

## REKORDY SPORTOWE ALO PWr

Każdy wynik jest weryfikowany i ustanowiony w obecności nauczyciela wychowania fizycznego lub na zawodach szkolnych i międzyszkolnych.

Nazwa konkurencji		Uzyskany wynik	Data osiągnięcia	Imię i nazwisko	Uwagi
Lekka Atletyka	bieg 100 m	12,05 sek. 12,49 sek.	2019r. 2019r.	Sebastian Blecharz 2E Aleks Makuch 1E	
	bieg 400 m				
	bieg 1500 m				
	<b>pchnięcie kulą</b>				
Pływanie	50 m - dowolnym	32,12 sek.	2018r.	Oliwia Wojtczak	
	50 m - dowolnym	30,14 sek.	2018r.	Jakub Krajewski	
	50 m - grzbietowym	39,02 sek.	2016r.	Małgorzata Plewka	
	50 m - grzbietowym	36,14 sek.	2018r.	Mateusz Teplicki	
	50 m - klasycznym	39,3 sek.	2016r.	Izabela Szydło	
	50 m - klasycznym	38,74 sek.	2018r.	Tymoteusz Zapała	
	50 m - motylkowym	35,54 sek.	2016r.	Tymoteusz Zapała	
	50 m - motylkowym	33,48 sek.	2020r.	Iga Maślej	
	100 m - dowolnym	1.18,44 min.	2020r.	Beata Mazurkiewicz	
	100 m - dowolnym	1.05,42 min.	2020r.	Jakub Krajewski	
	100 m - grzbietowym	1.20,63 min.	2018r.	Mateusz Teplicki	
100 m - klasycznym	1.42,93 min.	2020r.	Agnieszka Turko		
100 m - klasycznym	1.15,16 min.	2020r.	Paweł Andrzejewski		
<b>Podciągnięcia na drążku</b>		31 powtórzeń 24 powtórzenia 22 powtórzenia	2021r. 2019r. 2019r.	Jan Kański 3A Antoni Adamczyk gimn. Igor Pajdowski gimn.	Próba wykonana w ciągu 1 min. nachwytem, bez możliwości balansowania tułowiem, do wyprostu ramion
Ergometr wioślarski	500 m	1.30,8 min.	2020r.	Filip Hahs 3A	
	1000 m	3.01,7 min.	2020r.	Filip Hahs 3A	
	2000 m	6.18,8 min.	2020r.	Filip Hahs 3A	
<b>Wyciskanie sztangi na ławeczce poziomej</b>		78,37 pkt. 127,5kg (97,6 masy ciała) 72,42 pkt. 71 pkt. 68 pkt.	2023r. 2022r. 2022r. 2018r.	Patryk Janeczek 3C Adam Biernacki 1A Antoni Adamczyk 3A Filip Buraczewski 3C	Wyniki według formuły Wilks'a
<b>Koszykówka - rzut za 3 pkt. próba 20 rzutów</b>		10 trafień	2019r.	Kacper Błasiak 3A	
<b>Koszykówka - rzuty osobiste, próba 20 rzutów</b>		19 trafień 17 trafień	2019r. 2019r.	Artur Krzyżyński 3A Kacper Błasiak 3A	
<b>Żonglerka trzema piłkami do tenisa - czas</b>		11.36,0 min.	2020r.	Bogdan Rychlikowski 3A	Całkowity czas bez zatrzymania żonglowania
		3.18 min.	2021r.	Antoni Adamczyk 2A	
<b>Przeskoki przez skakankę w ciągu 1 min.</b>		143 przeskoki	2020r.	Paweł Andrzejewski 1E	
<b>Odbicia piłeczki do tenisa stołowego na zmianę krawędzią i powierzchnią rakiетки</b>		53 cykle	2020r.	Mariusz Centner 3E	
<b>Deska w podporze - elbow plank</b>		5.45,0 min. 4.56,0 min. 4.09,2 min.	2021r. 2021r. 2021r.	Paweł Andrzejewski 2E Piotr Pijanowski 2E Michał Strugarek 2F	Podpór przodem na przedramionach