

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2020 w pływaniu
Sanok, 14. - 15.11.2020

Konkurencja 12 Mężczyzn, 400m zmienny 13 lat i starsi
14.11.2020 - 12:11 Wyniki

Rekord POZP Open (wg Swimrankings)	4:23.47	KSI	NICKI Dawid	00508	Ostrowiec Sw	18.12.2019
Rekord POZP Open (wg Swimrankings)	4:23.47	KSI	NICKI Dawid	00508	Ostrowiec Sw	18.12.2019

Punkty: FINA 2020

Pozycja									Czas	Pkt.
13 lat										
1.	WILK Mikołaj		07	MKS IKAR Mielec				5:17.05	406	
	50m:	35.23 35.23	150m:	1:57.95 42.11	250m:	3:22.76 42.25	350m:	4:41.63 36.10		
	100m:	1:15.84 40.61	200m:	2:40.51 42.56	300m:	4:05.53 42.77	400m:	5:17.05 35.42		
2.	SKOWROSKI Braian		07	UKS FREGATA Kolbuszowa				5:24.53	378	
	50m:	34.67 34.67	150m:	1:59.10 42.70	250m:	3:25.16 44.17	350m:	4:47.51 36.88		
	100m:	1:16.40 41.73	200m:	2:40.99 41.89	300m:	4:10.63 45.47	400m:	5:24.53 37.02		
3.	MARCINEK Alvaro		07	MKS IKAR Mielec				5:32.70	351	
	50m:	35.28 35.28	150m:	1:58.93 41.65	250m:	3:27.57 48.06	350m:	4:56.93 39.69		
	100m:	1:17.28 42.00	200m:	2:39.51 40.58	300m:	4:17.24 49.67	400m:	5:32.70 35.77		
4.	SERWIKACPER		07	KP SOKÓŁ Rzeszów				5:42.82	321	
	50m:	38.33 38.33	150m:	2:02.05 43.11	250m:	3:32.77 48.86	350m:	5:03.70 41.70		
	100m:	1:18.94 40.61	200m:	2:43.91 41.86	300m:	4:22.00 49.23	400m:	5:42.82 39.12		

14 lat										
1.	JARZĘTymoteusz		06	UKP GRYF Dębica				5:01.16	473	
	50m:	30.75 30.75	150m:	1:45.82 38.12	250m:	3:06.36 42.86	350m:	4:27.51 35.24		
	100m:	1:07.70 36.95	200m:	2:23.50 37.68	300m:	3:52.27 45.91	400m:	5:01.16 33.65		
2.	WÓJCIK Szczepan		06	UKS FREGATA Kolbuszowa				5:09.38	437	
	50m:	33.38 33.38	150m:	1:54.71 41.68	250m:	3:16.37 41.88	350m:	4:36.15 36.00		
	100m:	1:13.03 39.65	200m:	2:34.49 39.78	300m:	4:00.15 43.78	400m:	5:09.38 33.23		
3.	WISTAK Miłosz		06	UKP GRYF Dębica				5:10.77	431	
	50m:	32.26 32.26	150m:	1:50.20 40.31	250m:	3:13.67 44.17	350m:	4:36.25 36.99		
	100m:	1:09.89 37.63	200m:	2:29.50 39.30	300m:	3:59.26 45.59	400m:	5:10.77 34.52		
4.	MURAS Szymon		06	MKS IKAR Mielec				5:45.07	315	
	50m:	39.44 39.44	150m:	2:09.32 42.72	250m:	3:39.03 47.59	350m:	5:05.66 39.23		
	100m:	1:26.60 47.16	200m:	2:51.44 42.12	300m:	4:26.43 47.40	400m:	5:45.07 39.41		

15 lat i starsi										
1.	KSI NICKI Dawid		02	MKS IKAR Mielec				4:32.87	637	
	50m:	28.58 28.58	150m:	1:39.19 36.24	250m:	2:51.97 36.63	350m:	4:02.11 32.57		
	100m:	1:02.95 34.37	200m:	2:15.34 36.15	300m:	3:29.54 37.57	400m:	4:32.87 30.76		
2.	PROCNAŁ Adam		04	SP MOTYL MOSiR Stalowa W.				4:55.43	502	
	50m:	29.50 29.50	150m:	1:42.58 38.55	250m:	3:03.75 43.33	350m:	4:22.26 34.27		
	100m:	1:04.03 34.53	200m:	2:20.42 37.84	300m:	3:47.99 44.24	400m:	4:55.43 33.17		
3.	SZCZEPANIŁ Szymon		03	KP SOKÓŁ Rzeszów				5:04.34	459	
	50m:	32.09 32.09	150m:	1:50.26 39.23	250m:	3:12.13 41.52	350m:	4:30.99 35.35		
	100m:	1:11.03 38.94	200m:	2:30.61 40.35	300m:	3:55.64 43.51	400m:	5:04.34 33.35		
4.	PUZIO Michał		03	PIRANIE SOSiR Nowa D.				5:19.64	396	
	50m:	31.46 31.46	150m:	1:50.87 40.95	250m:	3:15.23 44.53	350m:	4:42.14 39.87		
	100m:	1:09.92 38.46	200m:	2:30.70 39.83	300m:	4:02.27 47.04	400m:	5:19.64 37.50		
5.	BOROWIECKI Jakub		04	UKS DELFIN Tarnobrzeg				5:20.39	393	
	50m:	35.18 35.18	150m:	1:57.59 41.33	250m:	3:24.48 45.28	350m:	4:44.44 36.08		
	100m:	1:16.26 41.08	200m:	2:39.20 41.61	300m:	4:08.36 43.88	400m:	5:20.39 35.95		