

ARENA GRAND PRIX PUCHAR POLSKI  
Kozienice, 29.2. - 1.3.2020

Konkurencja 12  
29.02.2020 - 17:00

Kobiet, 400m zmienny

Open  
Wyniki

Rekord Polski Open	4:31.89	BARANOWSKA, Katarzyna	POL	Debrecen (HUN)	16.12.2007
Rekord Polski 19 - 23	4:31.89	BARANOWSKA, Katarzyna	POL	Debrecen (HUN)	16.12.2007
Rekord Polski 18	4:33.70	BARANOWSKA, Katarzyna	POL	Trieste (ITA)	11.12.2005
Rekord Polski 17	4:38.72	SZCZEPANIAK, Karolina	POL	Gorzów Wlkp.	29.11.2009
Rekord Polski 16	4:38.89	KNOP, Aleksandra	POL	Lublin	18.12.2018
Rekord Polski 15	4:38.89	KNOP, Aleksandra	POL	Lublin	18.12.2018
Rekord Polski 14	4:43.77	KNOP, Aleksandra	POL	Łódź	22.12.2017

Punkty: FINA 2019

Pozycja			Rok ur.					Czas	Pkt.			
<b>14 lat</b>												
1.	JASIK, Nikola		06	KS „Wisła” Puławy				<b>5:20.52</b>	527			
	50m:	33.35	33.35	150m:	1:54.41	42.12	250m:	3:22.27	46.55	350m:	4:44.97	36.46
	100m:	1:12.29	38.94	200m:	2:35.72	41.31	300m:	4:08.51	46.24	400m:	5:20.52	35.55
2.	WILANOWSKA, Karina		06	UKP „Polonia Warszawa”				<b>5:21.59</b>	522			
	50m:	34.64	34.64	150m:	1:54.51	40.03	250m:	3:23.26	48.74	350m:	4:47.54	37.19
	100m:	1:14.48	39.84	200m:	2:34.52	40.01	300m:	4:10.35	47.09	400m:	5:21.59	34.05
3.	MACIAK, Julia		06	IUKS „Muszelka” Warszawa				<b>5:22.28</b>	518			
	50m:	32.71	32.71	150m:	1:55.07	41.75	250m:	3:25.09	51.27	350m:	4:49.15	34.14
	100m:	1:13.32	40.61	200m:	2:33.82	38.75	300m:	4:15.01	49.92	400m:	5:22.28	33.13
<b>15 lat</b>												
1.	ZI BA, Anastazja		05	MTKP Delfin Toru				<b>5:22.33</b>	518			
	50m:	31.90	31.90	150m:	1:53.40	43.72	250m:	3:21.98	46.14	350m:	4:47.24	38.33
	100m:	1:09.68	37.78	200m:	2:35.84	42.44	300m:	4:08.91	46.93	400m:	5:22.33	35.09
<b>16 lat</b>												
1.	GWAJ, Julia		04	Mi dzyszkolny UKS „Olimpijczyk” Suwałki				<b>5:09.26</b>	586			
	50m:	32.23	32.23	150m:	1:49.99	40.31	250m:	3:14.07	44.72	350m:	4:33.89	35.84
	100m:	1:09.68	37.45	200m:	2:29.35	39.36	300m:	3:58.05	43.98	400m:	5:09.26	35.37
<b>17 - 18 lat</b>												
1.	KURASI SKA, Oliwia		02	KS KSZO Ostrowiec w.				<b>5:22.99</b>	515			
	50m:	35.47	35.47	150m:			250m:	3:23.28	45.80	350m:	4:47.04	37.66
	100m:	1:15.56	40.09	200m:	2:37.48		300m:	4:09.38	46.10	400m:	5:22.99	35.95
<b>Open</b>												
1.	UKOWSKA, Paula		93	KU AZS UMCS Lublin				<b>4:47.25</b>	732			
	50m:	31.27	31.27	150m:	1:43.99	37.51	250m:	3:01.19	41.25	350m:	4:15.71	32.82
	100m:	1:06.48	35.21	200m:	2:19.94	35.95	300m:	3:42.89	41.70	400m:	4:47.25	31.54
2.	GWAJ, Julia		04	Mi dzyszkolny UKS „Olimpijczyk” Suwałki				<b>5:09.26</b>	586			
	50m:	32.23	32.23	150m:	1:49.99	40.31	250m:	3:14.07	44.72	350m:	4:33.89	35.84
	100m:	1:09.68	37.45	200m:	2:29.35	39.36	300m:	3:58.05	43.98	400m:	5:09.26	35.37
3.	JASIK, Nikola		06	KS „Wisła” Puławy				<b>5:20.52</b>	527			
	50m:	33.35	33.35	150m:	1:54.41	42.12	250m:	3:22.27	46.55	350m:	4:44.97	36.46
	100m:	1:12.29	38.94	200m:	2:35.72	41.31	300m:	4:08.51	46.24	400m:	5:20.52	35.55
4.	WILANOWSKA, Karina		06	UKP „Polonia Warszawa”				<b>5:21.59</b>	522			
	50m:	34.64	34.64	150m:	1:54.51	40.03	250m:	3:23.26	48.74	350m:	4:47.54	37.19
	100m:	1:14.48	39.84	200m:	2:34.52	40.01	300m:	4:10.35	47.09	400m:	5:21.59	34.05
5.	MACIAK, Julia		06	IUKS „Muszelka” Warszawa				<b>5:22.28</b>	518			
	50m:	32.71	32.71	150m:	1:55.07	41.75	250m:	3:25.09	51.27	350m:	4:49.15	34.14
	100m:	1:13.32	40.61	200m:	2:33.82	38.75	300m:	4:15.01	49.92	400m:	5:22.28	33.13

ARENA GRAND PRIX PUCHAR POLSKI  
Kozienice, 29.2. - 1.3.2020

---

Konkurencja 12, Kobiet, 400m zmienny, Open

Pozycja				Rok ur.					Czas	Pkt.		
6.	ZI BA, Anastazja			05	MTKP Delfin Toru				<b>5:22.33</b>	518		
	50m:	31.90	31.90	150m:	1:53.40	43.72	250m:	3:21.98	46.14	350m:	4:47.24	38.33
	100m:	1:09.68	37.78	200m:	2:35.84	42.44	300m:	4:08.91	46.93	400m:	5:22.33	35.09
7.	KURASI SKA, Oliwia			02	KS KSZO Ostrowiec w.				<b>5:22.99</b>	515		
	50m:	35.47	35.47	150m:			250m:	3:23.28	45.80	350m:	4:47.04	37.66
	100m:	1:15.56	40.09	200m:	2:37.48		300m:	4:09.38	46.10	400m:	5:22.99	35.95