



Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2022 w pływaniu
D bica, 19- - 20-11-2022

Konkurencja 11
2022-11-19 - 12:36

Kobiet, 400m zmienny

13 lat i starsi
Wyniki

Punkty: FINA 2022

Pozycja		Rok ur.						Czas	Pkt.
13 lat									
1.	DOMAGAŁA Katarzyna	09	KP SOKÓŁ Rzeszów					5:48.13	411
	50m: 37.71 37.71	150m: 2:06.59	45.95	250m: 3:37.95	45.82	350m: 5:08.69		42.51	
	100m: 1:20.64 42.93	200m: 2:52.13	45.54	300m: 4:26.18	48.23	400m: 5:48.13		39.44	
2.	GROCHAŁA Nikola	09	UKS FREGATA Kolbuszowa					5:51.38	400
	50m: 34.81 34.81	150m: 2:03.50	48.28	250m: 3:39.26	49.93	350m: 5:10.67		40.95	
	100m: 1:15.22 40.41	200m: 2:49.33	45.83	300m: 4:29.72	50.46	400m: 5:51.38		40.71	
3.	FTARA Maja	09	MKS IKAR Stal Mielec					5:59.99	372
	50m: 37.36 37.36	150m: 2:11.99	46.20	250m: 3:45.40	48.43	350m: 5:18.70		42.48	
	100m: 1:25.79 48.43	200m: 2:56.97	44.98	300m: 4:36.22	50.82	400m: 5:59.99		41.29	
4.	SZMYD Karolina	09	UKS DELFINEK Ustrzyki Dolne					6:09.31	344
	50m: 43.69 43.69	150m: 2:21.83	46.73	250m: 3:55.39	48.01	350m: 5:27.88		42.89	
	100m: 1:35.10 51.41	200m: 3:07.38	45.55	300m: 4:44.99	49.60	400m: 6:09.31		41.43	
14 lat									
1.	GAJDA Martyna	08	UKS FENIKS D bica					5:20.14	529
	50m: 36.26 36.26	150m: 1:57.68	40.86	250m: 3:24.53	46.23	350m: 4:44.63		35.49	
	100m: 1:16.82 40.56	200m: 2:38.30	40.62	300m: 4:09.14	44.61	400m: 5:20.14		35.51	
2.	CWYNAR Natalia	08	KP SOKÓŁ Rzeszów					6:07.06	351
	50m: 41.03 41.03	150m: 2:14.84	45.69	250m: 3:50.66	51.17	350m: 5:25.92		43.65	
	100m: 1:29.15 48.12	200m: 2:59.49	44.65	300m: 4:42.27	51.61	400m: 6:07.06		41.14	
3.	GŁOGOWSKA Zuzanna	08	MKS IKAR Stal Mielec					6:16.85	324
	50m: 38.24 38.24	150m: 2:12.76	49.50	250m: 3:53.75	52.97	350m: 5:34.49		45.06	
	100m: 1:23.26 45.02	200m: 3:00.78	48.02	300m: 4:49.43	55.68	400m: 6:16.85		42.36	
15 lat i starsi									
1.	CYRAN Julia	06	KP SOKÓŁ Rzeszów					5:22.14	519
	50m: 36.12 36.12	150m: 1:54.94	39.05	250m: 3:20.32	45.96	350m: 4:44.96		36.54	
	100m: 1:15.89 39.77	200m: 2:34.36	39.42	300m: 4:08.42	48.10	400m: 5:22.14		37.18	
2.	KOZIOŁ Gabriela	07	UKS FENIKS D bica					5:23.52	512
	50m: 33.66 33.66	150m: 1:54.84	41.08	250m: 3:20.62	45.65	350m: 4:45.38		37.82	
	100m: 1:13.76 40.10	200m: 2:34.97	40.13	300m: 4:07.56	46.94	400m: 5:23.52		38.14	
3.	PAWEŁEK Zuzanna	06	KP SOKÓŁ Rzeszów					5:38.60	447
	50m: 35.50 35.50	150m: 2:01.69	43.23	250m: 3:33.41	49.74	350m: 5:02.30		37.78	
	100m: 1:18.46 42.96	200m: 2:43.67	41.98	300m: 4:24.52	51.11	400m: 5:38.60		36.30	
4.	MA NICKA Martyna	06	UKS FENIKS D bica					5:47.74	412
	50m: 37.75 37.75	150m: 2:07.49	45.95	250m: 3:39.63	47.73	350m: 5:08.16		40.84	
	100m: 1:21.54 43.79	200m: 2:51.90	44.41	300m: 4:27.32	47.69	400m: 5:47.74		39.58	