

## „Czwartki lekkoatletyczne” początkiem kariery sportowej "Athletics Thursdays" as the beginning of a sports career

**Tomasz Krawczyński**

### Streszczenie

*Cel:* Prezentacja rozwoju karier młodych zawodników, finalistów zawodów Ogólnopolskich, oraz udzielenie odpowiedzi na pytania:

- 1) Ilu zawodników ze ścisłego finału ogólnopolskiego, kontynuuje swoje kariery sportowe uprawiając lekką atletykę?
- 2) Dlaczego, mimo tak szerokiego zasięgu zawodów, tak mało uczestników osiąga mistrzostwo sportowe.

*Material i metody:* Badanie obejmuje 1697 zawodników, w tym 834 dziewcząt i 863 chłopców ze wszystkich województw, którzy w finale ogólnopolskim zajęli miejsca 1 – 8 z lat 2001 – 2008. Niektórzy z nich w finałach startowali dwukrotnie, a niektórzy trzykrotnie. Wykorzystano również oficjalne statystyki „Czwartków publikowane przez Stowarzyszenie Sport dzieci i młodzieży

*Wyniki:* Czwartki lekkoatletyczne to wyjątkowa inicjatywa sportowa skierowana do dzieci i młodzieży, promująca aktywny styl życia oraz zdrową rywalizację. Impreza ta odbywa się regularnie i gromadzi młodych entuzjastów sportu z różnych szkół i klubów sportowych. To nie tylko świetna zabawa, ale również szansa na rozwijanie talentów i miejsce, w którym stawiają swoje pierwsze kroki mistrzowie w różnych dyscyplinach lekkoatletycznych.

*Słowa kluczowe:* lekka atletyka, czwartki, kariera sportowa

### Summary

*Objective:* To present the career development of young players, finalists of national competitions, and to answer the following questions:

1. How many athletes from the strict national finals continue their sports careers practicing athletics?
2. Why, despite such a wide range of competitions, so few participants achieve sports mastery?

*Material and Methods:* The study includes 1697 athletes, including 834 girls and 863 boys from all provinces, who took places 1 – 8 from 2001 – 2008 in the national finals. Some of them competed in the finals twice, and some three times. The official statistics of "Thursdays published by the Children and Youth Sports Association

*Results:* Athletics Thursdays is a unique sports initiative addressed to children and young people, promoting an active lifestyle and healthy competition. This event is held regularly and brings together young sports enthusiasts from various schools and sports clubs. It is not only great fun, but also a chance to develop talents and a place where champions in various athletics take their first steps.

*Keywords:* athletics, Thursdays, sports career

## Wprowadzenie

Lekką atletykę nazywa się "królową sportu" nie bez powodu – to jedna z najbardziej wszechstronnych i podstawowych form aktywności fizycznej, kształtująca zarówno sprawność, jak i charakter młodych sportowców. W Polsce jedną z najważniejszych inicjatyw promujących tę dyscyplinę wśród dzieci i młodzieży są "Czwartki lekkoatletyczne". To zawody, które od ponad 30 lat stanowią pierwszy krok na drodze do poważnej kariery sportowej dla wielu młodych adeptów sportu.

Organizowane w całym kraju „Czwartki LA” to nie tylko rywalizacja, ale przede wszystkim szansa na rozwój talentu, budowanie pasji i kształtowanie zdrowych nawyków. Wielu utytułowanych lekkoatletów właśnie od tych zawodów zaczynało swoją przygodę ze sportem. Jednak pytanie, na które warto znaleźć odpowiedź, brzmi: ilu z uczestników finałów ogólnopolskich kontynuuje swoje kariery w lekkoatletyce? A jeśli tylko niewielki odsetek z nich osiąga poziom mistrzowski, to jakie są tego przyczyny?

Mimo że „Czwartki lekkoatletyczne” przyczyniły się do rozwoju wielu sportowych karier i pozostają ważnym elementem polskiego systemu sportowego, w ostatnich latach obserwuje się spadek liczby uczestników. Może to wynikać z rosnącej konkurencji innych form aktywności fizycznej, zmieniających się zainteresowań młodzieży czy braku odpowiedniego wsparcia na dalszych etapach rozwoju sportowego.

Celem niniejszego artykułu jest analiza losów finalistów „Czwartków lekkoatletycznych” w latach 2001–2008. Badanie obejmuje 1697 zawodników – 834 dziewczęta i 863 chłopców – którzy w finale ogólnopolskim zajęli miejsca 1–8. Dzięki wykorzystaniu oficjalnych statystyk oraz obserwacji dalszej ścieżki sportowej tych młodych talentów, spróbujemy odpowiedzieć na pytanie, jakie czynniki wpływają na dalszy rozwój kariery lekkoatletycznej i dlaczego tylko nieliczni docierają na szczyt sportowej rywalizacji.

Artykuł ma charakter przeglądowy i bazuje zarówno na autorskich badaniach, jak i na oficjalnych statystykach udostępnionych przez organizatorów „Czwartków”. Nie zawiera on jednak jednoznacznych wniosków ani podsumowujących analiz, ponieważ jego celem jest dostarczenie czytelnikom obiektywnych informacji i umożliwienie im samodzielnej interpretacji przedstawionych danych. Taki zabieg pozwala uniknąć narzucania określonej perspektywy oraz sprzyja bardziej otwartej i wieloaspektowej dyskusji na temat omawianego zagadnienia.

## 1. Miejsce „Czwartków” w systemie współzawodnictwa sportowego w Polsce

Rywalizacja sportowa młodzieży przebiega dwutorowo. Rywalizacja szkół rozgrywa się w czasie Igrzysk Młodzieży Szkolnej, a klubowa w trakcie Olimpiady Młodzieży.

### Olimpiada Młodzieży

Historia Ogólnopolskich Olimpiad Młodzieży, sięga lat 60-tych ubiegłego wieku. Startowała w nich młodzież w wieku juniora młodszego do 17-tu lat). Odbywała się co dwa lata. Poprzedzona była Powiatową oraz Wojewódzką Olimpiadą. Począwszy od 1995 odbywa się co roku. Są to krajowe zawody sportowe, w których startują dzieci i młodzież w wieku szkolnym. Początkowo gospodarzem olimpiady było miasto, a od 2000 roku organizacja olimpiady należy do wybranego województwa. Wyjątek stanowią dyscypliny, które z powodu braku odpowiedniej infrastruktury odbywają się poza województwem – gospodarzem (np. żeglarstwo). Zawody odbywają się w czterech kategoriach dyscyplin: sportach letnich, sportach zimowych, sportach halowych, biegach przełajowych.

Letnimi dyscyplinami OOM są: Baseball, Biathlon letni, Bieg na orientację, Hokej na trawie kobiet, Hokej na trawie mężczyzn, Jeździectwo, Kajakarstwo klasyczne, Kajakarstwo górskie, Kolarstwo MTB, Kolarstwo szosowe, Kolarstwo torowe, Lekka atletyka, Łucznictwo, Pięciobój nowoczesny, Piłka nożna kobiet, Piłka nożna mężczyzn, Piłka wodna, Pływanie, Rugby, Siatkówka plażowa kobiet, Siatkówka plażowa mężczyzn, Strzelectwo sportowe, Tenis, Triathlon, Wioślarstwo, Żeglarstwo.

Zimowymi dyscyplinami OOM są: Biathlon zimowy, Curling, Hokej na lodzie, Łyżwiarstwo figurowe, Short-track, Łyżwiarstwo szybkie, Narciarstwo alpejskie juniorów młodszych, Narciarstwo alpejskie juniorów, Biegi narciarskie, Skoki narciarskie i kombinacja norweska, Saneczkarstwo lodowe, Saneczkarstwo naturalne, Snowboard.

Sporty halowe OOM to: Akrobatyka, Badminton, Boks, Brydż sportowy, Gimnastyka artystyczna, Gimnastyka sportowa, Judo kobiet, Judo mężczyzn, Koszykówka kobiet, Koszykówka mężczyzn, Kręglarstwo klasyczne kobiet, Kręglarstwo klasyczne mężczyzn, Piłka ręczna kobiet, Piłka ręczna mężczyzn, Piłka siatkowa kobiet, Piłka siatkowa mężczyzn, Pływanie synchroniczne, Podnoszenie ciężarów, Skoki do wody, Szachy, Siermierka, Taekwondo ITF, Taekwondo WTF, Tenis stołowy, Zapasy klasyczne, Zapasy w stylu wolnym kobiet, Zapasy w stylu wolnym mężczyzn.

### Igrzyska Młodzieży Szkolnej

Zasada ogólna Igrzysk: wszystkie zawody rozegrane będą zgodnie z obowiązującymi przepisami Polskich Związków Sportowych dla poszczególnych kategorii wiekowych i zgodnie z regulaminem Igrzysk. Stanowią integralną część systemu współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży, współfinansowane są ze środków Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej – Ministerstwa Sportu i Turystyki. Do 2019 roku zawody organizowane były w trzech kategoriach wiekowych:

1. Igrzyska Młodzieży Szkolnej – mistrzostwa szkół podstawowych, podczas których rozgrywane były następujące konkurencje: Mini koszykówka, Mini siatkówka, Mini piłka ręczna, Mini piłka nożna, Unihokej - małe bramki, 4-bój LA, Sztafetowe biegi przełajowe, Tenis stołowy, Badminton, Szachy, Pływanie drużynowe, Dwubój nowoczesny, Łyżwiarstwo (Błękitna Sztafeta, Złoty Krążek), Narciarstwo biegowe oraz Konkurs Sport w wyobraźni ucznia.
2. Gimnazjada – mistrzostwa gimnazjów, podczas których Gimnazjaliści walczyli w następujących konkurencjach: Koszykówka, Piłka siatkowa, Piłka ręczna, Piłka nożna, Unihokej - duże bramki, Szkolna Liga LA, Sztafetowe biegi przełajowe, Tenis stołowy, Badminton, Szachy, Ringo, Pływanie drużynowe, Dwubój nowoczesny, Łyżwiarstwo szybkie, Narciarstwo biegowe.
3. Licealiada – mistrzostwa szkół ponadgimnazjalnych, w których rozgrywane były następujące konkurencje: Koszykówka, Piłka siatkowa, Piłka ręczna, Piłka nożna, Unihokej, Liga Korespondencyjna LA, Sztafetowe biegi przełajowe, Tenis stołowy, Badminton, Szachy, Pływanie drużynowe, Łyżwiarstwo szybkie, Narciarstwo biegowe.

Po likwidacji gimnazjów<sup>1</sup> roku Igrzyska odbywają się jako:

1. Igrzyska Dzieci (ID) dla uczniów 13-lenich i młodszych.
2. Igrzyska Młodzieży Szkolnej (IMS) dla uczniów w wieku 14-15 lat.
3. Licealiada Młodzieży (LM) – dla uczniów 20 lat i młodszych.

---

<sup>1</sup> Art. 127. [Likwidacja klas gimnazjów] 1. Z dniem 1 września 2017 r. likwiduje się klasę I, a w latach następnych kolejne klasy dotychczasowego gimnazjum. 2. Organ stanowiący jednostki samorządu terytorialnego prowadzącej dotychczasowe gimnazjum, w terminie do dnia 30 listopada 2019 r., w drodze uchwały, stwierdza zakończenie jego działalności. 3. W latach szkolnych 2017/2018 i 2018/2019 do dotychczasowego gimnazjum, o którym mowa w ust. 1, stosuje się przepisy dotychczasowe. 4. Na rok szkolny 2017/2018 nie przeprowadza się postępowania rekrutacyjnego do klasy I dotychczasowego gimnazjum. Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. - Przepisy wprowadzające ustawę - Prawo oświatowe (Dz.U. 2017 poz. 60).

Zawody przeprowadzane są zgodnie z regulaminem Igrzysk. W sprawach nie ujętych w regulaminie stosuje się przepisy Polskich Związków Sportowych. Ogólne kierownictwo nad całością systemu współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży sprawuje Szkolny Związek Sportowy.

#### Bezpośredni organizatorzy imprez na poszczególnych szczeblach zawodów

Poziom	Organizator	System
Szkolne Igrzyska Sportowe	Szkolny Klub Sportowy Uczniowski Klub Sportowy	Zawody w dowolnych dyscyplinach sportu, zgodnie z tradycją warunkami szkoły, jako system całorocznej działalności umożliwiający udział we współzawodnictwie każdemu dziecku
Gminne i powiatowe Igrzyska Sportowe	Właściwe instancje Szkolnego Związku Sportowego 1) Zarząd Gminny SZS/Gminny Organizator Imprez Sportowych w porozumieniu z samorządem gminnym 2) Powiatowy SZS/ Powiatowy Organizator Imprez Sportowych porozumieniu ze starostwem powiatowym,	System całorocznych zawodów międzyszkolnych dla ogółu młodzieży oraz imprez sportowych o mistrzostwo miasta/gminy i powiatu w szerokim programie, uwzględniającym popularne w danym środowisku dyscypliny.
Rejonowe Igrzyska Sportowe	Powiatowy SZS na zlecenie Wojewódzkiego SZS	Rejonowe, półfinałowe i wojewódzkie - przeprowadzane według programu ustalonego przez Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy na podstawie wytycznych Zarządu Głównego SZS i opinii nauczycieli wychowania fizycznego.
Wojewódzkie	Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy	
Ogólnopolskie (krajowe) Igrzyska Sportowe	Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy na zlecenie Zarządu Głównego SZS	W wybranych dyscyplinach, wcześniej głównie dla młodzieży gimnazjalnej

#### Czwartki lekkoatletyczne

„Czwartki lekkoatletyczne” są imprezą masową organizowaną dla uczniów szkół podstawowych. W obecnej formule rozgrywane są od 1994 roku systemem jesień - wiosna. Zawodnicy startują w trzech kategoriach wiekowych: klas czwartych i młodszych, piątych i szóstych (bierze się pod uwagę rok urodzenia). Konkurencjami „Czwartków” są: 60 m, 300 m, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową dziewcząt i chłopców, oraz w biegu na 600 m dziewcząt i 1000 m chłopców. W klasach szóstych od kilku lat rozgrywana jest konkurencja w pchnięciu kulą (2 kg dziewczęta, 3 kg chłopcy). W eliminacjach bierze udział kilkanaście tysięcy uczniów z całego kraju. Aby uzyskać możliwość startu w Finale Ogólnopolskim, muszą oni wystartować w pięciu zawodach eliminacyjnych oraz w finale miejskim. W samym finale Ogólnopolskim startuje ok. 2500 uczniów.

Organizatorami „Czwartków” są: Stowarzyszenie „Sport Dzieci i Młodzieży” oraz „Fundacja Polskiej Lekkiej Atletyki”. Pomimo tak masowego udziału w nich uczniów, nie są one związane ani ze Szkolnym Związkiem Sportowym, ani z Polskim Związkiem Lekkiej Atletyki. Choć zawody sędziują licencjonowani sędziowie z Polskiego Związku Lekkiej Atletyki, wyniki uzyskiwane w czasie rozgrywania zawodów „czwartkowych” nie są umieszczane w tabelach klasyfikacyjnych Związków Okręgowych, choć jeszcze do niedawna niektóre Związki umieszczały komunikaty z „Czwartków” w swojej dokumentacji. Umieszczanie na stronach PZLA wyników choćby z finału ogólnopolskiego, spowodowałoby zwiększenie zainteresowania młodych sportowców uprawianiem tej wspaniałej dyscypliny po skończeniu szkoły podstawowej, co powodowałoby większy nabór do sekcji lekkoatletycznych w całym kraju. Aby tak się stało, potrzeba dobrej woli ze strony władz lekkoatletycznych.

## 2. Geneza Czwartków LA

12 czerwca 1958 roku<sup>2</sup>, rozegrano w Warszawie na stadionie „Syreny” przy ulicy Niepodległości, pierwsze zawody lekkoatletyczne pod nazwą „Czwartki lekkoatletyczne”. Nazwa została zaczerpnięta od dnia w którym odbywały się zawody a jednocześnie nawiązywała do czwartkowych spotkań intelektualistów u Króla Stanisława Augusta Poniatowskiego. Patronat nad „Czwartkami” objęła redakcja bardzo popularnego w tych czasach dziennika „Express Wieczorny” oraz WOZLA. Prawo do startu mieli zawodnicy trenujący w klubach jak i zawodnicy, którzy nigdy nie brali udziału w żadnej imprezie sportowej. Mogli oni startować w 2 konkurencjach podczas jednych zawodów. Zawodnicy z klubów musieli posiadać potwierdzone przez PZLA nowe karty zgłoszeniowe, niezrzeszeni musieli mieć świadectwo aktualnego badania lekarskiego, dopuszczające ich do startu.

Konkurencje biegowe rozgrywane były seriami na czas, a 6 najlepszych zawodników (dotyczy biegów sprinterskich) spotykało się w finale. W konkurencjach technicznych, po trzech rzutach eliminacyjnych, trzech najlepszych zawodników kwalifikowało się do finału.

Autorów najlepszych wyników, organizatorzy nagradzali pamiątkowymi dyplomami. Nie otrzymywali ich wszyscy zwycięzcy konkurencji, a jedynie ci, którzy według specjalnej komisji uzyskali najwartościowsze wyniki. W uprzywilejowanej sytuacji byli zawodnicy niezrzeszeni, dla których kryteria były niższe. Po zawodach czwartkowych wiele obiecywali sobie „łowcy talentów”. Każdy startujący miał szansę dostać się pod opiekę trenera klubowego

---

<sup>2</sup> Express Wieczorny” 11 czerwca 1958 r.

rozpocząć regularne treningi. W każdy z czterech czwartków tygodnia miały być rozgrywane inne konkurencje. Po upływie miesiąca zabawa zaczynała się od początku. Zwycięzcy otrzymali w nagrodę od redakcji Expressu Wieczornego po dwa bilety na Memoriał Janusza Kusocińskiego. W zawodach wzięło udział 150 osób.

#### Zwycięzcy pierwszych zawodów czwartkowych

Dyscypliny	Mężczyźni	Kobiety
Bieg 60 m	Junior Kulkowska (Lotnik) – 8,9 s	
Bieg 100 m	Senior ppł: Kubasik (Skra) – 17,5 s	Senior Romankiewicz (Sparta) 13,0 s
Bieg 200 m	Senior Pisarski (Polonia) – 22,7 s	
Bieg 400 m	Junior Dariusz Lipiec (Lotnik) – 1:59,6 s	
Bieg 800 m	Senior Dziubak (Polonia) – 2:01,3 s Junior Dariusz Lipiec (Lotnik) – 1:59,6 s (dyplom)	
Bieg 4 x 100 m	Senior MKS Błękitni – 47,5 s	
Bieg przez płotki	Junior Sokołowski (Sparta) – 15,6 s	
Skok w dal	Młodzik Zdzisław Bandurski (MKS Błękitni) – wynik: 6,19 m (dyplom) Junior J. Kwaśniewski (niestowarzyszony) – 5,46 m (dyplom) Junior St. Fuchs (Lotnik) – 6,39 m Senior Surowiec (Lotnik) – 6,37 m	
Pchnięcie kulą	Junior Leski (Lotnik) – 12,27 m Senior Rzeczycki (Warszawianka) – 12,75 m	Junior Kulkowska (Lotnik) – 8,77 m Senior Sfarbulanka (Sarmata) – 9,16 m
Rzut dyskiem	Junior Leski (Lotnik) – 37,83 m Senior Kwiatkowski (LZS Komorów) – 40,38 m	Senior Sfarbulanka (Sarmata) – 29,98 m
Skok wzwyż		Junior Jędraszko (Młodzieżowa Szkoła Sportowa) – 121 cm Senior Kornatowska (Sparta) – 141 cm

W kolejnych zawodach w dniu 19 czerwca startowało 200 zawodników, w tym w biegu na 100 m – 102.

#### Zwycięzcy w drugich zawodach czwartkowych

Dyscypliny	Mężczyźni	Kobiety
Bieg 60 m		Młodzik Gruźlik (MSS) – 8,7 s Junior Bernat (Agrykola) – 8,4 s
Bieg 100 m	Młodzik Mieczysław Nowak (Gwardia) – 11,4 s (dyplom) Junior Zarębski (Legia) – 11,2 s Senior Pisarski (Polonia) – 11,2 s	
Bieg 200 m		Młodzik Woźniak (MSS) – 31,2 s Junior Zawadzka (Polonia) – 29,5 s Senior Dąbrowska (Legia) – 26,9 s
Bieg 400 m	Senior Pisarski (Polonia) – 51,1 s	
Bieg 3000 m	Senior Bakula (Warszawianka) – 9:03,2 s	
Bieg przez płotki	200 m Senior Maciej Mankiewicz (Sparta) – 26,7 s (dyplom) Senior Galt (AZS) – 28,2 s	80 m Młodzik Łopuszyńska (MSS) – 15,3 s. Junior Mierzejewska (Sparta) – 14,6 s Senior Elertowicz (LZS Komorów) – 13,0 s

Skok w dal		Młodzik Marta Markiewicz (Sparta) – 4,35 m (dyplom) Junior Twardowska (Sparta) – 5,01 m Senior Elertowicz (LZS Komorów) – 5,11 m
Pchnięcie kulą	Junior Tadeusz Sznurówicz (niestowarzyszony) – 14,53 m (dyplom) Senior Kwiatkowski (LZS Komorów) – 13,12 m	Junior Kostewicz (LZS Komorów) – 9,27 m Senior Mazurkiewicz (AZS) 10,41 m
Rzut oszczepem	Młodzik Hakowski (Legia) – 50,96 m Junior Wajdat (Naprzód Brwinów) – 54,65 m Senior Iwaniuk (Skra) – 61,78 m	Junior Elżbieta Kostewicz (LZS Komorów) – 38,38 m (dyplom) Senior Biernacik (Sparta) – 23,03 m
Skok wzwyż	Stanisław Adamczewski (niestowarzyszony) – skok wzwyż – 178 cm (dyplom) Junior Lucjan Gęborys (Warszawianka) – 178 cm (dyplom) Senior Michał Patyk (Sparta) 187 cm (dyplom)	Młodzik Rusiński (Agrykola) – 155 cm

brak informacji o kategorii

Kolejne zawody odbyły się 26 czerwca. Startowało w nich 221 osób.

#### Wyniki w trzech zawodach czwartkowych

Dyscypliny	Mężczyźni	Kobiety
Bieg 60 m		
Bieg 100 m		Dziewięć starsze: Mierzejewska (Sparta) – 14,1 s Junior Romankiewicz (Sparta) – 13,3 s Senior Elertowicz (LZS Komorów) – 13,6 s
Bieg 200 m	Młodzik Kalinowski (MSS) – 25,4 s Junior Jaworski (niestowarzyszony) – 23,2 s (dyplom) Senior Nadolski (Warszawianka) – 23,0 s	
Bieg 500 m	Senior Elertowicz (LZS Komorów) – 1;35,0 s	Młodzik Woźniak (niestowarzyszona) – 1;38,7 s Junior Rychlik (Lotnik) – 1;34,0 s Senior Badowska (Lotnik) – 1;46,5 s
Bieg 800 m	Młodzik Piaskowski (niestowarzyszony) – 2;10,1 s Junior Dziubak (Polonia) – 2;06,2 s	
Bieg 4 x 100 m		Młodzik (Lotnik) w składzie Świdorska, Wiechnio, Dobrowolska, Bartoszevska – 51,7 s (dyplom)
Bieg przez płotki	400 m Senior Gail (AZS) – 59,6 s	
Skok w dal	Młodzik Miłaszewski (Legia) – 5,62 m Junior Radziński (Legia) – 6,50 m Senior Zawadzki (Żyrardowianka) 6,68 m	
Pchnięcie kulą	Młodzik Leski (Lotnik) – 11,74 m Junior Gontal (Sparta) – 15,46 m Senior Rzeczycki (Warszawianka) – 13,34 m	Młodzik Krzemińska (niestowarzyszona) – 7,91 m Junior Kostewicz (LZS Komorów) – 9,58 m Senior Lesniewska (Skra) – 10,06 m



Rzut dyskiem	Młodzik Matysiak (Gwardia) – 43,09 m Junior Sznurowski (niestowarzyszony) – 38,06 s Senior Kwiatkowski (LZS Komorów) – 39,60 m	Młodzik Krzemińska (niestowarzyszona) – 22,94 m Junior Kostewicz (LZS Komorów) – 30,32 m Senior Sankowska (Polonia) – 39,41 m
Skok wzwyż		Młodzik Wanda Dobrowolska (Lotnik) – 152 cm (dyplom) <sup>3</sup> 13-latki Karolina Węgrowaska (Lotnik) – 145 cm (dyplom) Junior Szeptycki (Sparta) – 145 cm Senior Elertowicz (LZS Komorów) – 135 cm
Skok o tyczce	Młodzik Korolkiewicz (AZS) – 3,60 m Senior Rutz (AZS) – 3,70 m	

Czwarte zawody odbyły się 3 lipca i pomimo wakacji wystartowało w nich 190 zawodników.

#### Wyniki w czwartych zawodach czwartkowych

Dyscypliny	Mężczyźni	Kobiety
Bieg 60 m		dzieci do lat 14 Hanna Zenko (Lotnik) – 8,7 s (dyplom)
Bieg 100 m	Młodzik Jerzy Chłopek (Lotnik) – 11,8 s (dyplom) Junior Okoński (niestowarzyszony) – 11,5 s (dyplom) Junior Jaworski (niestowarzyszony) – 11,5 s (dyplom) Senior Dziedzic (AZS) – 11,5 s	
Bieg 400 m	Junior Jesień (Polonia) – 52,3 s Senior Dziubak (Polonia) – 53,1 s	
Bieg 1500 m	Junior Plata (Legia) – 4;20,2 s Senior Matyjek (Żyrardowianka) – 4;09,3 s	
Bieg przez płotki	200 m Junior Przewodniak (Agrykola) – 28,9 s Senior Mankiewicz (Sparta) – 26,6 s	
Skok w dal		dzieci do lat 14 Hanna Zenko (Lotnik) – 4,55 m (dyplom) Junior Markiewicz (Sparta) – 4,44 m Senior Twardowska (Sparta) – 4,94 m
Pchnięcie kulą	Młodzik Stecura (niestowarzyszony) – 11,24 m Junior Gonstał (Sparta) – 15,32 m Senior Rzczycki (Warszawianka) – 13,07 m	Junior Obsadna (Drukarz) – 9,59 m Senior Leśniewska (Skra) – 10,08 m
Rzut oszczepem	Młodzik Makowski (Legia) – 46,73 m Junior Marcinkowski (LZS Komorów) – 53,00 m	Junior Kostewicz (LZS Komorów) – 36,95 m

<sup>3</sup> Wynik ten uznano początkowo jako nowy rekord Polski w tej kategorii wiekowej. Po sprawdzeniu okazało się, że identyczny wynik wcześniej osiągnęła Mirosława Sałacińska, olimpijka z Meksyku 1968 roku, mistrzyni Europy w skoku w dal z Aten 1969 roku już jako Mirosława Sarna.

Skok wzwyż	Młodzik Chłopek (Lotnik) – 160 cm Junior Heinrich (Drukarz) – 170 cm Senior Wnukowski (Polonia) 17,5 m	
Trójskok	Młodzik Jerzy Chłopek (Lotnik) 12,69 m (dyplom) Junior Wyszomirski (Legia) – 13,22 m Zawadzki (Żyrardowianka) – trójskok 13,96 m <sup>4</sup> (dyplom)	

Na zawody czwartkowe w Warszawie przyjeżdżali zawodnicy z innych miast np. z Kutna, z Gdańska. Rozpoczęto organizację zawodów w innych miastach takich jak: Sokołów Małopolski, Żmigród, Gliwice. Gościli na nich zawodnicy m in z Leningradu. W Warszawie rozgrywano „Czwartki” również w Parku Skaryszewskim. Zawody odbywały się do końca sezonu 1958. W następnych latach zawody organizowano na stadionach: Wojska Polskiego, Agrykoli, Polonii, Skry. Ostatnie zawody odbyły się 2 września 1971 roku<sup>5</sup>. Zabrakło imprezy na której młodzi ludzie mogliby sprawdzić swoje umiejętności, bez konieczności walki o punkty dla klubów. Zabrakło imprezy z której najzdolniejsza młodzież mogła trafić na zajęcia prowadzone przez profesjonalnych trenerów i dalej kształtować swoje umiejętności. To właśnie na „Czwartkach” zaczęli swoje kariery między innymi nasi mistrzowie i medaliści olimpijscy Irena Kirszensztain Szewińska, Jacek Wszola, Marian Woronin. To właśnie na „Czwartku” rekord Polski w pchnięciu kulą pobił wynikiem 19,61 m Władysław Komar, mistrz olimpijski w tej konkurencji z Monachium z 1972 roku. Zaczęło się to również odbijać na poziomie naszej „dorosłej” lekkiej atletyki.

W roku 1995 „Czwartki” zostały wskrzeszone, przy czym dotyczyły tylko dzieci szkół podstawowych w wieku 11-13 lat. Dokonał tego nasz najlepszy sprinter Marian Woronin raz z byłym Prezesem PZLA Andrzejem Majkowskim przy wsparciu dyrektora Centralnego Ośrodka Sportu Janusza Wachowiaka i Prezesa firmy Damis Bogdana Tomaszewskiego. Początkowo organizował zawody w Warszawie, jednak w krótkim czasie objął nimi całą Polskę. Do 1999 roku finały odbywały się na Stadionie Dziesięciolecia, od 2000 roku zawody odbywały się na Stadionie Akademii Wychowania Fizycznego. Od 2000 roku zmieniony został cykl zawodów na system jesień-wiosna, zgodny z rokiem szkolnym (Czwartki 2000).

<sup>4</sup> W pozakonkursowej próbie uzyskał 14,26 m

<sup>5</sup> Express Wieczorny” 3 września 1971 r.

**Czwartki LA w latach 1995-2005. Najważniejsze sukcesy (Czwartki, 1995-2005)**

Rok	Uczestnicy	Uczestnicy – reprezentowane województwa	Nagroda	Zwycięzcy	
				Chłopcy i Dziewczęta	
1995	300 – pierwsze zawody 15 zawodów dla prawie 8 tys. zawodników (średnia 570 na zwody)	Warszawa i okolice miejscowości, m. in. z Glinianki, Piastowa i Ursusa.	pięciodniowy pobyt szkoleniowy w Centralnym Ośrodku Przygotowań Olimpijskich w Spale	Krystian Marsz – SP 55 Warszawa Michał Bettcher – SP 149 Warszawa Marek Książek – SP Glinianka Michał Sujecki – SP 55 Warszawa Mariusz Stankiewicz – SP Glinianka Marcin Stec – SP Glinianka Robert Wójcik – SP Glinianka Piotr Wójcik – SP Glinianka Jarosław Zorawski – SP Piastów Michał Nagrodzki – SP Glinianka Dariusz Popis – SP Glinianka Przemysław Nowak – SP Glinianka	Dorota Michta – SP 55 Warszawa Agnieszka Tartanus – SP 4 Ursus Katarzyna Ślusarczyk – SP Glinianka Anna Michalska – SP 55 Warszawa Paulina Nowak – SP Glinianka Joanna Kocielnik – SP 55 Warszawa Agnieszka Zawiślak – SP 279 Warszawa Monika Płóciennik – SP 279 Warszawa
1996	14 zawodów, ok. 500 osób w każdym	Szkoły warszawskie, z Otwocka, Glinianki, Sulejówka i Piastowa	wyjazd do Euodisneylandu w Paryżu sponsorowany przez Totalizator Sportowy	<b>W biegu na 60m w grupie dziewczęta 13-14 lat wygrała Joanna Kocielnik, późniejsza czolowa polska płotkarka</b>	
1997	79 imprez, w tym 14 w Warszawie	Szkoły warszawskie, z Bydgoszczy, Łomży, Piły, Skierniewic i Torunia	wyjazd do Euodisneylandu pod Paryżem	Pierwsze zawody o charakterze ogólnopolskim: Warszawa – 6 zwycięstw (tylko 1 miejsce), Łomża – 1, Skierniewice – 4, Toruń – 1.	
1998	131 imprez, w tym 14 w Warszawie – w finale 585 osób	Oprócz szkół z 1997, dodatkowo Zamość i Nowa Sól	wyjazd do Euodisneylandu pod Paryżem	Najwięcej zwycięstw odniosły dzieci z Warszawy – 11, następne miejsca zajęły Łomża i Toruń – po 6, Bydgoszcz – 4, Piła – 3, Nowa Sól, Skierniewice i Zamość – po 2.	
1999	260 zawodów, w finale na Stadionie Dziesięciolecia udział wzięło 950 osób.	20 miast, oprócz 8 z roku 1998 dodatkowo Ciechanów, Hrubieszów, Iławę, Kielce, Ostrołękę, Płock, Poznań, Radom, Siedlce, Sochaczew, Suwałki i Wrocław	b.d.	Drużynowo wygrała Warszawa – 9 zwycięstw. Następne miejsca zajęły: Piła – 7, Łomża – 5, Kielce – 3, Nowa Sól, Płock, Skierniewice i Zamość po 2 i Hrubieszów, Poznań, Siedlce i Toruń po jednym zwycięstwie. <b>Mistrzyni w rzucie piłeczką palantową, Kamila Chudzik, 10 lat później na Mistrzostwach Świata w Berlinie zdobyła brązowy medal w siedmioboju. To był pierwszy tak wielki sukces czwartkowniczy.</b>	

2000	Zawody w 26 miastach, w finale udział wzięło 1750 osób. We wrześniu w 34 miastach, rozpoczął się sezon czwartków 2000/2001	26 miast, dołączyły hełm, Grudziądz, Inowrocław, Krośniewice, Oława, Ustka i Złotów		Najwięcej zwycięstw odnieśli reprezentanci Warszawy – 9. Następne miejsca przypadły Pile -6 zwycięstw, Łomży -5, Bydgoszcz i Radom po 3, Poznań – 2, Chełm, Ciechanów, Kielce, Siedlce, Suwałki, Ustka, Wrocław i Zamość po 1. <b>W Finałach dwójka sprinterów z Warszawy Małgorzata Hutnik i Konrad Wemer zwyciężyli trzeci rok z rzędu w swoich kategoriach wiekowych. Skok w dal chłopców w kategorii 11 lat wygrał czołowy późniejszy polski trójskoczek – Karol Hoffinan.</b>
2000/2001	Zawody w 33 miastach, łącznie 374 imprezy z finałem w Warszawie 4 tys., zawodników	33 miasta, dodatkowo w Gdańsku, Kłodzku, Opocznie, Pułtusk, Pszczynie, Szczurowej ( w woj. małopolskim ) i Zgierzu.	Zakwaterowanie w miasteczku namiotowym zbudowanym przez wojsko	Po raz pierwszy uczestniczyli również młodzi sportowcy niepełnosprawni. Najwięcej zwycięstw indywidualnych odnieśli reprezentanci Bydgoszczy – 6. Kolejne miasta z ilością zwycięstw to – Łomża – 4, Poznań, Skierniewice, Hława i Nowa Sól po 3, Krośniewice, Kielce, Ustka i Warszawa po 2 oraz Oława, Piła, Ostrołęka, Radom, Wrocław i Żyrardów po 1.
2001/2002	403 zawody, z 3,5 tys. osób w finałach w Warszawie	40 miast, dodatkowo w Brzegu, Chorzowie, Kozienicach, Międzychodzie, Sierpcu i Szubinie.	Zakwaterowanie w miasteczku namiotowym zbudowanym przez wojsko  sponsorem strategicznym został WBK Bank Zachodni	Najwięcej zwycięstw w Ogólnopolskich Finałach zdobyła Nowa Sól – 5 a następnie Bydgoszcz – 4; Poznań i Warszawa po 3; Hława, Łomża, Suwałki i Szubin – 2 oraz Brzeg, Chełm, Kielce, Kłodzko, Krośniewice, Gdańsk, Ostrołęka, Radom, Siedlce, Ustka, Wrocław, Zgierz i Złotów po 1. <b>300 m dziewczęta</b> , 13 lat – Korzeniecka Paulina, Łomża, 42,51 – rekord czwartków, wygrała po raz 3 <b>300 m chłopcy</b> , 13 lat – Kłaczański Marcin, Bydgoszcz, 40,17 – po raz trzeci <b>Skok w dal dziewczęta</b> 13 lat – Połec Katarzyna, Ustka, 5,26 – trzeci raz <b>Skok w dal chłopcy</b> 13 lat – Hoffman Karol, Warszawa, 5,69 – trzeci raz; 12 lat – Chorążyk Krzysztof, Nowa Sól, 5,46 – rekord czwartków, drugi raz <b>Skok wzwyż dziewczęta</b> 13 lat – Górska Iwona, Hława, 1,59 – drugi raz
2002/2003	503 imprezy, w finale udział wzięło 3,5 tys. osób	50 miast, dodatkowo w Bytowie, Chrzanowie, Głogowie, Grójcu, Gryfówku Śląskim, Kutnie, Mławie, Oleśnicy, Sieradzu, Stalowej Woli, Tucholi, Żarach i Żyrardowie	Zakwaterowanie w miasteczku namiotowym zbudowanym przez wojsko	Najwięcej zwycięstw indywidualnych odniosła ekipa z Poznania – 5. Następne miejsca zajęły: Warszawa – 3 zwycięstwa, Bydgoszcz, Łomża, Kutno, Szczecin, Piła Wrocław, Bytów i Międzychód po 2 oraz Gdańsk, Głogów, Skierniewice, Stalowa Wola, Suwałki, Złotów, Grudziądz, Inowrocław, Pszczyna, Nowa Sól, Radom i Suwałki po 1. <b>W Finałach Ogólnopolskich w kategorii 11-latków wygrał tyczkarz Piotr Lisek w skoku wzwyż wynikiem – 151. Wynik Piotra Liska jest do dziś najlepszym wynikiem w Polsce osiągniętym przez 11-latków.</b> <b>60 m dziewczęta</b> 13 lat – Kielczowska Malwina, Bydgoszcz, 8,13 - raz drugi <b>60 m chłopcy</b> 13 lat – Grucelski Karol, Łomża, 7,66 – po raz drugi 12 lat – Podlecki Mariusz, Warszawa, 7,86 – wygrał po raz drugi <b>1000 m chłopcy</b> 12 lat – Janowski Wojciech, Nowa Sól, 3:00,82 – po raz drugi <b>Skok wzwyż chłopcy</b> 12 lat – Starszewski Artur, Złotów, 1,61 – po raz drugi

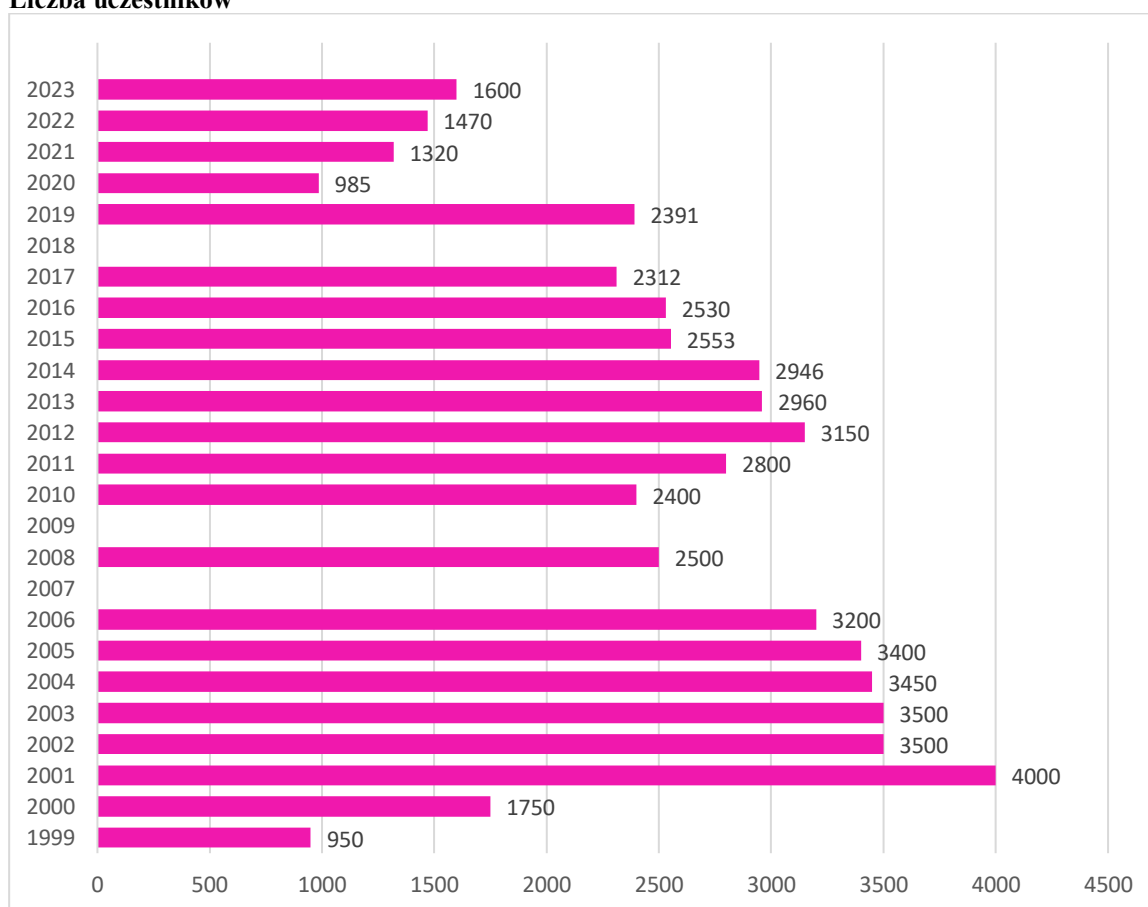
2003/2004	643 imprezy, w finale wzięło udział 3450 osób	64 miasta, w tym Belchatów, Kalisz, Kraśnik Fabryczny (lubelskie), Kruszwica, Łobez, Nakło nad Notecią, Olszyna, Otwock, Police, Sejny, Sławno, Świecie, Świnoujście, Wesola, Wolsztyn i Zabrze.		<p>Najwięcej zwycięstw indywidualnych odniosła ekipa z Poznania – 6. Kolejne miejsca zajęły ekipy: Piła – 4, Kutno i Szczecin po 3, Bytów i Grudziądz po 2 oraz Brzeg, Bydgoszcz, Chrzanów, Ciechanów, Łomża, Nowa Sól, Pszczyna, Sejny, Suwałki, Toruń, Sztum, Warszawa, Wrocław, Zabrze, Złotów i Żary po 1.</p> <p><b>300 m chłopcy</b> 13 lat – Oszek Paweł – Pszczyna – 39,26 – po raz drugi; 12 lat – Donczew Konrad – Wrocław – 44,74 – po raz drugi</p> <p><b>600 m dziewczęta</b> 13 lat – Płaczek Lena – Poznań – 1:41,61 – po raz drugi</p> <p><b>1000 m chłopcy</b> 12 lat – Kapes Mateusz – Kutno – 2:54,51 – po raz drugi</p> <p><b>Skok w dal dziewczęta</b> 12 lat – Bobrowska Anna – Poznań – 4,84 – po raz drugi</p> <p><b>Skok w dal chłopcy</b> 13 lat – Dach Mateusz – Poznań – 5,72 – po raz drugi</p> <p><b>Rzut piłeczką palantową chłopcy</b> 13 lat – Klingier Tomasz – Grudziądz – 82,00 – po raz drugi; 12 lat – Morko Daniel – Warszawa – 65,00 – po raz drugi</p>
2004/2005	545 zawodów, w finale udział wzięło 3,4 tys. uczestników	60 miast		<p>Najwięcej zwycięstw odniosła ekipa z Poznania -7, następne – Szczecin -4 zwycięstwa, Gdynia i Piła po 3, Kutno, Radom i Żary po 2 oraz Bydgoszcz, Bytów, Grudziądz, Nowa Sól, Otwock, Skierniewice, Stalowa Wola, Szubin, Toruń, Ustka, Warszawa, Wolsztyn i Wrocław – po 1.</p> <p><b>60m dziewczęta</b> 13 lat – Sochańska Sylwia – Szczecin – 8,11 – po raz drugi</p> <p><b>60 m chłopcy</b> 13 lat – Iwanowicz Michał – Piła – 7,55 – po raz drugi</p> <p><b>300m dziewczęta</b> 12 lat -Pigulska Anna – Kutno – 44,61 – po raz drugi</p> <p><b>300m chłopcy</b> 13 lat – Donczew Konrad – Wrocław – 40,24 – po raz trzeci, 12 lat – Cieślowski Bartek – Poznań – 42,85 – po raz drugi</p> <p><b>Skok w dal dziewczęta</b>, 12 lat – Danielska Klaudia – Piła, 4,82 – po raz drugi</p> <p><b>Rzut piłeczką palantową dziewczęta</b>, 12 lat – Nowak Zuzanna – Bydgoszcz – 58,00 – po raz drugi</p> <p><b>W skoku wzwyż dziewcząt w kategorii 11 lat wygrała Aneta Rydz z Radomia, która kilka lat później została medalistką Młodzieżowych Mistrzostw Świata w Singapurze.</b></p>



W „Czwartkach” biorą udział uczniowie szkół podstawowych podzieleni na kategorie wiekowe: klasy czwarte, piąte, szóste. Startują w następujących konkurencjach: 60 m, 300 m, 600 m dziewczęta, 1000 m chłopcy, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową. Rocznie startuje w nich kilka tysięcy zawodników. Po eliminacjach miejskich, najlepsi zawodnicy spotykają się na finałach Ogólnopolskich w Warszawie. Aby zakwalifikować się do Finału ogólnopolskiego, należy wystartować w pięciu zawodach „czwartkowych” oraz finale miejskim i zająć w punktacji łącznej miejsca od 1 do 3. Zawody są szansą dla uczniów z małych miejscowości. Mogą oni sprawdzić swój poziom z rówieśnikami z całej Polski.

Od 2006 roku, po finałach Ogólnopolskich, rozgrywany jest wielomecz międzynarodowy, w którym udział biorą reprezentacje ośmiu państw. Polskę reprezentują zwycięzcy finałów ogólnopolskich. W pierwszych zawodach międzynarodowych wzięli udział uczniowie z Czech, Litwy, Łotwy, Estonii, Słowacji i Węgier (Czwartki 2006), w kolejnym roku – również Ukrainy (Czwartki 2007).

#### Liczba uczestników



Ogólnopolskie Finały w roku 2010 po raz pierwszy odbyły się na stadionie Klubu Orzeł na Grochowie w Warszawie (Czwartki 2010), a dwa lata później Finały Ogólnopolskie odbyły się na Stadionie AZS w Łodzi. Zawody Międzynarodowe Lekkoatletyczne dla dzieci nadal odbywają się na stadionie lekkoatletycznym Klubu sportowego ORZEŁ w Warszawie (Czwartki 2012). Zmieniło się to w roku 2016, kiedy to XI Międzynarodowy Puchar Lekkoatletyczny odbył się na stadionie Ośrodka Rekreacji i Sportu w Łowiczu (Czwartki 2016). Była to ostatnia edycja zawodów międzynarodowych – od 2017 roku powrócono do zawodów w wymiarze krajowym. Mimo systematycznego wzrostu liczby miast uczestniczących w zawodach, liczba zawodników systematycznie się zmniejszała.

Część ze startujących zawodników kontynuuje karierę lekkoatletyczną, część przechodzi do innych dyscyplin, jednak największa grupa przestaje trenować. Jest to największy problem jak zatrzymać młodych ludzi w dyscyplinie, która dała nam wiele satysfakcji przez wiele lat. Problem jest złożony i potrzeba czasu aby go rozwiązać.

### **3. Rozwój sportowy najlepszych zawodników „Czwartków LA” w latach 2001-2008**

W roku 1994 z inicjatywy Mariana Woronina, naszego medalisty olimpijskiego i rekordzisty Europy w biegu na 100 m, wznowiono organizację „czwartków”. Są jedną z największych, o ile nie największą imprezą masową dla dzieci w Polsce. Corocznie bierze w nich udział ok. 10000 dzieci, uczniów szkół podstawowych. Zawodnicy startują w następujących konkurencjach:

- 1) dziewczęta: 60 m, 300 m, 600 m, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową;
- 2) chłopcy: 60 m, 300 m, 1000 m, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową.

Zawodnicy mogą startować w czasie jednych zawodów w jednej konkurencji biegowej i jednej technicznej. Zawodnicy, którzy uczestniczyli w minimum pięciu zawodach i w finale miejskim, oraz zajęli w swoich konkurencjach miejsca 1-3, mogą startować w finale ogólnopolskim.

W poszukiwaniu informacji, ilu zawodników ze ścisłego finału ogólnopolskiego, kontynuuje swoje kariery sportowe uprawiając lekką atletykę, badaniami objęto 1697 zawodników, w tym 834 dziewcząt i 863 chłopców ze wszystkich województw, którzy w finale ogólnopolskim zajęli miejsca 1 – 8 z lat 2001 – 2008. Niektórzy z nich w finałach startowali dwukrotnie, a nawet trzykrotnie. Najwięcej finalistów 18,21% ogółu zawodników (309 osób), reprezentowało województwo wielkopolskie. Było wśród nich 134 dziewcząt i 175 chłopców.



Na drugim miejscu plasowało się województwo kujawsko-pomorskie 225 zawodników, co stanowi 13,26% osób (113 dziewcząt i 112 chłopców). Na trzecim miejscu – województwo mazowieckie z ogólną liczbą 195 zawodników (11,49%). Najmniej 0,12%, (po jednym zawodniku z każdej płci) posiadało województwo małopolskie.

#### Liczba zawodników w zawodach czwartkowych z uwzględnieniem województwa i płci zawodnika

	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie	opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodnio-pomorskie
Liczba zawodników																
razem:	74	225	63	105	128	2	195	17	19	139	181	53	45	57	309	85
dziewczęta:	38	113	31	48	60	1	79	6	8	77	110	28	24	32	134	45
chłopcy	36	112	32	57	68	1	116	11	11	62	71	25	21	25	175	40
Udział %																
Razem N=1698	4,4	13,3	3,7	6,2	7,5	0,1	11,5	1,0	1,1	8,2	10,7	3,1	2,7	3,4	18,2	5,0
Dziewczęta N=834	4,6	13,5	3,7	5,8	7,2	0,1	9,5	0,7	1,0	9,2	13,2	3,4	2,9	3,8	16,1	5,4
Chłopcy N=863	4,2	13,0	3,7	6,6	7,9	0,1	13,4	1,3	1,3	7,2	8,2	2,9	2,4	2,9	20,3	4,6

#### Liczba finalistów z lata 2001-2008, którzy kontynuowali swoją karierę

województwo	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie	opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodnio-pomorskie
Liczba osób																
Razem	9	46	3	16	27	0	53	0	0	23	54	14	4	2	76	27
Dziewczęta	5	27	2	10	9	0	29	0	0	15	36	9	1	1	35	21
Chłopcy	4	19	1	6	18	0	24	0	0	8	18	5	3	1	41	6
Udział %																
Razem N=354	2,5	13,0	0,8	4,5	7,6	0,0	15,0	0,0	0,0	6,5	15,3	4,0	1,1	0,6	21,5	7,6
Dziewczęta N=200	2,5	13,5	1,0	5,0	4,5	0,0	14,5	0,0	0,0	7,5	18,0	4,5	0,5	0,5	17,5	10,5
Chłopcy N=154	2,6	12,3	0,6	3,9	11,7	0,0	15,6	0,0	0,0	5,2	11,7	3,2	1,9	0,6	26,6	3,9

Z 1697 badanych zawodników, w wieku młodzika (14 – 15 lat) karierę swoją kontynuowało 354 badanych (20,9%). Najwięcej zawodników pochodziło z województwa wielkopolskiego (76 zawodników, w tym 35 dziewcząt i 41 chłopców). Drugie miejsce zajmowało województwo pomorskie – 54 zawodników finalistów, w tym 36 dziewcząt i 18 chłopców. Trzecie miejsce zajmowało województwo mazowieckie z liczbą 53 zawodników (29 dziewcząt i 24 chłopców). W województwach małopolskim, opolskim i podkarpackim, żaden z finalistów nie kontynuował swojej kariery.

Kolejne tabele pokazują ilu zawodników dotrwało do wieku juniora młodszego. Łącznie karierę kontynuowało 290 osób. Ponownie pierwsze miejsce zajmowało województwo wielkopolskie z liczbą 69 zawodników (w tym 32 zawodniczki, a chłopców i 37 zawodników). Na drugie miejsce przesunęło się Mazowsze z liczbą 48 zawodniczek i zawodników (odpowiednio 26 dziewcząt i 22 chłopców). Do pierwszej trójki powróciło województwo kujawsko – pomorskie z liczbą 41 osób (25 dziewcząt i 16 chłopców). Na czwartą pozycję spadło województwo pomorskie.

Liczba zawodników, którzy dotrwali do wieku juniora młodszego

województwo	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie	opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodnio-pomorskie
Liczba zawodników																
Razem	8	41	1	12	20	0	48	0	0	15	40	12	3	2	69	19
Dziewczęta	4	25	1	6	9	0	26	0	0	11	27	7	1	0	32	13
Chłopcy	4	16	1	6	11	0	22	0	0	4	13	5	2	1	37	6
Udział %																
Razem N=290	2,8	14,1	0,3	4,1	6,9	0,0	16,6	0,0	0,0	5,2	13,8	4,1	1,0	0,7	23,8	6,6
Dziewczęta N=162	2,5	15,4	0,6	3,7	5,6	0,0	16,0	0,0	0,0	6,8	16,7	4,3	0,6	0,0	19,8	8,0
Chłopcy N=128	3,1	12,5	0,8	4,7	8,6	0,0	17,2	0,0	0,0	3,1	10,2	3,9	1,6	0,8	28,9	4,7

Kolejnym etapem badań było wykazanie ilu zawodników występowało w reprezentacji Polski w różnych kategoriach wiekowych. Na dzień 31 grudnia 2011 roku z 1697 badanych zawodników w reprezentacji Polski wystąpiło 27 osób, co stanowi 1,59% wszystkich badanych. W tej grupie było 8 dziewcząt (0,96% z 834 finalistek) i 19 chłopców (2,20% z 863 finalistów).

Najwięcej reprezentantów posiadało województwo wielkopolskie – 13 (4 zawodniczki i zawodników). Liczba ta stanowi 48,15% wszystkich reprezentantów.

#### Zawodnicy występujący w reprezentacji polski w różnych kategoriach wiekowych w 2011 roku

	razem	dolnośląskie		łódzkie		mazowieckie		pomorskie		wielkopolskie		zachodniopomorskie	
		liczba	liczba	%	liczba	%	liczba	%	liczba	%	liczba	%	liczba
ogółem	27	2	7,4	4	14,8	6	22,2	3	11,1	13	48,1	2	7,4
dziewczęta	8	1	12,5	2	25,0	1	12,5	2	25,0	4	50,0	1	12,5
chłopcy	19	1	5,3	2	10,5	5	26,3	1	5,3	9	47,4	1	5,3

#### Liczba finalistów do liczby reprezentantów w poszczególnych województwach, z których wywodzą się reprezentanci.

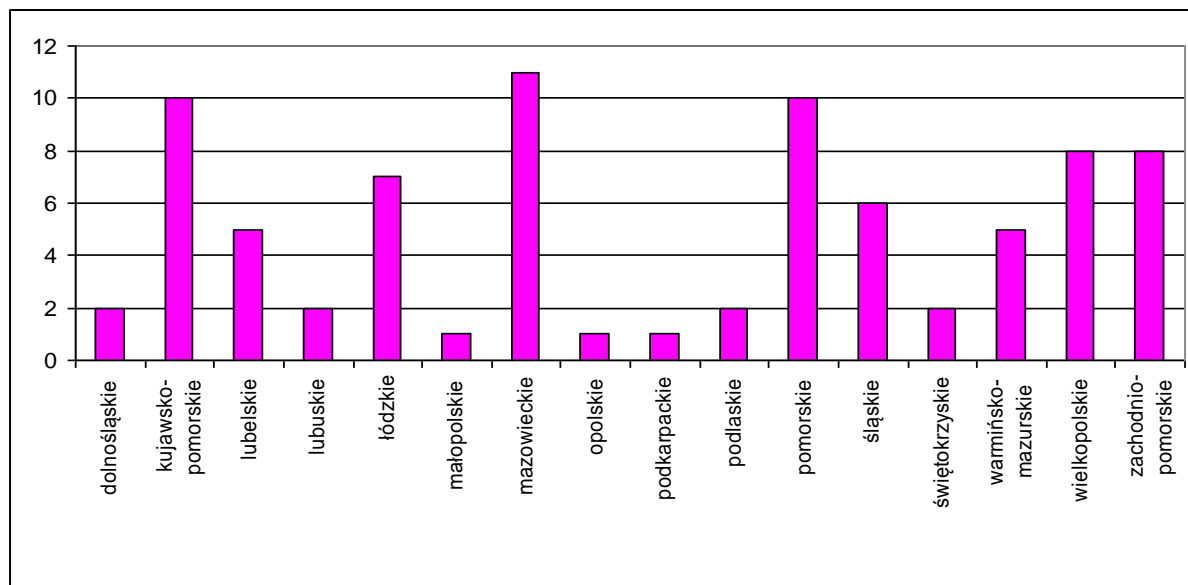
	dolnośląskie			łódzkie			mazowieckie			pomorskie			wielkopolskie			zachodniopomorskie		
	ogółem	reprezentacja	%	ogółem	reprezentacja	%	ogółem	reprezentacja	%	ogółem	reprezentacja	%	ogółem	reprezentacja	%	ogółem	reprezentacja	%
ogółem	74	1	1,4	128	2	1,6	195	6	3,1	181	3	1,7	309	13	4,2	85	2	2,4
dziewczęta	38	0	0	60	0	0	79	1	1,3	110	2	1,8	134	4	3	45	1	2,2
chłopcy	36	1	2,8	68	2	2,9	116	5	4,3	71	1	1,4	175	9	5,1	40	1	2,5

Porównując wszystkie dane można zauważyć, że najbardziej zaangażowane w organizację „Czwartków” były województwa wielkopolskie, mazowieckie. Z tych województw wywodziła się największa ilość reprezentantów Polski. Na szczególną uwagę zasługuje województwo dolnośląskie. „Czwartki” organizowane były tam w dwóch ośrodkach. Dla porównania w województwie wielkopolskim skąd wywodziła się największa liczba reprezentantów zawody rozgrywane były w ośmiu ośrodkach, w mazowieckim w jedenastu, a w pomorskim w dziesięciu.

Przyglądając się przedstawionym danym, stwierdzić można, że „Czwartki” w większości województw traktowane były jako impreza mająca na celu pierwszy etap selekcji zawodników do wyczynowego uprawiania lekkiej atletyki. Nie były jedynie imprezą zabawową – rekreacyjną dla dzieci. Na 16 województw, w reprezentacji Polski w różnych kategoriach wiekowych startowali przedstawiciele sześciu województw: wielkopolskiego, mazowieckiego,

pomorskiego, łódzkiego, zachodniopomorskiego i dolnośląskiego. Nie sposób zauważyć dużej liczby badanych pozostających przy uprawianiu lekkiej atletyki w województwach: kujawsko – pomorskim, podlaskim i lubuskim. Pomimo, że z tych województw nie było reprezentantów Polski, to również tam „Czwartki” stanowiły ważne ogniwo podstawy piramidy sportu.

Liczba ośrodków, w województwach, w których organizowane są „Czwartki”.



Niepokoi fakt bardzo małego zainteresowanie imprezą w województwach: małopolskim, opolskim i podkarpackim. Nie wierzę, że w tych województwach brak jest stadionów na których można byłoby rozgrywać zawody. Nie brak tam było zapewne i zdolnej młodzieży. Dlaczego było tam tak małe zainteresowanie imprezą trudno jest zrozumieć. Przecież start w „Czwartkach” to nie tylko przedsięwzięcie sportu. To również czynnik wychowawczy, pozwalający zagospodarować nadmiar wolnego czasu młodym ludziom, podatnym na różne pokusy dzisiejszego świata. Sport jest również sposobem na życie. Często dostatnie życie, co w dzisiejszych czasach bezrobocia jest bardzo cenne. A może „zapaleńcy” mieli dość przebijania się przez coraz więcej biurokratycznych barier, które w bardzo skuteczny sposób hamują rozwój sportu?

#### 4. 30 lat „Czwartków LA” – próba podsumowania

Nowa era Czwartków Lekkoatletycznych trwa już trzy dekady. Jak wskazuje Stowarzyszenie Sport Dzieci i Młodzieży „W latach 1995-1996, pierwsze edycje zawodów odbywały się na kultowym Stadionie 10-lecia, przyciągając młodzież nie tylko z Warszawy, ale także z okolicznych miejscowości podwarszawskich. To właśnie tam rodziły się marzenia, a młodzi lekkoatleci rywalizowali o pierwsze medale i uznanie. Od roku 1997 organizatorzy postanowili poszerzyć zasięg imprezy, obejmując swoim zasięgiem także inne miasta. Dzisiaj, gdy patrzymy wstecz, uczestnicy tamtych pierwszych edycji już dawno przekroczyli magiczny próg 40. lat. Ciekawe jest, co dzisiaj robią, czy ich pasja do lekkoatletyki przetrwała próbę czasu, czy może ktoś z nich został kolejnym bohaterem sportowego świata” (Czwartki, 2024).

Podjęta w niniejszej części artykułu analiza oparta została o informacje zgromadzone przez przywołane wcześniej stowarzyszenie. Przedstawione zostały poszczególne dyscypliny, przywołane odnoszone przez zawodników sukcesy oraz ich wpływ na kariery sportowe. Na początek – biegi.

##### Konkurencje biegowe – rekordy (Biegi 2024a, 2024b, 2024c, 2024d)

Konkurencja	Zwycięzca
Chłopcy	
1000 m – 13 lat	Cezary Kumiszczka, Człuchów – 2:47,68 (2018)
1000 m – 12 lat	Mateusz Kapes, Kutno – 2:54,51 (2004)
1000 m – 11 lat	Mateusz Mikołajczyk, Nowa Sól – 3:03, 36 (2001)
300 m – 13 lat	Mateusz Wróbel, Kielce – 387,09 (2013)
300 m – 12 lat	Kajetan Ktasik, Szczecin – 40,45 (2017)
300 m – 11 lat	Kajetan Kotasik, Szczecin – 43,82 (2016)
60 m – 13 lat	Szymon Dołęga, Siedlce – 7,30 (2022)
60 m – 12 lat	Adrian Pintera, Piła – 7,54 (2018)
60 m – 11 lat	Piotr Michałak, Jarocin – 8,11 (2024)
Dziewczęta	
600 m – 13 lat	Wiktoria Konera, Białe Błota – 1:36,80 (2018)
600 m – 12 lat	Wiktoria Konera, Białe Błota – 1:38,27 (2017)
600 m – 11 lat	Lena Pajęcka, Wrocław – 1:45,13 (2018)
300 m – 13 lat	Zofia Tomczyk, Łowicz – 40,93 (2021)
300 m – 12 lat	Zuzanna Zaczek, Bojano – 41,93 (2024)
300 m – 11 lat	Nina Młodzińska, Łódź – 43,76 (2017)
60 m – 13 lat	Oliwia Gut, Stalowa Wola – 7,70 (2018)
60 m – 12 lat	Klaudia Chrostek, Czerwionka Leszczyny – 7,77 (2018)
60 m – 11 lat	Lena Zawadzka, Czerwionka Leszczyny – 8,08 (2020)

Najbardziej znany uczestnik Czwartków LA w biegu na 800 m nie zajmował w nich czołowych miejsc. Najwybitniejszym biegaczem z grupy chłopców okazał się biegacz świata na 800 m – Adam Kszczot, wielokrotny medalista mistrzostw Europy, halowych mistrzostw

Europy, mistrzostw świata oraz halowych mistrzostw świata. W biegu na 300 m triumfy święciły późniejsze biegaczki na 400 m Iga Baumgart-Witan, Kornelia Lesiewicz i Agnieszka Kuś (zwane „aniołkami Matusińskiego”), wśród mężczyzn – Tymoteusz Zimny (Biegi, 2024b). Iga Baumgart-Witan, specjalizująca się w biegu na 400 metrów to mistrzyni olimpijska w sztafecie mieszanej 4 × 400 metrów, wicemistrzyni olimpijska w sztafecie 4 × 400 metrów oraz srebrna i brązowa medalistka mistrzostw świata oraz mistrzyni Europy w sztafecie 4 × 400 metrów. Z kolei Kornelia Lesiewicz w 2021 roku została halową wicemistrzynią Polski w biegu na 400 metrów, a podczas halowych mistrzostw Europy została brązową medalistką w sztafecie 4 × 400 m. Tomasz Zimny specjalizuje się w biegach sprinterskich, jest półfinalistą mistrzostw świata juniorów młodszych i światowego czempionatu juniorów w biegu na 400 metrów.

W sprincie na 60 metrów najbardziej znane nazwiska to Klaudia Adamek (Olimpijka z Tokio 2021 oraz medalistka mistrzostw Polski seniorów), Magda Stefanowicz (wicemistrzyni Europy w sztafecie 4 × 100 m, w 2017 zdobyła srebrny medal na dystansie 100 metrów podczas mistrzostw świata juniorów młodszych w Nairobi), Martyna Kotwiła (wicemistrzyni Europy w sztafecie 4x100 m, brązowa medalistka mistrzostw świata juniorów w biegu na 200 m), Nikola Horowska (halowa mistrzyni Polski w biegu na 200 metrów, mistrzyni Uniwersjady w Chengdu w skoku w dal oraz w biegu na 200 metrów). Wśród mężczyzn należy przywołać nazwisko Remigiusza Olszewskiego (wielokrotny medalista mistrzostw Polski juniorów i seniorów, półfinalista mistrzostw Europy) i Marek Zalewski (16-krotny Mistrz Polski). Warto zwrócić uwagę na Marka Zakrzewskiego – sprinter z rekordem Polski kategorii U20, mistrz Europy 2022 juniorów młodszych w biegu na 100 metrów, dwa złote mistrzostw Europy juniorów 2023 – w biegu na 100 i 200 metrów (Czwartkowicz, 2024)

W przypadku skoku w dal, wszyscy zawodnicy na czwartkach do roku 2019 skakali ze strefy. Dokonana zmiana dotyczyła grupy 13-latków, którzy skaczą z belki, co wpłynęło na osiągnięte wyniki (Skok w dal, 2024). Najbardziej znany zawodnik „czwartkowy” w skoku w dal to Karol Hoffman, trzykrotny zwycięzca finałów czwartkowych i finalistą Mistrzostw Europy w trójskoku. Wśród dziewcząt na uwagę zasługuje Adrianna Szóstak (najlepsza polska trójskoczką – wygrała w 2009), Adrianna Sułek (wygrała w latach 2008-2009, czołowa światowa wieloboistka). Sukcesy w czasie finałów czwartkowych odnieśli Julia Adamczyk (brązowy medal lekkoatletycznych mistrzostw świata do lat 20 w skoku w dal), Nikola Horowska (halowa mistrzyni Polski w biegu na 200 metrów, mistrzyni Uniwersjady w Chengdu

w skoku w dal oraz w biegu na 200 metrów), Olga Szlachta (złota medalistka Mistrzostwa Polski U20).

#### Skok w dal – rekordy (Skok w dal, 2024)

Konkurencja	Zwycięzca
Chłopcy	
Skok w dal – 13 lat (ze strefy) do roku 2018	Jakub Cisowski (Wejherowo) – 6,12 (2009)
Skok w dal – 13 lat (odbicie z belki) od roku 2019	Bartłomiej Birecki (Bielsko-Biała) – 5,82 (2019)
Skok w dal – 12 lat	Maciej Tajs (Bydgoszcz) – 5,64 (2008)
Skok w dal – 11 lat	Krzysztof Chorążyk (Nowa Sól) – 5,52 (2001)
Dziewczęta	
Skok w dal – 13 lat (ze strefy) do roku 2018	Gabriela Juszczyk (Łódź) – 5,60 (2017)
Skok w dal – 13 lat (odbicie z belki) od roku 2019	Olga Szlachta (Ostrów Wlkp) – 5,39 (2019)
Skok w dal – 12 lat	Wiktoria Gadajska (Radom) – 5,39 (2018)
Skok w dal – 11 lat	Aleksandra Wiśniewska (Toruń) – 5,00 (2023)

W skoku wzwyż najbardziej znany zawodnik to tyczkarz Piotr Lisek, do którego od 2003 roku należy rekord Czwartków 11-to latków i rekord Polski (151 cm). Wśród dziewcząt wymienić można Anetę Rydz która trzykrotnie wygrała Ogólnopolskie Finały Czwartków, a w 2010 r. zdobyła brązowy medal Światowej Olimpiady młodzieży. Skok wzwyż to również początki sportowej rywalizacji dziesięcioboistów Paweł Wiesiołek (wielokrotny mistrz Polski, Olimpijczyk Rio 2016 i Tokyo 2020) i Patryk Baran (halowy mistrz Polski w siedmioboju z 2018 roku).

#### Skoki wzwyż – rekordy (Skok wzwyż, 2024)

Konkurencja	Zwycięzca
Chłopcy	
Skok wzwyż – 13 lat	Bartosz Kowalski, Września – 1,85 (2016)
Skok wzwyż – 12 lat	Jakub Korowajczyk, Sławno – 1,63 (2019)
Skok wzwyż – 11 lat	Piotr Lisek, Poznań – 1,51 (2003)
Dziewczęta	
Skok wzwyż – 13 lat	Julia Jasielon, Suwałki – 1,70 (2022)
Skok wzwyż – 12 lat	Milena Patejuk, Słupsk – 1,58 (2018)
Skok wzwyż – 11 lat	Maja Smolarz, Złotów – 1,45 (2014)

W rzucie piłeczką palantową najbardziej znana jest Kamila Chudzik (brązowy medal w Berlinie na Mistrzostwach świata 2009). Czwartkowiczami są czołowi oszczepnicy Cyprian Mrzygłód (wielokrotny medalista Mistrzostw Polski juniorów i U20) i Dawid Wegner (olimpijczyk Paryż 2024), oszczepniczki Klaudia Maruszewska (medalistka mistrzostw Polski młodziczek, junierek młodszych, junierek, młodzieżowców oraz senierek) i Karolina Urban (czterokrotna medalistka mistrzostw Polski seniorów: brąz 2019, srebro w trzech kolejnych latach, medalistka mistrzostw Polski juniorów oraz młodzieżowców). Od rzutu piłeczką palantową zaczynała również rzucająca młotem Katarzyna Furmanek (2015 brązowy medal mistrzostw Europy juniorów, 2019 letniej uniwersjady, medalistka mistrzostw Polski seniorów oraz w juniorskich kategoriach wiekowych).

#### Rzut piłeczką palantową – rekordy (Rzuty, 2024)

Konkurencja	Zwycięzca
Chłopcy	
Rzut piłeczką palantową –13 lat	Marcin Makowski (Łomża) – 99,00 m (2010)
Rzut piłeczką palantową –12 lat	Mateusz Wołowik (Radom) – 76,00 m (2007)
Rzut piłeczką palantową –11 lat	Mariusz Szyszkowski (Grudziądz) – 63,50 m (2010)
Dziewczęta	
Rzut piłeczką palantową –13 lat	Angelika Antoniak (Siedlce) – 66,00 m (2013)
Rzut piłeczką palantową –12 lat	Dominika Grzelak (Tuchola) – 62,50 m (2009)
Rzut piłeczką palantową –11 lat	Dominika Grzelak (Tuchola) – 54,00 m (2008)

Od 2019 roku w zawodach czwartkowych rozgrywane jest pchnięcie kulą. Sukcesy krajowe odnosi Bruno Rzepa w kategorii U-16 (Pchnięcie, 2024)

#### Pchnięcie kulą – rekordy (Pchnięcie, 2024)

Konkurencja	Zwycięzca
Chłopcy	
Pchnięcie kulą – 3 kg –13 lat	Oskar Pawlak – Września – 15,17 – 2023
Dziewczęta	
Pchnięcie kulą – 2 kg –13 lat	Klaudia Kuczyńska – Nowe Miasto Lub. – 13,18 – 2019

W zestawieniu dokonany przez Stowarzyszenie Sport dzieci i młodzieży „Warto odnotować zwycięstwa: Juli Adamczyk z Radomia w skoku w dal – 6.23, która wygrywała jako 11 i 13 latka i raz była druga jako 12 – latka, Olgi Szlachty która wygrała trójskok wynikiem 12,98 m



i była druga w skoku w dal 6.11 zaś w 2019 roku wygrała jako 13- latka finały ogólnopolskie w skoku w dal wynikiem 5.39, Kewina Małka ze Słupska który wygrał skok wzwyż wynikiem 210 a 5 lat temu jako 14 – latek wygrał tę konkurencję na Czwartkach wynikiem 175 czy Amelię Pawelus zwyciężczynię biegu na 3000 m, która biegała na 600 m w finale Czwartków w 2018 roku. Godne uwagi są wyniki Mileny Patejuk ze Słupska, która dwukrotnie wygrała konkurs skoku wzwyż na Czwartkach w 2018 i 2019 roku a obecnie była trzecia na Mistrzostwach Polski U-20 a także skaczących w dal Juli Nobik i Adriana Minkleja oraz biegających sprinty: Marii Jarosińskiej i Sebastiana Libery a także wielu innych” (Czwartkowicze, 2024).

## Bibliografia

- Rzuty (2024) *Rzuty pileczką palantową: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/rzuty-pileczka-palantowa-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Skok wzwyż (2024), *Skok wzwyż: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/skok-wzwyz-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Skok w dal (2024) *Skok w dal: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/skok-w-dal-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Czwartkowicze (2024) *Czwartkowicze na Mistrzostwach Polski U-20 we Wrocławiu*, <https://czwartki.pl/czwartkowicze-na-mistrzostwach-polski-u-20-we-wroclawiu/>
- Czwartkowicz (2024) *Czwartkowicz – Marek Zakrzewski Rekordzista Polski*, <https://czwartki.pl/czwartkowicz-marek-zakrzewski-rekordzista-polski/>
- Pchnięcie (2024), *Pchnięcie kulą: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/pchniecie-kula-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Czwartki (1995) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 1995*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-1995/>
- Czwartki (1996) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 1996*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-1996/>
- Czwartki (1997) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 1997*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-1997/>
- Czwartki (1998) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 1998*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-1998/>
- Czwartki (1999) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 1999*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-1999/>
- Czwartki (2000) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2000*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2000/>
- Czwartki (2001) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2001*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2001/>
- Czwartki (2002) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2002*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2002/>
- Czwartki (2003) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2003*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2003/>
- Czwartki (2004) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2004*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2004/>
- Czwartki (2005) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2005*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2005/>
- Czwartki (2006) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2006*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2006/>
- Czwartki (2007) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2007*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2007/>
- Czwartki (2010) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2010*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2010/>
- Czwartki (2012) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2012*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2012/>
- Czwartki (2016) *Powróćmy do tamtych lat... – Rok 2016*, <https://czwartki.pl/powrocmi-do-tamtych-lat-rok-2016/>
- Czwartki (2024), *30-lecie Czwartków Lekkoatletycznych – Powrót do Złotych Lat*, <https://czwartki.pl/30-lecie-czwartkow-lekkoatletycznych-powrot-do-zlotych-lat/>
- Biegi (2024a) *Biegi na 600 i 1000 m: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/biegi-na-600-i-1000-m-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Biegi (2024b) *Biegi na 300 m: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/biegi-na-300-m-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Biegi (2024c) *Najlepsi sprinterzy na 60 m: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/najlepsi-sprinterzy-na-60-m-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>
- Biegi (2024d) *Biegi, skoki, rzuty: 30 lat mistrzowskich wyników*, <https://czwartki.pl/biegi-skoki-rzuty-30-lat-mistrzowskich-wynikow/>

© Autors and Akademia Nauk Stosowanych im. Haliny Konopackiej w Pruszkowie,  
[wydawnictwo@ans.pruszkow.pl](mailto:wydawnictwo@ans.pruszkow.pl)  
ISSN 2957-1359

Adres autora: [tomkraw@poczta.onet.pl](mailto:tomkraw@poczta.onet.pl)