



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## OPEN

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg	Kacper Krysiuk	<b>115</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Mariusz Pikor	<b>161,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Zbigniew Boczar	<b>172,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Marcin Garbas	<b>215</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Marcin Kowalski	<b>220</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Kamil Kanas	<b>223</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Paweł Liszcz	<b>240</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Paweł Liszcz	<b>257,5</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Robert Drozdowski	<b>240</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg	Dawid Olkiewicz	<b>255</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg	Klaudia Madeja	<b>45</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-52 kg	Agnieszka Zimmermann	<b>72,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-56 kg	Madlena Kratiuk	<b>70</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-60 kg	Madlena Kratiuk	<b>75</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Daria Lewandowska	<b>105</b>	2024-04-27	VII MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Małgorzata Kruza	<b>102,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Wiktoria Paga	<b>85</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Oktawia Lurka	<b>127,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Adrianna Kozłowska	<b>87,5</b>	2024-04-27	VII MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Junior 20-23

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg	Tobiasz Dumeradzki	<b>65</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Tomasz Żywicki	<b>105</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Marcel Wojciechowski	<b>152,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Hubert Raba	<b>170</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Michał Warsiński	<b>172,5</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Jakub Mazurek	<b>165</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Jakub Mazurek	<b>190</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Jakub Elgert	<b>220</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Jakub Elgert	<b>220</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg	Klaudia Madeja	<b>45</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg	Natalia Dembna	<b>62,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-60 kg	Roksana Handzlik	<b>67,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Katarzyna Kozakiewicz	<b>90</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Amelia Mariańska	<b>55</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Julita Kalita	<b>72,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Senior

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg	Kacper Krysiuk	<b>115</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Mariusz Pikor	<b>155</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Patryk Świądrych	<b>160</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Adam Kawka	<b>185</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Dawid Trzeciński	<b>212,5</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Kamil Kanas	<b>223</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Mateusz Kaczmarek	<b>225</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Sebastian Metych	<b>225</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Maciej Kuźma	<b>225</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg	Dawid Olkiewicz	<b>255</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg	Agnieszka Zimmermann	<b>72,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-56 kg	Madlena Kratiuk	<b>70</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-60 kg	Madlena Kratiuk	<b>75</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Daria Lewandowska	<b>105</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Karolina Czuryło	<b>100</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Dorota Kozakiewicz	<b>80</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Oktawia Lurka	<b>127,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Submaster 33-39

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg	Paweł Krystian	<b>97,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Mariusz Pikor	<b>161,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Zbigniew Boczar	<b>172,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Marcin Garbas	<b>215</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Dawid Trzeciński	<b>200</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Tomasz Trzeciński	<b>222,5</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Mateusz Kaczmarek	<b>225</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Łukasz Zdobia	<b>250</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Radosław Smoliński	<b>220</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg	Marcin Jankowski	<b>220</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg	Justyna Grzeszczyk	<b>52,5</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-56 kg	Paulina Weryk	<b>55</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-60 kg	Monika Gizan	<b>55</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Małgorzata Kruza	<b>100</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Małgorzata Kruza	<b>102,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg	Anna Krasnopolska	<b>77,5</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg	Adrianna Kozłowska	<b>87,5</b>	2024-04-27	VII MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M1 40-44

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg	Paweł Krystian	<b>95</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg	Paweł Grab	<b>190</b>	2024-04-27	X MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Marcin Kowalski	<b>210</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Tomasz Trzciniński	<b>212,5</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Andrzej Kocyła	<b>215</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Paweł Liszcz	<b>257,5</b>	2021-05-30	VII MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Robert Drozdowski	<b>240</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg	Małgorzata Kruza	<b>100</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg	Adrianna Puszkarów	<b>100</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M2 45-49

### Men's

-52 kg			Bez limitu		
-56 kg			Bez limitu		
-60 kg	Marek Tomkowski	<b>82,5</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-67,5 kg	Sebastian Białachowski	<b>127,5</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-75 kg			Bez limitu		
-82,5 kg	Tomasz Mantur	<b>155</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Marcin Kowalski	<b>220</b>	2023-05-28	IX MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Robert Moskalczyk	<b>145</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg	Paweł Liszcz	<b>240</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg	Dariusz Sadowy	<b>180</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg	Artur Kiczuk	<b>200</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
+140 kg			Bez limitu		

### Women's

-44 kg			Bez limitu		
-48 kg			Bez limitu		
-52 kg			Bez limitu		
-56 kg			Bez limitu		
-60 kg			Bez limitu		
-67,5 kg			Bez limitu		
-75 kg			Bez limitu		
-82,5 kg			Bez limitu		
-90 kg			Bez limitu		
-100 kg			Bez limitu		
-110 kg			Bez limitu		
+110 kg			Bez limitu		



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M3 50-54

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg	Roch Szumarowski-Plewa	<b>145</b>	2023-05-27	IX MP SM	Wrocław/Polska
-90 kg	Andrzej Kozłowski	<b>140</b>	2021-05-29	VII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg	Adam Wszelaki	<b>160</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg	Krzysztof Chowaniak	<b>190</b>	2024-04-28	X MP SM	Wrocław/Polska
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M4 55-59

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg	Krzysztof Konior	<b>95</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			





# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M5 60-64

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M6 65-69

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M7 70-74

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg	Wiesław Ostrowski	<b>130</b>	2022-05-21	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg	Wojciech Grabowski	<b>162,5</b>	2022-05-22	VIII MP SM	Wrocław/Polska
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M8 75-79

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			



# SŁUŻBY MUNDUROWE

REKORDY POLSKI  
BENCH PRESS  
RAW

Kat. wagowa	Zawodnik	Rekord	Data	Nazwa zawodów	Miejsce/Kraj
-------------	----------	--------	------	---------------	--------------

## Master M9 80+

### Men's

-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
-125 kg		Bez limitu			
-140 kg		Bez limitu			
+140 kg		Bez limitu			

### Women's

-44 kg		Bez limitu			
-48 kg		Bez limitu			
-52 kg		Bez limitu			
-56 kg		Bez limitu			
-60 kg		Bez limitu			
-67,5 kg		Bez limitu			
-75 kg		Bez limitu			
-82,5 kg		Bez limitu			
-90 kg		Bez limitu			
-100 kg		Bez limitu			
-110 kg		Bez limitu			
+110 kg		Bez limitu			