



Letnie Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego
Dębica, 18-19.06.2022

Konkurencja 20
18.06.2022 - 16:29

Mężczyźni, 400m dowolny

12 lat i starsi
Wyniki

Punkty: FINA 2022

Pozycja	Rok ur.	Czas	Pkt.	100m	200m	300m	400m
12 lat							
1. SIWIEC Ksawery	10	5:27.07	304	1:14.66	1:23.13	1:26.13	1:23.15
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:14.66		200m: 2:37.79	300m: 4:03.92	400m: 5:27.07			
2. KRASKA Nikodem	10	5:41.54	267	1:24.61	1:28.13	1:28.01	1:20.79
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:24.61		200m: 2:52.74	300m: 4:20.75	400m: 5:41.54			
3. J DRUSZEWSKI Nikodem	10	5:41.68	267	1:22.89	1:26.52	1:27.78	1:24.49
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:22.89		200m: 2:49.41	300m: 4:17.19	400m: 5:41.68			
4. FTARAS Apostolos	10	5:52.93	242	1:19.80	1:31.01	1:32.82	1:29.30
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:19.80		200m: 2:50.81	300m: 4:23.63	400m: 5:52.93			
5. FEDAK Michał	10	5:55.42	237	1:28.03	1:32.80	1:30.84	1:23.75
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:28.03		200m: 3:00.83	300m: 4:31.67	400m: 5:55.42			
6. GAWLE Olivier	10	6:02.35	224	1:27.24	1:33.79	1:31.68	1:29.64
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:27.24		200m: 3:01.03	300m: 4:32.71	400m: 6:02.35			
7. KOZIOŁ Bartłomiej	10	6:14.85	202	1:24.52	1:37.79	1:38.74	1:33.80
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:24.52		200m: 3:02.31	300m: 4:41.05	400m: 6:14.85			
8. SKAR Y SKI Oliver	10	6:19.44	195	1:31.06	1:38.80	1:38.58	1:31.00
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:31.06		200m: 3:09.86	300m: 4:48.44	400m: 6:19.44			
9. GAJEWSKI Mateusz	10	6:32.11	176	1:28.84	1:40.88	1:43.20	1:39.19
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:28.84		200m: 3:09.72	300m: 4:52.92	400m: 6:32.11			
10. PASIONEK Mikołaj	10	6:34.00	174	1:31.32	1:41.08	1:43.63	1:37.97
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:31.32		200m: 3:12.40	300m: 4:56.03	400m: 6:34.00			

13 lat

1. MAJEWSKI Igor	09	4:41.45	478	1:08.15	1:12.32	1:12.31	1:08.67
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:08.15		200m: 2:20.47	300m: 3:32.78	400m: 4:41.45			
2. TRZNADEL Szymon	09	4:52.34	426	1:08.42	1:15.28	1:16.09	1:12.55
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:08.42		200m: 2:23.70	300m: 3:39.79	400m: 4:52.34			
3. PYKA Jan	09	5:37.48	277	1:21.03	1:29.14	1:29.18	1:18.13
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:21.03		200m: 2:50.17	300m: 4:19.35	400m: 5:37.48			
4. SŁOMA Karol	09	5:45.93	257	1:18.83	1:29.59	1:30.73	1:26.78
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:18.83		200m: 2:48.42	300m: 4:19.15	400m: 5:45.93			
5. SZYMA SKI Konrad	09	6:06.75	216	1:23.00	1:32.42	1:35.98	1:35.35
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:23.00		200m: 2:55.42	300m: 4:31.40	400m: 6:06.75			
6. MIARA Piotr	09	6:11.20	208	1:24.91	1:35.22	1:37.91	1:33.16
50m:		150m:	250m:	350m:			
100m: 1:24.91		200m: 3:00.13	300m: 4:38.04	400m: 6:11.20			



Letnie Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego
Dębica, 18-19.06.2022

Konkurencja 20, Mężczyźni, 400m dowolny

14 lat

1. SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	4:52.16	427	1:08.84	1:14.50	1:15.64	1:13.18
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:08.84		200m: 2:23.34	300m: 3:38.98		400m: 4:52.16			
2. JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	4:55.81	411	1:10.70	1:16.00	1:16.99	1:12.12
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:10.70		200m: 2:26.70	300m: 3:43.69		400m: 4:55.81			
3. MENDYKA Miłosz	08	AZS PWSTE Jarosław	5:17.15	334	1:12.08	1:21.97	1:24.81	1:18.29
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:12.08		200m: 2:34.05	300m: 3:58.86		400m: 5:17.15			
4. LIS Jakub	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:19.53	326	1:17.56	1:22.24	1:23.91	1:15.82
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:17.56		200m: 2:39.80	300m: 4:03.71		400m: 5:19.53			
5. AMBROSZKO Gabriel	08	SP MOTYL MOSiR Stalowa	5:21.61	320	1:16.12	1:22.58	1:23.71	1:19.20
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:16.12		200m: 2:38.70	300m: 4:02.41		400m: 5:21.61			
6. SZKLARZ Ksawier	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	5:33.63	287	1:20.12	1:26.14	1:24.83	1:22.54
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:20.12		200m: 2:46.26	300m: 4:11.09		400m: 5:33.63			
7. PŁAK Przemysław	08	UKS FENIKS Dębica	5:39.76	271	1:15.45	1:27.75	1:30.16	1:26.40
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:15.45		200m: 2:43.20	300m: 4:13.36		400m: 5:39.76			
8. BŁASIAK Nikodem	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	6:10.55	209	1:22.62	1:36.76		
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:22.62		200m: 2:59.38	300m:		400m: 6:10.55			

15 lat i starsi

1. PROCNAL Adam	04	SP MOTYL MOSiR Stalowa	4:27.61	556	1:04.29	1:09.15	1:08.73	1:05.44
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:04.29		200m: 2:13.44	300m: 3:22.17		400m: 4:27.61			
2. WÓJCIK Szczepan	06	UKS FREGATA Kolbuszowa	4:28.89	548	1:04.38	1:09.37	1:09.64	1:05.50
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:04.38		200m: 2:13.75	300m: 3:23.39		400m: 4:28.89			
3. WISTAK Miłosz	06	UKS FENIKS Dębica	4:30.05	541	1:05.48	1:08.99	1:09.22	1:06.36
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:05.48		200m: 2:14.47	300m: 3:23.69		400m: 4:30.05			
4. WÓJCIK Mikołaj	07	UKS FREGATA Kolbuszowa	4:36.32	505	1:06.92	1:11.04	1:10.72	1:07.64
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:06.92		200m: 2:17.96	300m: 3:28.68		400m: 4:36.32			
5. WIŚNIEWSKI Kacper	07	UKS FREGATA Kolbuszowa	4:47.21	449	1:06.08	1:14.83	1:14.35	1:11.95
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:06.08		200m: 2:20.91	300m: 3:35.26		400m: 4:47.21			
6. BIENIA Maciej	04	KP SOKÓŁ Rzeszów	4:56.42	409	1:07.88	1:14.78	1:17.74	1:16.02
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:07.88		200m: 2:22.66	300m: 3:40.40		400m: 4:56.42			
PK STACHURSKI Jerzy	04	UKS G-8 Bielany Warszawa	4:23.12	585	1:02.83	1:08.48	1:08.17	1:03.64
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:02.83		200m: 2:11.31	300m: 3:19.48		400m: 4:23.12			
PK DZIERKACZ Igor	05	UKS G-8 Bielany Warszawa	4:23.37	583	1:03.40	1:07.92	1:07.61	1:04.44
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:03.40		200m: 2:11.32	300m: 3:18.93		400m: 4:23.37			
PK LESIK Oskar	07	UKS G-8 Bielany Warszawa	4:27.58	556	1:05.85	1:08.49	1:08.06	1:05.18
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:05.85		200m: 2:14.34	300m: 3:22.40		400m: 4:27.58			



Letnie Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego
Dębica, 18-19.06.2022

Konkurencja 20, Mężczyźni, 400m dowolny

Pozycja	Rok ur.	Czas	Pkt.	100m	200m	300m	400m
PK STEFA SKI Leon	07	4:28.33	551	1:05.51	1:09.04	1:07.86	1:05.92
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:05.51	200m: 2:14.55	300m: 3:22.41	400m: 4:28.33				
PK TWARÓG Mateusz	08	4:40.47	483	1:05.65	1:13.84	1:13.00	1:07.98
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:05.65	200m: 2:19.49	300m: 3:32.49	400m: 4:40.47				
PK WI NIEWSKI Jakub	07	4:42.70	471	1:10.31	1:12.77	1:12.07	1:07.55
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:10.31	200m: 2:23.08	300m: 3:35.15	400m: 4:42.70				
PK MARYJOWSKI Marcin	09	4:43.05	469	1:06.38	1:14.16	1:13.07	1:09.44
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:06.38	200m: 2:20.54	300m: 3:33.61	400m: 4:43.05				
PK CHMIELEWSKI Franciszek	07	4:43.68	466	1:08.48	1:12.63	1:11.47	1:11.10
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:08.48	200m: 2:21.11	300m: 3:32.58	400m: 4:43.68				
PK TKACHENKO Rodion	08	5:30.87	294	1:17.33	1:26.31	1:27.90	1:19.33
50m:	150m:	250m:	350m:				
100m: 1:17.33	200m: 2:43.64	300m: 4:11.54	400m: 5:30.87				