

## 10 najlepszych sportowców, trenerów i 5 nadziei olimpijskich 2010

### 10 najlepszych sportowców Zrzeszenia LZS w 2010 roku

1. **Adrian Zieliński** – MGLKS Tarpan Mrocza – podnoszenie ciężarów
2. **Adam Małysz** – KS Wisła Ustronianska – skoki narciarskie
3. **Katarzyna Bachleda-Curuś** – LKS Poroniec Poronin – łyżwiarstwo szybkie
4. **Paweł Skowroński** – UKS Dojlidy Białystok – kajakarstwo
5. **Sandra Pawełczak** – UKS Dojlidy Białystok – kajakarstwo
6. **Marzena Karpińska** – LKS Znicz Biłgoraj – podnoszenie ciężarów
7. **Rafał Ratajczyk** – Gryf Szczecin – kolarstwo torowe
8. **Agata Pietrzyk** – LUKS Suples Kraśnik – zapasy
9. **Jakub Szałankiewicz** – MLUKS Stakolo Staszów – piłka siatkowa plażowa
10. **Piotr Gawroński** – TKK Pacific Toruń – kolarstwo

### 10 najlepszych trenerów Zrzeszenia LZS w 2010 roku

1. **Ireneusz Chełmowski** – MGLKS Tarpan Mrocza – podnoszenie ciężarów
2. **Jacek Dziuba** – LUKS Podium Kup – lekkoatletyka
3. **Zbigniew Klęk** – WLKS Krakus Swoszowice – kolarstwo
4. **Jan Lach** – LKS Łuczniczka Żywiec – łucznictwo
5. **Jerzy Opara** – KS Piast Człuchów – kajakarstwo
6. **Lech Pauliński** – LKS Ceramik Krotoszyn – zapasy
7. **Kazimierz Prokopyszyn** – LKS Trasa Zielona Góra – kolarstwo
8. **Wiktor Pyk** – KS Stella Kielce – łucznictwo
9. **Ireneusz Skowroński** – UKS Dojlidy Białystok – kajakarstwo
10. **Jacek Wąchała** – KS Dragon Janów – taekwondo ITF

### 5 nadziei olimpijskich 2010

1. **Patryk Hładuniuk** – LKS Lubusz Słubice – lekkoatletyka
2. **Paula Kozłowa** – KS Podlasie Białystok – zapasy
3. **Katarzyna Krawczyk** – MKS Cement Gryf Chełm – zapasy
4. **Vincent Słomiński** – LKS Piast Człuchów – kajakarstwo
5. **Anna Włoka** – LUKS Podium Kup – lekkoatletyka