

Letnie Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu
Opole, 10- - 11-6-2016

Konkurencja 20 Mężczyzn, 400m dowolny 12 lat i starsi
2016-06-11 - 10:22 Wyniki

Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:11.09' OKot Maciej	00307	Oławiec	2009-07-18
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P5:04.66' 1:Gajewski Bartosz	00207	Debica	2007-06-30
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:46.71' 1:Gajewski Bartosz	00207	Oswiecim	2008-06-26
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:32.41' 1:Stanek Adam	00707	Gorzow Wlkp	2013-07-06
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:15.12' 1:Stanek Adam	00707	Gliwice	2014-07-19
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:14.54' 1:Kot Maciej	00307	Opole	2007-07-07
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:12.94' 1:Kot Maciej	00307	Oswiecim	2008-03-02
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:11.09' 1:Kot Maciej	00307	Oławiec	2009-07-18
Top Times "Opolski Okręgowy Związek P4:21.40' 1:Stanek Grzegorz	00607	Cadiz (ESP)	2009-09-17

Punkty: FINA 2015

Pozycja Rok ur. Czas Pkt.

12 - 13 lat

1. Borkowski Arkadiusz	03	DOKiS SP Vega Dobrodzie	5:05.84	372
50m: 35.65 35.65 150m: 1:54.22 39.48 250m: 3:12.81 39.27 350m: 4:31.26 38.83				
100m: 1:14.74 39.09 200m: 2:33.54 39.32 300m: 3:52.43 39.62 400m: 5:05.84 34.58				
2. Jarzombek Marcel	03	DOKiS SP Vega Dobrodzie	5:06.00	371
50m: 34.88 34.88 150m: 1:53.04 39.77 250m: 3:12.87 39.98 350m: 4:31.15 38.86				
100m: 1:13.27 38.39 200m: 2:32.89 39.85 300m: 3:52.29 39.42 400m: 5:06.00 34.85				
3. Baranek Jakub	04	Zryw Opole	5:25.33	309
50m: 35.02 35.02 150m: 1:59.73 42.90 250m: 3:22.66 41.44 350m: 4:46.60 42.11				
100m: 1:16.83 41.81 200m: 2:41.22 41.49 300m: 4:04.49 41.83 400m: 5:25.33 38.73				
4. Orzechowski Krzysztof	04	UKS 5 plus 1 Opole	5:46.31	256
50m: 37.86 37.86 150m: 2:08.05 45.10 250m: 3:38.93 45.40 350m: 5:06.86 43.62				
100m: 1:22.95 45.09 200m: 2:53.53 45.48 300m: 4:23.24 44.31 400m: 5:46.31 39.45				
5. Cendlewski Adam	03	UKS 5 plus 1 Opole	5:46.38	256
50m: 37.50 37.50 150m: 2:05.13 44.94 250m: 3:37.01 45.65 350m: 5:06.83 44.60				
100m: 1:20.19 42.69 200m: 2:51.36 46.23 300m: 4:22.23 45.22 400m: 5:46.38 39.55				
6. Osowski Wojciech	04	MMKS K dzierzyn-Ko le	5:47.79	253
50m: 38.17 38.17 150m: 2:09.62 46.86 250m: 3:41.54 46.30 350m: 5:09.84 43.66				
100m: 1:22.76 44.59 200m: 2:55.24 45.62 300m: 4:26.18 44.64 400m: 5:47.79 37.95				
7. Górski Cezary	04	Zryw Opole	6:05.64	218
50m: 40.02 40.02 150m: 2:15.38 48.26 250m: 3:47.51 44.74 350m: 5:22.01 48.64				
100m: 1:27.12 47.10 200m: 3:02.77 47.39 300m: 4:33.37 45.86 400m: 6:05.64 43.63				
8. Przeworski Patryk	03	Kusy Strzelce	6:16.35	199
50m: 38.04 38.04 150m: 2:13.70 49.56 250m: 3:54.15 51.50 350m: 5:31.09 48.19				
100m: 1:24.14 46.10 200m: 3:02.65 48.95 300m: 4:42.90 48.75 400m: 6:16.35 45.26				
9. Wrzyczki Marcin	04	MMKS K dzierzyn-Ko le	6:21.43	192
50m: 42.93 42.93 150m: 2:22.82 50.56 250m: 4:02.38 50.24 350m: 5:39.03 48.30				
100m: 1:32.26 49.33 200m: 3:12.14 49.32 300m: 4:50.73 48.35 400m: 6:21.43 42.40				

14 - 15 lat

1. Krasowski Michał	01	Zryw Opole	4:35.38	510
50m: 30.09 30.09 150m: 1:39.70 34.81 250m: 2:48.81 34.40 350m: 4:00.15 35.51				
100m: 1:04.89 34.80 200m: 2:14.41 34.71 300m: 3:24.64 35.83 400m: 4:35.38 35.23				
2. Kolecek Dominik	02	DOKiS SP Vega Dobrodzie	4:44.15	464
50m: 31.69 31.69 150m: 1:42.76 35.66 250m: 2:55.83 36.47 350m: 4:08.84 36.65				
100m: 1:07.10 35.41 200m: 2:19.36 36.60 300m: 3:32.19 36.36 400m: 4:44.15 35.31				
3. Sproski Maciej	02	Zryw Opole	4:51.85	428
50m: 33.17 33.17 150m: 1:47.52 37.71 250m: 3:02.45 37.07 350m: 4:16.24 36.90				
100m: 1:09.81 36.64 200m: 2:25.38 37.86 300m: 3:39.34 36.89 400m: 4:51.85 35.61				
4. Angowski Szymon	01	UKS 5 plus 1 Opole	4:56.92	407
50m: 32.60 32.60 150m: 1:47.25 37.79 250m: 3:03.05 37.72 350m: 4:19.50 38.02				
100m: 1:09.46 36.86 200m: 2:25.33 38.08 300m: 3:41.48 38.43 400m: 4:56.92 37.42				

Letnie Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu
Opole, 10- - 11-6-2016

Konkurencja 20, Chłopców, 400m dowolny, 14 - 15 lat

Pozycja	Rok ur.								Czas	Pkt.	
5. Le czuk Adam	01 UKS 5 plus 1 Opole								5:18.52	329	
50m:	33.60	33.60	150m:	1:53.81	41.51	250m:	3:18.60	42.48	350m:	4:41.74	41.12
100m:	1:12.30	38.70	200m:	2:36.12	42.31	300m:	4:00.62	42.02	400m:	5:18.52	36.78

16 lat i starsi

1. Kempa Mikołaj SO	99 MMKS K dzierzyn-Ko le								4:18.53	616	
50m:	30.38	30.38	150m:	1:37.72	33.27	250m:	2:42.84	32.70	350m:	3:47.01	31.58
100m:	1:04.45	34.07	200m:	2:10.14	32.42	300m:	3:15.43	32.59	400m:	4:18.53	31.52
2. Roman Mateusz	00 Zryw Opole								4:22.62	588	
50m:	30.58	30.58	150m:	1:37.97	33.43	250m:	2:43.59	31.99	350m:	3:50.64	33.36
100m:	1:04.54	33.96	200m:	2:11.60	33.63	300m:	3:17.28	33.69	400m:	4:22.62	31.98
3. Wasiuk Jakub	99 MMKS K dzierzyn-Ko le								4:23.00	585	
50m:	30.92	30.92	150m:	1:38.30	33.63	250m:	2:45.42	33.47	350m:	3:52.61	33.29
100m:	1:04.67	33.75	200m:	2:11.95	33.65	300m:	3:19.32	33.90	400m:	4:23.00	30.39
4. Lewandowski Michał	00 Zryw Opole								4:27.64	555	
50m:	31.24	31.24	150m:	1:38.80	33.56	250m:	2:46.07	33.61	350m:	3:53.57	33.65
100m:	1:05.24	34.00	200m:	2:12.46	33.66	300m:	3:19.92	33.85	400m:	4:27.64	34.07
5. Szyndler Michał	00 Zryw Opole								4:31.73	531	
50m:	30.47	30.47	150m:	1:39.17	34.38	250m:	2:48.93	34.95	350m:	3:58.61	34.94
100m:	1:04.79	34.32	200m:	2:13.98	34.81	300m:	3:23.67	34.74	400m:	4:31.73	33.12