

Konkurencja 3		Kobiet, 400m zmienny			12 lat i starsi
22.11.2025 - 9:22					Wyniki
Rekord Okręgu Open	4:40.65	Urbańska Karolina	AWGDA	Szczecin	04.12.2010
Rekord Okręgu - 18	4:40.65	Urbańska Karolina		Szczecin	04.12.2010
Rekord Okręgu - 17	4:48.07	Rutkowska Agnieszka	SKSLU	Olsztyn	18.12.2016
Rekord Okręgu - 16	4:48.07	Rutkowska Agnieszka	SKSLU	Olsztyn	18.12.2016
Rekord Okręgu - 15	4:48.07	Rutkowska Agnieszka	SKSLU	Olsztyn	18.12.2016
Rekord Okręgu - 14	4:59.11	Kuchta Maria	DWTCZ	Olsztyn	18.12.2016
Rekord Okręgu - 13	5:08.75	Cierpiałowska Paulina	WOMAL	Olsztyn	17.12.2017
Rekord Okręgu - 12	5:08.75	Cierpiałowska Paulina	WOMAL	Olsztyn	17.12.2017

Pozycja	Rok ur.	Czas	Pkt.
---------	---------	------	------

1.	Michałowska Emilia				13	Dwójka Morena Gdańsk				5:52.34	381	
	50m:	37.59	37.59	150m:	2:07.53	46.17	250m:	3:45.25	52.81	350m:	5:15.78	38.36
	100m:	1:21.36	43.77	200m:	2:52.44	44.91	300m:	4:37.42	52.17	400m:	5:52.34	36.56
2.	Cabańska Natalia				13	Dwójka Morena Gdańsk				6:08.96	331	
	50m:	39.75	39.75	150m:	2:13.35	47.98	250m:	3:52.78	53.34	350m:	5:29.34	42.56
	100m:	1:25.37	45.62	200m:	2:59.44	46.09	300m:	4:46.78	54.00	400m:	6:08.96	39.62
3.	Nowicka Maja				12	Żabianka Gdańsk				6:13.35	320	
	50m:	40.29	40.29	150m:	2:15.12	45.65	250m:	3:57.72	58.61	350m:	5:36.07	40.84
	100m:	1:29.47	49.18	200m:	2:59.11	43.99	300m:	4:55.23	57.51	400m:	6:13.35	37.28
4.	Święcicka Zuzanna				13	Dwójka Morena Gdańsk				6:22.14	298	
	50m:	38.48	38.48	150m:	2:13.10	47.11	250m:	3:59.18	59.34	350m:	5:41.09	42.53
	100m:	1:25.99	47.51	200m:	2:59.84	46.74	300m:	4:58.56	59.38	400m:	6:22.14	41.05

DYSKW.	Zielonka-Wyczlińska Alicja		12	Żabianka Gdańsk		5:44.50					
Z3/... - <i>Pływak ukończył poszczególne odcinki niezgodnie z przepisami o zakończeniu wyścigu w danym stylu (Czas: 9:30), K 16</i>											
50m:	41.34	41.34	150m:	2:13.51	44.93	250m:	3:43.35	46.66	350m:	5:08.12	38.75
100m:	1:28.58	47.24	200m:	2:56.69	43.18	300m:	4:29.37	46.02	400m:	5:44.50	36.38

1.	Krawiec Selena		10	Żabianka Gdańsk					5:26.55	478		
	50m:	34.55	34.55	150m:	1:59.89	42.91	250m:	3:26.58	45.08	350m:	4:50.61	38.76
	100m:	1:16.98	42.43	200m:	2:41.50	41.61	300m:	4:11.85	45.27	400m:	5:26.55	35.94
2.	Zysk Natalia		11	Siódemka Gdynia						5:45.87	403	
	50m:	35.99	35.99	150m:	2:00.51	42.71	250m:	3:34.87	51.43	350m:	5:07.40	40.90
	100m:	1:17.80	41.81	200m:	2:43.44	42.93	300m:	4:26.50	51.63	400m:	5:45.87	38.47
3.	Sosnowska Urszula		09	Delfin Gdynia						6:01.44	353	
	50m:	37.92	37.92	150m:	2:10.28	45.78	250m:	3:43.39	48.70	350m:	5:19.07	44.68
	100m:	1:24.50	46.58	200m:	2:54.69	44.41	300m:	4:34.39	51.00	400m:	6:01.44	42.37

DYSKW.	Paszek Lidia	10	Dwójka Tczew	5:16.91								
	<i>K14 - Pływak wykonał kopnięcie motylkowe ku dołowi (z wyjątkiem jednego ruchu po starcie i nawrocie). (Czas: 9:34)</i>											
	50m:	33.47	33.47	150m:	1:53.52	39.32	250m:	3:17.60	45.67	350m:	4:40.87	37.49
	100m:	1:14.20	40.73	200m:	2:31.93	38.41	300m:	4:03.38	45.78	400m:	5:16.91	36.04

1.	Plaga Olga			07	Skalar Słupsk					5:05.83	582	
	50m:	32.67	32.67	150m:	1:50.48	39.78	250m:	3:11.12	41.57	350m:	4:30.22	36.40
	100m:	1:10.70	38.03	200m:	2:29.55	39.07	300m:	3:53.82	42.70	400m:	5:05.83	35.61
2.	Bańkowska Julia			07	Neptun Gdańsk					5:54.54	374	
	50m:	38.03	38.03	150m:	2:06.77	44.66	250m:	3:41.50	49.95	350m:	5:13.36	41.43
	100m:	1:22.11	44.08	200m:	2:51.55	44.78	300m:	4:31.93	50.43	400m:	5:54.54	41.18

Mistrzostwa Województwa Pomorskiego w Pływaniu
Gdynia, 22. - 23.11.2025

Konkurencja 3, Kobiet, 400m zmienny

OPEN

1.	Plaga Olga	07	Skalar Słupsk	5:05.83	582
	50m: 32.67 32.67	150m: 1:50.48 39.78	250m: 3:11.12 41.57	350m: 4:30.22 36.40	
	100m: 1:10.70 38.03	200m: 2:29.55 39.07	300m: 3:53.82 42.70	400m: 5:05.83 35.61	
2.	Krawiec Selena	10	Żabianka Gdańsk	5:26.55	478
	50m: 34.55 34.55	150m: 1:59.89 42.91	250m: 3:26.58 45.08	350m: 4:50.61 38.76	
	100m: 1:16.98 42.43	200m: 2:41.50 41.61	300m: 4:11.85 45.27	400m: 5:26.55 35.94	
3.	Zysk Natalia	11	Siódemka Gdynia	5:45.87	403
	50m: 35.99 35.99	150m: 2:00.51 42.71	250m: 3:34.87 51.43	350m: 5:07.40 40.90	
	100m: 1:17.80 41.81	200m: 2:43.44 42.93	300m: 4:26.50 51.63	400m: 5:45.87 38.47	
4.	Michałowska Emilia	13	Dwójka Morena Gdańsk	5:52.34	381
	50m: 37.59 37.59	150m: 2:07.53 46.17	250m: 3:45.25 52.81	350m: 5:15.78 38.36	
	100m: 1:21.36 43.77	200m: 2:52.44 44.91	300m: 4:37.42 52.17	400m: 5:52.34 36.56	
5.	Bańkowska Julia	07	Neptun Gdańsk	5:54.54	374
	50m: 38.03 38.03	150m: 2:06.77 44.66	250m: 3:41.50 49.95	350m: 5:13.36 41.43	
	100m: 1:22.11 44.08	200m: 2:51.55 44.78	300m: 4:31.93 50.43	400m: 5:54.54 41.18	
6.	Sosnowska Urszula	09	Delfin Gdynia	6:01.44	353
	50m: 37.92 37.92	150m: 2:10.28 45.78	250m: 3:43.39 48.70	350m: 5:19.07 44.68	
	100m: 1:24.50 46.58	200m: 2:54.69 44.41	300m: 4:34.39 51.00	400m: 6:01.44 42.37	
7.	Cabańska Natalia	13	Dwójka Morena Gdańsk	6:08.96	331
	50m: 39.75 39.75	150m: 2:13.35 47.98	250m: 3:52.78 53.34	350m: 5:29.34 42.56	
	100m: 1:25.37 45.62	200m: 2:59.44 46.09	300m: 4:46.78 54.00	400m: 6:08.96 39.62	
8.	Nowicka Maja	12	Żabianka Gdańsk	6:13.35	320
	50m: 40.29 40.29	150m: 2:15.12 45.65	250m: 3:57.72 58.61	350m: 5:36.07 40.84	
	100m: 1:29.47 49.18	200m: 2:59.11 43.99	300m: 4:55.23 57.51	400m: 6:13.35 37.28	
9.	Święcicka Zuzanna	13	Dwójka Morena Gdańsk	6:22.14	298
	50m: 38.48 38.48	150m: 2:13.10 47.11	250m: 3:59.18 59.34	350m: 5:41.09 42.53	
	100m: 1:25.99 47.51	200m: 2:59.84 46.74	300m: 4:58.56 59.38	400m: 6:22.14 41.05	

DYSKW.	Paszek Lidia	10	Dwójka Tczew	5:16.91	
	<i>K14 - Pływak wykonał kopnięcie motylkowe ku dołowi (z wyjątkiem jednego ruchu po starcie i nawrocie). (Czas: 9:34)</i>				
	50m: 33.47 33.47	150m: 1:53.52 39.32	250m: 3:17.60 45.67	350m: 4:40.87 37.49	
	100m: 1:14.20 40.73	200m: 2:31.93 38.41	300m: 4:03.38 45.78	400m: 5:16.91 36.04	

DYSKW.	Zielonka-Wyczlińska Alicja	12	Żabianka Gdańsk	5:44.50	
	<i>Z3/... - Pływak ukończył poszczególne odcinki niezgodnie z przepisami o zakończeniu wyścigu w danym stylu (Czas: 9:30), K 16</i>				
	50m: 41.34 41.34	150m: 2:13.51 44.93	250m: 3:43.35 46.66	350m: 5:08.12 38.75	
	100m: 1:28.58 47.24	200m: 2:56.69 43.18	300m: 4:29.37 46.02	400m: 5:44.50 36.38	