

Główne Mistrzostwa Polski Seniorów i Młodzie owców w pływaniu  
Olsztyn, 26-29.04.2023

Konkurencja 28 M czynn, 400m dowolny 14 lat i starsi  
2023-04-28 - 18:45 Wyniki Finał

Rekord Polski 3:45.71 STANCZYK Przemysław 00116 Chiba (JPN) 2007  
Rekord Polski Młodzie owców 3:45.71 STANCZYK Przemysław 00116 Chiba (JPN) 2007

Min. M Fukuoka 2023 Open: 3:48.15 / Min. Uniwersjada Chengdu 18 - 27: 3:52.71 / Min. ME U-23 Dublin 2023 19 - 23: 3:52.71 /  
Min. M J Netanya 2023 M 15 - 18: 3:51.19 / Min. MEJ Belgrad 2023 M 17 - 18: 3:58.77

Punkty: FINA 2023

Pozycja Rok ur. Czas Pkt.

## Finał A

1.	ZABOROWSKI Filip	94	MKP Szczecin	<b>3:53.57</b>	836
	50m: 27.27 27.27	150m: 1:26.49	29.80	250m: 2:25.90	29.49
	100m: 56.69 29.42	200m: 1:56.41	29.92	300m: 2:55.45	29.55
				350m: 3:24.89	29.44
				400m: 3:53.57	28.68
2.	CHMIELEWSKI Krzysztof	04	IUKS MUSZELKA Warszawa	<b>3:53.64</b>	835
	50m: 26.87 26.87	150m: 1:25.47	29.47	250m: 2:24.77	29.82
	100m: 56.00 29.13	200m: 1:54.95	29.48	300m: 2:54.71	29.94
				350m: 3:24.85	30.14
				400m: 3:53.64	28.79
3.	KOZIEJKO Bartłomiej	00	AZS AWF Warszawa	<b>3:55.27</b>	818
	50m: 27.28 27.28	150m: 1:26.10	29.68	250m: 2:25.79	29.74
	100m: 56.42 29.14	200m: 1:56.05	29.95	300m: 2:56.12	30.33
				350m: 3:26.02	29.90
				400m: 3:55.27	29.25
4.	FILIPIAK Mikołaj	06	KS BARRAKUDA Gda sk	<b>3:55.87</b>	812
	<i>Min. MEJ Belgrad 2023</i>				
	50m: 26.60 26.60	150m: 1:26.44	30.24	250m: 2:27.44	30.21
	100m: 56.20 29.60	200m: 1:57.23	30.79	300m: 2:57.72	30.28
				350m: 3:27.43	29.71
				400m: 3:55.87	28.44
5.	STANISZEWSKI Bartosz	05	UKP Ruda l ska	<b>3:58.67</b>	783
	<i>Min. MEJ Belgrad 2023</i>				
	50m: 27.16 27.16	150m: 1:27.09	30.35	250m: 2:28.57	30.73
	100m: 56.74 29.58	200m: 1:57.84	30.75	300m: 2:59.20	30.63
				350m: 3:30.18	30.98
				400m: 3:58.67	28.49
6.	ZDYBEL Adam	05	KS DELFIN Gdynia	<b>4:00.20</b>	769
	50m: 27.30 27.30	150m: 1:27.55	30.64	250m: 2:28.99	30.88
	100m: 56.91 29.61	200m: 1:58.11	30.56	300m: 2:59.94	30.95
				350m: 3:30.88	30.94
				400m: 4:00.20	29.32
7.	KOZŁOWSKI Igor	05	KU AZS UMCS Lublin	<b>4:00.39</b>	767
	50m: 27.02 27.02	150m: 1:26.59	30.24	250m: 2:28.99	31.51
	100m: 56.35 29.33	200m: 1:57.48	30.89	300m: 2:59.95	30.96
				350m: 3:30.97	31.02
				400m: 4:00.39	29.42
8.	WALTER Jakub	04	UKP UNIA O wi cim	<b>4:00.65</b>	764
	50m: 27.33 27.33	150m: 1:28.27	31.03	250m: 2:30.32	31.36
	100m: 57.24 29.91	200m: 1:58.96	30.69	300m: 3:01.34	31.02
				350m: 3:31.85	30.51
				400m: 4:00.65	28.80
9.	MALEC Mikołaj	01	MKS TRÓJKA Łód	<b>4:00.93</b>	762
	50m: 27.53 27.53	150m: 1:28.30	30.98	250m: 2:30.60	31.54
	100m: 57.32 29.79	200m: 1:59.06	30.76	300m: 3:01.69	31.09
				350m: 3:32.70	31.01
				400m: 4:00.93	28.23
10.	RADKIEWICZ Kajetan	05	KS KSZO Ostrowiec w.	<b>4:03.12</b>	741
	50m: 27.78 27.78	150m: 1:28.45	30.50	250m: 2:30.18	30.77
	100m: 57.95 30.17	200m: 1:59.41	30.96	300m: 3:01.47	31.29
				350m: 3:32.11	30.64
				400m: 4:03.12	31.01

## Finał B

11.	PŁOSZKA Kacper	05	MKS JEDYNKA Łód	<b>3:59.40</b>	776
	50m: 27.48 27.48	150m: 1:28.20	31.02	250m: 2:29.64	30.71
	100m: 57.18 29.70	200m: 1:58.93	30.73	300m: 3:00.45	30.81
				350m: 3:30.79	30.34
				400m: 3:59.40	28.61
12.	KAPAŁA Bartosz	06	MTP KORMORAN Olsztyn	<b>3:59.66</b>	774
	50m: 27.81 27.81	150m: 1:28.20	30.35	250m: 2:29.44	30.65
	100m: 57.85 30.04	200m: 1:58.79	30.59	300m: 3:00.10	30.66
				350m: 3:30.42	30.32
				400m: 3:59.66	29.24
13.	LARY Jerzy	06	IUKS MUSZELKA Warszawa	<b>4:01.14</b>	760
	50m: 28.11 28.11	150m: 1:28.08	30.26	250m: 2:29.50	30.62
	100m: 57.82 29.71	200m: 1:58.88	30.80	300m: 3:00.40	30.90
				350m: 3:31.01	30.61
				400m: 4:01.14	30.13
14.	HEBEL Maciej	05	KU AZS UMCS Lublin	<b>4:01.88</b>	753
	50m: 27.57 27.57	150m: 1:28.03	30.71	250m: 2:29.49	30.87
	100m: 57.32 29.75	200m: 1:58.62	30.59	300m: 3:00.37	30.88
				350m: 3:31.81	31.44
				400m: 4:01.88	30.07

Główne Mistrzostwa Polski Seniorów i Młodzie owców w pływaniu  
Olsztyn, 26-29.04.2023

Konkurencja 28, Mężczyzn, 400m dowolny, Finał, 14 lat i starsi

Pozycja			Rok ur.						Czas	Pkt.
15.	GNACZY SKI Michał		07	MKP Szczecin					<b>4:03.02</b>	742
	50m: 28.32	28.32	150m: 1:29.81	31.06	250m: 2:32.03	31.20	350m: 3:33.67	30.82		30.82
	100m: 58.75	30.43	200m: 2:00.83	31.02	300m: 3:02.85	30.82	400m: 4:03.02			29.35
16.	KOWOLIK Alex		04	UKP UNIA O wi cim					<b>4:04.50</b>	729
	50m: 28.37	28.37	150m: 1:30.11	31.25	250m: 2:32.37	31.09	350m: 3:34.61	31.05		31.05
	100m: 58.86	30.49	200m: 2:01.28	31.17	300m: 3:03.56	31.19	400m: 4:04.50			29.89
17.	RYNKIEWICZ Jakub		05	KU AZS UMCS Lublin					<b>4:07.17</b>	705
	50m: 28.01	28.01	150m: 1:30.32	31.44	250m: 2:33.06	31.15	350m: 3:37.22	31.87		31.87
	100m: 58.88	30.87	200m: 2:01.91	31.59	300m: 3:05.35	32.29	400m: 4:07.17			29.95
18.	BUJAK Piotr		97	St. Lok. SALOS Cortile Kielce					<b>4:07.70</b>	701
	50m: 28.78	28.78	150m: 1:31.10	30.98	250m: 2:33.86	31.40	350m: 3:37.21	31.43		31.43
	100m: 1:00.12	31.34	200m: 2:02.46	31.36	300m: 3:05.78	31.92	400m: 4:07.70			30.49
19.	WO NIAK Piotr		05	MTP KORMORAN Olsztyn					<b>4:08.42</b>	695
	50m: 28.84	28.84	150m: 1:31.26	31.50	250m: 2:34.59	31.72	350m: 3:37.39	30.86		30.86
	100m: 59.76	30.92	200m: 2:02.87	31.61	300m: 3:06.53	31.94	400m: 4:08.42			31.03
20.	PI TKA Miłosz		07	MKP Szczecin					<b>4:08.82</b>	691
	50m: 28.85	28.85	150m: 1:31.56	31.29	250m: 2:34.64	31.50	350m: 3:38.02	31.63		31.63
	100m: 1:00.27	31.42	200m: 2:03.14	31.58	300m: 3:06.39	31.75	400m: 4:08.82			30.80