

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu
Kądzierzyn-Kościele, 8. - 9.12.2018

Konkurencja 28
09.12.2018 - 10:00

Kobiet, 400m zmienny

Open
Wyniki

Rekord Polski Open	4:31.89	Baranowska Katarzyna	POL	Debrecen (HUN)	16.12.2007
Rekord Polski 19 +	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	4:33.26	Nitka Aleksandra	POL	Zabierzów	09.10.2010
Rekord Polski 16	4:42.49	Jedrzejczak Otylia	POL	???	01.12.1999
Rekord Polski 15	4:44.76	Halicka Lidia	POL	Olsztyn	02.12.2016
Rekord Polski 14	4:46.42	Knop Aleksandra	POL	Lublin	03.03.2017
Rekord Polski 13	4:54.66	Knop Aleksandra	POL	Racibórz	15.10.2016
Rekord Polski 12	5:14.88	Szpucha Katarzyna	POL	Łódź	11.12.2008

Punkty: FINA 2018

Pozycja			Rok ur.					Czas	Pkt.			
Open												
1.	Rakowska Marta		06	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie				5:13.09	565			
	50m:	34.10	34.10	150m:	1:52.04	39.50	250m:	3:17.20	45.64	350m:	4:38.26	35.64
	100m:	1:12.54	38.44	200m:	2:31.56	39.52	300m:	4:02.62	45.42	400m:	5:13.09	34.83
2.	Rygiel Oliwia		02	UKS Junior Kluczbork				5:17.66	541			
	50m:	33.56	33.56	150m:	1:51.85	40.24	250m:	3:17.93	46.88	350m:	4:42.79	37.87
	100m:	1:11.61	38.05	200m:	2:31.05	39.20	300m:	4:04.92	46.99	400m:	5:17.66	34.87
3.	Oliwa Laura		03	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie				5:29.08	487			
	50m:	34.49	34.49	150m:	1:57.26	43.15	250m:	3:26.90	49.25	350m:	4:52.18	36.92
	100m:	1:14.11	39.62	200m:	2:37.65	40.39	300m:	4:15.26	48.36	400m:	5:29.08	36.90
4.	Jainta Sara		07	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie				5:54.89	388			
	50m:	39.42	39.42	150m:	2:07.60	43.29	250m:	3:44.86	52.69	350m:	5:16.69	38.35
	100m:	1:24.31	44.89	200m:	2:52.17	44.57	300m:	4:38.34	53.48	400m:	5:54.89	38.20
5.	Kujawa Paulina		06	MMKS Kądzierzyn-Kościele				6:09.44	344			
	50m:	35.99	35.99	150m:	2:06.18	48.37	250m:	3:47.35	53.67	350m:	5:24.31	42.14
	100m:	1:17.81	41.82	200m:	2:53.68	47.50	300m:	4:42.17	54.82	400m:	6:09.44	45.13
6.	Pajk Julia		05	MOS Opole				6:20.20	315			
	50m:	40.29	40.29	150m:	2:23.97	47.93	250m:	4:01.42	50.85	350m:	5:38.44	44.36
	100m:	1:36.04	55.75	200m:	3:10.57	46.60	300m:	4:54.08	52.66	400m:	6:20.20	41.76
7.	Łopianiak Amelia		07	KS Start Opole				6:32.31	287			
	50m:	43.00	43.00	150m:	2:26.03	47.46	250m:	4:07.74	57.09	350m:	5:47.52	45.38
	100m:	1:38.57	55.57	200m:	3:10.65	44.62	300m:	5:02.14	54.40	400m:	6:32.31	44.79
8.	Taraszewicz Hanna		06	MMKS Kądzierzyn-Kościele				6:50.77	250			
	50m:	43.58	43.58	150m:	2:33.15	54.07	250m:	4:21.45	56.78	350m:	6:05.12	48.89
	100m:	1:39.08	55.50	200m:	3:24.67	51.52	300m:	5:16.23	54.78	400m:	6:50.77	45.65
9.	Gilowska Maria		06	KS Start Opole				7:07.88	221			
	50m:	47.14	47.14	150m:	2:34.86	52.57	250m:	4:26.35	59.22	350m:	6:18.52	51.15
	100m:	1:42.29	55.15	200m:	3:27.13	52.27	300m:	5:27.37	1:01.02	400m:	7:07.88	49.36
10.	Zimowska Maja		07	MMKS Kądzierzyn-Kościele				7:28.88	191			
	50m:	46.45	46.45	150m:	2:37.95	52.34	250m:	4:38.07	1:06.56	350m:	6:37.03	51.65
	100m:	1:45.61	59.16	200m:	3:31.51	53.56	300m:	5:45.38	1:07.31	400m:	7:28.88	51.85

11 lat i młodsi

1.	Jainta Sara		07	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie				5:54.89	388			
	50m:	39.42	39.42	150m:	2:07.60	43.29	250m:	3:44.86	52.69	350m:	5:16.69	38.35
	100m:	1:24.31	44.89	200m:	2:52.17	44.57	300m:	4:38.34	53.48	400m:	5:54.89	38.20
2.	Łopianiak Amelia		07	KS Start Opole				6:32.31	287			
	50m:	43.00	43.00	150m:	2:26.03	47.46	250m:	4:07.74	57.09	350m:	5:47.52	45.38
	100m:	1:38.57	55.57	200m:	3:10.65	44.62	300m:	5:02.14	54.40	400m:	6:32.31	44.79
3.	Zimowska Maja		07	MMKS Kądzierzyn-Kościele				7:28.88	191			
	50m:	46.45	46.45	150m:	2:37.95	52.34	250m:	4:38.07	1:06.56	350m:	6:37.03	51.65
	100m:	1:45.61	59.16	200m:	3:31.51	53.56	300m:	5:45.38	1:07.31	400m:	7:28.88	51.85

Zimowe Mistrzostwa Okręgu Opolskiego w Pływaniu
Kądzierzyn-Kościele, 8. - 9.12.2018

Konkurencja 28, Kobiety, 400m zmienny

12 - 13 lat

1. Rakowska Marta			06	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie	5:13.09	565	
50m: 34.10	34.10	150m: 1:52.04	39.50	250m: 3:17.20	45.64	350m: 4:38.26	35.64
100m: 1:12.54	38.44	200m: 2:31.56	39.52	300m: 4:02.62	45.42	400m: 5:13.09	34.83
2. Kujawa Paulina			06	MMKS Kądzierzyn-Kościele	6:09.44	344	
50m: 35.99	35.99	150m: 2:06.18	48.37	250m: 3:47.35	53.67	350m: 5:24.31	42.14
100m: 1:17.81	41.82	200m: 2:53.68	47.50	300m: 4:42.17	54.82	400m: 6:09.44	45.13
3. Pajk Julia			05	MOS Opole	6:20.20	315	
50m: 40.29	40.29	150m: 2:23.97	47.93	250m: 4:01.42	50.85	350m: 5:38.44	44.36
100m: 1:36.04	55.75	200m: 3:10.57	46.60	300m: 4:54.08	52.66	400m: 6:20.20	41.76
4. Taraszkiewicz Hanna			06	MMKS Kądzierzyn-Kościele	6:50.77	250	
50m: 43.58	43.58	150m: 2:33.15	54.07	250m: 4:21.45	56.78	350m: 6:05.12	48.89
100m: 1:39.08	55.50	200m: 3:24.67	51.52	300m: 5:16.23	54.78	400m: 6:50.77	45.65
5. Gilowska Maria			06	KS Start Opole	7:07.88	221	
50m: 47.14	47.14	150m: 2:34.86	52.57	250m: 4:26.35	59.22	350m: 6:18.52	51.15
100m: 1:42.29	55.15	200m: 3:27.13	52.27	300m: 5:27.37	1:01.02	400m: 7:07.88	49.36

14 - 15 lat

1. Oliwa Laura			03	DOKiS SP "Vega" Dobrodzie	5:29.08	487	
50m: 34.49	34.49	150m: 1:57.26	43.15	250m: 3:26.90	49.25	350m: 4:52.18	36.92
100m: 1:14.11	39.62	200m: 2:37.65	40.39	300m: 4:15.26	48.36	400m: 5:29.08	36.90

16 - 18 lat

1. Rygiel Oliwia			02	UKS Junior Kluczbork	5:17.66	541	
50m: 33.56	33.56	150m: 1:51.85	40.24	250m: 3:17.93	46.88	350m: 4:42.79	37.87
100m: 1:11.61	38.05	200m: 2:31.05	39.20	300m: 4:04.92	46.99	400m: 5:17.66	34.87