

Letnie Mistrzostwa Polski w Pływaniu w Kategoriach Masters
Lublin, 30.5. - 1.6.2025

Konkurencja 31
31.05.2025 - 18:23

Mężczyzn, 400m zmienny

20 - 94 lat
Wyniki

RP Masters 80 - 84	8:20.62	KROKOSZYŃSKI Stanisław	Gliwice	18.06.2011
RP Masters 75 - 79	8:13.09	BASTEK Ewald	Budapeszt (HUN)	16.08.2017
RP Masters 70 - 74	7:01.33	BASTEK Ewald	Göteborg (SWE)	02.08.2010
RP Masters 65 - 69	7:02.47	PRZYTULSKI Włodzimierz	Warszawa	03.06.2023
RP Masters 60 - 64	6:27.92	RACZYŃSKI Marian	Casablanca (MAR)	21.06.1998
RP Masters 55 - 59	6:09.16	GABIEC Mariusz	Szczecin	28.06.2015
RP Masters 50 - 54	5:15.44	WOLNY Dariusz	Göteborg (SWE)	02.08.2010
RP Masters 45 - 49	5:15.71	BERWECKI Arkadiusz	Poznań	23.06.2018
RP Masters 40 - 44	4:49.62	WOLNY Dariusz	Monachium (GER)	02.08.2000
RP Masters 35 - 39	4:46.79	WOLNY Dariusz	Casablanca (MAR)	21.06.1998
RP Masters 30 - 34	4:55.72	APTEWICZ Arkadiusz	Lublin	15.06.2024
RP Masters 25 - 29	4:51.11	APTEWICZ Arkadiusz	Poznań	23.06.2018

Punkty: AQUA Master 2025

Pozycja Wiek Czas Pkt. CR

KATEGORIA A

1. GAWRON Oskar	26	Fundacja Power Swimming	4:59.78	731	+0,78
50m: 31.18 31.18	150m: 1:48.83 40.81	250m: 3:10.89 41.77	350m: 4:27.11 33.44		
100m: 1:08.02 36.84	200m: 2:29.12 40.29	300m: 3:53.67 42.78	400m: 4:59.78 32.67		

KATEGORIA B

1. GALON Michał	30	5Styl Warszawa	5:08.11	606	+0,71
50m: 29.40 29.40	150m: 1:46.03 41.68	250m: 3:10.23 42.42	350m: 4:30.82 37.81		
100m: 1:04.35 34.95	200m: 2:27.81 41.78	300m: 3:53.01 42.78	400m: 5:08.11 37.29		
2. CHOWANIEC Mateusz	30	UKS Trójka Częstochowa	5:45.62	429	+0,72
50m: 34.90 34.90	150m: 2:01.89 45.03	250m: 3:33.87 47.47	350m: 5:04.90 41.92		
100m: 1:16.86 41.96	200m: 2:46.40 44.51	300m: 4:22.98 49.11	400m: 5:45.62 40.72		
3. WANDZIOCH Krzysztof	33	IKS Herkules Suwałki	6:29.25	300	+0,83
50m: 38.76 38.76	150m: 2:16.79 51.62	250m: 4:05.49 56.37	350m: 5:46.38 45.13		
100m: 1:25.17 46.41	200m: 3:09.12 52.33	300m: 5:01.25 55.76	400m: 6:29.25 42.87		

DYSKW. APTEWICZ Arkadiusz 32 Water Squad **4:58.69** +0,74

M1 - Pływak nie złamał powierzchni wody głową przed lub na lini 15 m po starcie lub nawrocie - 8.5

50m: 30.68 30.68	150m: 1:48.29 41.20	250m: 3:08.81 40.32	350m: 4:25.23 35.06
100m: 1:07.09 36.41	200m: 2:28.49 40.20	300m: 3:50.17 41.36	400m: 4:58.69 33.46

KATEGORIA C

1. SZEWCZYK Piotr	38	Warsaw Masters Team	5:59.47	455	+0,88
50m: 36.94 36.94	150m: 2:04.48 45.32	250m: 3:45.23 55.47	350m: 5:20.81 41.32		
100m: 1:19.16 42.22	200m: 2:49.76 45.28	300m: 4:39.49 54.26	400m: 5:59.47 38.66		

KATEGORIA D

1. ŚLUSARCZYK Bartosz	40	KS Korona 1919 Kraków	6:18.23	416	+0,75
50m: 34.88 34.88	150m: 2:12.87 53.00	250m: 3:57.07 53.55	350m: 5:35.48 45.90		
100m: 1:19.87 44.99	200m: 3:03.52 50.65	300m: 4:49.58 52.51	400m: 6:18.23 42.75		
2. KRUK Marcin	43	Koszalińskie TKKF	6:27.09	388	+0,82
50m: 36.28 36.28	150m: 2:13.78 56.01	250m: 4:03.22 56.01	350m: 5:44.55 44.63		
100m: 1:17.77 41.49	200m: 3:07.21 53.43	300m: 4:59.92 56.70	400m: 6:27.09 42.54		



Letnie Mistrzostwa Polski w Pływaniu w Kategoriach Masters
Lublin, 30.5. - 1.6.2025

Konkurencja 31, Mężczyzn, 400m zmienny

KATEGORIA E

1. ROGOSZ Paweł	49	Warsaw Masters Team	5:38.61	588	+0,80
50m: 35.93 35.93	150m: 2:03.00 46.06	250m: 3:32.89 44.25	350m: 4:58.71 40.30		
100m: 1:16.94 41.01	200m: 2:48.64 45.64	300m: 4:18.41 45.52	400m: 5:38.61 39.90		
2. OSTROWSKI Bartosz	48	Warsaw Masters Team	5:51.47	526	+0,82
50m: 36.59 36.59	150m: 2:08.77 50.08	250m: 3:45.16 47.88	350m: 5:14.23 40.40		
100m: 1:18.69 42.10	200m: 2:57.28 48.51	300m: 4:33.83 48.67	400m: 5:51.47 37.24		
3. GOGACZ Sebastian	49	UKS Trójka Puławy	5:58.97	494	+0,79
50m: 34.08 34.08	150m: 2:07.06 52.80	250m: 3:47.03 47.98	350m: 5:18.85 42.22		
100m: 1:14.26 40.18	200m: 2:59.05 51.99	300m: 4:36.63 49.60	400m: 5:58.97 40.12		

KATEGORIA F

1. GREGOROWICZ Paweł	51	Stow. Pływ. Masters Olsztyn	5:24.40	682	+0,76
50m: 34.27 34.27	150m: 2:26.11 46.10	250m: 3:26.11 46.10	350m: 4:48.91 37.77		
100m: 1:11.49 37.22	200m: 2:40.01 45.03	300m: 4:11.14 45.03	400m: 5:24.40 35.49		
2. WINIARCZYK Jarosław	53	Koszalińskie TKKF	6:15.69	439	+0,77
50m: 35.82 35.82	150m: 2:14.09 53.09	250m: 3:59.32 54.52	350m: 5:35.58 43.55		
100m: 1:21.00 45.18	200m: 3:04.80 50.71	300m: 4:52.03 52.71	400m: 6:15.69 40.11		
3. ŁYSIAK Piotr	52	KS Korona 1919 Kraków	6:47.70	343	+0,93
50m: 42.85 42.85	150m: 2:30.94 56.24	250m: 4:19.00 53.19	350m: 6:01.29 48.86		
100m: 1:34.70 51.85	200m: 3:25.81 54.87	300m: 5:12.43 53.43	400m: 6:47.70 46.41		
4. WIERZBIK Bernard	50	Niezrzeszony Warszawa	7:09.21	294	+0,87
50m: 39.15 39.15	150m: 2:35.50 58.92	250m: 4:33.42 59.79	350m: 6:23.71 50.08		
100m: 1:36.58 57.43	200m: 3:33.63 58.13	300m: 5:33.63 1:00.21	400m: 7:09.21 45.50		
5. WILKOWSKI Leszek	54	Gdynia Masters	8:01.44	208	
50m: 50.33 50.33	150m: 3:01.56 1:03.88	250m: 5:10.72 1:09.05	350m: 7:12.10 51.26		
100m: 1:57.68 1:07.35	200m: 4:01.67 1:00.11	300m: 6:20.84 1:10.12	400m: 8:01.44 49.34		

KATEGORIA G

1. MONCZAK Piotr	58	KS Warta Poznań	5:47.77	626	+0,78
<i>Rekord Polski Masters</i>					
50m: 35.79 35.79	150m: 2:03.67 45.95	250m: 3:39.57 50.86	350m: 5:10.22 39.31		
100m: 1:17.72 41.93	200m: 2:48.71 45.04	300m: 4:30.91 51.34	400m: 5:47.77 37.55		
2. RUDZIŃSKI Michał	59	MUKS Zgierz	8:19.24	211	
50m: 53.82 53.82	150m: 3:05.57 1:04.85	250m: 5:12.97 1:02.53	350m: 7:20.07 1:00.53		
100m: 2:00.72 1:06.90	200m: 4:10.44 1:04.87	300m: 6:19.54 1:06.57	400m: 8:19.24 59.17		

KATEGORIA H

1. BIAŁY Michał	63	5Styl Warszawa	6:48.03	430	+0,51
50m: 43.60 43.60	150m: 2:31.09 52.33	250m: 4:20.39 55.42	350m: 6:01.91 46.53		
100m: 1:38.76 55.16	200m: 3:24.97 53.88	300m: 5:15.38 54.99	400m: 6:48.03 46.12		
2. AMBROZIAK Tomasz	61	UŚKS Ostrołęka	7:45.23	290	+0,89
50m: 50.76 50.76	150m: 3:00.27 1:03.14	250m: 5:07.62 1:05.87	350m: 6:58.73 48.60		
100m: 1:57.13 1:06.37	200m: 4:01.75 1:01.48	300m: 6:10.13 1:02.51	400m: 7:45.23 46.50		
3. BURZYŃSKI Piotr	63	KS Waterpolo Poznań	8:19.92	234	
50m: 57.18 57.18	150m: 3:20.39 1:12.97	250m: 5:32.82 1:03.19	350m: 7:27.23 51.03		
100m: 2:07.42 1:10.24	200m: 4:29.63 1:09.24	300m: 6:36.20 1:03.38	400m: 8:19.92 52.69		



Letnie Mistrzostwa Polski w Pływaniu w Kategoriach Masters
Lublin, 30.5. - 1.6.2025

Konkurencja 31, Mężczyzn, 400m zmienny

KATEGORIA I

1.	LORKOWSKI Robert	65	SP Motyl Stalowa Wola	6:53.89	433	+0,92
	<i>Rekord Polski Masters</i>					
	50m: 43.47 43.47	150m: 2:27.39 52.50	250m: 4:20.44 1:01.49	350m: 6:08.69 47.71		
	100m: 1:34.89 51.42	200m: 3:18.95 51.56	300m: 5:20.98 1:00.54	400m: 6:53.89 45.20		
2.	TOPORSKI Janusz	66	KS Korona 1919 Kraków	8:20.92	244	+0,75
	50m: 55.41 55.41	150m: 3:15.88 1:16.19	250m: 5:34.05 1:03.43	350m: 7:31.04 54.98		
	100m: 1:59.69 1:04.28	200m: 4:30.62 1:14.74	300m: 6:36.06 1:02.01	400m: 8:20.92 49.88		

KATEGORIA J

1.	NOWAK Michał	73	Warsaw Masters Team	7:51.76	429	+0,97
	50m: 53.64 53.64	150m: 3:01.68 1:02.87	250m: 5:03.10 59.95	350m: 6:59.38 54.68		
	100m: 1:58.81 1:05.17	200m: 4:03.15 1:01.47	300m: 6:04.70 1:01.60	400m: 7:51.76 52.38		

KATEGORIA K

1.	BARTKOWIAK Roman	76	KS Warta Poznań	10:23.53	254	
	50m: 1:30.20 1:30.20	150m: 4:43.09 1:16.76	250m: 7:10.45 1:12.90	350m: 9:27.20 1:00.15		
	100m: 3:26.33 1:56.13	200m: 5:57.55 1:14.46	300m: 8:27.05 1:16.60	400m: 10:23.53 56.33		
2.	DASZYŃSKI Andrzej	77	UKS Energetyk Zgorzelec	10:34.12	241	
	50m: 1:18.21 1:18.21	150m: 4:11.44 1:19.83	250m: 6:54.13 1:28.90	350m: 9:26.31 1:06.73		
	100m: 2:51.61 1:33.40	200m: 5:25.23 1:13.79	300m: 8:19.58 1:25.45	400m: 10:34.12 1:07.81		

