

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu  
Opole, 10-12-2016

Konkurencja 6 Mężczyzn, 400m dowolny Open  
2016-12-10 - 11:00 Wyniki

Rekordy Okręgu Opolskiego 4:01.80 Kot Maciej POL Oswiecim 2009-01-31

Punkty: FINA 2016

Pozycja			Rok ur.					Czas	Pkt.			
<b>Open</b>												
1.	Kempa Mikołaj		99	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>4:02.96</b>	666			
	50m:	27.92	27.92	150m:	1:29.46	31.12	250m:	2:31.72	30.57	350m:	3:32.75	29.82
	100m:	58.34	30.42	200m:	2:01.15	31.69	300m:	3:02.93	31.21	400m:	4:02.96	30.21
2.	Wasiuk Jakub		99	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>4:05.14</b>	649			
	50m:	28.37	28.37	150m:	1:29.47	30.97	250m:	2:32.16	31.40	350m:	3:35.00	31.36
	100m:	58.50	30.13	200m:	2:00.76	31.29	300m:	3:03.64	31.48	400m:	4:05.14	30.14
3.	Krasowski Michał		01	Zryw Opole				<b>4:28.53</b>	493			
	50m:	29.05	29.05	150m:	1:35.34	33.62	250m:	2:44.21	34.50	350m:	3:54.15	35.23
	100m:	1:01.72	32.67	200m:	2:09.71	34.37	300m:	3:18.92	34.71	400m:	4:28.53	34.38
4.	Moryl Wojciech		02	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>4:33.21</b>	468			
	50m:	30.68	30.68	150m:	1:39.04	34.51	250m:	2:47.96	34.43	350m:	3:58.79	35.59
	100m:	1:04.53	33.85	200m:	2:13.53	34.49	300m:	3:23.20	35.24	400m:	4:33.21	34.42
5.	Nosal Bartosz		01	Hobby Sport Kietrz				<b>4:36.67</b>	451			
	50m:	30.33	30.33	150m:	1:39.06	35.02	250m:	2:50.80	35.88	350m:	4:03.38	36.46
	100m:	1:04.04	33.71	200m:	2:14.92	35.86	300m:	3:26.92	36.12	400m:	4:36.67	33.29
6.	Kolecek Dominik		02	Vega Dobrodzie				<b>4:42.18</b>	425			
	50m:	31.09	31.09	150m:	1:41.67	35.95	250m:	2:54.31	36.68	350m:	4:06.99	36.34
	100m:	1:05.72	34.63	200m:	2:17.63	35.96	300m:	3:30.65	36.34	400m:	4:42.18	35.19
7.	Jainta Adrian		02	Vega Dobrodzie				<b>4:57.87</b>	361			
	50m:	33.09	33.09	150m:	1:49.42	38.13	250m:	3:05.72	38.13	350m:	4:22.33	38.23
	100m:	1:11.29	38.20	200m:	2:27.59	38.17	300m:	3:44.10	38.38	400m:	4:57.87	35.54
8.	Borkowski Arkadiusz		03	Vega Dobrodzie				<b>4:58.25</b>	360			
	50m:	33.00	33.00	150m:	1:49.68	38.82	250m:	3:06.73	38.22	350m:	4:22.09	37.61
	100m:	1:10.86	37.86	200m:	2:28.51	38.83	300m:	3:44.48	37.75	400m:	4:58.25	36.16
9.	Baranek Jakub		04	Zryw Opole				<b>5:09.66</b>	322			
	50m:	33.62	33.62	150m:	1:52.83	40.40	250m:	3:13.60	40.39	350m:	4:32.44	39.77
	100m:	1:12.43	38.81	200m:	2:33.21	40.38	300m:	3:52.67	39.07	400m:	5:09.66	37.22
10.	Le czuk Adam		01	UKS 5 plus 1 Opole				<b>5:16.64</b>	301			
	50m:	33.23	33.23	150m:	1:51.20	40.24	250m:	3:16.47	42.79	350m:	4:40.03	41.25
	100m:	1:10.96	37.73	200m:	2:33.68	42.48	300m:	3:58.78	42.31	400m:	5:16.64	36.61
11.	Gohla Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:26.71</b>	274			
	50m:	36.99	36.99	150m:	2:02.84	42.71	250m:	3:28.57	43.14	350m:	4:49.86	40.72
	100m:	1:20.13	43.14	200m:	2:45.43	42.59	300m:	4:09.14	40.57	400m:	5:26.71	36.85
12.	Górowski Cezary		04	Zryw Opole				<b>5:46.61</b>	229			
	50m:	37.44	37.44	150m:	2:04.49	44.18	250m:	3:34.61	43.79	350m:	5:03.06	44.20
	100m:	1:20.31	42.87	200m:	2:50.82	46.33	300m:	4:18.86	44.25	400m:	5:46.61	43.55
13.	Kania Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:50.17</b>	222			
	50m:	38.40	38.40	150m:			250m:	3:37.11	46.24	350m:		
	100m:			200m:	2:50.87		300m:			400m:	5:50.17	
14.	Maciaszek Michał		04	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:53.14</b>	217			
	50m:	37.98	37.98	150m:	2:06.32		250m:	3:37.59	46.22	350m:	5:12.01	
	100m:			200m:	2:51.37	45.05	300m:			400m:	5:53.14	41.13
15.	Pientka Michał		04	UKS Kusy Strzelce Opolskie				<b>6:18.44</b>	176			
	50m:	41.26	41.26	150m:	2:16.11	48.05	250m:	3:54.20	48.94	350m:	5:33.13	49.23
	100m:	1:28.06	46.80	200m:	3:05.26	49.15	300m:	4:43.90	49.70	400m:	6:18.44	45.31
16.	Radlak Paskal		05	Zryw Opole				<b>6:43.45</b>	145			
	50m:	42.29	42.29	150m:	2:24.77	53.29	250m:	4:09.55	52.55	350m:	5:53.65	51.99
	100m:	1:31.48	49.19	200m:	3:17.00	52.23	300m:	5:01.66	52.11	400m:	6:43.45	49.80

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu  
Opole, 10-12-2016

Konkurencja 6, Mężczyźni, 400m dowolny

11 lat

1.	Gohla Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le	<b>5:26.71</b>	274
	50m: 36.99	36.99	150m: 2:02.84	42.71	250m: 3:28.57	43.14
	100m: 1:20.13	43.14	200m: 2:45.43	42.59	300m: 4:09.14	40.57
					350m: 4:49.86	40.72
					400m: 5:26.71	36.85
2.	Kania Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le	<b>5:50.17</b>	222
	50m: 38.40	38.40	150m:	250m: 3:37.11	46.24	350m:
	100m:		200m: 2:50.87	300m:		400m: 5:50.17
3.	Radlak Paskal		05	Zryw Opole	<b>6:43.45</b>	145
	50m: 42.29	42.29	150m: 2:24.77	53.29	250m: 4:09.55	52.55
	100m: 1:31.48	49.19	200m: 3:17.00	52.23	300m: 5:01.66	52.11
					350m: 5:53.65	51.99
					400m: 6:43.45	49.80

12 - 13 lat

1.	Borkowski Arkadiusz		03	Vega Dobrodzie	<b>4:58.25</b>	360
	50m: 33.00	33.00	150m: 1:49.68	38.82	250m: 3:06.73	38.22
	100m: 1:10.86	37.86	200m: 2:28.51	38.83	300m: 3:44.48	37.75
					350m: 4:22.09	37.61
					400m: 4:58.25	36.16
2.	Baranek Jakub		04	Zryw Opole	<b>5:09.66</b>	322
	50m: 33.62	33.62	150m: 1:52.83	40.40	250m: 3:13.60	40.39
	100m: 1:12.43	38.81	200m: 2:33.21	40.38	300m: 3:52.67	39.07
					350m: 4:32.44	39.77
					400m: 5:09.66	37.22
3.	Górowski Cezary		04	Zryw Opole	<b>5:46.61</b>	229
	50m: 37.44	37.44	150m: 2:04.49	44.18	250m: 3:34.61	43.79
	100m: 1:20.31	42.87	200m: 2:50.82	46.33	300m: 4:18.86	44.25
					350m: 5:03.06	44.20
					400m: 5:46.61	43.55
4.	Maciaszek Michał		04	MMKS K dzierzyn-Ko le	<b>5:53.14</b>	217
	50m: 37.98	37.98	150m: 2:06.32		250m: 3:37.59	46.22
	100m:		200m: 2:51.37	45.05	300m:	
					350m: 5:12.01	
					400m: 5:53.14	41.13
5.	Pientka Michał		04	UKS Kusy Strzelce Opolskie	<b>6:18.44</b>	176
	50m: 41.26	41.26	150m: 2:16.11	48.05	250m: 3:54.20	48.94
	100m: 1:28.06	46.80	200m: 3:05.26	49.15	300m: 4:43.90	49.70
					350m: 5:33.13	49.23
					400m: 6:18.44	45.31

14 - 15 lat

1.	Krasowski Michał		01	Zryw Opole	<b>4:28.53</b>	493
	50m: 29.05	29.05	150m: 1:35.34	33.62	250m: 2:44.21	34.50
	100m: 1:01.72	32.67	200m: 2:09.71	34.37	300m: 3:18.92	34.71
					350m: 3:54.15	35.23
					400m: 4:28.53	34.38
2.	Moryl Wojciech		02	MMKS K dzierzyn-Ko le	<b>4:33.21</b>	468
	50m: 30.68	30.68	150m: 1:39.04	34.51	250m: 2:47.96	34.43
	100m: 1:04.53	33.85	200m: 2:13.53	34.49	300m: 3:23.20	35.24
					350m: 3:58.79	35.59
					400m: 4:33.21	34.42
3.	Nosal Bartosz		01	Hobby Sport Kietrz	<b>4:36.67</b>	451
	50m: 30.33	30.33	150m: 1:39.06	35.02	250m: 2:50.80	35.88
	100m: 1:04.04	33.71	200m: 2:14.92	35.86	300m: 3:26.92	36.12
					350m: 4:03.38	36.46
					400m: 4:36.67	33.29
4.	Kolecek Dominik		02	Vega Dobrodzie	<b>4:42.18</b>	425
	50m: 31.09	31.09	150m: 1:41.67	35.95	250m: 2:54.31	36.68
	100m: 1:05.72	34.63	200m: 2:17.63	35.96	300m: 3:30.65	36.34
					350m: 4:06.99	36.34
					400m: 4:42.18	35.19
5.	Jainta Adrian		02	Vega Dobrodzie	<b>4:57.87</b>	361
	50m: 33.09	33.09	150m: 1:49.42	38.13	250m: 3:05.72	38.13
	100m: 1:11.29	38.20	200m: 2:27.59	38.17	300m: 3:44.10	38.38
					350m: 4:22.33	38.23
					400m: 4:57.87	35.54
6.	Le czuk Adam		01	UKS 5 plus 1 Opole	<b>5:16.64</b>	301
	50m: 33.23	33.23	150m: 1:51.20	40.24	250m: 3:16.47	42.79
	100m: 1:10.96	37.73	200m: 2:33.68	42.48	300m: 3:58.78	42.31
					350m: 4:40.03	41.25
					400m: 5:16.64	36.61

16 - 18 lat

1.	Kempa Mikołaj		99	MMKS K dzierzyn-Ko le	<b>4:02.96</b>	666
	50m: 27.92	27.92	150m: 1:29.46	31.12	250m: 2:31.72	30.57
	100m: 58.34	30.42	200m: 2:01.15	31.69	300m: 3:02.93	31.21
					350m: 3:32.75	29.82
					400m: 4:02.96	30.21

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu  
Opole, 10-12-2016

---

Konkurencja 6, Chłopców, 400m dowolny, 16 - 18 lat

Pozycja	Rok ur.								Czas	Pkt.					
2.	Wasiuk Jakub		99								MMKS K	dzierzyn-Ko	le	<b>4:05.14</b>	649
	50m:	28.37	28.37	150m:	1:29.47	30.97	250m:	2:32.16	31.40	350m:	3:35.00	31.36			
	100m:	58.50	30.13	200m:	2:00.76	31.29	300m:	3:03.64	31.48	400m:	4:05.14	30.14			