



Letnie Mistrzostwa Polski w pływaniu w kategoriach masters  
Olsztyn, 10. - 12.6.2022

Konkurencja 31  
2022.06.11 - 19:04

M czyzn, 400m zmienny

20 lat i starsi  
Wyniki

Rekordy Polski Masters 80 - 84	8:20.62	KROKOSZY SKI Stanisław	Gliwice	2011.06.18
Rekordy Polski Masters 75 - 79	8:13.09	BASTEK Ewald	Budapeszt (HUN)	2017.08.16
Rekordy Polski Masters 70 - 74	7:01.33	BASTEK Ewald	Göteborg (SWE)	2010.08.02
Rekordy Polski Masters 65 - 69	6:44.02	SLUGOCKI Maciej	Pozna	2018.06.23
Rekordy Polski Masters 60 - 64	6:27.92	RACZY SKI Marian	Casablanca (MAR)	1998.06.21
Rekordy Polski Masters 55 - 59	6:09.16	GABIEC Mariusz	Szczecin	2015.06.28
Rekordy Polski Masters 50 - 54	5:15.44	WOLNY Dariusz	Göteborg (SWE)	2010.08.02
Rekordy Polski Masters 45 - 49	5:15.71	BERWECKI Arkadiusz	Pozna	2018.06.23
Rekordy Polski Masters 40 - 44	4:49.62	WOLNY Dariusz	Monachium (GER)	2000.08.02
Rekordy Polski Masters 35 - 39	4:46.79	WOLNY Dariusz	Casablanca (MAR)	1998.06.21
Rekordy Polski Masters 30 - 34	4:59.75	PE SKO Jan	Budapeszt (HUN)	2017.08.16
Rekordy Polski Masters 25 - 29	4:51.11	APTEWICZ Arkadiusz	Pozna	2018.06.23

Pozycja Rok ur. Czas masters

20 - 24 lat

1. SZWEDZKI Jakub	00	MKS Trójka Łód	<b>5:30.18</b>				
<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>							
50m: 35.53	35.53	150m: 2:04.42	47.13	250m: 3:27.17	36.84	350m: 4:49.44	41.70
100m: 1:17.29	41.76	200m: 2:50.33	45.91	300m: 4:07.74	40.57	400m: 5:30.18	40.74

25 - 29 lat

1. APTEWICZ Arkadiusz	93	Water Squad	<b>4:56.24</b>	758			
<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>							
50m: 30.92	30.92	150m: 1:49.11	42.40	250m: 3:09.40	39.91	350m: 4:24.98	34.80
100m: 1:06.71	35.79	200m: 2:29.49	40.38	300m: 3:50.18	40.78	400m: 4:56.24	31.26
2. PALMI-KUKIEŁKO Mieszko	93	Stowarzyszenie Pływackie Masters Olsztyn	<b>4:59.59</b>	732			
50m: 29.24	29.24	150m: 1:44.34	39.83	250m: 3:07.19	43.18	350m: 4:25.25	34.71
100m: 1:04.51	35.27	200m: 2:24.01	39.67	300m: 3:50.54	43.35	400m: 4:59.59	34.34
3. CHOWANIEC Mateusz	95	UKS TRÓJKA Cz stożowa	<b>5:24.40</b>	577			
50m: 34.09	34.09	150m: 1:56.37	42.59	250m: 3:21.99	44.40	350m: 4:47.21	39.43
100m: 1:13.78	39.69	200m: 2:37.59	41.22	300m: 4:07.78	45.79	400m: 5:24.40	37.19
4. WARWAS Szymon	95	UKS TRÓJKA Cz stożowa	<b>6:16.11</b>	370			
50m: 33.00	33.00	150m: 2:05.92	51.09	250m: 3:54.24	55.81	350m: 5:34.45	44.25
100m: 1:14.83	41.83	200m: 2:58.43	52.51	300m: 4:50.20	55.96	400m: 6:16.11	41.66

30 - 34 lat

1. BARNASIUK Michał	92	5 Styl Akademia Zajawki	<b>5:09.64</b>	598			
<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>							
50m: 31.36	31.36	150m: 1:52.74	43.27	250m: 3:16.81	41.44	350m: 4:35.64	36.05
100m: 1:09.47	38.11	200m: 2:35.37	42.63	300m: 3:59.59	42.78	400m: 5:09.64	34.00
2. LUBI SKI KAMIL	92		<b>5:59.16</b>	383			
50m: 33.87	33.87	150m: 2:05.39	50.72	250m: 3:45.29	50.97	350m: 5:18.22	41.78
100m: 1:14.67	40.80	200m: 2:54.32	48.93	300m: 4:36.44	51.15	400m: 5:59.16	40.94
3. KUBIAK KRZYSZTOF	89		<b>7:42.75</b>	179			
50m: 5:10.83	5:10.83	150m:		250m:		350m: 6:58.95	43.01
100m: 1:58.77		200m: 4:05.08		300m: 6:15.94		400m: 7:42.75	43.80

35 - 39 lat

1. KLUCZYK Szymon	87	MKP Szczecin	<b>5:44.22</b>	519			
<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>							
50m: 35.02	35.02	150m: 2:02.35	45.80	250m: 3:36.71	50.65	350m: 5:07.00	39.10
100m: 1:16.55	41.53	200m: 2:46.06	43.71	300m: 4:27.90	51.19	400m: 5:44.22	37.22

wyniki: [www.livetiming.pl](http://www.livetiming.pl)

obsługa informatyczna: [elachodyna@poczta.fm](mailto:elachodyna@poczta.fm) El bieta Reiter-Chodyna kont. 600215732



Letnie Mistrzostwa Polski w pływaniu w kategoriach masters  
Olsztyn, 10. - 12.6.2022

Konkurencja 31, M czyzn, 400m zmienny

40 - 44 lat

1. KACZMAREK Stanisław	79	Landsberg Crew Gorzów Wlkp.	<b>5:21.95</b>	679							
<i>Mistrz Polski Masters w kat. wiekowej</i>											
50m:	32.39	32.39	150m:	1:56.28	45.95	250m:	3:26.06	46.71	350m:	4:48.35	35.59
100m:	1:10.33	37.94	200m:	2:39.35	43.07	300m:	4:12.76	46.70	400m:	5:21.95	33.60
2. KONOPACKI Piotr	78	Stowarzyszenie Pływackie Masters Olsztyn	<b>5:44.27</b>	555							
50m:	36.33	36.33	150m:	2:08.18	44.57	250m:	3:43.24	50.69	350m:	5:08.74	36.37
100m:	1:23.61	47.28	200m:	2:52.55	44.37	300m:	4:32.37	49.13	400m:	5:44.27	35.53
3. BRO YNA Marek	80	Water Squad	<b>6:03.22</b>	473							
50m:	40.72	40.72	150m:	2:13.61	44.04	250m:	3:48.70	51.63	350m:	5:22.62	41.94
100m:	1:29.57	48.85	200m:	2:57.07	43.46	300m:	4:40.68	51.98	400m:	6:03.22	40.60
4. LISIECKI Paweł	82	Toru Multisport Team	<b>6:23.58</b>	402							
50m:	40.02	40.02	150m:	2:17.07	47.29	250m:	4:00.17	54.86	350m:	5:40.01	44.36
100m:	1:29.78	49.76	200m:	3:05.31	48.24	300m:	4:55.65	55.48	400m:	6:23.58	43.57

45 - 49 lat

1. GREGOROWICZ Paweł	74	Stowarzyszenie Pływackie Masters Olsztyn	<b>5:18.56</b>	707							
<i>Mistrz Polski Masters w kat. wiekowej</i>											
50m:	32.27	32.27	150m:	1:55.75	46.06	250m:	3:24.39	45.29	350m:	4:44.31	35.88
100m:	1:09.69	37.42	200m:	2:39.10	43.35	300m:	4:08.43	44.04	400m:	5:18.56	34.25
2. GOGACZ Sebastian	76	Uczniowski Klub Sportowy Trójka Puławy	<b>5:49.37</b>	536							
50m:	35.86	35.86	150m:	2:06.94	50.55	250m:	3:42.65	47.67	350m:	5:10.88	39.52
100m:	1:16.39	40.53	200m:	2:54.98	48.04	300m:	4:31.36	48.71	400m:	5:49.37	38.49
DYSKW. ROGOSZ Paweł	76	Warsaw Masters team									
<i>G4</i>											
50m:	37.29	37.29	150m:	2:09.14	48.46	250m:	3:42.32	45.71	350m:	5:08.77	39.26
100m:	1:20.68	43.39	200m:	2:56.61	47.47	300m:	4:29.51	47.19	400m:		

50 - 54 lat

1. STASZKIEWICZ Radosław	68	Uks Czwórka Nakło	<b>6:18.90</b>	428							
<i>Mistrz Polski Masters w kat. wiekowej</i>											
50m:	34.81	34.81	150m:	2:16.00	50.69	250m:	3:59.24	54.29	350m:	5:37.29	42.41
100m:	1:25.31	50.50	200m:	3:04.95	48.95	300m:	4:54.88	55.64	400m:	6:18.90	41.61
2. WINIARCZYK Jarosław	72	Koszali skie TKKF	<b>6:22.02</b>	418							
50m:	38.84	38.84	150m:	2:20.29	52.73	250m:	4:03.00	52.60	350m:	5:41.03	43.71
100m:	1:27.56	48.72	200m:	3:10.40	50.11	300m:	4:57.32	54.32	400m:	6:22.02	40.99
3. ŁOPUSZY SKI ANDRZEJ	69		<b>8:44.34</b>	162							
50m:	53.35	53.35	150m:	3:08.61	1:14.11	250m:	5:35.22	1:08.05	350m:	7:45.25	59.32
100m:	1:54.50	1:01.15	200m:	4:27.17	1:18.56	300m:	6:45.93	1:10.71	400m:	8:44.34	59.09

55 - 59 lat

1. KO MIDER Jan	66	Water Squad	<b>6:15.37</b>	520							
<i>Mistrz Polski Masters w kat. wiekowej</i>											
50m:	44.50	44.50	150m:	2:26.44	51.65	250m:	4:02.72	49.25	350m:	5:36.12	43.13
100m:	1:34.79	50.29	200m:	3:13.47	47.03	300m:	4:52.99	50.27	400m:	6:15.37	39.25
2. TWAROWSKI Andrzej	65	Masters Białystok	<b>7:47.95</b>	268							
50m:	54.56	54.56	150m:	2:56.96	59.72	250m:	5:01.06	1:03.55	350m:	6:58.40	54.33
100m:	1:57.24	1:02.68	200m:	3:57.51	1:00.55	300m:	6:04.07	1:03.01	400m:	7:47.95	49.55



Letnie Mistrzostwa Polski w pływaniu w kategoriach masters  
Olsztyn, 10. - 12.6.2022

Konkurencja 31, M czyzn, 400m zmienny, 55 - 59 lat

Pozycja				Rok ur.					Czas	masters		
3.	RUDZI SKI Michał			66	Klub Sportowy Mako				<b>7:51.42</b>	262		
	50m:	48.55	48.55	150m:	2:58.38	250m:	5:02.46	350m:	6:57.28			
	100m:	4:05.70	3:17.15	200m:	6:02.96	3:04.58	300m:	400m:	7:51.42	54.14		
4.	PALUSZAK Zbigniew			67	Warsaw Masters team				<b>8:06.26</b>	239		
	50m:	53.13	53.13	150m:	3:04.57	1:05.82	250m:	5:12.30	1:02.00	350m:	7:10.94	55.38
	100m:	1:58.75	1:05.62	200m:	4:10.30	1:05.73	300m:	6:15.56	1:03.26	400m:	8:06.26	55.32

60 - 64 lat

1.	LORKOWSKI Robert			60	Motyl Master				<b>6:33.82</b>	479		
	<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>											
	50m:	41.66	41.66	150m:	2:23.26	50.82	250m:	4:10.27	57.39	350m:	5:52.41	44.52
	100m:	1:32.44	50.78	200m:	3:12.88	49.62	300m:	5:07.89	57.62	400m:	6:33.82	41.41
2.	KO LIKOWSKI Marek			61	Stowarzyszenie Pływackie Masters Olsztyn				<b>6:52.91</b>	416		
	50m:	44.23	44.23	150m:	2:38.88	57.84	250m:	4:29.57	53.35	350m:	6:08.77	44.93
	100m:	1:41.04	56.81	200m:	3:36.22	57.34	300m:	5:23.84	54.27	400m:	6:52.91	44.14
3.	MACIEJCZAK Andrzej			60	Uczniowski Klub Sportowy Trójka Puławy				<b>8:44.06</b>	203		
	50m:	54.51	54.51	150m:	3:19.42	1:16.94	250m:	5:51.24		350m:	7:55.02	
	100m:	2:02.48	1:07.97	200m:	7:05.20	3:45.78	300m:	8:44.06	2:52.82	400m:	8:44.06	49.04

65 - 69 lat

1.	PIECHULA Adolf			57	Klub Sportowy Pietraszyn				<b>7:18.72</b>	364		
	<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>											
	50m:	48.88	48.88	150m:	2:42.86	56.97	250m:	4:39.10	59.88	350m:	6:29.21	49.92
	100m:	1:45.89	57.01	200m:	3:39.22	56.36	300m:	5:39.29	1:00.19	400m:	7:18.72	49.51
2.	CIECIOR Jerzy			53	Rydułtowska Akademia Aktywnego Seniora				<b>8:07.77</b>	265		
	50m:	55.62	55.62	150m:	3:03.29	1:02.34	250m:	5:14.10	1:08.84	350m:	7:15.22	52.62
	100m:	2:00.95	1:05.33	200m:	4:05.26	1:01.97	300m:	6:22.60	1:08.50	400m:	8:07.77	52.55

70 - 74 lat

1.	NOWAK Michał			52	Warsaw Masters team				<b>8:02.62</b>	401		
	<i>Mistrz Polski Masters w kat.wiekowej</i>											
	50m:	56.72	56.72	150m:	5:12.78	3:09.90	250m:			350m:		
	100m:	2:02.88	1:06.16	200m:	4:13.57		300m:	6:14.45		400m:	8:02.62	
2.	DASZY SKI Andrzej			48	UKS ENERGETYK Zgorzelec				<b>9:48.22</b>	222		
	50m:	1:12.96	1:12.96	150m:	3:52.01	1:14.46	250m:	6:24.03	1:21.51	350m:	8:47.09	1:02.48
	100m:	2:37.55	1:24.59	200m:	5:02.52	1:10.51	300m:	7:44.61	1:20.58	400m:	9:48.22	1:01.13
3.	PŁONKA JANUSZ			48					<b>12:38.39</b>	103		
	50m:	1:21.08	1:21.08	150m:	4:51.80	1:51.24	250m:	8:15.97	1:46.91	350m:	11:21.77	1:22.90
	100m:	3:00.56	1:39.48	200m:	6:29.06	1:37.26	300m:	9:58.87	1:42.90	400m:	12:38.39	1:16.62