

Wojewódzki Sprawdzian Wszechstronno ci Stylowej i Wytrzymała ci  
Opole, 12.10.2019

Konkurencja 16  
12.10.2019 - 16:40

M czyzn, 400m zmienny

13 lat i starsi  
Wyniki

Punkty: FINA 2018

Pozycja			Rok ur.					Czas	Pkt.
1.	Guzy Marcel		01	DOKiS SP Vega Dobrodzie				<b>4:47.44</b>	549
	50m:	30.96 30.96	150m:	1:44.59 39.12	250m:	3:02.08 40.04	350m:	4:14.68 32.99	
	100m:	1:05.47 34.51	200m:	2:22.04 37.45	300m:	3:41.69 39.61	400m:	4:47.44 32.76	
2.	Podgórski Patryk		03	UKS MOS w Opolu				<b>4:56.35</b>	501
	50m:	32.54 32.54	150m:	1:48.79 38.06	250m:	3:08.70 43.21	350m:	4:25.14 32.93	
	100m:	1:10.73 38.19	200m:	2:25.49 36.70	300m:	3:52.21 43.51	400m:	4:56.35 31.21	
3.	Czaja Marco		03	UKS MOS w Opolu				<b>4:56.45</b>	501
	50m:	33.47 33.47	150m:	1:52.16 37.91	250m:	3:09.95 41.33	350m:	4:24.92 34.43	
	100m:	1:14.25 40.78	200m:	2:28.62 36.46	300m:	3:50.49 40.54	400m:	4:56.45 31.53	
4.	Szymczykowski Jakub		03	UKS MOS w Opolu				<b>4:57.28</b>	497
	50m:	29.63 29.63	150m:	1:44.40 40.92	250m:	3:07.82 44.94	350m:	4:26.25 33.98	
	100m:	1:03.48 33.85	200m:	2:22.88 38.48	300m:	3:52.27 44.45	400m:	4:57.28 31.03	
5.	Filozof Adam		05	MKS Park Wodny Tarnowskie Góry				<b>5:04.58</b>	462
	50m:	32.42 32.42	150m:	1:51.06 40.75	250m:	3:14.09 42.29	350m:	4:30.99 34.60	
	100m:	1:10.31 37.89	200m:	2:31.80 40.74	300m:	3:56.39 42.30	400m:	5:04.58 33.59	
6.	Baranek Jakub		04	UKS MOS w Opolu				<b>5:07.83</b>	447
	50m:	31.50 31.50	150m:	1:52.11 41.82	250m:	3:16.38 44.98	350m:	4:36.44 34.68	
	100m:	1:10.29 38.79	200m:	2:31.40 39.29	300m:	4:01.76 45.38	400m:	5:07.83 31.39	
7.	Gohla Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:08.12</b>	446
	50m:	32.64 32.64	150m:	1:53.29 42.38	250m:	3:17.25 43.76	350m:	4:34.96 35.01	
	100m:	1:10.91 38.27	200m:	2:33.49 40.20	300m:	3:59.95 42.70	400m:	5:08.12 33.16	
8.	Szwiac Jakub		03	UKS MOS w Opolu				<b>5:12.23</b>	429
	50m:	31.61 31.61	150m:	1:52.04 41.94	250m:	3:18.42 45.64	350m:	4:39.65 34.00	
	100m:	1:10.10 38.49	200m:	2:32.78 40.74	300m:	4:05.65 47.23	400m:	5:12.23 32.58	
9.	aba Mateusz		05	UKS MOS w Opolu				<b>5:12.94</b>	426
	50m:	34.57 34.57	150m:	1:55.73 41.27	250m:	3:19.17 43.31	350m:	4:39.47 36.19	
	100m:	1:14.46 39.89	200m:	2:35.86 40.13	300m:	4:03.28 44.11	400m:	5:12.94 33.47	
10.	Topolnicki Maksymilian		06	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:26.52</b>	375
	50m:	34.43 34.43	150m:	1:59.09 43.09	250m:	3:25.30 43.97	350m:	4:50.23 38.74	
	100m:	1:16.00 41.57	200m:	2:41.33 42.24	300m:	4:11.49 46.19	400m:	5:26.52 36.29	
11.	Sosnowski Oliwier		05	UKS "5 plus 1" Opole				<b>5:39.92</b>	332
	50m:	36.75 36.75	150m:	2:05.13 44.90	250m:	3:38.45 49.44	350m:	5:04.39 37.98	
	100m:	1:20.23 43.48	200m:	2:49.01 43.88	300m:	4:26.41 47.96	400m:	5:39.92 35.53	
12.	W sik Marek		06	DOKiS SP Vega Dobrodzie				<b>5:42.00</b>	326
	50m:	38.13 38.13	150m:	2:10.26 44.79	250m:	3:40.86 46.13	350m:	5:04.87 37.40	
	100m:	1:25.47 47.34	200m:	2:54.73 44.47	300m:	4:27.47 46.61	400m:	5:42.00 37.13	
13.	Buczakowski Szymon		05	ULKS „Wodny wiat”				<b>5:43.90</b>	321
	50m:	35.39 35.39	150m:	2:03.56 44.99	250m:	3:37.68 49.77	350m:	5:07.47 39.76	
	100m:	1:18.57 43.18	200m:	2:47.91 44.35	300m:	4:27.71 50.03	400m:	5:43.90 36.43	
14.	Machura Szymon		05	MKS Park Wodny Tarnowskie Góry				<b>5:45.42</b>	316
	50m:	35.45 35.45	150m:	2:06.92 46.28	250m:	3:40.73 48.11	350m:	5:08.35 38.73	
	100m:	1:20.64 45.19	200m:	2:52.62 45.70	300m:	4:29.62 48.89	400m:	5:45.42 37.07	
15.	Adamek Mikołaj		04	UKS MOS w Opolu				<b>5:49.01</b>	307
	50m:	38.55 38.55	150m:	2:07.87 44.63	250m:	3:44.09 53.41	350m:	5:13.93 37.77	
	100m:	1:23.24 44.69	200m:	2:50.68 42.81	300m:	4:36.16 52.07	400m:	5:49.01 35.08	
16.	Bartoszek Jan		05	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>5:49.94</b>	304
	50m:	33.87 33.87	150m:	2:02.13 46.70	250m:	3:37.34 49.71	350m:	5:09.31 41.61	
	100m:	1:15.43 41.56	200m:	2:47.63 45.50	300m:	4:27.70 50.36	400m:	5:49.94 40.63	
17.	Górowski Cezary		04	UKS MOS w Opolu				<b>5:52.20</b>	298
	50m:	36.15 36.15	150m:	2:07.58 45.67	250m:	3:45.22 54.04	350m:	5:16.28 36.19	
	100m:	1:21.91 45.76	200m:	2:51.18 43.60	300m:	4:40.09 54.87	400m:	5:52.20 35.92	

Wojewódzki Sprawdzian Wszechstronno ci Stylowej i Wytrzymało ci  
Opole, 12.10.2019

Konkurencja 16, M czyzn, 400m zmienny, 13 lat i starsi

Pozycja			Rok ur.					Czas	Pkt.
18.	Janicki Bartosz		05	UKS MOS w Opolu				<b>6:02.72</b>	273
	50m:	40.17 40.17	150m:	2:14.09 45.61	250m:	3:49.30 51.62	350m:	5:23.89 42.16	
	100m:	1:28.48 48.31	200m:	2:57.68 43.59	300m:	4:41.73 52.43	400m:	6:02.72 38.83	
19.	Kalla Maksymilian		06	UKS "5 plus 1" Opole				<b>6:13.39</b>	250
	50m:	39.44 39.44	150m:	2:18.90 48.71	250m:	4:00.45 54.70	350m:	5:34.95 40.65	
	100m:	1:30.19 50.75	200m:	3:05.75 46.85	300m:	4:54.30 53.85	400m:	6:13.39 38.44	
20.	Wnuk Denis		06	UKS Junior Kluczbork				<b>6:18.54</b>	240
	50m:	46.02 46.02	150m:	2:25.74 48.53	250m:	4:08.06 54.71	350m:	5:41.89 41.21	
	100m:	1:37.21 51.19	200m:	3:13.35 47.61	300m:	5:00.68 52.62	400m:	6:18.54 36.65	
21.	Nied wiecki Roch		06	Start Opole				<b>6:24.21</b>	230
	50m:	44.12 44.12	150m:	2:26.31 47.89	250m:	4:02.10 50.11	350m:	5:41.16 46.86	
	100m:	1:38.42 54.30	200m:	3:11.99 45.68	300m:	4:54.30 52.20	400m:	6:24.21 43.05	
22.	Kuterski Szymon		06	MMKS K dzierzyn-Ko le				<b>6:25.31</b>	228
	50m:	39.97 39.97	150m:	2:18.71 48.73	250m:	4:02.62 55.72	350m:	5:41.02 44.22	
	100m:	1:29.98 50.01	200m:	3:06.90 48.19	300m:	4:56.80 54.18	400m:	6:25.31 44.29	
23.	Włodarczyk Alex		06	UKS MOS w Opolu				<b>6:51.27</b>	187
	50m:	44.49 44.49	150m:	2:31.48 51.50	250m:	4:21.63 58.34	350m:	6:07.56 45.98	
	100m:	1:39.98 55.49	200m:	3:23.29 51.81	300m:	5:21.58 59.95	400m:	6:51.27 43.71	
24.	Korpacki Igor		05	UKS MOS w Opolu				<b>7:28.35</b>	144
	50m:	49.74 49.74	150m:	2:47.39 56.68	250m:	4:48.11 1:02.75	350m:	6:41.47 49.09	
	100m:	1:50.71 1:00.97	200m:	3:45.36 57.97	300m:	5:52.38 1:04.27	400m:	7:28.35 46.88	
DYSKW.	Kania Kamil		05	MMKS K dzierzyn-Ko le					
	<i>K 1 - Pływak wykonał kopni cie delfinowe po pierwszym kopni ciu do stylu klasycznego (pierwszy ruch po starcie lub nawrocie).</i>								
DYSKW.	Korpacki Michał		06	UKS MOS w Opolu					
	<i>K 15 - Pływak nie dotkn ł ciany dwiema dło mi przy nawrocie lub na zako czenie wy cigu.</i>								
DYSKW.	Rychter Oskar		06	MKS Park Wodny Tarnowskie Góry					
	<i>M 5 - Pływak nie przeniósł ramion do przodu nad lustrem wody.</i>								
DYSKW.	Grzybowski Jakub		06	MMKS K dzierzyn-Ko le					
	<i>K 15 - Pływak nie dotkn ł ciany dwiema dło mi przy nawrocie lub na zako czenie wy cigu.</i>								