna ZARAŚ	2:19:52	Dorota HEŚ	2:21:27
1999	Katarzyna ZARAŚ		Katarzyna SYRYJCZYK		Marzena GÓRSKA	
2000	Ewa DEDERKO	2:10:39	Katarzyna ZARAŚ	2:12:50	Klementyna MATEJA	2:33:13
2001	Karolina OCHOCIŃSKA	2:19:44	Katarzyna WIERCIAK	2:21:11	Monika SMARUJ	2:21:55
2002	Ewa DEDERKO	2:10:54.80	Maria CZEŚNIK	2:13:21:00	Karolina OCHOCIŃSKA	2:19:57:70
2003	Ewa DEDERKO	2:09:39	Maria CZEŚNIK	2:12:52	Monika SMARUJ	2:19:01
2004	Maria CZEŚNIK	2:13:04	Łucja POŻOGA	2:25:06	Ewa KOMANDER	2:28:50
2005	Karolina OCHOCIŃSKA	2:07:24.40	Ewa DEDERKO	2:08:03:85	Renata BERKOVA	2:10:13:85
2006	Maria CZEŚNIK	2:08:57.95	Monika SMARUJ	2:09:05:80	Maria PYTEL	2:09:33:90
2007	Maria CZEŚNIK	2:00:31:75	Monika SMARUJ	2:00:53:65	Ewa KOMANDER	2:03:15:55
2008	Agnieszka JERZYK	2:04:39.80	Maria CZEŚNIK	2:06:19:05	Monika SMARUJ	2:06:57:00
2009	Agnieszka JERZYK	2:24:59.95	Ewa KOMANDER	2:26:13:50	Maria PYTEL	2:30:12:50
2010	Maria CZEŚNIK	2:02:06.20	Ewa KOMANDER	2:02:44:95	Maria PYTEL	2:03:09:40
2011	Maria CZEŚNIK	2:02:04.00	Ewa KOMANDER	2:05:54:45	Agnieszka CIEŚLAK	2:07:04:80
2012	Agnieszka JERZYK	1:58:46.35	Małgorzata OTWOROWSKA	1:59:13:85	Magdalena MIELNIK	1:59:38:65
2013	Agnieszka JERZYK	2:01:59	Paulina KOTFICA	2:04:38	Ewa KOMANDER	2:06:40
2014	Agnieszka JERZYK	2:15:24	Maria CZEŚNIK	2:16:12	Magdalena MIELNIK	2:16:31
2015	Agnieszka JERZYK	2:07:56	Małgorzata SZCZERBIŃSKA	2:10:47	Magdalena MIELNIK	2:10:53
2016	Maria CZEŚNIK	2:08:56	Paulina KOTFICA	2:09:44	Agata LITWIN	2:10:41
2017	Agnieszka JERZYK	2:02:41	Paulina KLIMAS	2:05:39	Marta ŁAGOWNIK	2:08:13
2018	Agnieszka JERZYK	2:05:41	Marta ŁAGOWNIK	2:06:21	Paulina KLIMAS	2:09:54
2019	Marta ŁAGOWNIK	2:07:55	Paulina KLIMAS	2:09:46	Maria PYTEL	2:11:04
2022	Paulina KLIMAS	2:02:02	Magdalena SUDAK	2:04:14	Zuzanna SUDAK	2:05:11
2023	Magdalena SUDAK	2:04:51	Marta ŁAGOWNIK	2:05:57	Zuzanna SUDAK	2:07:23
2024	Agnieszka GADOMSKA	2:04:46	Zofia KURIATA	2:09:29	Oliwia GAŚSIOR	2:13:13

Dystans sprinterski (0,75-20-5)

1996	Elżbieta KRAKOWIAK	1:08:31.10	Katarzyna GORLOWSKA	1:11:00:59	Marzena GÓRSKA	1:15:09:97
1997	Katarzyna GORLOWSKA	1:13:25	Elżbieta KRAKOWIAK	1:15:57	Dorota HEŚ	1:16:56
1998	Ewa DEDERKO	1:08:39	Dorota HEŚ	1:12:25	Katarzyna ZARAŚ	1:13:18
1999	Katarzyna ZARAŚ	1:07:40	Ewa DEDERKO	1:07:56	Natalia BARKUN (BLR)	1:08:54
2000	Ewa DEDERKO	1:03:25	Karolina OCHOCIŃSKA	1:03:56	Elżbieta KRAKOWIAK	1:06:01
2003	Ewa DEDERKO	1:08:06.65	Maria CZEŚNIK	1:08:18:75	Karolina OCHOCIŃSKA	1:08:24:75
2004	Ewa DEDERKO	1:10:34	Maria CZEŚNIK	1:12:06	Paulina KOTFICA	1:14:14
2007	Maria CZEŚNIK	1:13:47	Agnieszka JERZYK	1:14:24	Paulina KOTFICA	1:15:00
2020	Agnieszka JERZYK	1:03:33	Roksana SŁUPEK	1:03:41	Magdalena SUDAK	1:04:26
2021	Paulina KLIMAS	1:00:51	Roksana SŁUPEK	1:01:05	Magdalena SUDAK	1:01:45
2024	Maja WĄSIK	1:05:17	Zofia KURIATA	2:04:49	Natalia KRAWCZYK	2:05:03

Dystans średni (2,5-80-20)

1989	Katarzyna GWIAZDOŃ	5:53:27				3
1990	Katarzyna GWIAZDOŃ	4:51:50	Jolanta KONRAD	5:00:00	Danuta STANKIEWICZ	5:08:40
1991	Jolanta KONRAD	2:34:40	Katarzyna GWIAZDOŃ	2:59:21	Jolanta MAŚLANKA	3:08:22
1992	Jolanta MAŚLANKA	6:07:26	Katarzyna GWIAZDOŃ	6:09:36		5
1993	?					
1994	Elżbieta KRAKOWIAK		Jolanta MAŚLANKA		Alina DJAKOWSKA	
1995	Elżbieta KRAKOWIAK		Natalia GONCZAROWA (BLR)		Jolanta MAŚLANKA	
1996	Elżbieta KRAKOWIAK	4:33:40	Marta SYRYJCZYK	5:22:02	Alina DJAKOWSKA	5:38:11
1997	Elżbieta KRAKOWIAK	4:40:48	Dorota HEŚ	5:00:25	Jolanta MAŚLANKA	5:07:49
1998	Natalia BARKUN (BLR)	4:40:05	Jolanta MAŚLANKA	5:38:39	Edyta KOZAKIEWICZ	5:49:06

Dystans górski (1,5-40-10)

1992	Larisa PODGÓRSKA (UKR)	Jolanta MAŚLANKA	Katarzyna GWIAZDOŃ
1993	Anna SULIMA	Jolanta MAŚLANKA	Katarzyna GWIAZDOŃ
1994	Marta SYRYJCZYK	Jolanta MAŚLANKA	

Sztafety (2003: 0,2-4-1; 2007: 0,4-8-2)

2003	Kmicic Częstochowa	50:42	Marta KAZIOR	Karolina OCHOCIŃSKA	Ewa DEDERKO
	Akwedukt Kielce	51:23	Małgorzata LITECKA	Karina GÓRECKA	Maria CZEŚNIK
	Olimpijszyk Rydułtowy	51:32	Ewa BUGDOŁ	Marzena DUDZIŃSKA	Justyna KELER
2007	Real 64-sto Leszno	1:33.22	Hanna MATYSIAK	Agata BARSZOWSKA	Agnieszka JERZYK
	Juvenia Wrocław	1:33.58	Anna RZECZKOWSKA	Agata LITWIN	Joanna CHOJCAN
	TS Olimpia Poznań	1:35.25	Ewa KOMANDER	Beata SILSKA	Magdalena FLEMING

MEDALIŚCI MISTRZOSTW POLSKI W TRIATHLONIE

Dystans olimpijski (1,5-40-10)

1989	Grzegorz ZGLICZYŃSKI		Jarosław ŁABUS		Tadeusz TROCHANOWSKI		
1990	Grzegorz ZGLICZYŃSKI	2:00:25	Cezary FIGURSKI	2:00:32	Tomasz NADOLSKI	2:01:37	1
1991	Dariusz SZARMACH	4:13:35	Cezary FIGURSKI	4:20:26	Jacek WITKOWSKI	4:24:01	
1992	Dariusz SZARMACH	2:04:33	Piotr GRITZNER	2:04:57	Cezary FIGURSKI	2:06:09	
1993	Paweł KOWALEWSKI	1:56:26	Cezary FIGURSKI	1:58:19	Piotr GRITZNER	1:58:37	
1994	?						
1995	Grzegorz ZGLICZYŃSKI		Bogumił GŁUSZKOWSKI		Jerzy SMUG		
1996	Grzegorz SADEL	1:56:14	Bogumił GŁUSZKOWSKI	1:57:11	Tomasz KUSZ	1:57:24	
1997	Bogumił GŁUSZKOWSKI	1:57:27	Grzegorz SADEL	1:57:46	Piotr GRITZNER	1:59:06	
1998	Grzegorz ZGLICZYŃSKI	2:00:55	Grzegorz SADEL	2:01:23	Bartosz WOSZCZYŃSKI	2:02:53	
1999	Bogumił GŁUSZKOWSKI		Roman PUSTUŁKA		Michał SIEJAKOWSKI		
2000	Michał SIEJAKOWSKI	1:57:04	Bogdan SADEL	1:59:01	Roman PUSTUŁKA	1:59:57	
2001	Bogusław GŁUSZKOWSKI	1:56:54	Dariusz CZYŻOWICZ	1:57:23	Jan STRASZEWSKI	1:57:40	
2002	Michał SIEJAKOWSKI	1:59:51.80	Jan STRASZEWSKI	2:00:00:00	Sergiusz OLEJNICZAK	2:01:10:50	
2003	Marcin FLOREK	1:57:18	Maciej BRUMM	1:57:34	Tomasz GAĞOLA	1:57:54	
2004	Marcin FLOREK	1:58:49	Filip SZAŁOWSKI	1:59:03	Tomasz GAĞOLA	1:59:21	
2005	Marek JASKÓŁKA	1:56:18.25	Marcin FLOREK	1:57:02:70	Dominik SZYMANOWSKI	1:57:09:05	
2006	Filip SZOŁOWSKI	1:54:43.75	Sergiusz OLEJNICZAK	1:55:41:00	Michał SIEJAKOWSKI	1:55:46:20	
2007	Filip SZOŁOWSKI	1:51:05.75	Piotr GRZEGÓRZEK	1:51:17:25	Marcin FLOREK	1:51:20:95	
2008	Marek JASKÓŁKA	1:54:49.20	Piotr GRZEGÓRZEK	1:55:31:20	Filip SZOŁOWSKI	1:56:06:40	
2009	Piotr GRZEGÓRZEK	2:08:23.45	Filip SZOŁOWSKI	2:09:17:55	Filip PRZYMUSIŃSKI	2:09:46:25	
2010	Sylwester KUSTER	1:49:25.90	Filip SZOŁOWSKI	1:50:13:50	Filip PRZYMUSIŃSKI	1:51:34:50	
2011	Marek JASKÓŁKA	1:50:07.30	Sylwester KUSTER	1:50:19:40	Mateusz KAŻMIERCZAK	1:52:13:85	
2012	Sylwester KUSTER	1:44:56.15	Przemysław SZYMANOWSKI	1:45:47:95	Marek JASKÓŁKA	1:46:33:95	
2013	Marek JASKÓŁKA	1:52:19	Mateusz KAŻMIERCZAK	1:52:20	Sylwester KUSTER	1:54:18	
2014	Marek JASKÓŁKA	1:59:06	Mateusz KAŻMIERCZAK	1:59:21	Mateusz RAK	2:00:28	
2015	Sylwester KUSTER	1:56:27	Mateusz KAŻMIERCZAK	1:56:30	Tomasz BREMBOR	1:57:13	
2016	Sylwester KUSTER	1:55:22	Kacper STĘPNIAK	1:56:05	Mateusz RAK	1:56:51	
2017	Kacper STĘPNIAK	1:48:43	Miłosz SOWIŃSKI	1:48:54	Michał OLIWA	1:49:45	
2018	Michał OLIWA	1:54:45	Tomasz BREMBOR	1:56:11	Kacper STĘPNIAK	1:57:03	
2019	Kacper STĘPNIAK	1:52:41	Michał OLIWA	1:54:47	Maciej BRUŹDZIAK	1:55:20	
2022	Kamil KULIK	1:53:07	Adrian WILK	1:53:28	Robert CZYSZ	1:53:51	
2023	Maciej BRUŹDZIAK	1:50:56	Kamil KULIK	1:53:29	Marcel KOZACZKIEWICZ	1:54:43	
2024	Jakub BRZÓSKA	1:54:11	Paweł MŁODZIKOWSKI	1:57:24	Marek JANISZ	1:57:51	

Dystans sprinterski (0,75-20-5)

1996	Bogumił GŁUSZKOWSKI	59:52:97	Grzegorz SADEL	60:10:25	Tomasz KUSZ	60:24:10	
1997	Roman PUSTUŁKA	62:52	Bogumił GŁUSZKOWSKI	63:18	Grzegorz SADEL	63:34	
1998	Bogumił GŁUSZKOWSKI	59:35	Grzegorz ZGLICZYŃSKI	59:36	Roman PUSTUŁKA	60:53	
1999	Bogumił GŁUSZKOWSKI	61:03	Eugeni ZIAŁDINOW (BLR)	61:10	Tomasz SIEJAKOWSKI	61:15	
2000	Bogumił GŁUSZKOWSKI	57:26	Michał SIEJAKOWSKI	57:38	Tomasz GAĞOLA	57:51	
2003	Rene MILICHOWSKI	62:10.10	Filip SZOŁOWSKI	62:29:45	Tomasz GAĞOLA	62:43:15	
2004	Marek JASKÓŁKA	61:05	Piotr GRZEGÓRZEK	61:15	Michał SZYMAŃSKI	61:24	
2007	Przemysław SZYMANOWSKI	66:53	Sergiusz OLEJNICZAK	67:00	Filip SZOŁOWSKI	67:12	2
2020	Michał OLIWA	57:54	Kacper STĘPNIAK	58:35	Robert WILKOWIECKI	58:56	
2021	Michał OLIWA	55:55	Marcin STANGLEWICZ	55:57	Maciej BRUŹDZIAK	56:02	
2022	Przemysław SZYMANOWSKI	58:17	Dominik BOGDANOWICZ	58:19	Tomasz SŁUPIK	58:19	
2024	Martin DOBKOWSKI	61:08	Patryk BIJAK	61:15	Piotr KUREK	61:44	

Dystans średni (2,5-80-20)

1988	Mirosław MIZERA	4:12:21	Sławomir SŁOTWIŃSKI	4:13:58	Andrzej NADKAŃSKI	4:17:59	3
1989	Aleksander JAŁOWIECKI	4:25:00	Tadeusz TROCHANOWSKI	4:27:31	Piotr SADOWSKI	4:31:27	3
1990	Dariusz SZARMACH	3:36:45	Tomasz NADOLSKI	3:37:15	Cezary FIGURSKI	3:42:15	4
1991	Cezary FIGURSKI	2:03:00	Grzegorz ZGLICZYŃSKI	2:05:25	Dariusz KONDRAT	2:06:39	5
1992	Piotr GRITZNER	4:09:55	Cezary FIGURSKI	4:14:53	Jacek WITKOWSKI	4:16:07	
1993	?						
1994	Piotr GRITZNER		Grzegorz ZGLICZYŃSKI				
1995	Bogumił GŁUSZKOWSKI		Dariusz SZARMACH		Krzysztof SAGAN		
1996	Roman PUSTUŁKA	4:06:14	Cezary FIGURSKI	4:06:22	Piotr NETTER	4:11:38	
1997	Cezary FIGURSKI	3:52:07	Marek KALWAT	3:54:20	Grzegorz SADEL	4:22:01	
1998	Grzegorz ZGLICZYŃSKI	4:06:07	Cezary FIGURSKI	4:06:44	Grzegorz SADEL	4:09:10	

Dystans długi (3,8-180-42,2)

1988	Tadeusz TROCHANOWSKI		Mirosław MIZERA		Sławomir SŁOTWIŃSKI		
1990	Andrzej HRYCIUK	10:10:19	Jan GAWEL	10:27:42	Bogdan KOROL	10:35:38	

Dystans górski (1,5-40-10)

1992	Piotr GRITZNER		Dariusz SZARMACH		Paweł ZALEWSKI		
1993	Bogumił GŁUSZKOWSKI		Piotr GRITZNER		Grzegorz ZGLICZYŃSKI		
1994	Piotr GRITZNER		Bogumił GŁUSZKOWSKI		Grzegorz SADEL		

Sztafety (2003: 0,4-4-1; 2007: 0,4-8-2)

2003	Olimpia Poznań	1:22.51	Jan STRASZEWSKI	Artur BILEWSKI	Tomasz GAĞOLA
	Iron Man Szczecin	1:24.53	Piotr GRZEGÓRZEK	Michał SZABLEWSKI	Dariusz CZYŻOWICZ
	CSGT Głogów	1:25.09	Bartosz SMĘDA	Rafał GRYGA	Sergiusz OLEJNICZAK
2007	Ironman CS Polska Szczecin	1:19.22	Bartosz SMĘDA	Dariusz CZYŻOWICZ	Adrian SZCZEPAŃSKI
	Diamant GOSiR Gniezno	1:19.36	???		
	AZS-AWF Katowice	1:19.59	Krystian BIESIADECKI	Mateusz Miodoński	Sylwester KUSTER

MISTRZOSTWA POLSKI W TRIATHLONIE

opracowanie: Henryk Kurzyński

TRIATHLON MP

dystans olimpijski (1,5-40-10)
dystans średni (2,5-80-20)
dystans sprinterski (0,75-20-5)

25.06.1988

Poznań

dystans średni (1,2-90-21,1)

Mężczyźni

- | | | | | |
|----|----------|------------|--------------|---------|
| 1. | Mirosław | MIZERA | WTC Warszawa | 4:12.21 |
| 2. | Sławomir | SŁOTWIŃSKI | WTC Warszawa | 4:13.58 |
| 3. | Andrzej | NADKAŃSKI | LZS Pachółta | 4:17.59 |

1. na mecie Tadeusz Trochanowski (WTC Warszawa) - dyskwalifikacja za zmianę koła

7.08.1988

Koszalin

długi dystans

Mężczyźni

- | | | | |
|----|----------|--------------|--------------|
| 1. | Tadeusz | TROCHANOWSKI | WTC Warszawa |
| 2. | Mirosław | MIZERA | WTC Warszawa |
| 3. | Sławomir | SŁOTWIŃSKI | WTC Warszawa |

11.06.1989

Police

dystans olimpijski (1,5-40-10)

Kobiety

- | | | | |
|----|-----------|----------|--------------|
| 1. | Jolanta | KONRAD | TKS Warszawa |
| 2. | Katarzyna | GWIAZDOŃ | Nysa |

Mężczyźni

- | | | | |
|----|----------|--------------|--------------------|
| 1. | Grzegorz | ZGLICZYŃSKI | Triathlon Warszawa |
| 2. | Jarosław | ŁABUS | TKS Warszawa |
| 3. | Tadeusz | TROCHANOWSKI | WTC Warszawa |

24.06.1989

Poznań

dystans średni (1,2-90-21,1)

Kobiety

- | | | | | |
|----|-----------|----------|---------|---------|
| 1. | Katarzyna | GWIAZDOŃ | Prudnik | 5:53.27 |
|----|-----------|----------|---------|---------|

Mężczyźni

- | | | | | |
|----|------------|--------------|--------------|---------|
| 1. | Aleksander | JAŁOWIECKI | WTC Warszawa | 4:25.00 |
| 2. | Tadeusz | TROCHANOWSKI | WTC Warszawa | 4:27.31 |
| 3. | Piotr | SADOWSKI | WTC Warszawa | 4:31.27 |

3.06.1990

Szczecin

dystans olimpijski (1,5-44-10)

Kobiety

- | | | | | |
|----|---------|-------------|--------------|---------|
| 1. | Jolanta | KONRAD | TKS Warszawa | 2:41.47 |
| 2. | Danuta | STANKIEWICZ | Lubań Śląski | 3:09.47 |
| 3. | - | | | |

Mężczyźni

- | | | | | |
|----|----------|-------------|--------------|---------|
| 1. | Grzegorz | ZGLICZYŃSKI | Elbląg | 2:00.25 |
| 2. | Cezary | FIGURSKI | TKS Warszawa | 2:00.32 |
| 3. | Tomasz | NADOLSKI | WTC Warszawa | 2:01.37 |

16.06.1990
dystans średni

Poznań
(1,1-80-20,5)

Kobiety

1.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	4:51.50
2.	Jolanta	KONRAD	TKS Warszawa	5:00.00
3.	Danuta	STANKIEWICZ	Lubań Śląski	5:08.40

Mężczyźni

1.	Dariusz	SZARMACH	WTC Warszawa	3:36.45
2.	Tomasz	NADOLSKI	WTC Warszawa	3:37.15
3.	Cezary	FIGURSKI	TKS Warszawa	3:42.15

21.07.1990
dystans długi

Kalisz
(3,8-180-42,2)

Mężczyźni

1.	Andrzej	HRYCIUK	Straszecin	10:10.19
2.	Jan	GAWEŁ	Gdynia	10:27.42
3.	Bogdan	KOROL	Straszecin	10:35.38

22.06.1991
dystans średni

Poznań
(1,5-40-11)

Kobiety

1.	Jolanta	KONRAD	TKS Warszawa	2:34.40
2.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	2:59.21
3.	Jolanta	MAŚLANKA	Szczecin	3:08.22

Mężczyźni

1.	Cezary	FIGURSKI	TKS Warszawa	2:03.00
2.	Grzegorz	ZGLICZYŃSKI	Elbląg	2:05.25
3.	Dariusz	KONDRAT	TKS Warszawa	2:06.39

28.07.1991
dystans olimpijski

Kalisz
(1,5-40-10)

Kobiety

1.	Jolanta	KONRAD	TKS Warszawa	5:21.34
2.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	5:54.27
3.	Teresa	ĆWIK-MASZCZYŃSKA	Wrocław	6:52.10

Mężczyźni

1.	Dariusz	SZARMACH	WTC Warszawa	4:13.35
2.	Cezary	FIGURSKI	TKS Warszawa	4:20.26
3.	Jacek	WITKOWSKI	ST Michel Rybnik	4:24.01

21.06.1992
dystans średni

Kalisz
(2,5-80-20,0)

Kobiety

1.	Jolanta	MAŚLANKA	KS Energetyk Gryfino	6:07.26
2.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	6:09.36
3.	-			

Mężczyźni

1.	Piotr	GRITZNER	TKS Warszawa	4:09.55
2.	Cezary	FIGURSKI	ST Michel Rybnik	4:14.53
3.	Jacek	WITKOWSKI	ST Michel Rybnik	4:16.07

26.07.1992

Susz

dystans olimpijski (1,5-40-10)

Kobiety

1.	Anna	SULIMA	Drzonków	2:34.00
2.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	2:53.20
3.	Marta	SYRYJCZYK	Mikołów	3:13.08

Mężczyźni

1.	Dariusz	SZARMACH	WTC Warszawa	2:04.33
2.	Piotr	GRITZNER	TKS Warszawa	2:04.57
3.	Cezary	FIGURSKI	TKS Warszawa	2:06.09

29.08.1992

Międzybrodzie Bialskie

MP w triathlonie górskim- I Górskie MP (pływanie 1,5 km, jazda rowerem 40 km, bieg 10 km)

Kobiety

1.	Larisa	PODGÓRSKA	Ukraina
2.	Jolanta	MAŚLANKA	Energopol Gryfino
3.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	niestowarzyszona

Mężczyźni

1.	Piotr	GRITZNER	TKS Warszawa
2.	Dariusz	SZARMACH	WTC Warszawa
3.	Paweł	ZAŁEWSKI	St. Michel Rybnik

20.06.1993

Susz

dystans olimpijski (1,5-40-10)

Kobiety

1.	Anna	SULIMA	Drzonków	2:16.18
2.	Jolanta	MAŚLANKA	Szczecin	2:41.55
3.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	Prudnik	2:48.36

Mężczyźni

1.	Paweł	KOWALEWSKI	ST Michel Rybnik	1:56.26
2.	Cezary	FIGURSKI	ST Michel Rybnik	1:58.19
3.	Piotr	GRITZNER	WTT Velox Warszawa	1:58.37

10.07.1993

Kalisz

dystans średni (2,5-80-20)

Brak informacji w "PS"

28.08.1993

Międzybrodzie Bialskie

MP w triathlonie górskim- II Górskie MP (pływanie 1,5 km, jazda rowerem 40 km, bieg 10 km)

Kobiety

1.	Anna	SULIMA	Plexan Zielona Góra
2.	Jolanta	MAŚLANKA	Energetyk Gryfino
3.	Katarzyna	GWIAZDOŃ	TKKF Będzin

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	WTC Warszawa
2.	Piotr	GRITZNER	Triathlon Kędzierzyn
3.	Grzegorz	ZGLICZYŃSKI	WTT Warszawa

Zawody rozegrano w ramach Międzynarodowych MP. Zwycięzcą został Aleksiej Konoplew (Rosja)

19.06.1994

Susz

dystans olimpijski (1,5-40-10)

?

24.07.1994
dystans średni

Żywiec
(2,5-80-20)

Kobiety

- | | | | |
|----|----------|-----------|-------------------|
| 1. | Elżbieta | KRAKOWIAK | Euro-Bike Poznań |
| 2. | Jolanta | MAŚLANKA | Energetyk Gryfino |
| 3. | Alina | DJAKOWSKA | WTT Warszawa |

Zawody rozegrano w ramach Międzynarodowych MP. 1. miejsce - Romana Sziszkowa (Czechy)

Mężczyźni

- | | | | |
|----|----------|-------------|--------------|
| 1. | Piotr | GRITZNER | WTT Warszawa |
| 2. | Grzegorz | ZGLICZYŃSKI | WTT Warszawa |

Zawody rozegrano w ramach Międzynarodowych MP. 1. miejsce - Peter Kropko (Węgry)

27.08.1994

Międzybrodzie Bialskie

MP w triathlonie górskim- III Górskie MP (pływanie 1,5 km, rower 40 km, bieg 10 km)

Kobiety

- | | | | |
|----|---------|-----------|---------------------------|
| 1. | Marta | SYRYJCZYK | Niestowarzyszona, Mikołów |
| 2. | Jolanta | MAŚLANKA | Energetyk Gryfino |

Mężczyźni

- | | | | |
|----|----------|-------------|-------------------|
| 1. | Piotr | GRITZNER | Welux Legionowo |
| 2. | Bogumił | GŁUSZKOWSKI | Motorola Warszawa |
| 3. | Grzegorz | SĄDEL | COS Drzonków |

16.07.1995

dystans olimpijski

Żywiec
(1,5-40-10)

Kobiety

- | | | | |
|----|----------|-----------|------------------|
| 1. | Elżbieta | KRAKOWIAK | Euro-Bike Poznań |
| 2. | Eva | KOLOSOVA | Czechy |
| 3. | Dorota | HEŚ | Triathlon Głogów |

Mężczyźni

- | | | | |
|----|----------|-------------|-------------------|
| 1. | Grzegorz | ZGLICZYŃSKI | Tours Elbląg |
| 2. | Bogumił | GŁUSZKOWSKI | WTC Warszawa |
| 3. | Jerzy | SMUG | Motorola Warszawa |

17.09.1995

dystans średni

Konin
(2,5-80-20)

Kobiety

- | | | | |
|----|----------|------------|-------------------|
| 1. | Elżbieta | KRAKOWIAK | Euro-Bike Poznań |
| 2. | Natalia | GONCZAROWA | Białoruś |
| 3. | Jolanta | MAŚLANKA | Energetyk Gryfino |

Mężczyźni

- | | | | |
|----|-----------|-------------|-------------------------|
| 1. | Bogumił | GŁUSZKOWSKI | WTC Green-Star Warszawa |
| 2. | Dariusz | SZARMACH | WTC Motorola |
| 3. | Krzysztof | SAGAN | WTC Motorola |

23.06.1996

dystans olimpijski

Susz
(1,5-40-10)

Kobiety

- | | | | | |
|----|-----------|-----------|------------------|---------|
| 1. | Elżbieta | KRAKOWIAK | Euro-Bike Poznań | 2:14.09 |
| 2. | Katarzyna | GORLOWSKA | Akwedukt Kielce | 2:20.27 |
| 3. | Dorota | HEŚ | CSGT Głogów | 2:27.13 |

Mężczyźni

- | | | | | |
|----|----------|-------|--------------------|---------|
| 1. | Grzegorz | SĄDEL | LKS Lumel Drzonków | 1:56.14 |
|----|----------|-------|--------------------|---------|

2.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Poznań	1:57.11
3.	Tomasz	KUSZ	CSGT Głogów	1:57.24

14.07.1996
dystans sprinterski

Żywiec
(0,75-20-5)

Kobiety

1.	Elżbieta	KRAKOWIAK	Euro-Bike Poznań	1:08.31.10
2.	Katarzyna	GORLOWSKA	Akwedukt Kielce	1:11.00.59
3.	Marzena	GÓRSKA	Weltour Sosnowiec	1:15.09.97

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Musik Warszawa	59:52.97
2.	Grzegorz	SĄDEL	LKS Lumel Drzonków	1:00.10.25
3.	Tomasz	KUSZ	CSGT Głogów	1:00.24.10

8.09.1996
dystans średni

Chodzież
(2,5-80-20)

Kobiety

1.	Elżbieta	KRAKOWIAK	Euro-Bike Poznań	4:33.40
2.	Marta	SYRYJCZYK	TKKF Bumerang Mikołów	5:22.02
3.	Alina	DJAKOWSKA	WTT Warszawa	5:38.11

Mężczyźni

1.	Roman	PUSTUŁKA	Weltour Sosnowiec	4:06.14
2.	Cezary	FIGURSKI	WTT Warszawa	4:06.22
3.	Piotr	NETTER	TKKF Susz	4:11.38

28.06.1997
dystans sprinterski

Żywiec
(0,75-20-5)

Kobiety

1.	Katarzyna	GORLOWSKA	Akwedukt Kielce	1:13.25
2.	Elżbieta	KRAKOWIAK	Euro-Bike Poznań	1:15.57
3.	Dorota	HEŚ	CSGT Głogów	1:16.56

Mężczyźni

1.	Roman	PUSTUŁKA	Weltour Sosnowiec	1:02.52
2.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Poznań	1:03.18
3.	Grzegorz	SĄDEL	LKS Lumel Drzonków	1:03.34

20.07.1997
dystans średni

Chodzież
(2,5-80-20)

Kobiety

1.	Elżbieta	KRAKOWIAK	Euro-Bike Poznań	4:40.48
2.	Dorota	HEŚ	CSGT Głogów	5:00.25
3.	Jolanta	MAŚLANKA	Triathlon Szczecin	5:07.49

Mężczyźni

1.	Cezary	FIGURSKI	WTT Warszawa	3:52.07
2.	Marek	KALWAT	Akwedukt Kielce	3:54.20
3.	Grzegorz	SĄDEL	LKS Lumel Zielona Góra	4:22.01

Zawody rozegrano w ramach Międzynarodowych MP.1. miejsce - Natalia Barukan (Białoruś).

31.08.1997
dystans olimpijski

Susz
(1,5-40-10)

Kobiety

1.	Ewa	DEDERKO	niestowarzyszona Częstochowa	2:12.26
----	-----	---------	------------------------------	---------

2.	Elżbieta	KRAKOWIAK	Euro-Bike Poznań	2:12.55
3.	Katarzyna	GORLOWSKA	Akwedukt Kielce	2:18.55

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	KM Music Poznań	1:57.27
2.	Grzegorz	SĄDEL	LKS Lumel Zielona Góra	1:57.46
3.	Piotr	GRITZNER	WTT Warszawa	1:59.06

Zawody rozegrano w ramach Międzynarodowych MP. 1. miejsce - Jewgienij Zjadinow (Białoruś) 1:56:46

11.07.1998

dystans sprinterski

Żywiec

(0,75-20-5)

Kobiety

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	1:08.39
2.	Dorota	HEŚ	CSTG Głogów	1:12.25
3.	Katarzyna	ZARAŚ	TS Akwedukt Kielce	1:13.18

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Olimpia Poznań	59.35
2.	Grzegorz	ZGLICZYŃSKI	Gaz Polski Lumel Drzonków	59.36
3.	Roman	PUSTUŁKA	Weltour Sosnowiec	60.53

8.08.1998

dystans olimpijski

Górzno

(1,5-40-10)

Kobiety

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	2:12.27
2.	Katarzyna	ZARAŚ	TS Akwedukt Kielce	2:19.52
3.	Dorota	HEŚ	CSGT Głogów	2:21.27

Mężczyźni

1.	Grzegorz	ZGLICZYŃSKI	Gaz Polski Lumel Drzonków	2:00.55
2.	Grzegorz	SĄDEL	Gaz Polski Lumel Drzonków	2:01.23
3.	Bartosz	WOSZCZYŃSKI	CSGT Głogów	2:02.53

22.08.1998

dystans średni

Chodzież

(2,5-80-20)

Kobiety

1.	Natalia	BARKUN	Białoruś	4:40.05
2.	Jolanta	MAŚLANKA	Triathlon Szczecin	5:38.39
3.	Edyta	KOZAKIEWICZ	Truso Elbląg	5:49.06

Mężczyźni

1.	Grzegorz	ZGLICZYŃSKI	Gaz Polski Lumel Zielona Góra	4:06.07
2.	Cezary	FIGURSKI	WTT Warszawa	4:06.44
3.	Grzegorz	SĄDEL	Gaz Polski Lumel Zielona Góra	4:09.10

21.06.1999

dystans sprinterski

Susz

(0,75-20-5)

Kobiety

1.	Katarzyna	ZARAŚ	TS Akwedukt Kielce	1:07.40
2.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	1:07.56
3.	Natalia	BARKUN	Białoruś	1:08.54

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Olimpia Poznań I	1:01.03
2.	Eugeni	ZIAŁDINOW	Białoruś	1:01.10
3.	Tomasz	SIEJAKOWSKI	TKKF Susz	1:01.15

21-22.08.1999
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

Kobiety

1.	Katarzyna	ZARAŚ	TS Akwedukt Kielce
2.	Katarzyna	SYRYJCZYK	AKS Mikołów
3.	Marzena	GÓRSKA	Weltour Sosnowiec

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Olimpia Poznań
2.	Roman	PUSTUŁKA	Triathlon Dąbrowa Górnicza
3.	Michał	SIEJAKOWSKI	TKKF Susz

17.06.2000
dystans sprinterski

Górzno
(0,75-20-5)

Kobiety

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	1:03.25
2.	Karolina	OCHOCIŃSKA	TS Olimpia Poznań	1:03.56
3.	Elżbieta	KRAKOWIAK	TS Olimpia Poznań	1:06.01

Mężczyźni

1.	Bogumił	GŁUSZKOWSKI	Olimpia Poznań	57:26
2.	Michał	SIEJAKOWSKI	TKKF Susz	57:38
3.	Tomasz	GĄGOŁA	Olimpia Poznań	57:51

20.08.2000
dystans olimpijski

Lubasz
(1,5-40-10)

Mężczyźni

1.	Michał	SIEJAKOWSKI	TKKF Susz	1:57.04
2.	Bogdan	SĄDEL	Gaz Polski Zielona Góra	1:59.01
3.	Roman	PUSTUŁKA	Dorado Sosnowiec	1:59.57

Kobiety

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	2:10.39
2.	Katarzyna	ZARAŚ	TS Akwedukt Kielce	2:12.50
3.	Klementyna	MATEJA	Wheeler Warszawa	2:33.13

18.08.2001
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Bogusław	GŁUSZKOWSKI	TS Olimpia Poznań	1:56.54
2.	Dariusz	CZYŻOWICZ	Ironman Szczecin	1:57.23
3.	Jan	STRASZEWSKI	TS Olimpia Poznań	1:57.40

KOBIETY

1.	Karolina	OCHOCIŃSKA	TS Olimpia Poznań	2:19.44
2.	Katarzyna	WIERCIAK	TS Akwedukt Kielce	2:21.11
3.	Monika	SMARUJ	Europol Meble Chodzież	2:21.55

24.08.2002
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Michał	SIEJAKOWSKI	TKKF Susz	1:59:51.80
2.	Jan	STRASZEWSKI	TS Olimpia Poznań	2:00:00.00
3.	Sergiusz	OLEJNICZAK	CSGT Głogów	2:01.10.50

KOBIETY

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Dabex Kmicic Częstochowa	2:10:54.80
----	-----	---------	-------------------------------	------------

2.	Maria	CZEŚNIK	WTT Wheeler Warszawa	2:13:21.00
3.	Karolina	OCHOCIŃSKA	TS Olimpia Poznań	2:19.57.70

6.07.2003 Chodzież
dystans sprinterski (0,75-20-5)

MĘŻCZYŹNI

1.	Rene	MILICHOWSKI	Laba Tri Klub Jablon/Czechy	1:02:10.10
2.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Mac Akwedukt Kielce	1:02:29.45
3.	Tomasz	GĄGOLA	Olimpia Poznań	1:02:43.15

KOBIETY

1.	Ewa	DEDERKO	Kmicic Częstochowa	1:08:06.65
2.	Maria	CZEŚNIK	TS Mac Akwedukt Kielce	1:08:18.75
3.	Karolina	OCHOCIŃSKA	Kmicic Częstochowa	1:08:24.75

27.07.2003 Sława
Mistrzostwa Polski sztafet

KOBIETY

200 m pływanie, 4 km rower, 1 km bieg

1.	Marta	KAZIOR	Kmicic Częstochowa	50:42
	Karolina	OCHOCIŃSKA		
	Ewa	DEDERKO		
2.	Małgorzata	LITECKA	Akwedukt Kielce	51:23
	Karina	GÓRECKA		
	Maria	CZEŚNIK		
3.	Ewa	BUGDOŁ	Olimpijczyk Rydułtowy	51:32
	Marzena	DUDZIŃSKA		
	Justyna	KELER		

MĘŻCZYŹNI

400 m pływanie, 8 km jazda rower, 2 km bieg

1.	Jan	STRASZEWSKI	Olimpia Poznań	1:22.51
	Artur	BILEWSKI		
	Tomasz	GĄGOLA		
2.	Piotr	GRZEGÓRZEK	Iron Man Szczecin	1:24.53
	Michał	SZABLEWSKI		
	Dariusz	CZYŻOWICZ		
3.	Bartosz	SMĘDA	CSGT Głogów	1:25.09
	Rafał	GRYGA		
	Sergiusz	OLEJNICZAK		

15. **9.08.2003 Górzno**
dystans olimpijski (1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marcin	FLOREK	MKS Truso Elbląg	1:57.18
2.	Maciej	BRUMM	Olimpia Poznań	1:57.34
3.	Tomasz	GĄGOLA	Olimpia Poznań	1:57.54

KOBIETY

1.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	2:09.39
2.	Maria	CZEŚNIK	Akwedukt Mac-Edukacja Kielce	2:12.52
3.	Monika	SMARUJ	Tazar Chodzież	2:19.01

16. **7.08.2004 Górzno**
dystans olimpijski (1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marcin	FLOREK	MKS Truso Elbląg	1:58.49
2.	Filip	SZAŁOWSKI	Akwedukt Mac Edukacja Kielce	1:59.03

3.	Tomasz	GĄGOLA	Olimpia Poznań	1:59.21
----	--------	--------	----------------	---------

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	Akwedukt Mac Edukacja Kielce	2:13.04
2.	Łucja	POŻOGA	Ironman Szczecin	2:25.06
3.	Ewa	KOMANDER	MLUKS Triathlon Koło	2:28.50

11.07.2004
dystans (0,75-20-5 km)

Chodzież

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	PSV Bonn	1:01.05
2.	Piotr	GRZEGÓRZEK	Ironman Szczecin	1:01.15
3.	Michał	SZYMAŃSKI	AZS UAM Poznań	1:01.24

KOBIETY

1.	Ewa	DEDERKO	Kmicic Częstochowa	1:10.34
2.	Maria	CZEŚNIK	Akwedukt Kielce	1:12.06
3.	Paulina	KOTFICA	B.P.AS Szczecin	1:14.14

17. **4.09.2005**
dystans olimpijski

Kędzierzyn-Koźle
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	BTRIV Brema	1;56:18.25
2.	Marcin	FLOREK	MKS Truso Elbląg	1;57:02.70
3.	Dominik	SZYMANOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1;57:09.05

KOBIETY

1.	Karolina	OCHOCIŃSKA	Power Team	2;07:24.40
2.	Ewa	DEDERKO	WLKS Kmicic Częstochowa	2;08:03.85
3.	Renata	BERKOVA	Olympo Elite Triathlon Team	2;10:13.85

18. **5.08.2006**
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Filip	SZOŁOWSKI	Akwedukt MAC Edukacja Kielce	1;54:43.75
2.	Sergiusz	OLEJNICZAK	CSGT Głogów	1;55:41.00
3.	Michał	SIEJAKOWSKI	GTT Diament GOSIR Gniezno	1;55:46.20

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	Weltour Rowery Łazy	2:08:57.95
2.	Monika	SMARUJ	Tazar Chodzież	2;09:05.80
3.	Maria	PYTEL	Akwedukt MAC Edukacja Kielce	2;09:33.90

23.07.2007
Mistrzostwa Polski sztafet
400 m pływanie, 7 km rower, 2 km bieg

Ślawa

Kobiety

1.	Hanna Agata Agnieszka	MATYSIAK BARSZOWSKA JERZYK	Real 64-sto Leszno	1:33.22
2.	Anna Agata Joanna	RZECZKOWSKA LITWIN CHOJCAN	Juvenia Wrocław	1:33.58
3.	Ewa Beata Magdalena	KOMANDER SILSKA FLEMING	TS Olimpia Poznań	1:35.25

Mężczyźni

1.	Bartosz Dariusz Adrian	SMĘDA CZYŻOWICZ SZCZEPAŃSKI	Ironman CS Polska Szczecin	1:19.22
2.			Diamant GOSiR Gniezno	1:19.36
3.	Krystian Mateusz Sylwester	BIESIADECKI MODOŃSKI KUSTER	AZS-AWF Katowice	1:19.59

19. **5.08.2007**
dystans olimpijski

Chodzież
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1;51:05.75
2.	Piotr	GRZEGÓRZEK	Ironman CS Polska Szczecin	1;51:17.25
3.	Marcin	FLOREK	MKS Truso Elbląg	1;51:20.95

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	Weltour Łazy	2:00:31.75
2.	Monika	SMARUJ	Tazar Chodzież	2;00:53.65
3.	Ewa	KOMANDER	TS Olimpia Poznań	2:03:15.55

19.08.2007

Górzno

dystans sprinterski (pływanie 750 m, rower 23 km, bieg 5,4 km)

MĘŻCZYŹNI

1.	Przemysław	SZYMANOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1:06:53
2.	Sergiusz	OLEJNICZAK	KS Weltur Łazy	1:07:00
3.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1:07:12

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	KS Weltur Łazy	1:13:47
2.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	1:14:24
3.	Paulina	KOTFICA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	1:15:00

20. **13.07.2008**
dystans olimpijski

Chodzież
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	Akwedukt Kielce	1;54:49.20
2.	Piotr	GRZEGÓRZEK	Ironman CS Polska Szczecin	1;55:31.20
3.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1;56:06.40

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2;04:39.80
2.	Maria	CZEŚNIK	Biuro Podróży AS Warszawa	2:06:19.05
3.	Monika	SMARUJ	Tazar Chodzież	2;06:57.00

21. **8.08.2009**
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Piotr	GRZEGÓRZEK	Ironman CS Polska Szczecin	2:08:23.45
2.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Akwedukt Kielce	2:09:17.55
3.	Filip	PRZYMUSIŃSKI	UAM Triathlon Poznań	2:09:46.25

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:24:59.95
2.	Ewa	KOMANDER	TS Olimpia Poznań	2:26:13.50
3.	Maria	PYTEL	Akwedukt Kielce	2:30:12.50

22. **31.07.2010**

Górzno

dystans olimpijski (1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Sylwester	KUSTER	AZS-AWF Katowice	1:49:25.90
2.	Filip	SZOŁOWSKI	TS Akwedukt Kielce	1:50:13.50
3.	Filip	PRZYMUSIŃSKI	UAM Triathlon Poznań	1:51:34.50

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	Biuro Podróży AS Warszawa	2:02:06.20
2.	Ewa	KOMANDER	Niestowarzyszona Kędzierzyn-Koźle	2:02:44.95
3.	Maria	PYTEL	Centrum Zdrowia Vita Starachowice	2:03:09.40

23. **30.07.2011**
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	1:50:07.30
2.	Sylwester	KUSTER	AZS-AWF Katowice	1:50:19.40
3.	Mateusz	KAŻMIERCZAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	1:52:13.85

KOBIETY

1.	Maria	CZEŚNIK	WLKS Kmicic Częstochowa	2:02:04.00
2.	Ewa	KOMANDER	Niestowarzyszona Kędzierzyn-Koźle	2:05:54.45
3.	Agnieszka	CIEŚLAK	Biuro Podróży AS Warszawa	2:07:04.80

24. **18.08.2012**
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Sylwester	KUSTER	UKS Tri-Saucony Rumia	1:44:56.15
2.	Przemysław	SZYMANOWSKI	Polish Energy Partners	1:45:47.95
3.	Marek	JASKÓŁKA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	1:46:33.95

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	1:58:46.35
2.	Małgorzata	OTWOROWSKA	Ironman CS Szczecin	1:59:13.85
3.	Magdalena	MIELNIK	W-MKS Triathlon Olsztyn	1:59:38.65

25. **17.08.2013**
dystans olimpijski

Górzno
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	1:52;19
2.	Mateusz	KAŻMIERCZAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	1:52;20
3.	Sylwester	KUSTER	WLKS Kmicic Częstochowa	1:54;18

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:01;59
2.	Paulina	KOTFICA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	2:04;38
3.	Ewa	KOMANDER	ZAKSA Kędzierzyn-Koźle	2:06.40

26. **8.06.2014**
dystans olimpijski

Elk
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Marek	JASKÓŁKA	KS Biuro Podróży AS Szczecin	1:59;06
2.	Mateusz	KAŻMIERCZAK	Adgarfit Pro Team	1:59;21
3.	Mateusz	RAK	UKS Tri-Team Rumia	2:00;28

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:15;24
2.	Maria	CZEŚNIK	Adgarfit Pro Team	2:16;12

3.	Magdalena	MIELNIK	W-MKS Triathlon Olsztyn	2:16;31
27.	5.09.2015 dystans olimpijski	Przechlewo (1,5-40-10)		
	MĘŻCZYŹNI			
1.	Sylwester	KUSTER	WLKS Kmicic Częstochowa	1:56;27
2.	Mateusz	KAŻMIERCZAK	Elemental Team	1:56;30
3.	Tomasz	BREMBOR	AZS AWF Katowice	1:57.13
	KOBIETY			
1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:07;56
2.	Małgorzata	SZCZERBIŃSKA	MKS Triathlon Malbork	2:10;47
3.	Magdalena	MIELNIK	W-MKS Triathlon Olsztyn	2:10;53
28.	17.07.2016 dystans olimpijski	Gdańsk (1,5-40-10)		
	MĘŻCZYŹNI			
1.	Sylwester	KUSTER	WLKS Kmicic Częstochowa	1:55;22
2.	Kacper	STĘPNIAK	UKS Tri-Team Rumia	1:56;05
3.	Mateusz	RAK	UKS Tri-Team Rumia	1:56;51
	KOBIETY			
1.	Maria	CZEŚNIK	Niestowarzyszona	2:08;56
2.	Paulina	KOTFICA	GVT Górnik Wałbrzych	2:09;44
3.	Agata	LITWIN	AZS-AWF Katowice	2:10;41
29.	13.08.2017 dystans olimpijski	Chodzież (1,5-40-10)		
	MĘŻCZYŹNI			
1.	Kacper	STĘPNIAK	UKS Tri-Team Rumia	1:48;43
2.	Miłosz	SOWIŃSKI	AZS AWF Wrocław	1:48;54
3.	Michał	OLIWA	Real 64-Sto Szczecin	1:49;45
	KOBIETY			
1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:02;41
2.	Paulina	KLIMAS	AZS AWF Katowice GVT BMC	2:05;39
3.	Marta	ŁAGOWNIK	UKS Dwójka Morena Gdańsk	2:08;13
30.	26.08.2018 dystans olimpijski	Kraśnik (1,5-40-10)		
	MĘŻCZYŹNI			
1.	Michał	OLIWA	AZS-AWF Katowice	1:54;45
2.	Tomasz	BREMBOR	AZS AWF Katowice GVT BMC	1:56.11
3.	Kacper	STĘPNIAK	UKS Tri-Team Rumia	1:57;03
	KOBIETY			
1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	2:05;41
2.	Marta	ŁAGOWNIK	UKS Dwójka Morena Gdańsk	2:06;21
3.	Paulina	KLIMAS	AZS AWF Katowice GVT BMC	2:09;54
31.	18.08.2019 dystans olimpijski	Białystok (1,5-40-10)		
	MĘŻCZYŹNI			
1.	Kacper	STĘPNIAK	UKS Tri-Team Rumia	1:52;41
2.	Michał	OLIWA	AZS-AWF Katowice	1:54;47
3.	Maciej	BRUŹDZIAK	UKS Dwójka Morena Gdańsk	1:55.20

KOBIETY

1.	Marta	ŁAGOWNIK	UKS Dwójka Morena Gdańsk	2:07:55
2.	Paulina	KLIMAS	AZS AWF Katowice GVT BMC	2:09:46
3.	Maria	PYTEL	Niestowarzyszona	2:11:04

32. 27.07.2020
dystans olimpijski

Rawa Mazowiecka
(1,5-40-10)

MĘŻCZYŹNI

1.	Michał	OLIWA	AZS-AWF Katowice	57:54
2.	Kacper	STĘPNIAK	UKS Tri-Team Rumia	58:35
3.	Robert	WILKOWIECKI	AZS-AWF Katowice	58:56

KOBIETY

1.	Agnieszka	JERZYK	Real 64-sto Leszno	1:03:33
2.	Roksana	SŁUPEK	UKS TRS Susz	1:03:41
3.	Magdalena	SUDAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	1:04:26

33. 31.07.2021
dystans sprinterski

Rawa Mazowiecka
(0,75-20-5)

MĘŻCZYŹNI

1.	Michał	OLIWA	AZS-AWF Katowice	55:55
2.	Marcin	STANGLEWICZ	KU AZS UAM Poznań	55:57
3.	Maciej	BRUŻDZIAK	UKS Cityzen Poznań	56:02

KOBIETY

1.	Paulina	KLIMAS	AZS-AWF Katowice	1:00:51
2.	Roksana	SŁUPEK	UKS TRS Susz	1:01:05
3.	Magdalena	SUDAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	1:01:45

2.07.2022
dystans supersprint

Susz
(0,8-20-5)

MĘŻCZYŹNI

1.	Przemysław	SZYMANOWSKI	Szymanowski Triathlon Team	58:17
2.	Dominik	BOGDANOWICZ	Eazymut.PI Triathletes Performance	58:19
3.	Tomasz	SŁUPIK	Endless Pain	58:19

21.08.2022
dystans olimpijski

Białystok
(1,5-40-10)

KOBIETY

1.	Paulina	KLIMAS	AZS-AWF Katowice	2:02:02
2.	Magdalena	SUDAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	2:04:14
3.	Zuzanna	SUDAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	2:05:11

MĘŻCZYŹNI

1.	Kamil	KULIK	UKS Tri-Team Rumia	1:53:07
2.	Adrian	WILK	KS Ironman CS Polska	1:53:28
3.	Robert	CZYSZ	UKS Cityzen Poznań	1:53:51

20.08.2023
dystans olimpijski

Białystok
(1,5-40-10)

KOBIETY

1.	Magdalena	SUDAK	Swim Tri Rzeszów	2:04:51
2.	Marta	ŁAGOWNIK	Trójmiejska Akademia Triathlonu	2:05:57
3.	Zuzanna	SUDAK	UKS G-8 Bielany Warszawa	2:07:23

MĘŻCZYŹNI

1.	Maciej	BRUŹDZIAK	KS AZS AWF Katowice	1:50:56
2.	Kamil	KULIK	UKS Tri-Team Rumia	1:53:29
3.	Marcel	KOZACZKIEWICZ	Litwin Triathlon Elite	1:54:43

18.08.2024

dystans olimpijski

Białystok

(1,5-40-10)

KOBIETY

1.	Agnieszka	GADOMSKA	CTS	2:04:46
2.	Zofia	KURIATA	KAZIKI	2:09:29
3.	Oliwia	GAŚSIOR	KAZIKI	2:13:13

MĘŻCZYŹNI

1.	Jakub	BRZÓSKA	Twister Team	1:54:11
2.	Paweł	MŁODZIKOWSKI	Relentless Triathlon Team	1:57:24
3.	Marek	JANISZ	Bednarski Tri Team	1:57:51

18.06.2024

dystans sprinterski

Rzeszów

(0,75-20-5)

KOBIETY

1.	Maja	WĄSIK	KS Sportwise Kraków	1:05:17
2.	Zofia	KURIATA	Kaziki	2:04:49
3.	Natalia	KRAWCZYK	Kaziki Kalisz	2:05:03

MĘŻCZYŹNI

1.	Martin	DOBKOWSKI	Vamos Racing Team	1:01:08
2.	Patryk	BIJAK	WM Triself Ross Energy	1:01:15
3.	Piotr	KUREK	KS Posnania	1:01:44