

**STARTY - 1985 r.**

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	20 I	Zgierz	I Mały Maraton Wyzwolenia Miasta Zgierza	20 km	1:12:10	IV	III	t = -15°C
2.	27 I	Gliwice	I Zimowy Bieg Uliczny	15 km	brak wyniku	IX		pomyliłem trasę
3.	10 II	Wiązowna k. Otwocka	V Zimowy Mały Maraton "Świder - Wisła"	20 km	1:10:10 ja biegałem, nie Jurek!	XIV	IX	śnieg, mróz, ślisko
4.	17 III	Krapkowice	IV Międzynarodowy Bieg Wyzwolenia Krapkowic	<b>25 km</b>	<b>1:24:16</b>	XV	XII	
5.	23 III	Wrocław	Akademickie Mistrzostwa Wrocławia w Biegach Przelajowych	3 km		I pk.		brak komunikacji
6.	13 IV	Wrocław	II Wiosenny Bieg Uliczny (II Bieg Akademicki)	5 km		I - II	I-II	razem z Jurkiem
7.	14 IV	Bydgoszcz	IV Bydgoski Bieg Pamięci Narodowej	<b>20 km</b>	<b>1:06:55</b>	XXIV	VII	problemy z dietą
8.	20 IV	Poznań (Rataje)	II Bieg Abstynentów	10 km	33:58	I	I	bieg uliczny+przełaj
9.	28 IV	Bielawa	Bieg Pokoju	7 km		I	I	brak komunikacji
10.	03 V	Wrocław	X Bieg Dookoła Politechniki	~ 2 km		I		brak komunikacji
11.	04 V	Poznań	VII Bieg Zwycięstwa o puchar "Expressu Poznańskiego"	~ 10,5 km	33:10	I	I	brak komunikacji
12.	12 V	Gryfów Śląski	V Bieg Gryfitów	5 km		II	II	brak komunikacji
13.	26 V	Rydzyzna	Bieg "Rydzyzna -Leszno - Rydzyzna"	25.3 km	1:22:00	I	I	
14.	02 VI	Legnica	V Bieg Lwa Legnickiego (Legnica - Legnickie Pole - Legnica)	<b>25 km</b>	<b>1:24:18</b>	II	II	Gojenko skrócił trasę
15.	09 VI	Świerzawa	III Świerzawski Bieg Uliczny  (brak komunikatu)	~ 9 km	29:31	I - II	I-II	razem z Jurkiem
16.	16 VI	Wołów	II Cross Rudników (Wołów - Tarchalice)	<b>15 km</b>	<b>50:00</b>	I	I	brak komunikacji
17.	23 VI	Otwock	XIII Międzynarodowy Maraton Otwocki o Puchar Trybuny Ludu	<b>maraton (42,195 km)</b>	<b>2:32:58</b>	XII		

**STARTY - 1985 r.**

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
18.	21 VII	Toruń	III Maraton Toruński Chełmno - Toruń	maraton (42,195 km)	2:24:40	II	I	
19.	03 VIII	Lubin	V Mały Maraton Miedzi (Polkowice - Lubin)	~ 26 km	1;31:20,2	IX	VII	start po chorobie
20.	18 VIII	Brzeszcze	XI Mistrzostwa Polski w Biegu na 20 km	20 km	1:06;55,9	LIII		1;06:37 mój pomiar
21.	01 IX	Jelenia Góra	I Górski Mały Maraton  Nieoficjalne MP w Biegu Górskim	~ 26 km (25.75 km)	1;30;52,2	XI	IX	
22.	08 IX	Leszno (Lednogóra - Leszno)	VIII Ogólnopolski Bieg Lechitów	20 km	1:02:47	VI	IV	
23.	14 IX	Turek	II Ogólnopolski Bieg "Tura"	7 km	22:56	IV	IV	
24.	15 IX	Jelenia Góra	VII Bieg Jeleniogórskiej Jesieni	10 km	34:27	V		
25.	29 IX	Warszawa	VII Międzynarodowy Maraton Pokoju	maraton (42,195 km)	2:29:12	V		
26.	06 X	Kowary	II Bieg Piwosza	~ 7.5 km		II	II	brak komunika- - tu
27.	20 X	Leszno (Grzybowo-las)	III Cross Grunwaldzki	12 km przełaj	42:44	I	I	
28.	10 XI	Jelenia Góra (Zabobrze)	V Zabobrzński Bieg Przełajowy	6 km	19:43	III	I pzla	brak komunika- - tu
29.	13 XI	Wrocław	Bieg 40-lecia Politechniki Wrocławskiej	~ 2,5 km		I		brak komunika- - tu
30.	30 XI	Wrocław	Bieg Podchorążaka	3 km		I pk.		brak komunika- - tu
31.	31 XI	Trzebnica	I Bieg Sylwestrowy	20 km (~21 km)	1:17:04	II	II	zima; śnieg, ślisko
0.	27 X	Budapeszt	Maraton Budapeszt	maraton (42,195 km)	zajeżdnia po 39 km	po km :	5 10 15 20 25 30	15:50 32;10 49:00 1;05;50 1;22;40 1;40;00

1985 rok :

Liczba miejsc na podium w klasyfikacji generalnej	I	II	III
	12	5	1

**STARTY - 1986 r.**

M20

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	05 I	Milicz	II Bieg Noworoczny	5 km (było ~ 6 km)		II	II	brak ko- munikatu
2.	19 I	Zgierz	II Ogólnopolski Bieg Wyzwolenia Zgierza	20 km	1:11:05	IV	III	
3.	14 III	Wrocław (ul.Spiska)	Spartakiada Zakładów Pracy Dzielnicy Krzyki Spartakiada Rekreacyjna	4 km -przełaj-		I	I	
4.	16 III	Krapkowice	IV Międzynarodowy Bieg Wyzwolenia Krapkowic	<b>25 km</b>	<b>1:26:01</b>	XVIII	XI	
5.	23 III	Kąty Wrocławskie	Wojewódzka Spartakiada w Biegach Przełajowych	5 km		II		przegra - -łem z W. Lendą
6.	<b>06 IV</b>	<b>Dębno</b>	<b>56. Mistrzostwa Polski w Maratonie</b>	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:20:14</b>	<b>XXXVII</b>		
7.	19 IV	Poznań (Rataje)	III Bieg Abstynenta	10 km	33:19	II		
8.	27 IV	Wrocław	Wrocławski Bieg Długodystansowy III Uliczny Bieg Zwycięstwa	16 km	-	VII	III	
9.	04 V	Poznań - Pobiedziska	II Bieg Piastowski im. Władysława Jagiełły	25 km	1:31:46	V	IV	upał, pod wiatr
10.	09 V	Bojanowo	II Bieg Zwycięstwa	12 km		III		brak komunika- -tu
11.	16 V	Wrocław	XI Bieg Dookoła Politechniki	~ 2,2 km (trzy pętle)		II		brak komunika- -tu
12.	18 V	Wrocław	4. Maraton Ślęzan (Sobótka - Wrocław)	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:23:48</b> <b>rekord</b> <b>maratonu</b>	I	I	
13.	25 V	Rydzyňa	Bieg "Leszno - Rydzyňa"	12 km	39:07	I	I	
14.	01 VI	Jelenia Góra	VIII Bieg Jeleniogórskiej Wiosny	10 km	33:47	III		
15.	13 VI	Zielona Góra (stadion)	Strefowe Mistrzostwa Polski	<b>5000 m</b>	<b>15:14,64</b>			
16.	15 VI	Wołów	III Cross Rudników (Wołów - Tarchalice)	15 km	53:08	VI	IV	
17.	29 VI	Sobótka	II Sobótczańska "15"	15 km	51:16	IV	III	

**STARTY - 1986 r.**

M20

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
18.	20 VII	Toruń	IV Maraton Toruński Chełmno - Toruń	maraton (42,195 km)	2:26:19	I	I	
19.	09 VIII	Brzeszcze	XII Mistrzostwa Polski w Biegu na 20 km	20 km	1:07:21	XXXVIII		słabo
20.	07 IX	Milicz	VII Bieg Baryczan	~ 13,6 km	45:58	I	-	start bez rozgrze- -wki
21.	28 IX	Lubin	III Lubiński Bieg Przelajowy o Puchar Dyrektora Naczelnego ZG Lubin	10 km	32:37 przełaj	VIII	IV	
22.	05 X	Londyn	Hercules-Wimbledon`10	10 mil	52:26	III	III	
23.	12 X	Legnica	VI Bieg Lwa Legnickiego	20 km	1:04:50	VII	VI	
0.	21 VI	Łódź	Akademickie Mistrzostwa Polski w Lekkiej Atletyce	3 000 m 1 500 m	zajezdnia po 1600m 4:14	-	-	stadion
0.	25 X	Praga	VIII Maraton "Prazska Stromovka"	maraton (42,195 km) 30 km	zajezdnia po 34 km 1:41:23	-	-	po 34 km byłem 2

1986 rok :

Liczba miejsc na podium w klasyfikacji generalnej	I	II	III
	5	4	3



4. Maraton Ślęzan - 2:23:48 (1 miejsce, rekord maratonu)

**STARTY - 1987 r.**

M20

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	02 V	Zgorzelec	IV Bieg Turowa	~ 28 km	1:34:29	I - II	I-II	razem z Jurkiem
2.	17 V	Wrocław	5. Maraton Ślązan (Sobótka - Wrocław)	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:20:48</b>	I	I	
3.	30 V	Grabonóg	IV Bieg im. Edmunda Bojanowskiego	20 km		V	III	brak komunikatu
4.	07 VI	Świdnica	VI BIEG PO ZIEMI BOLKÓW	15 km	52:15	I	I	
5.	21 VI	Otwock	XV Międzynarodowy Maraton Otwocki o Puchar Trybuny Ludu	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:27:45</b>	IV		upał
6.	19 VII	Poznań	IV Bieg Odrodzenia	5 km	15:32	IV		bez formy
7.	22 VII	Polkowice	IV Ogólnopolski Bieg o Lampkę Górnica m. Polkowice	<b>20 km</b>	<b>1:06:33</b>	II	II	
8.	09 VIII	Przysieka Stara (Widziszewo) k. Kościana	I Bieg Przyjaźni	15 km	50:45	III	II	
9.	16 VIII	Zebrak (Czechosłowacja)	6. Beh "Żebracka 25"	<b>25 km</b>	<b>1:24:15</b>	II		trudna trasa
10.	29 VIII	Brzeszcze	XIII Mistrzostwa Polski w Biegu na 20 km	<b>20 km</b>	<b>1:06;38,9</b>	XXVIII		
11.	06 IX	Milicz	VIII Bieg Baryczan	~13,6 km	45:20	II	II	
12.	12 IX	Poznań - Pobiedziska	III Bieg Władysława Jagiełły	25 km	1:26:12	IV	II	1:26:52 komunikat zły wynik
13.	04 X	Berlin Zachodni	14. BERLIN-MARATHON - INTERNATIONAL	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:24:13</b> - kolka -	LXXI	M20	XXIX
14.	24 X	Praga	IX Maraton "Prazska Stromovka"	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:25:43</b>	I	I	
15.	07 XI	Milicz	Mistrzostwa Nauczycieli Woj. Wrocławskiego w Biegach Przelajowych	~ 6 km	18:01	I	I	wygrałem z L.Witko- - wskim
0.	05 IV	Dębno	57. Mistrzostwa Polski w Maratonie	maraton (42,195 km)	zajezdnia po 28 km	po km :	20	1:05;40
0.	08 V	Bojanowo	III Bieg Zwycięstwa	12 km	zajezdnia po 11 km	byłem V		zajezdnia zamierzona

# STARTY - 1987 r.

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	5	3	1



5. Maraton Ślęzan - 2:20:48 (1 miejsce, rekord maratonu)

**STARTY - 1988 r.**

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	06 II	Apeldoorn (Holandia)	15. Midwinter Marathon Apeldoorn`88	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:28:40</b>	III	III	
2.	06 III	Krapkowice	VI Międzynarodowy Bieg Wyzwolenia	<b>25 km</b>	<b>1:28:39</b>	XXVI	XIII	byłem chory
3.	16 IV	Zgorzelec (Bogatynia - Zgorzelec)	V Bieg Turowa	~ 28 km	1:29:47	I	I	
4.	24 IV	Ostrzeszów	Cross Ostrzeszowski III Mistrzostwa Polski Nauczycieli w B. Przelajowych	6 km przełaj		XVI		kłeska, brak szybkości
5.	30 IV	Legnickie Pole	II Bieg Szlakiem Bitwy Legnickiej	18 km		II		za Gojenką
6.	15 V	Wrocław	6. Maraton Ślązan (Sobótka - Wrocław)	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:31:45</b>	II		upał, wiatr
7.	29 V	Tarchały Wielkie k. Odolanowa	II Ogólnopolski Bieg o Puchar Przewodniczącego ZSMP w Odolanowie	10 km	33:00	III	I	
8.	05 VI	Moussy le Neuf (Francja)	12. Semi Marathon des 3 Departements	<b>21,1 km</b> (półmaraton)	<b>1:10:42</b>	XIX	XVII	
9.	12 VI	Aureilhan k. Tarbes (Francja)	V International Marathon du Canton d`Aureilhan	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:26:35</b>	III	III	numer z trasą
10.	25 VI	Wrocław	Bieg Przyjaźni	3 km		I	I	brak komunika- - tu
11.	26 VI	Wrocław (stadion przy ul. Skarbowców)	Strefowe Mistrzostwa Polski w LA	<b>10 000 m</b> (tartan)	<b>31:24,50</b>	III		
12.	22 VII	Kudowa Zdrój	VI Ogólnopolski Bieg Homolan	<b>20 km</b>	<b>1:08:11</b>	I	I	trudna trasa
13.	07 VIII	Wieleń	9. Międzynarodowy Bieg im. Józefa Nojiego	<b>25 km</b>	<b>1:23:25</b>	III		
14.	14 VIII	Żebrak (Czechosłowacja)	7. Beh "Żebracka 25"	<b>25 km</b>	<b>1:25:59</b>	III		trudna trasa
15.	28 VIII	Brzeszcze	XIV Mistrzostwa Polski w Biegu na 20 km	<b>20 km</b>	<b>1:06:06</b>	XXIX		
16.	03 IX	Milicz	IX Bieg Baryczan	~ 13.6 km	44:37	VI	III	M30-39

**STARTY - 1988 r.**

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
17.	11 IX	Bremen (RFN)	6. BREMEN-MARATHON	maraton (42,195 km)	2:24:07	XI	VI	
18.	17 IX	Góra Świętej Anny	Cross z okazji Dni Leśnicy	3 km przełaj		I		ulewa
19.	18 IX	Leśnica k. Zdzeszowic	IV Bieg z okazji Dni Leśnicy	~ 15 km	48:00	II		brak komunika- - tu
20.	09 X	Berlin Zachodni (RFN)	15. BERLIN-MARATHON - INTERNATIONAL	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:25:36</b>	LXXXIII	XXIX	
21.	15 X	Wrocław (start na Stadionie Olimpijskim LA)	Wojewódzka Spartakiada Rekreacyjna w Biegach Przełajowych '88	6 km		I		brak komunika- - tu
22.	23 X	Oleśnica	IV Międzynarodowy Bieg Uliczny	<b>15 km</b>	<b>49:55</b>	V	I	M30-39
23.	04 XII	Lubin	III Barbórkowy Bieg o "Lampkę Górniczą"	<b>10 km</b>	<b>31:54</b>	VIII	III	nagroda za I m. w M30
1R.	01 VI	Wrocław (teren kąpieliska Różanka)	Dzień Sportu w ZSP Nr 11 we Wrocławiu	2 km przełaj	-	I		bez pomiaru czasów
0.	27 III	Dębno	58. Mistrzostwa Polski w Biegu Maratońskim	maraton (42,195 km)	zajeżdźnia po 28 km	-	-	po kontuzji i chorobie

1988 rok :

Liczba miejsc na podium w klasyfikacji generalnej	I	II	III
	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>



**STARTY - 1989 r.**

M30

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	15 I	Zgierz	V Ogólnopolski Bieg Wyzwolenia m. Zgierza	20 km	1:10:31	I	I	
2.	24 I	Opole	III Ogólnopolski Bieg z okazji Rocznicy Wyzwolenia Opola	12 km 12 x 1 km	39:03	VI		przełaj pętla-1km
3.	28 I	Apeldoorn (Holandia)	16. Midwinter Marathon Apeldoorn`89	maraton (42,195 km)	2:28:57	V		
4.	11 III	Ahlpen aan den Rijn (Holandia)	Internationale Wegwedstrijd "Twintig run Alphen aad den Rijn"	<b>20 km</b>	<b>1:05:59</b>	XLIX	M39	XLIX byłem chory
5.	18 III	Steinfurt	Internationaler 6.Steinfurter Marathon-Lauf	<b>maraton</b> <b>(42,195 km)</b>	<b>2:33:52</b> (b.chory)	X	V II	drużyna
6.	09 IV	Bremen (RFN)	7. BREMEN-MARATHON	maraton (42,195 km)	2:23:53	VI	III I	drużyna
7.	15 IV	Zgorzelec (Bogatynia - Zgorzelec)	VI Bieg Turowa	32.2 km	1:51:28	II		
8.	23 IV	Wurzburg (RFN)	1. Wurzbürger Residenz-Lauf	12 km (4 pętla po 3 km)		XI		brak komunika- - tu
9.	30 IV	Namysłów	I Bieg Namysłowian	<b>21,1 km</b>	<b>1:08:12</b>	III	III	
10.	07 V	Bojanowo	V Bieg Zwycięstwa	12 km	41:54	VIII	IV	nagroda za III m. w M30
11.	20 V	Wageningen (Holandia)	6-e Internationale "Van Berg tot Berg race"	23.2 km	1:19:39	V		brak komunika- - tu
12.	21 V	Kleinenbremen (RFN)	15. Wesergebirgslauf	<b>15 km</b>	<b>48:46,51</b>	II	I	
13.	27 V	Grabonóg	VI Bieg im. Edmunda Bojanowskiego	20 km		II	I	brak komunika- - tu
14.	28 V	Tarchały Wielkie	III Bieg Uliczny o Puchar Przewodniczącego ZSMP w Odolanowie	10 km		III	II	brak komunika- - tu
15.	18 VI	Tann/Rhon (RFN)	5. Rhonmarathon	<b>maraton</b> <b>(42,195 km)</b>	<b>2:28:25</b>	II	I	
17.	25 VI	Sobótka	V Sobótczańska Piętnastka	15 km	51:01	III	I	

**STARTY - 1989 r.**

M30

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
18.	02 VII	Polkowice	IV Ogólnopolski Bieg Górników	15 km	48:34	III	I	
19.	13 VIII	Widziszewo	III Bieg Przyjaźni	15 km		VI		brak komunikacji
20.	03 IX	Podzamcze - Karpacz	V Karkonoski Półmaraton Górski	21.1 km	1:15:48	II	II	
21.	09 IX	Milicz	X Bieg Baryczan	13.7 km	43:52	II		
22.	16 IX	Amersfoort (Holandia)	11. sac marathon Amersfoort	maraton (42,195 km)	2:28:56	II		byłem chory, gorączka
23.	07 X	Milicz	Wojewódzkie Mistrzostwa Nauczycieli w Biegach Przełajowych	4 km		I		brak komunikacji
24.	08 X	Legnica	IX Bieg Lwa Legnickiego	20 km	1:06:05	VII		
25.	05 XI	Jelenia Góra	III Bieg Przełajowy im. Ireny Stańkowskiej	8 km przełaj	28:48*	V	II	*28:38 mógł być taki czas
26.	18 XI	Upice (Czechosłowacja)	XVI Beh Dlouhými Zahony	9 km przełaj		II		
27.	03 XII	Lubin	IV Barbórkowy Bieg o "Lampkę Górniczą"	10 km	32:24,71	VII	IV	nagroda za I m. w M30
28.	31 XII	Havlovice (Czechosłowacja)	XVI Silvestovsky Beh (Bieg Sylwestrowy)	10.5 km		II		brak komunikacji
0.	05 VIII	Brzeszcze	XV MP w Biegu na 20 km	20 km	zajezdnia po 7.5 km			
0.	27.VIII	Dębno	59. Mistrzostwa Polski w Biegu Maratońskim	maraton (42,195 km)	zajezdnia po 22 km	po km :	10 33:06 15 ~50:00 20 1:07;30 21.1 1;11;30	
0.	14 X	Kalisz	VIII SUPERMARATON "CALISIA '89"	100 km	zajezdnia po 60 km			
0.	11 XI	Opole	IV Bieg Niepodległości	13 km	zajezdnia po 6 km			
w.	22 VII	Niemcy			numer na granicy z RFN			
w.	22 X	Świdnica		20 km	odwołali bieg, trening: Sobótka-21km			

1989 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	2	9	4

**STARTY - 1990 r.**

M30

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
1.	21 I	Zgierz	VI Ogólnopolski Bieg Wyzwolenia m. Zgierza	20 km	1:08:20 (rekord b.)	I	I	padło
2.	03 II	Apeldoorn (Holandia)	17. Midwinter Marathon Apeldoorn`90	maraton (42,195 km)	2:24:59	II		
3.	17 II	Jarocin	VI Wojewódzki Otwarty Bieg Zimowy	~ 9 km indywidual. co 30 s	29:44 biegłem bez kolców	XVIII XVII	M39	tuż po problem. żołądkow.
4.	03 III	Koło	IV Bieg o "Kolską Paterę"	10 km przełaj		III		
5.	18 III	Krapkowice	VIII Międzynarodowy Bieg Wyzwolenia	25 km	1:24:37	VII	IV	
6.	01 IV	Bukówiec Górny	VI Bieg "Sokoła"	15 km	48:05	IV		
7.	29 IV	Namysłów	II Półmaraton Namysłowian	21,1 km	1:10:52	III		
8.	06 V	Bojanowo	VI Bieg Zwycięstwa	12 km	40:28	I	I	
9.	13 V	Grudynia Wielka	VI Bieg Sadowników	17,5 km	58:12	I	I	
10.	19 V	Wageningen (Holandia)	7-e Internationale "Van Berg tot Berg race"	maraton (42,195 km)	2:27:43	I		
11.	26 V	Klazienaveen (Holandia)	Klazienaveen Marathon	maraton (42,195 km)	2:30:28	II		
12.	23 VI	Opole	IV Bieg Festiwalowy	20 km	1:07:00	VII	V	
13.	30 VI	Ede (Holandia)	Stichting Internationale Wolloop	21,1 km	1:12:32	II		
14.	07 VII	Noordscheschut - Hoogeveen (Holandia)	11. Drentse Volksmarathon	maraton (42,195 km)	2:34:07	III		upał
15.	22 VII	Polkowice	VII Ogólnopolski Bieg o Lampkę Górnica m. Polkowice	20 km	1:06:05	III	II	
16.	05 VIII	Namysłów - Staroścín	I Półmaraton Solidarności	21,1 km	1:14:23	II	II M39	upał

**STARTY - 1990 r.**

M30

Lp.	Data	Miejscowość	Nazwa imprezy biegowej	Dystans	Czas	Miejsce		Uwagi
						general.	kat.	
17.	12 VIII	Žebrak (Czechosłowacja)	9. Beh "Žebracka 25"	25 km	1:29:42	X		upał, trudna trasa
18.	01 IX	Brzeszcze	XVI Mistrzostwa Polski w Biegu na 20 km	<b>20 km</b>	<b>1:07:17</b>	XXXIII		
19.	09 IX	Podzamcze - Karpacz	VI Karkonoski Półmaraton Górski	21.1 km	1:16:23	III	II	
20.	16 IX	Leśnica k. Zdzieszowic	VI Bieg z okazji Dni Leśnicy	15 km		II		brak komunika- - tu
21.	06 X	Zwolle (Holandia)	HANSE MARATHON ZWOLLE	<b>maraton</b> (42,195 km)	<b>2:28:10</b>	I		
22.	14 X	Kalisz	IX SUPERMARATON "CALISIA '90"	<b>100 km</b>	<b>7:10:05</b>	II		
23.	28 X	Świdnica	VI Bieg Świdnicki - 20 km	<b>20 km</b>	<b>1:07:58</b>	VII-VIII	V-VI	start treningo- - wy
24.	03 XI	Elspeet (Holandia)	8-e Halve Marathon en Prestatienloper	<b>21.1 km</b>	<b>1:12:56</b>	V		
25.	11 XI	Opole	V Bieg Niepodległości	<b>15 km</b>	<b>48:37</b>	XVIII		
26.	18 XI	Świerzawa	VI Bieg Świerzawski	9 km	30:17	V	V	
27.	02 XII	Lubin	V Barbórkowy Bieg o "Lampkę Górniczą"	<b>10 km</b>	<b>32:08,6</b>	VII	II	nagroda za I m. w M30
28.	31 XII	Havlovice (Czechosłowacja)	XVII Silvestovsky Beh (Bieg Sylwestrowy)	10.5 km		II		brak komunika- - tu
0.	08 VI	Biel-Bienne (Szwajcaria)	100 km Biel - Bienne	100 km	zajeżdźnia po 68 km			
0.	30 XI	Warszawa	XII Maraton Warszawski (jak się okazało to był dobry trening przed Zwolle - 7 X)	maraton	zajeżdźnia po 32 km 30 km	~ 1:45		zatrucie pokarmo- - we
w.	24 II	Gniezno			-			nie znalazłem biura zaw.
w.	22 IV	Wiedeń	Wiedeń Marathon '90	maraton	-			nie dogłosili do startu
w.	29 XII	Poznań	Bieg Sylwestrowy		-			zmienili datę biegu

1990 rok :

Liczba miejsc na podium	I	II	III
w klasyfikacji generalnej	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>5</b>

# Liczba miejsc na podium

Liczba miejsc generalnie :	I	II	III
1985 rok	12	5	1
1986 rok	5	4	3
1987 rok	5	3	1
1988 rok	6	3	6
1989 rok	2	9	4
1990 rok	5	7	5
<b>lata 1985-1990 (razem)</b>	<b>35</b>	<b>31</b>	<b>20</b>