



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

Medaliści wg konkurencji

Wszystkie konkurencje

1. Dziewcząt, 50m dowolny				12 lat	
1.	CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	29.09	489
2.	KARWAJ Paulina	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	30.92	407
3.	TERESZKIEWICZ Maria	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	31.77	375
1. Dziewcząt, 50m dowolny				13 lat	
1.	URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	29.44	472
2.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	30.81	412
3.	SZCZEPANIK Zuzanna	09	UKS FENIKS Dębica	30.87	409
1. Dziewcząt, 50m dowolny				14 lat	
1.	GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	28.50	520
2.	WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	28.79	505
3.	PAZDYK Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	29.44	472
1. Kobiety, 50m dowolny				15 lat i starsi	
1.	SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	27.31	591
2.	SZCZUDŁO Gabriela	05	UKS FENIKS Dębica	27.66	569
3.	OLEJARNIK Magdalena	07	UKS FENIKS Dębica	27.82	559
2. Chłopców, 50m dowolny				12 lat	
1.	KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	27.68	386
2.	FTARAS Apostolos	10	MKS IKAR Stal Mielec	31.18	270
3.	PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	31.56	260
2. Chłopców, 50m dowolny				13 lat	
1.	BRODYŃSKI Fabian	09	AZS PWSTE Jarosław	25.81	476
2.	RADZIWIŃSKI Mateusz	09	KS Swim2Win Krosno	27.12	410
3.	MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	27.16	408
2. Chłopców, 50m dowolny				14 lat	
1.	OGA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	26.04	464
2.	WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	26.30	450
3.	JASZCZOR Igor	08	KS Swim2Win Krosno	26.62	434
2. Mężczyzn, 50m dowolny				15 lat i starsi	
1.	STACHOWICZ Kamil	05	KS Swim2Win Krosno	24.32	569
2.	HORODYŃSKI Antoni	04	UKS FENIKS Dębica	24.38	565
3.	GRABOWSKI Maksymilian	07	UKS HETMAN Tarnobrzeg	24.69	544



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

3. Dziewcząt, 50m klasyczny				12 lat	
1.	CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	38.18	418
2.	TERESZKIEWICZ Maria	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	39.29	384
3.	MALINOWSKA Laura	10	UKS FENIKS Dębica	40.77	343
3. Dziewcząt, 50m klasyczny				13 lat	
1.	SZCZEPANIK Zuzanna	09	UKS FENIKS Dębica	36.86	465
2.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	38.39	411
3.	CZELUŃ NIAK Emilia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	38.88	396
3. Dziewcząt, 50m klasyczny				14 lat	
1.	MIŁOŚĆ SIK Jagoda	08	KS Swim2Win Krosno	36.92	462
2.	GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	37.05	458
3.	POKRZYWA Julia	08	KS Swim2Win Krosno	38.12	420
3. Kobiet, 50m klasyczny				15 lat i starsi	
1.	SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	33.87	599
2.	GAWĘŁ Izabela	07	UKS FENIKS Dębica	34.15	584
3.	ROWIŃSKA Patrycja	06	UKS FENIKS Dębica	37.35	447
4. Chłopców, 50m klasyczny				12 lat	
1.	GERGASZ Błażej	10	Akademia Aqua Sport	36.91	308
2.	KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	37.47	295
3.	PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	38.23	277
4. Chłopców, 50m klasyczny				13 lat	
1.	STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	34.06	393
2.	RADZIWIŃSKI Mateusz	09	KS Swim2Win Krosno	34.09	392
3.	SŁOMA Karol	09	KP ORLIK Przeworsk	37.23	300
4. Chłopców, 50m klasyczny				14 lat	
1.	GINALSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	30.12	568
2.	WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	30.24	561
3.	OGA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	34.82	367
4. Mężczyzn, 50m klasyczny				15 lat i starsi	
1.	LECHOWICZ Filip	97	UKS FENIKS Dębica	28.88	644
2.	BACHLAJ Dorian	99	UKS FENIKS Dębica	29.60	598
3.	WILK Mikołaj	07	MKS IKAR Stal Mielec	30.57	543
5. Dziewcząt, 100m motylkowy				12 lat	
1.	CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:13.76	405
2.	IGNAC Kornelia	10	UKP GRYF Dębica	1:26.25	253
3.	FURDAK Liliana	10	KS PRESTIGE Rzeszów	1:30.61	218



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

5. Dziewcząt, 100m motylkowy 13 lat

1. GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	1:13.97	401
2. URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	1:16.79	359
3. PASAMAN Julia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:18.01	342

5. Dziewcząt, 100m motylkowy 14 lat

1. ZYGMUNT Zuzanna	08	UKS FENIKS Dębica	1:15.78	373
2. FRANCZYK Oliwia	08	MUKP FALA Ropczyce	1:24.54	269
3. KOJDER Jagoda	08	KP ORLIK Przeworsk	1:30.52	219

5. Kobiety, 100m motylkowy 15 lat i starsi

1. TROJNACKA Oliwia	05	MKS IKAR Stal Mielec	1:06.27	558
2. BANASZKIEWICZ Julia	06	UKS FENIKS Dębica	1:11.75	440
3. PAWEŁEK Zuzanna	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:11.82	439

6. Chłopców, 100m motylkowy 12 lat

1. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:13.36	276
2. MUCIEK Szymon	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:28.67	156
3. MUCIEK Hubert	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:30.10	149

6. Chłopców, 100m motylkowy 13 lat

1. BRODYŃSKI Fabian	09	AZS PWSTE Jarosław	1:04.41	408
2. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:05.55	387
3. SŁOMA Karol	09	KP ORLIK Przeworsk	1:09.94	318

6. Chłopców, 100m motylkowy 14 lat

1. JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	1:06.30	374
2. SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	1:08.03	346
3. KOPEĆ Maciej	08	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:15.60	252

6. Mężczyźni, 100m motylkowy 15 lat i starsi

1. NIEZNAŃSKI Michał	06	UKS FENIKS Dębica	58.02	558
2. LECHOWICZ Filip	97	UKS FENIKS Dębica	58.72	538
3. WILCZEK Kacper	07	UKS FREGATA Kolbuszowa	59.35	521

7. Dziewcząt, 200m dowolny 12 lat

1. MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	2:34.29	365
2. KARWAJ Paulina	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	2:34.52	363
3. BARTNIK Weronika	10	BŁYSK Jarosław	2:42.19	314

7. Dziewcząt, 200m dowolny 13 lat

1. DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:26.77	424
2. LATAWIEC Paulina	09	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:35.46	357
3. PASAMAN Julia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:40.10	327



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dziewcząt, 19-20.11.2022

7. Dziewcząt, 200m dowolny 14 lat

1. BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	2:18.12	509
2. WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:23.31	456
3. PAZDYK Martyna	08	UKS FENIKS D bica	2:25.09	439

7. Kobiet, 200m dowolny 15 lat i starsi

1. SZOPA Natalia	07	UKP GRYF D bica	2:09.82	613
2. STACHOWICZ Ilona	05	KS Swim2Win Krosno	2:15.91	534
3. TROJNACKA Oliwia	05	MKS IKAR Stal Mielec	2:19.35	496

8. Chłopców, 200m dowolny 12 lat

1. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa D bica	2:24.84	322
2. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa D bica	2:26.63	311
3. SPANDLOWSKI Oliwier	10	MKS IKAR Stal Mielec	2:33.53	271

8. Chłopców, 200m dowolny 13 lat

1. MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	2:07.03	478
2. RODZYNSKYI Mykhaila	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:15.25	396
3. MALEC Maciej	09	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	2:22.50	339

8. Chłopców, 200m dowolny 14 lat

1. OGAGA Ignacy	08	UKS FENIKS D bica	2:09.48	452
2. JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	2:10.28	443
3. SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	2:13.64	411

8. Mężczyzn, 200m dowolny 15 lat i starsi

1. CHOLEWA Wojciech	06	UKS FENIKS D bica	1:57.27	608
2. NIEZNAJSKI Michał	06	UKS FENIKS D bica	1:59.93	568
3. PROCNAL Adam	04	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:00.20	565

9. Dziewcząt, 200m grzbietowy 12 lat

1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:43.51	384
2. MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	2:49.09	348
3. CZENCZEK Emilia	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:58.41	296

9. Dziewcząt, 200m grzbietowy 13 lat

1. GOSKA Paulina	09	MKS IKAR Stal Mielec	2:39.19	417
2. FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	2:43.09	387
3. CZELUŃNIAK Emilia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:53.07	324

9. Dziewcząt, 200m grzbietowy 14 lat

1. BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	2:30.43	494
2. ZYGMUNT Zuzanna	08	UKS FENIKS D bica	2:41.96	396
3. CWYNAR Natalia	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:44.82	375



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

9. Kobiet, 200m grzbietowy				15 lat i starsi	
1.	CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:22.34	583
2.	KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	2:25.55	545
3.	MALEC Wiktoria	03	MKS IKAR Stal Mielec	2:28.24	516
10. Chłopców, 200m grzbietowy				12 lat	
1.	SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	2:47.85	249
2.	SYGUT Jakub	10	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	2:53.47	225
3.	WOJTAK Dawid	10	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:55.91	216
10. Chłopców, 200m grzbietowy				13 lat	
1.	STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	2:21.77	413
2.	TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:21.83	413
3.	RODZYNSKYI Mykhaila	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:27.42	367
10. Chłopców, 200m grzbietowy				14 lat	
1.	KANTY Dawid	08	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:23.87	395
2.	MENDYKA Miłosz	08	AZS PWSTE Jarosław	2:33.93	323
3.	KOPE Maciej	08	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	2:42.92	272
10. Mężczyzn, 200m grzbietowy				15 lat i starsi	
1.	CHOMA Maksym	06	UKS FENIKS Dębica	2:10.10	535
2.	NOWAK Maksym	06	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:11.93	513
3.	OCHALIK Adrian	07	MKS IKAR Stal Mielec	2:13.01	500
11. Dziewcząt, 400m zmienny				13 lat	
1.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:48.13	411
2.	GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	5:51.38	400
3.	FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	5:59.99	372
11. Dziewcząt, 400m zmienny				14 lat	
1.	GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	5:20.14	529
2.	CWYNAR Natalia	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	6:07.06	351
3.	GŁOGOWSKA Zuzanna	08	MKS IKAR Stal Mielec	6:16.85	324
11. Kobiet, 400m zmienny				15 lat i starsi	
1.	CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:22.14	519
2.	KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	5:23.52	512
3.	PAWEŁEK Zuzanna	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:38.60	447
12. Chłopców, 400m zmienny				13 lat	
1.	MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	5:08.64	440
2.	TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:42.27	322
3.	SZYMAŃSKI Konrad	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	6:22.70	230



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

12. Chłopców, 400m zmienny					14 lat
1. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:18.46	400	
2. MARKOWSKI Piotr	08	MKS IKAR Stal Mielec	5:38.42	334	
12. Mężczyzn, 400m zmienny					15 lat i starsi
1. JARZĘBIAK Tymoteusz	06	UKS FENIKS Dębica	4:42.48	574	
2. WILK Mikołaj	07	MKS IKAR Stal Mielec	4:47.75	543	
3. WÓJCIK Szczepan	06	UKS FREGATA Kolbuszowa	4:55.79	500	
13. Kobiet, 4 x 50m zmienny					Open
1. UKS FENIKS Dębica 1		UKS FENIKS Dębica	2:02.22	587	
2. KP SOKÓŁ Rzeszów 1		KP SOKÓŁ Rzeszów	2:09.84	490	
3. MKS IKAR Stal Mielec 1		MKS IKAR Stal Mielec	2:12.95	456	
14. Mężczyzn, 4 x 50m zmienny					Open
1. UKS FENIKS Dębica 2		UKS FENIKS Dębica	1:48.37	575	
2. UKS FENIKS Dębica 1		UKS FENIKS Dębica	1:49.16	563	
3. MKS IKAR Stal Mielec 1		MKS IKAR Stal Mielec	1:53.20	504	
15. Dziewcząt, 50m motylkowy					12 lat
1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	31.94	444	
2. TERESZKIEWICZ Maria	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	35.46	325	
3. KARWAJ Paulina	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	38.40	255	
15. Dziewcząt, 50m motylkowy					13 lat
1. GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	32.42	425	
2. URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	32.45	424	
3. PASAMAN Julia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	33.35	390	
15. Dziewcząt, 50m motylkowy					14 lat
1. MIKULSIK Jagoda	08	KS Swim2Win Krosno	32.52	421	
2. ZYGMUNT Zuzanna	08	UKS FENIKS Dębica	33.35	390	
3. WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	33.63	380	
15. Kobiet, 50m motylkowy					15 lat i starsi
1. OLEJARNIK Magdalena	07	UKS FENIKS Dębica	29.68	554	
2. TROJNACKA Oliwia	05	MKS IKAR Stal Mielec	29.80	547	
3. SZCZUDŁO Gabriela	05	UKS FENIKS Dębica	29.88	543	
16. Chłopców, 50m motylkowy					12 lat
1. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	32.08	311	
2. SPANDŁOWSKI Oliwier	10	MKS IKAR Stal Mielec	36.35	214	
3. PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	36.67	208	



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

16. Chłopców, 50m motylkowy 13 lat

1. BRO YNIAK Fabian	09	AZS PWSTE Jarosław	28.89	426
2. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	29.87	386
3. SŁOMA Karol	09	KP ORLIK Przeworsk	30.07	378

16. Chłopców, 50m motylkowy 14 lat

1. GINALSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	28.82	429
2. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	29.20	413
3. JASZCZOR Igor	08	KS Swim2Win Krosno	29.39	405

16. Mężczyzn, 50m motylkowy 15 lat i starsi

1. NIEZNA SKI Michał	06	UKS FENIKS Dębica	25.89	592
2. STACHOWICZ Kamil	05	KS Swim2Win Krosno	26.60	546
3. GRABOWSKI Maksymilian	07	UKS HETMAN Tarnobrzeg	27.43	498

17. Dziewcząt, 50m grzbietowy 12 lat

1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	34.83	381
2. CZENCZEK Emilia	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	36.50	331
3. MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	36.94	320

17. Dziewcząt, 50m grzbietowy 13 lat

1. URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	31.77	503
2. FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	35.10	373
3. DRZYSTEK Milena	09	KP ORLIK Przeworsk	35.25	368

17. Dziewcząt, 50m grzbietowy 14 lat

1. BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	33.65	423
2. RAMSKA Milena	08	Akademia Aqua Sport	34.61	389
3. CWYNAR Natalia	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	34.67	387

17. Kobiet, 50m grzbietowy 15 lat i starsi

1. CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	30.72	556
2. KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	31.47	517
3. STACHOWICZ Ilona	05	KS Swim2Win Krosno	32.72	460

18. Chłopców, 50m grzbietowy 12 lat

1. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	33.35	295
2. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	34.44	268
3. FEDAK Michał	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	36.79	220

18. Chłopców, 50m grzbietowy 13 lat

1. STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	29.63	421
2. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	30.18	399
3. RADZIWI SKI Mateusz	09	KS Swim2Win Krosno	31.11	364



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

18. Chłopców, 50m grzbietowy 14 lat

1.	JASZCZOR Igor	08	KS Swim2Win Krosno	30.09	402
2.	KANTY Dawid	08	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	30.84	374
3.	GINALSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	31.08	365

18. Mężczyzn, 50m grzbietowy 15 lat i starsi

1.	CHOMA Maksym	06	UKS FENIKS Dębica	27.56	524
2.	NIEZNA SKI Michał	06	UKS FENIKS Dębica	27.77	512
3.	NOWAK Maksym	06	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	28.04	497

19. Dziewcząt, 400m dowolny 12 lat

1.	MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	5:19.69	391
2.	BARTNIK Weronika	10	BŁYSK Jarosław	5:50.17	298
3.	W GRZYN Emilia	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:54.59	287

19. Dziewcząt, 400m dowolny 13 lat

1.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	5:13.77	414
2.	GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	5:19.05	394
3.	LATAWIEC Paulina	09	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	5:30.19	355

19. Dziewcząt, 400m dowolny 14 lat

1.	GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	4:42.85	565
2.	BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	4:49.39	528
3.	SŁABIK Nadia	08	KS Swim2Win Krosno	5:13.97	413

19. Kobiet, 400m dowolny 15 lat i starsi

1.	SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	4:33.03	628
2.	TROJNACKA Oliwia	05	MKS IKAR Stal Mielec	4:46.51	544
3.	STACHOWICZ Ilona	05	KS Swim2Win Krosno	4:50.50	522

20. Chłopców, 400m dowolny 12 lat

1.	SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	5:16.20	302
2.	FTARAS Apostolos	10	MKS IKAR Stal Mielec	5:21.16	288
3.	J DRUSZEWSKI Nikodem	10	UKS FREGATA Kolbuszowa	5:30.87	263

20. Chłopców, 400m dowolny 13 lat

1.	MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	4:24.84	514
2.	TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	4:42.25	425
3.	MALEC Maciej	09	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	4:58.63	359

20. Chłopców, 400m dowolny 14 lat

1.	JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	4:39.26	439
2.	SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	4:45.09	412
3.	O GA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	4:45.26	411



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Długość, 19-20.11.2022

20. Mężczyźni, 400m dowolny					15 lat i starsi
1. CHOLEWA Wojciech	06	UKS FENIKS Długość	4:10.70	606	
2. WISTAK Miłosz	06	UKS FENIKS Długość	4:16.93	563	
3. WÓJCIK Szczepan	06	UKS FREGATA Kolbuszowa	4:20.61	540	
21. Dziewcząt, 100m klasyczny					12 lat
1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:25.12	393	
2. MALINOWSKA Laura	10	UKS FENIKS Długość	1:28.87	345	
3. TERESZKIEWICZ Maria	10	PIRANIE SOSiR Nowa Długość	1:32.45	306	
21. Dziewcząt, 100m klasyczny					13 lat
1. SZCZEPANIK Zuzanna	09	UKS FENIKS Długość	1:23.94	410	
2. FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	1:24.50	401	
3. DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:25.10	393	
21. Dziewcząt, 100m klasyczny					14 lat
1. MIŁOŚĆ Jagoda	08	KS Swim2Win Krosno	1:22.99	424	
2. RYBAK Blanka	08	UKP GRYF Długość	1:24.32	404	
3. POKRZYWA Julia	08	KS Swim2Win Krosno	1:24.98	395	
21. Kobiety, 100m klasyczny					15 lat i starsi
1. GAWEŁ Izabela	07	UKS FENIKS Długość	1:16.39	544	
2. ROWIŃSKA Patrycja	06	UKS FENIKS Długość	1:19.83	476	
3. LEWONOWSKA Karina	06	AZS PWSTE Jarosław	1:25.98	381	
22. Chłopców, 100m klasyczny					12 lat
1. GERGAŚ Błażej	10	Akademia Aqua Sport	1:21.97	306	
2. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Długość	1:23.12	294	
3. PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	1:26.91	257	
22. Chłopców, 100m klasyczny					13 lat
1. STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	1:15.47	392	
2. SŁOMA Karol	09	KP ORLIK Przeworsk	1:19.62	334	
3. PLEBAN Miłosz	09	Akademia Aqua Sport	1:32.76	211	
22. Chłopców, 100m klasyczny					14 lat
1. GINAŁSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	1:06.71	569	
2. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:07.90	539	
3. MARKOWSKI Piotr	08	MKS IKAR Stal Mielec	1:20.14	328	
22. Mężczyźni, 100m klasyczny					15 lat i starsi
1. LECHOWICZ Filip	97	UKS FENIKS Długość	1:02.78	682	
2. WILK Mikołaj	07	MKS IKAR Stal Mielec	1:05.55	599	
3. GUZIK Mikołaj	06	UKS FENIKS Długość	1:06.39	577	



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

23. Dziewcząt, 200m zmienny					12 lat
1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:41.90	426	
2. KARWAJ Paulina	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	3:08.93	268	
3. IGNAC Kornelia	10	UKP GRYF Dębica	3:09.71	265	
23. Dziewcząt, 200m zmienny					13 lat
1. GOSKA Paulina	09	MKS IKAR Stal Mielec	2:46.56	391	
2. CZELUŃ NIAK Emilia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:56.40	329	
3. SZMYD Karolina	09	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	2:58.03	320	
23. Dziewcząt, 200m zmienny					14 lat
1. GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	2:33.67	498	
2. WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:46.69	390	
3. PAZDYK Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	2:47.24	386	
23. Kobiet, 200m zmienny					15 lat i starsi
1. CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:27.33	565	
2. KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	2:30.85	527	
3. SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	2:33.13	503	
24. Chłopców, 200m zmienny					12 lat
1. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	2:42.83	305	
2. SPANDŁOWSKI Oliwier	10	MKS IKAR Stal Mielec	2:50.71	264	
3. FTARAS Apostolos	10	MKS IKAR Stal Mielec	2:50.80	264	
24. Chłopców, 200m zmienny					13 lat
1. MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	2:25.33	429	
2. STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	2:29.44	394	
3. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:31.69	377	
24. Chłopców, 200m zmienny					14 lat
1. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:26.76	416	
2. MENDYKA Miłosz	08	AZS PWSTE Jarosław	2:34.35	358	
3. MARKOWSKI Piotr	08	MKS IKAR Stal Mielec	2:34.40	357	
24. Mężczyzn, 200m zmienny					15 lat i starsi
1. JARZĄB Tymoteusz	06	UKS FENIKS Dębica	2:11.16	583	
2. PROCNAL Adam	04	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:13.11	558	
3. WILK Mikołaj	07	MKS IKAR Stal Mielec	2:13.98	547	
25. Kobiet, 4 x 100m dowolny					Open
1. UKS FENIKS Dębica 1		UKS FENIKS Dębica	4:12.02	550	
2. KP SOKÓŁ Rzeszów 1		KP SOKÓŁ Rzeszów	4:18.39	510	
3. MKS IKAR Stal Mielec 1		MKS IKAR Stal Mielec	4:23.01	484	



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dziewcząt, 19-20.11.2022

26. Mężczyźni, 4 x 100m dowolny					Open
1. UKS FENIKS Dziewcząt 2		UKS FENIKS Dziewcząt	3:38.41	588	
2. UKS FENIKS Dziewcząt 4		UKS FENIKS Dziewcząt	3:47.71	519	
3. UKS FREGATA Kolbuszowa 1		UKS FREGATA Kolbuszowa	3:51.18	496	
27. Dziewcząt, 200m motylkowy					12 lat
1. FURDAK Liliana	10	KS PRESTIGE Rzeszów	3:31.56	180	
2. PIETNIAK Zuzanna	10	BŁYSK Jarosław	3:46.09	148	
27. Dziewcząt, 200m motylkowy					13 lat
1. GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	2:53.77	326	
2. PASAMAN Julia	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:59.44	296	
3. KARABANOWSKA Maja	09	KS PRESTIGE Rzeszów	3:45.49	149	
27. Dziewcząt, 200m motylkowy					14 lat
1. GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dziewcząt	2:48.63	356	
2. KOJDER Jagoda	08	KP ORLIK Przeworsk	3:32.63	178	
27. Kobiety, 200m motylkowy					15 lat i starsi
1. TROJNACKA Oliwia	05	MKS IKAR Stal Mielec	2:27.02	538	
2. BANASZKIEWICZ Julia	06	UKS FENIKS Dziewcząt	2:37.12	441	
3. PAWEŁEK Zuzanna	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:46.98	367	
28. Chłopców, 200m motylkowy					12 lat
1. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębina	3:06.68	194	
2. PEŁKA Kacper	10	UKS DELFIN Tarnobrzeg	3:25.16	146	
3. DOMINO Julian	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	3:26.33	144	
28. Chłopców, 200m motylkowy					13 lat
1. BRODNY Fabian	09	AZS PWSTE Jarosław	2:18.77	474	
2. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:41.63	300	
28. Chłopców, 200m motylkowy					14 lat
1. JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	2:28.67	385	
2. SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tarnobrzeg	2:33.66	349	
3. PIETNIAK Franciszek	08	BŁYSK Jarosław	3:25.64	145	
28. Mężczyźni, 200m motylkowy					15 lat i starsi
1. CHOLEWA Wojciech	06	UKS FENIKS Dziewcząt	2:12.31	547	
2. PROCNAL Adam	04	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	2:12.34	547	
3. WÓJCIK Mikołaj	07	UKS FREGATA Kolbuszowa	2:16.65	496	



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

29. Dziewcząt, 100m dowolny					12 lat
1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:05.55	450	
2. KARWAJ Paulina	10	UKS SP AQUARIUS Lesko	1:09.81	372	
3. MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:10.02	369	
29. Dziewcząt, 100m dowolny					13 lat
1. DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:08.59	393	
2. GOSKA Paulina	09	MKS IKAR Stal Mielec	1:08.74	390	
3. KOZAK Agata	09	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	1:10.16	367	
29. Dziewcząt, 100m dowolny					14 lat
1. WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:03.59	493	
2. BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	1:05.16	458	
3. PAZDYK Martyna	08	UKS FENIKS Dębica	1:05.84	444	
29. Kobiet, 100m dowolny					15 lat i starsi
1. SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	59.46	603	
2. CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:01.03	558	
3. SZCZUDŁO Gabriela	05	UKS FENIKS Dębica	1:01.08	556	
30. Chłopców, 100m dowolny					12 lat
1. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:01.43	388	
2. SPANDLOWSKI Oliwier	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:08.28	283	
3. PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	1:09.75	265	
30. Chłopców, 100m dowolny					13 lat
1. BRODYŃSKI Fabian	09	AZS PWSTE Jarosław	57.57	472	
2. MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	58.63	447	
3. RODZYNSKYI Mykhaila	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:00.24	412	
30. Chłopców, 100m dowolny					14 lat
1. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	59.01	438	
2. OGÓRA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	59.19	434	
3. JAWORSKI Krzysztof	08	Akademia Aqua Sport	59.32	431	
30. Mężczyzn, 100m dowolny					15 lat i starsi
1. LECHOWICZ Filip	97	UKS FENIKS Dębica	53.71	581	
2. HORODYŃSKI Antoni	04	UKS FENIKS Dębica	53.80	578	
3. STACHOWICZ Kamil	05	KS Swim2Win Krosno	54.63	552	
31. Dziewcząt, 100m grzbietowy					12 lat
1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:15.55	383	
2. CZENCZEK Emilia	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:18.72	339	
3. MALEC Matylda	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:20.49	317	



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

31. Dziewcząt, 100m grzbietowy 13 lat

1. URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	1:09.18	499
2. GOSKA Paulina	09	MKS IKAR Stal Mielec	1:14.73	396
3. FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	1:15.33	386

31. Dziewcząt, 100m grzbietowy 14 lat

1. RAMSKA Milena	08	Akademia Aqua Sport	1:13.61	414
2. CWYNAR Natalia	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:14.67	397
3. OBŁÓJ Zuzanna	08	KS Swim2Win Krosno	1:17.23	359

31. Kobiety, 100m grzbietowy 15 lat i starsi

1. CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:06.14	571
2. KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	1:06.64	558
3. STACHOWICZ Ilona	05	KS Swim2Win Krosno	1:10.15	479

32. Chłopców, 100m grzbietowy 12 lat

1. KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:14.38	274
2. SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:16.57	251
3. SYGUT Jakub	10	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	1:20.79	214

32. Chłopców, 100m grzbietowy 13 lat

1. STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	1:04.93	412
2. TRZNADEL Szymon	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:05.15	408
3. RODZYNSKYI Mykhaila	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:08.56	350

32. Chłopców, 100m grzbietowy 14 lat

1. KANTY Dawid	08	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	1:06.21	388
2. BŁAJDA Aleks	08	AZS PWSTE Jarosław	1:09.24	340
3. PAZDRO Antoni	08	MKS IKAR Stal Mielec	1:09.54	335

32. Mężczyźni, 100m grzbietowy 15 lat i starsi

1. CHOMA Maksym	06	UKS FENIKS Dębica	59.13	546
2. OCHALIK Adrian	07	MKS IKAR Stal Mielec	1:00.10	520
3. NOWAK Maksym	06	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	1:00.11	519

33. Dziewcząt, 200m klasyczny 12 lat

1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	3:04.28	389
2. WIŚNIEWSKA Ewa	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	3:17.09	318
3. PALE Milena	10	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	3:17.54	316

33. Dziewcząt, 200m klasyczny 13 lat

1. FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec	3:00.88	411
2. DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	3:02.19	402
3. SZMYD Karolina	09	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne	3:08.84	361



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dziewcząt, 19-20.11.2022

33. Dziewcząt, 200m klasyczny 14 lat

1. RANY Blanka	08	UKP GRYF Dżica	3:01.47	407
2. POKRZYWA Julia	08	KS Swim2Win Krosno	3:05.33	382
3. ZOŁOTAR Hanna	08	UKS FENIKS Dżica	3:16.79	319

33. Kobiąt, 200m klasyczny 15 lat i starsi

1. GAWĘŁ Izabela	07	UKS FENIKS Dżica	2:45.40	538
2. ROWI SKA Patrycja	06	UKS FENIKS Dżica	2:53.04	470
3. LIPI SKA Julia	07	UKS FENIKS Dżica	2:57.98	432

34. Chłopców, 200m klasyczny 12 lat

1. GERGASZ Błażej	10	Akademia Aqua Sport	3:06.81	266
2. FTARAS Apostolos	10	MKS IKAR Stal Mielec	3:08.43	259
3. PAWELEC Sebastian	10	KS Swim2Win Krosno	3:12.59	242

34. Chłopców, 200m klasyczny 13 lat

1. SŁOMA Karol	09	KP ORLIK Przeworsk	2:52.95	335
2. PLEBAN Miłosz	09	Akademia Aqua Sport	3:13.63	238
3. BAJER Nikodem	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	3:14.43	236

34. Chłopców, 200m klasyczny 14 lat

1. GINALSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	2:31.78	496
2. WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	2:40.91	416
3. MARKOWSKI Piotr	08	MKS IKAR Stal Mielec	2:50.78	348

34. Mężczyzn, 200m klasyczny 15 lat i starsi

1. WILK Mikołaj	07	MKS IKAR Stal Mielec	2:22.47	599
2. GUZIK Mikołaj	06	UKS FENIKS Dżica	2:26.43	552
3. SZCZUDŁO Przemysław	04	UKS FENIKS Dżica	2:27.40	541

35. Dziewcząt, 100m zmienny 12 lat

1. CYRAN Weronika	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:14.28	440
2. TERESZKIEWICZ Maria	10	PIRANIE SOSIR Nowa Dżiba	1:21.94	328
3. CZENCZEK Emilia	10	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:24.75	296

35. Dziewcząt, 100m zmienny 13 lat

1. URBANEK Zuzanna	09	MUKP FALA Ropczyce	1:14.91	429
2. DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:17.17	392
3. GOSIŃSKA Paulina	09	MKS IKAR Stal Mielec	1:17.62	385

35. Dziewcząt, 100m zmienny 14 lat

1. GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS Dżica	1:11.14	501
2. MIŁCZAK Jagoda	08	KS Swim2Win Krosno	1:12.04	482
3. WACŁAW Maja	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:16.19	408



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

35. Kobiety, 100m zmienny				15 lat i starsi
1.	SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	1:07.44 588
2.	CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:09.49 537
3.	KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS Dębica	1:10.64 511
36. Chłopców, 100m zmienny				12 lat
1.	KRASOWSKI Jan	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:12.68 311
2.	SIWIEC Ksawery	10	PIRANIE SOSiR Nowa Dębica	1:15.71 275
3.	SPANDLOWSKI Oliwier	10	MKS IKAR Stal Mielec	1:18.97 243
36. Chłopców, 100m zmienny				13 lat
1.	STROJEK Tymoteusz	09	KS Swim2Win Krosno	1:08.31 375
2.	RADZIWIŃSKI Mateusz	09	KS Swim2Win Krosno	1:09.28 359
3.	RODZYNSKYI Mykhaila	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:10.27 344
36. Chłopców, 100m zmienny				14 lat
1.	GINALSKI Paweł	08	KS Swim2Win Krosno	1:04.62 443
2.	WÓJCIK Antoni	08	KP SOKÓŁ Rzeszów	1:05.01 435
3.	OGA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	1:08.66 369
36. Mężczyźni, 100m zmienny				15 lat i starsi
1.	LECHOWICZ Filip	97	UKS FENIKS Dębica	58.50 597
2.	JARZĘB Tymoteusz	06	UKS FENIKS Dębica	1:01.16 523
3.	PROCNAL Adam	04	SP MOTYL MOSiR Stalowa Wola	1:02.03 501
37. Dziewcząt, 800m dowolny				13 lat
1.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów	10:44.27 411
2.	GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa	11:04.00 376
3.	MATUŁA Alicja	09	KS PRESTIGE Rzeszów	13:08.90 224
37. Dziewcząt, 800m dowolny				14 lat
1.	BEREZAK Milena	08	MKS IKAR Stal Mielec	9:54.30 524
2.	SŁABIK Nadia	08	KS Swim2Win Krosno	10:49.81 401
3.	GŁOGOWSKA Zuzanna	08	MKS IKAR Stal Mielec	11:08.50 368
37. Kobiety, 800m dowolny				15 lat i starsi
1.	SZOPA Natalia	07	UKP GRYF Dębica	9:40.09 564
2.	STACHOWICZ Ilona	05	KS Swim2Win Krosno	10:07.16 492
3.	PAWEŁEK Zuzanna	06	KP SOKÓŁ Rzeszów	10:28.25 444
38. Chłopców, 1500m dowolny				13 lat
1.	MAJEWSKI Igor	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	17:41.05 508
2.	SZYMAŃSKI Konrad	09	UKS DELFIN Tarnobrzeg	21:27.61 284
3.	MIARA Piotr	09	KP ORLIK Przeworsk	23:20.76 220



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
Dębica, 19-20.11.2022

38. Chłopców, 1500m dowolny				14 lat	
1.	SKWARA Bartłomiej	08	UKS DELFIN Tamobrzeg	19:13.56	395
2.	SZKLARZ Ksawier	08	UKS DELFIN Tamobrzeg	19:31.31	377
3.	O GA Ignacy	08	UKS FENIKS Dębica	19:33.12	376
38. Mężczyzn, 1500m dowolny				15 lat i starsi	
1.	JARZ B Tymoteusz	06	UKS FENIKS Dębica	17:06.33	561
2.	WÓJCIK Szczepan	06	UKS FREGATA Kolbuszowa	17:25.33	531
3.	WISTAK Miłosz	06	UKS FENIKS Dębica	17:31.42	522
39. Kobiety, 4 x 100m zmienny				Open	
1.	UKS FENIKS Dębica 1		UKS FENIKS Dębica	4:30.05	574
2.	KP SOKÓŁ Rzeszów 1		KP SOKÓŁ Rzeszów	4:44.71	490
3.	UKS FENIKS Dębica 2		UKS FENIKS Dębica	4:54.00	445
40. Mężczyzn, 4 x 100m zmienny				Open	
1.	UKS FENIKS Dębica 2		UKS FENIKS Dębica	4:03.28	548
2.	UKS FENIKS Dębica 1		UKS FENIKS Dębica	4:05.81	531
3.	MKS IKAR Stal Mielec 1		MKS IKAR Stal Mielec	4:07.03	524