

Mistrzostwa Polski w pływaniu - Olsztyn 2014

Vademecum

Przygotowany specjalnie na pływackie Mistrzostwa Polski Seniorów i Młodzieżowców w Olsztynie w 2014 roku przewodnik, w którym zawarte są wszystkie najważniejsze informacje dotyczące każdej konkurencji.

Spis treści

- ❖ Program zawodów
- ❖ **KOBIETY**
 - Styl dowolny – krótkie dystanse
 - 50 m stylem dowolnym
 - 100 m stylem dowolnym
 - 200 m stylem dowolnym
 - Styl dowolny – długie dystanse
 - 400 m stylem dowolnym
 - 800 m stylem dowolnym
 - 1500 m stylem dowolnym
 - Styl grzbietowy
 - 50 m stylem grzbietowym
 - 100 m stylem grzbietowym
 - 200 m stylem grzbietowym
 - Styl klasyczny
 - 50 m stylem klasycznym
 - 100 m stylem klasycznym
 - 200 m stylem klasycznym
 - Styl motylkowy
 - 50 m stylem motylkowym
 - 100 m stylem motylkowym
 - 200 m stylem motylkowym
 - Styl zmienny
 - 200 m stylem zmiennym
 - 400 m stylem zmiennym
- ❖ **MĘŻCZYŹNI**
 - Styl dowolny – krótkie dystanse
 - 50 m stylem dowolnym
 - 100 m stylem dowolnym
 - 200 m stylem dowolnym
 - Styl dowolny – długie dystanse
 - 400 m stylem dowolnym
 - 800 m stylem dowolnym
 - 1500 m stylem dowolnym
 - Styl grzbietowy
 - 50 m stylem grzbietowym
 - 100 m stylem grzbietowym
 - 200 m stylem grzbietowym
 - Styl klasyczny
 - 50 m stylem klasycznym
 - 100 m stylem klasycznym
 - 200 m stylem klasycznym
 - Styl motylkowy
 - 50 m stylem motylkowym
 - 100 m stylem motylkowym
 - 200 m stylem motylkowym
 - Styl zmienny
 - 200 m stylem zmiennym
 - 400 m stylem zmiennym

Program zawodów

Czwartek 5.06

9:00 – eliminacje:

200 m stylem motylkowym kobiet
200 m stylem motylkowym mężczyzn
50 m stylem dowolnym kobiet
50 m stylem dowolnym mężczyzn
200 m stylem grzbietowym kobiet
200 m stylem grzbietowym mężczyzn
800 m stylem dowolnym kobiet (wolniejsze serie)
1500 m stylem dowolnym mężczyzn (wolniejsze serie)

16:30 – Ceremonia zakończenia kariery przez Otylię Jędrzejczak i uroczyste otwarcie zawodów

17:00 – finały

800 m stylem dowolnym kobiet (najszybsza seria)
1500 m stylem dowolnym mężczyzn (najszybsza seria)
200 m stylem motylkowym kobiet
200 m stylem motylkowym mężczyzn
50 m stylem dowolnym kobiet
50 m stylem dowolnym mężczyzn
200 m stylem grzbietowym kobiet
200 m stylem grzbietowym mężczyzn
4x200 m stylem dowolnym kobiet
4x200 m stylem dowolnym mężczyzn

Piątek 6.06

9:00 – eliminacje:

200 m stylem dowolnym kobiet
200 m stylem dowolnym mężczyzn
50 m stylem klasycznym kobiet
50 m stylem klasycznym mężczyzn
100 m stylem grzbietowym kobiet
100 m stylem grzbietowym mężczyzn
400 m stylem zmiennym kobiet
400 m stylem zmiennym mężczyzn

17:00 – finały

200 m stylem dowolnym kobiet
200 m stylem dowolnym mężczyzn
50 m stylem klasycznym kobiet
50 m stylem klasycznym mężczyzn
100 m stylem grzbietowym kobiet
100 m stylem grzbietowym mężczyzn
400 m stylem zmiennym kobiet
400 m stylem zmiennym mężczyzn
4x100 m stylem dowolnym kobiet
4x100 m stylem dowolnym mężczyzn

Sobota 7.06

9:00 – eliminacje:

100 m stylem motylkowym kobiet
100 m stylem motylkowym mężczyzn
50 m stylem grzbietowym kobiet
50 m stylem grzbietowym mężczyzn
200 m stylem klasycznym kobiet
200 m stylem klasycznym mężczyzn
400 m stylem dowolnym kobiet
400 m stylem dowolnym mężczyzn
200 m stylem zmiennym kobiet
200 m stylem zmiennym mężczyzn

16:30 – Wręczenie nagród megatiming.pl „Bohaterowie 2013 Roku”

17:00 – finały

100 m stylem motylkowym kobiet
100 m stylem motylkowym mężczyzn
50 m stylem grzbietowym kobiet
50 m stylem grzbietowym mężczyzn
200 m stylem klasycznym kobiet
200 m stylem klasycznym mężczyzn
400 m stylem dowolnym kobiet
400 m stylem dowolnym mężczyzn
200 m stylem zmiennym kobiet
200 m stylem zmiennym mężczyzn

Niedziela 8.06

9:00 – eliminacje:

100 m stylem dowolnym kobiet
100 m stylem dowolnym mężczyzn
100 m stylem klasycznym kobiet
100 m stylem klasycznym mężczyzn
50 m stylem motylkowym kobiet
50 m stylem motylkowym mężczyzn
1500 m stylem dowolnym kobiet (wolniejsze serie)
800 m stylem dowolnym mężczyzn (wolniejsze serie)

16:00 – finały

100 m stylem dowolnym kobiet
100 m stylem dowolnym mężczyzn
100 m stylem klasycznym kobiet
100 m stylem klasycznym mężczyzn
50 m stylem motylkowym kobiet
50 m stylem motylkowym mężczyzn
1500 m stylem dowolnym kobiet (najszybsza seria)
800 m stylem dowolnym mężczyzn (najszybsza seria)
4x100 m stylem zmiennym kobiet
4x100 m stylem zmiennym mężczyzn

W sesjach finałowych w pierwszej kolejności rozegrane zostaną finały „A”, w drugiej „B”. Wyścigi seriami na czas w rywalizacji sztafet odbędą się po finałach „B”.

KOBIETY

Styl dowolny – krótkie dystanse - zapowiedź

Zapowiedź Mistrzostw Polski w Olsztynie rozpoczynamy od analizy tego co może się wydarzyć na dystansach 50, 100 i 200 m w stylu dowolnym pań. Sprinterska rywalizacja to od kilku lat pojedynki Aleksandry Urbańczyk-Olejarczyk i Anny Dowgiert. W tym roku zapewne znów staną obok siebie na słupkach startowych przed wyścigiem finałowym i po raz kolejny to zawodniczka AZS UŁ PŁ Łódź będzie faworytką. Będzie to dla niej szansa na czwarty tytuł z rzędu i pierwsza okazja do wypełnienia minimum na Mistrzostwa Europy w Berlinie. Rywalizacja na 50 m stylem dowolnym z każdą chwilą będzie dla niej coraz ważniejsza. Wszystko wydaje się już podporządkowane pod pierwszy start na Igrzyskach Olimpijskich w Rio de Janeiro.

W tej konkurencji o minimum na juniorski czempionat Starego Kontynentu powalczy na pewno Natalia Fryckowska, która już podczas ostatniego Grand Prix Pucharu Polski była bardzo blisko wymaganego rezultatu (26.42 s). Piętnastoletnia zawodniczka z Bydgoszczy przed dwoma tygodniami popłynęła tylko cztery setne sekundy wolniej. Być może do walki o wyjazd do Dordrechtu włączy się także o rok starsza Paulina Peda. Warto zwrócić uwagę również na Adriannę Niewiadomską z Raszyna, która pokazała się z niezłej strony podczas niedawnych zawodów w Aquasferze.

Na dystansie 100 metrów zdecydowaną faworytką będzie ponownie Katarzyna Wilk. Kolejny rok w ekipie Trojans na Uniwersytecie Południowej Kalifornii nie przyniósł jej wielkich sukcesów, ale w Olsztynie powinna być mocna na tyle, by odeprzeć ataki rywalek.

Dużo trudniej wskazać tą, która może się okazać najlepsza na dwukrotnie dłuższym dystansie. Na szczycie listy zgłoszonych zawodniczek znajduje się Wioletta Orczykowska. Zawodniczka z Limanowej, jedna z kandydatek do reprezentowania naszego kraju na II Młodzieżowych Igrzyskach Olimpijskich w Nankinie, trenująca na co dzień w krakowskiej Szkole Mistrzostwa Sportowego, powalczy o medale z wieloma groźnymi konkurentkami: Mileną Karpisz, Justyną Burską, Katarzyną Kasperek, Moniką Czerniak (która chyba jednak nastawia się bardziej na starty na dłuższych dystansach) i z... Wilk. Jeżeli przygotowania krakowianki do zawodów przebiegły po jej myśli to, kto wie, być może po trzech latach przerwy to właśnie ona po raz kolejny stanie na najwyższym stopniu podium w tej konkurencji.

50 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 25.38 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 25.44 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 26.42 s

Rekord Polski: Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk 25.01 s (3.08.13, Barcelona)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Wilk 25.31 s (21.05.09, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 17-latków: Katarzyna Wilk 25.31 s (21.05.09, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 16-latków: Agata Korc 25.54 s (3.08.02, Berlin)

Rekord Polski 15-latków: Agata Korc 25.84 s (10.07.01, La Valetta)

Rekord Polski 14-latków: Diana Sokołowska 26.53 s (3.06.10, Gliwice)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.36 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 25.99 s
3. Natalia Fryckowska („15” Bydgoszcz) 26.46 s
4. Joanna Janiczek (SMS Oświęcim) 26.63 s
5. Nikola Petryka (Śląsk Wrocław) 26.74 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.36 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.49 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.70 s
4. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.99 s
5. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 25.99 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.01 s
2. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.14 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 25.23 s
4. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 25.31 s
5. Kamila Włostowska (11 Jelenia Góra) 26.10 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.01 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.03 s
3. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.14 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 25.23 s
5. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.25 s
5. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.25 s
7. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.29 s
8. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.30 s
9. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 25.31 s
10. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.33 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.35 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 25.51 s
3. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 25.99 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 27.10 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 27.50 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź) 25.35 s
- 2012: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 25.33 s
- 2011: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 25.86 s
- 2010: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 25.53 s
- 2009: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 25.31 s
- 2008: Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.52 s
- 2007: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 26.29 s
- 2006: Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 25.82 s
- 2005: Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 26.35 s
- 2004: Beata Suchorska (Olimpia Poznań) 27.09 s

100 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 55.59 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 55.68 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 57.12 s

Rekord Polski: Katarzyna Wilk 54.95 s (10.08.10, Budapeszt)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Wilk 54.95 s (10.08.10, Budapeszt)

Rekord Polski 17-latków: Katarzyna Wilk 55.29 s (24.05.09, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 16-latków: Katarzyna Wilk 56.48 s (9.07.08, Monterrey)

Rekord Polski 15-latków: Agata Korc 56.75 s (27.05.01, Warszawa)

Rekord Polski 14-latków: Diana Sokołowska 57.34 s (10.12.10, Belgrad)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 56.54 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 57.01 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 57.30 s
4. Nikola Petryka (Śląsk Wrocław) 57.95 s
5. Natalia Fryckowska („15” Bydgoszcz) 58.08 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 56.54 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 57.01 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 57.04 s
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 57.11 s
5. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 57.30 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 54.95 s
2. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 55.14 s
3. Paulina Barzycka (AWF Warszawa) 55.41 s
4. Otylia Jędrzejczak (AWF Warszawa) 55.73 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 56.19 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 54.95 s
2. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 55.14 s
3. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.15 s
4. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.21 s
5. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.29 s
6. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 55.33 s
7. Paulina Barzycka (AWF Warszawa) 55.41 s
8. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.44 s
8. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.44 s
10. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.48 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.79 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 57.29 s
3. Anna Kawecka (AZS AGH Kraków) 57.40 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 58.85 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 59.73 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.79 s
2012: Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice) 55.62 s
2011: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 55.60 s
2010: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 55.44 s
2009: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 55.29 s
2008: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 56.92 s
2007: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 57.00 s
2006: Katarzyna Kowalczyk (MZOS Płock) 57.27 s
2005: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 56.51 s
2004: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 55.41 s

200 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:00.06

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 2:00.41

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:04.67

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 1:57.15 (3.08.06, Budapeszt)

Rekord Polski 18-latków: Paulina Barzycka 1:58.62 (17.08.04, Ateny)

Rekord Polski 17-latków: Karolina Szczepaniak 2:00.40 (30.07.09, Rzym)

Rekord Polski 16-latków: Diana Sokołowska 2:01.17 (07.07.12, Antwerpia)

Rekord Polski 15-latków: Diana Sokołowska 2:01.95 (17.04.11, Corfu)

Rekord Polski 14-latków: Diana Sokołowska 2:04.55 (28.03.10, Coimbra)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:03.54
2. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 2:05.24
3. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 2:05.69
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:05.70
5. Katarzyna Kasperek (MKP Szczecin) 2:05.81

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:03.54
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:04.02
3. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 2:05.24
4. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 2:05.69
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:05.70

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AWF Warszawa) 1:57.15
2. Paulina Barzycka (AWF Warszawa) 1:58.62
3. Karolina Szczepaniak (AWF Warszawa) 2:00.40
4. Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 2:00.53
5. Diana Sokołowska (Juvenia Białystok) 2:01.17

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.15
2. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.19
3. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.25
4. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.58
5. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.91
6. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:58.38
7. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:58.40
8. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:58.49
9. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:58.57
10. Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 1:58.62

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Justyna Burska (Piątka Konstant. Ł.) 2:02.81
2. Diana Sokołowska (Juvenia Białystok) 2:02.87
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:03.59

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:07.24 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:11.03 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 2:02.81
- 2012: Karolina Szczepaniak (AWF Warszawa) 2:01.15
- 2011: Diana Sokołowska (Juvenia Białystok) 2:02.11
- 2010: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 2:00.72
- 2009: Katarzyna Wilk (Jordan Kraków) 2:00.53
- 2008: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 2:01.18
- 2007: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:59.15
- 2006: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:57.91
- 2005: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 2:02.81
- 2004: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 1:59.66

Styl dowolny – długie dystanse - zapowiedź

Rywalizacja o medale na 400, 800 i 1500 m stylem dowolnym wśród pań może być w tym roku wyjątkowo zacięta. Na starcie stanie wiele zawodniczek z szansami na miejsce na podium. Początek sezonu letniego w 2014 roku należał zdecydowanie do Joanny Zachoszcz. Zawodniczka miejscowego AZS UWM Olsztyn jest liderką krajowych tabel we wszystkich trzech konkurencjach, jako jedyna w tym roku była w stanie złamać granicę siedemnastu minut na najdłuższym dystansie, uzyskując czas 16:47.98 podczas zawodów Danish Open w Broenshoej. W Aquasferze przyjdzie jej zmierzyć się ze swoimi klubowymi koleżankami: Manuelą Wikieł i Moniką Czerniak (która ostatni rok spędziła na treningach u Phillipe'a Lucasa we Francji), ale także z groźną reprezentacją Piątki Konstantynów Łódzki, prowadzoną przez Justynę Burską, która w ubiegłym roku w Aquasferze skompletowała hat-tricka, wygrywając wszystkie trzy konkurencje. Z zajęcia wysokich lokat na pewno nie zrezygnują również Barbara Wasilewska i Donata Kilijańska, a z dobrej strony powinna pokazać się Paulina Piechota. Piętnastolatka trenująca w Łodzi, jako jedyna juniorka, już przed dwoma tygodniami popłynęła w Olsztynie na dystansie 800 m stylem dowolnym szybciej od minimum na Mistrzostwa Europy w Dordrechcie.

W tym roku Mistrzostwa Polski będą również przykładem tego, że w naszym kraju stopniowo rozwija się pływanie długodystansowe. To właśnie w Olsztynie juniorki i juniorzy będą mogli zdobywać minima na Mistrzostwa Europy, które pod koniec lipca (18-20.07) odbędą się w Zagrzebiu. Do Chorwacji wybierze się maksymalnie czwórka Biało-czerwonych: dwoje dziewcząt i dwóch chłopców. Chęć startu na otwartym akwenie wyraziły trzy zawodniczki: Piechota, a także jej dwie starsze o rok koleżanki: Katarzyna Giedzicz z Juvenii Białystok i Roksana Kolber z Unii Oświęcim. Pierwszy warunek, który będą musiały spełnić w Aquasferze, to pokonanie dystansu 1500 m stylem dowolnym w czasie lepszym niż 17 minut i 45 sekund.

Dla pływaczki UKS 190 Łódź, która w ubiegłym roku w Kryspinowie została pierwszą w historii mistrzynią Polski junierek 14-letnich w pływaniu na wodach otwartych (dystans 5 km), nie powinno to być większym wyzwaniem. Już na ostatnim krajowym czempionacie w Aquasferze uzyskała wynik 18:01.94. Jak do tej pory był to jej jedyny start w tej konkurencji. Natomiast Kolber (brązowa medalistka z Kryspinowa w rywalizacji junierek 15- i 16-letnich) i Giedzicz zaliczą swój pierwszy występ na dystansie 1500 metrów.

400 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 4:11.13

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 4:14.95

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 4:22.05

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 4:04.23 (25.03.07, Melbourne)

Rekord Polski 18-latków: Paula Żukowska 4:12.62 (9.12.09, Doha)

Rekord Polski 17-latków: Paula Żukowska 4:12.62 (9.12.09, Doha)

Rekord Polski 16-latków: Paula Żukowska 4:12.62 (9.12.09, Doha)

Rekord Polski 15-latków: Donata Kilijańska 4:16.54 (20.07.09, Tampere)

Rekord Polski 14-latków: Donata Kilijańska 4:16.54 (20.07.09, Tampere)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 4:18.05
2. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 4:18.44
3. Manuela Wikieł (AZS UWM Olsztyn) 4:20.77
4. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 4:20.99
5. Donata Kilijańska (SMS Wrocław) 4:21.53

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 4:18.05
2. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 4:18.44
3. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 4:19.20
4. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 4:19.74
5. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 4:20.51

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AWF Warszawa) 4:04.23
2. Paula Żukowska (Zryw Opole) 4:12.62
3. Magdalena Dyszkiewicz (Śląsk Wrocław) 4:14.11
4. Paulina Barzycka (AWF Warszawa) 4:14.42
5. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 4:15.07

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:04.23
2. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:05.20
3. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:05.50
4. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:05.84
5. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:06.27
6. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:07.11
7. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:07.65
8. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:08.16
9. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:08.79
10. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:09.14

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Justyna Burska (Piątka Konstant. Ł.) 4:18.65
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 4:19.81
3. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 4:20.12

10. miejsce w kwalifikacjach: 4:28.85

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:35.15

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 4:18.65
2012: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 4:15.07
2011: Paula Żukowska (MKS Zryw Opole) 4:17.85
2010: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 4:19.35
2009: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 4:17.16
2008: Paulina Barzycka (Olimpia Lublin) 4:18.01
2007: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:12.83
2006: Paulina Barzycka (AZS AWF Warszawa) 4:18.97
2005: Joanna Budzis (BUKS Warszawa) 4:21.15
2004: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:07.65

800 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 8:38.86

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 8:43.00

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 9:05.46

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 8:35.73 (25.03.07, Melbourne)

Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Magdalena Dyszkiewicz 8:37.87 (13.07.00, Minnesota)

Rekord Polski 18-latków: Donata Kilijańska 8:40.48 (6.07.11, Belgrad)

Rekord Polski 17-latków: Donata Kilijańska 8:40.48 (6.07.11, Belgrad)

Rekord Polski 16-latków: Donata Kilijańska 8:40.48 (6.07.11, Belgrad)

Rekord Polski 15-latków: Donata Kilijańska 8:44.81 (16.07.10, Helsinki)

Rekord Polski 14-latków: Donata Kilijańska 8:47.93 (12.12.09, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 8:46.75
2. Manuela Wikeł (AZS UWM Olsztyn) 8:55.93
3. Donata Kilijańska (SMS Wrocław) 8:56.61
4. Natalia Charlos (Elmshorm) 8:57.64
5. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 8:58.08

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 8:46.75
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 8:46.81
3. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 8:52.00
4. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 8:55.17
5. Manuela Wikeł (AZS UWM Olsztyn) 8:55.93

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AWF Warszawa) 8:35.73
2. Magdalena Dyszkiewicz (PZP) 8:37.87
3. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 8:40.48
4. Barbara Wasilewska (Omega Kleszczów) 8:43.38
5. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 8:46.16

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 8:46.16
2. Barbara Wasilewska (Omega Kleszczów) 8:49.77
3. Milena Karpisz (Piątka Konstantynów Ł.) 8:52.23

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 8:46.16
2012: Barbara Wasilewska (Omega Kleszczów) 8:43.38
2011: Paula Żukowska (MKS Zryw Opole) 8:51.37
2010: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 8:51.74
2009: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 8:51.82
2008: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 8:53.25
2007: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 8:46.36
2006: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 8:52.14
2005: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 8:47.46
2004: Angelika Oleksy (AZS AWF Warszawa) 8:58.87

1500 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 16:36.97

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 17:06.85

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 17:02.35

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów w pływaniu na wodach otwartych (98/99): 17:45.00

Rekord Polski:	Magdalena Dyszkiewicz	16:30.50 (13.07.00, Minnesota)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.11, Belgrad)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.11, Belgrad)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.11, Belgrad)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:39.03 (14.07.10, Helsinki)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Milena Karpisz	17:52.89 (19.05.11, Ostrowiec Św.)

Najlepsze zawodniczki w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 16:47.98
2. Manuela Wikieł (AZS UWM Olsztyn) 17:03.20
3. Natalia Charlos (Elmshorm) 17:03.67
4. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 17:15.57

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 16:47.98
2. Manuela Wikieł (AZS UWM Olsztyn) 17:03.20
3. Natalia Charlos (Elmshorm) 17:03.67
4. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 17:15.57
5. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 17:28.11

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Magdalena Dyszkiewicz (PZP) 16:30.50
2. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 16:38.90
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 16:41.31
4. Natalia Charlos (Elmshorm) 16:42.99
5. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 16:47.98

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 16:59.32
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 17:02.66
3. Barbara Wasilewska (Omega Kleszczów) 17:05.26

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.) 16:59.32
2012: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 16:56.52
2011: Natalia Charlos (Elmshorm) 16:55.64
2010: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.) 16:48.12
2009: Justyna Hampel (KSZO Ostrowiec Św.) 17:11.75
2008: Justyna Hampel (KSZO Ostrowiec Św.) 17:02.23
2007: nie rozgrywano
2006: nie rozgrywano
2005: nie rozgrywano
2004: nie rozgrywano

Styl grzbietowy - zapowiedź

W stylu grzbietowym wśród pań faworytki można wskazać zdecydowanie łatwiej niż w przypadku innych konkurencji. W rywalizacji sprinterskiej chyba nikt nie ma wątpliwości, kto jest główną kandydatką do złotego medalu. Na dobrą sprawę tylko wypadek losowy może odebrać triumf Aleksandrze Urbańczyk, która w tym sezonie była już bliska poprawienia rekordu Polski. Dwa tygodnie temu, podczas Grand Prix Pucharu Polski w Olsztynie popłynęła jedynie szesnaście setnych sekundy wolniej i z wynikiem 28.37 s plasuje się aktualnie na ósmym miejscu w Europie.

Natomiast na dystansach 100 i 200 metrów po raz kolejny zmierzą się ze sobą dwie pływaczki Juvenii Wrocław: Alicja Tchórz i Klaudia Naziębło. Na tegorocznych listach najlepszych wyników w kraju przewodzi Tchórz, jednak rezultaty Naziębło są gorsze tylko o dziesiąte części sekundy. Wszystko wskazuje na to, że pozostałym zawodniczkom

Być może w stylu grzbietowym również doczekamy się dziewczyny, która wywalczy sobie miejsce w kadrze na juniorskie mistrzostwa Europy. Jeżeli Gabriela Bernat będzie się spisywała w Aquasferze tak dobrze jak przed rokiem, z wypełnieniem minimum Polskiego Związku Pływackiego na dystansie 200 m stylem grzbietowym (2:17.38) nie powinno być problemów.

50 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 28.65 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 29.14 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 29.67 s

Rekord Polski:	Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk	28.21 s (15.06.13, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Alicja Tchórz	28.96 s (23.05.09, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Alicja Tchórz	28.96 s (23.05.09, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Katarzyna Górniak	29.13 s (8.07.11, Belgrad)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębto	29.62 s (1.08.08, Belgrad)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Anna Porzelska	30.18 s (23.05.09, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.77 s
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.98 s
4. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	29.69 s
5. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz)	30.03 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.71 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.73 s
4. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.77 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.88 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.65 s
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.76 s
4. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	29.13 s
5. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz)	29.39 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.25 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.41 s
6. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.44 s
7. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.52 s
8. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.65 s
9. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.67 s
10. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.69 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	28.69 s
3. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	29.54 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 30.64 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 31.47 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2012: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.76 s
2011: Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.74 s
2010: Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.97 s
2009: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.96 s
2008: Xenia Madziarska (WF 98 Hannover)	29.95 s
2007: Katarzyna Staszak (Korner Zielona Góra)	30.26 s
2006: Katarzyna Staszak (Korner Zielona Góra)	30.32 s
2005: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	30.08 s
2004: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	30.18 s

100 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:01.44

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 1:01.78

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 1:04.14

Rekord Polski:	Alicja Tchórz	1:01.02 (13.05.12, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Klaudia Naziębto	1:01.49 (11.12.09, Doha)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Klaudia Naziębto	1:01.49 (11.12.09, Doha)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Klaudia Naziębto	1:01.49 (11.12.09, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębto	1:03.13 (13.07.08, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Iwona Lefanowicz	1:03.37 (24.11.06, Gorzów Wlkp.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.05
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:02.47
3. Katarzyna Nawaryńska (SMS Racibórz)	1:04.36
4. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk)	1:04.41
5. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz)	1:04.76

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.05
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.34
3. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:02.47
4. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:03.15
5. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:03.55

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.02
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:01.49
3. Karolina Urbańska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:02.51
4. Xenia Madziarska (WF 98 Hannover)	1:02.66
5. Zuzanna Mazurek (Fala Kraśnik)	1:02.77

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.02
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.44
3. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:01.49
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.52
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.53
6. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.54
7. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.75
8. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:01.77
9. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.84
10. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.85

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.54
2. Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:02.86
3. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	1:03.53

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:05.83

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:07.43

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.54
2012: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.02
2011: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.97
2010: Klaudia Naziębto (Juvenia Wrocław)	1:02.44
2009: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.52
2008: Zuzanna Mazurek (Fala Kraśnik)	1:03.44
2007: Iwona Lefanowicz (Skarpa Lublin)	1:03.68
2006: Iwona Lefanowicz (Skarpa Lublin)	1:03.59
2005: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	1:03.94
2004: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	1:04.36

200 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:12.10

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 2:13.92

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:17.38

Rekord Polski:	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.09, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Alicja Tchórz	2:10.63 (19.05.11, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.09, Rzym)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.09, Rzym)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Klaudia Naziębło	2:12.36 (21.05.09, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębło	2:14.24 (11.07.08, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Iwona Lefanowicz	2:16.83 (18.05.06, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:12.29
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:12.70
3. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk)	2:17.94
4. Agata Magner (SMS Kraków)	2:18.56
5. Katarzyna Nawaryńska (SMS Racibórz)	2:20.04

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:12.29
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:12.70
3. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:16.39
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:16.90
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:17.07

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:09.74
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:12.36
3. Zuzanna Mazurek (Fala Kraśnik)	2:12.46
4. Karolina Urbańska (AZS AWFIS Gdańsk)	2:13.83
5. Aleksandra Miciul (Novita 10 Zielona Góra)	2:14.43

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:09.74
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.38
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.63
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.85
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.92
6. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.06
7. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.57
8. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.67
9. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.68
10. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.74

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:13.07
2. Agata Magner (Jordan Kraków)	2:15.80
3. Ludwika Szynal (Skarpa Lublin)	2:17.18

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:21.65

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:26.88

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:13.07
2012: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.77
2011: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.63
2010: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:13.35
2009: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.38
2008: Zuzanna Mazurek (Fala Kraśnik)	2:12.65
2007: Katarzyna Staszak (Korner Zielona Góra)	2:16.45
2006: Katarzyna Staszak (Korner Zielona Góra)	2:14.79
2005: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	2:14.59
2004: Katarzyna Staszak (Jordan Kraków)	2:16.45

Styl klasyczny - zapowiedź

Czy polski styl klasyczny kobiet zacznie się w Olsztynie budzić do życia? Być może małego promyczka nadziei możemy upatrywać w tegorocznych niezłych startach Dominiki Sztandery na dystansie 100 metrów na krótkim basenie. Zawodniczka Juvenii wyśrubowała swój rekord życiowy i wskoczyła na piąte miejsce w zestawieniu wszechczasów w polskim pływaniu. Teraz czas przełożyć to na jak najlepsze wyniki w Olsztynie. Taki postęp daje pewne nadzieje w kontekście samych Igrzysk Olimpijskich w Rio de Janeiro, jednak do tego wciąż daleka droga. Wiele wskazuje jednak na to, że wcześniej czeka ją start na innych igrzyskach. Jeżeli w Aquasferze zaliczy dobre występy, będzie jedną z najpoważniejszych kandydatek do reprezentowania naszego kraju w Nankinie.

O ile na 50 m stylem klasycznym jej pozycja wydaje się być niepodważalna, o tyle na dwukrotnie dłuższym dystansie będzie musiała zmierzyć się z Pauliną Zachoszcz i, mającą za sobą bardzo udany sezon w barwach Virginia Tech, Weroniką Paluszek. Z kolei na najdłuższym dystansie do Zachoszcz i Paluszek dołączyć powinny jeszcze dwie inne zawodniczki: zdolna juniorka, Angelika Wikieł i kolejna pływaczka, która na co dzień przebywa w Stanach Zjednoczonych, Agnieszka Ostrowska.

50 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 31.84 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 31.98 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 32.61 s

Rekord Polski: Ewa Ścieszko 31.61 s (10.07.09, Belgrad)

Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Beata Kamińska 31.93 s (20.05.05, Dębica)

Rekord Polski 18-latków: Paulina Zachoszcz 31.75 s (8.07.09, Praga)

Rekord Polski 17-latków: Paulina Zachoszcz 31.75 s (8.07.09, Praga)

Rekord Polski 16-latków: Paulina Zachoszcz 31.75 s (8.07.09, Praga)

Rekord Polski 15-latków: Paulina Zachoszcz 32.36 s (11.07.08, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 14-latków: Paulina Ożóg 33.14 s (5.07.13, Gorzów Wlkp.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław) 32.49 s
2. Martyna Drabik (Skalar Słupsk) 33.13 s
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin) 33.32 s
4. Justyna Kasperuk (Polonia Warszawa) 33.46 s
5. Zuzanna Kit (Dziewiątka Kalisz) 33.57 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław) 32.49 s
2. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław) 32.77 s
3. Martyna Drabik (Skalar Słupsk) 33.13 s
4. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin) 33.32 s
5. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin) 33.37 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Ewa Ścieszko (Start Łódź) 31.61 s
2. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin) 31.75 s
3. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 31.93 s
4. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław) 31.98 s
5. Zuzanna Chwadczyk (Lublinianka) 32.32 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Ewa Ścieszko (Start Łódź) 31.61 s
2. Ewa Ścieszko (Start Łódź) 31.63 s
3. Ewa Ścieszko (Start Łódź) 31.69 s
4. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin) 31.75 s
5. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin) 31.89 s
6. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 31.93 s
6. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin) 31.93 s
8. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław) 31.98 s
8. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 31.98 s
10. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 31.99 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin) 32.48 s
2. Zuzanna Chwadczyk (Lublinianka) 32.75 s
3. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław) 32.87 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 33.87 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 34.85 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin) 32.48 s
- 2012: Ewa Ścieszko (AZS Łódź) 32.34 s
- 2011: Ewa Ścieszko (AZS Łódź) 32.44 s
- 2010: Paulina Zachoszcz (Słowianka Gorzów Wlkp.) 32.38 s
- 2009: Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin) 31.93 s
- 2008: Anna Kowalczyk (Korner Zielona Góra) 32.90 s
- 2007: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 32.53 s
- 2006: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 32.01 s
- 2005: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 31.93 s
- 2004: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk) 32.97 s

100 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:08.87

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 1:09.67

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 1:11.12

Rekord Polski:	Beata Kamińska	1:08.54 (25.07.05, Montreal)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Katarzyna Dulian	1:08.89 (25.07.05, Montreal)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:09.19 (12.07.09, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:09.19 (12.07.09, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:10.43 (13.07.08, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Justyna Otremba	1:12.20 (12.12.09, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.40
2. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław)	1:11.50
3. Angelika Wikeł (UŚKS Ostrołęka)	1:13.64
4. Zuzanna Kit (Dziewiątka Kalisz)	1:13.85
5. Martyna Drabik (Skalar Słupsk)	1:13.94

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.40
2. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław)	1:11.50
3. Dominika Sztandeta (Juvenia Wrocław)	1:12.69
4. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:12.89
5. Angelika Wikeł (UŚKS Ostrołęka)	1:13.64

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.54
2. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.89
3. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin)	1:09.19
4. Ewa Ścieszko (Start Łódź)	1:09.30
5. Alicja Pęczak (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.56

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.54
2. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.69
3. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.89
4. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	1:08.99
5. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.03
6. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.06
7. Paulina Zachoszcz (Znicz Koszalin)	1:09.19
8. Ewa Ścieszko (Start Łódź)	1:09.30
9. Ewa Ścieszko (Start Łódź)	1:09.48
10. Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.49

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	1:11.18
2. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	1:11.45
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.55

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:14.66

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:16.09

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	1:11.18
2012: Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	1:10.95
2011: Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	1:10.57
2010: Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	1:11.03
2009: Ewa Ścieszko (AZS Łódź)	1:09.48
2008: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:10.11
2007: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.55
2006: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.49
2005: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:09.06
2004: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	1:10.67

200 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:28.99

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 2:30.26

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:35.28

Rekord Polski:	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.09, Praga)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Katarzyna Dulian	2:27.85 (29.07.05, Montreal)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.09, Praga)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.09, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.09, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	2:29.47 (12.07.08, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Justyna Otremba	2:34.33 (20.07.09, Tampere)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Angelika Wikeł (UŚKS Ostrołęka)	2:34.24
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:34.89
3. Paulina Majszutowicz (MKP Szczecin)	2:35.19
4. Michalina Zbrojewska (SMS Szczecin)	2:37.61
5. Olimpia Prochownik (SMS Oświęcim)	2:38.82

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Angelika Wikeł (UŚKS Ostrołęka)	2:34.24
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:34.89
3. Paulina Majszutowicz (MKP Szczecin)	2:35.19
4. Angelika Wikeł (UŚKS Ostrołęka)	2:36.76
5. Paulina Majszutowicz (MKP Szczecin)	2:37.14

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Wiktoria Bieńkowska (AZS AWFIS Gdańsk)	2:26.84
2. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:27.85
3. Alicja Pęczak (AZS AWFIS Gdańsk)	2:28.04
4. Iwona Prędecka (Unia Oświęcim)	2:28.60
5. Agnieszka Ostrowska (Wodnik Rawicz)	2:29.32

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Wiktoria Bieńkowska (AZS AWFIS Gdańsk)	2:26.84
2. Wiktoria Bieńkowska (AZS AWFIS Gdańsk)	2:26.89
3. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:27.85
4. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:27.96
5. Alicja Pęczak (AZS AWFIS Gdańsk)	2:28.04
6. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:28.45
7. Iwona Prędecka (Unia Oświęcim)	2:28.60
8. Alicja Pęczak (AZS AWFIS Gdańsk)	2:28.93
9. Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:29.12
10. Agnieszka Ostrowska (Wodnik Rawicz)	2:29.32

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:31.69
2. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	2:32.82
3. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	2:33.81

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:40.34

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:44.55

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:31.69
2012: Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów Wlkp.)	2:30.39
2011: Agnieszka Ostrowska (Wodnik Rawicz)	2:29.57
2010: Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:30.17
2009: Agnieszka Ostrowska (Wodnik Rawicz)	2:29.32
2008: Iwona Prędecka (Unia Oświęcim)	2:29.87
2007: Iwona Prędecka (Unia Oświęcim)	2:30.03
2006: Iwona Prędecka (Unia Oświęcim)	2:29.93
2005: Katarzyna Dulian (AZS AWFIS Gdańsk)	2:29.12
2004: Beata Kamińska (AZS AWFIS Gdańsk)	2:33.27

Styl motylkowy - zapowiedź

Już w czwartkowe popołudnie dojdzie do ceremonii zakończenia kariery najlepszej polskiej zawodniczki w historii pływania w stylu motylkowym. Otylia Jędrzejczak oficjalnie przejdzie na sportową emeryturę, a my będziemy kontynuować wypatrywanie jej następczyni.

Do ciekawej konfrontacji dojdzie już podczas pierwszej konkurencji mistrzostw. Na dystansie 200 m stylem motylkowym Klaudia Nazieźbło będzie zapewne celować w wypełnienie minimum na mistrzostwa Europy, ale musi też uważać na inne zawodniczki. Coraz lepiej prezentuje się w tym sezonie Mirela Olczak, swoje trzy grosze do tego starcia może dorzucić również jej klubowa koleżanka z AZS AWF Warszawa, Paulina Sikora.

Na o połowę krótszym dystansie Nazieźbło już nie wystartuje, ale jedną z kandydatek do medalu również będzie zawodniczka Juwenii, Alicja Tchórz. W tej konkurencji faworytką jest jednak obrończyni tytułu, Anna Dowgiert - jedna z trzech Polek, której udało się na 100 m stylem motylkowym złamać granicę jednej minuty (oprócz niej dokonały tego Jędrzejczak i Olczak). Być może w okolicie podium zbliżą się też polskie juniorki, walczące o wyjazd do Dordrechtu: Paulina Nogaj z Wodnika Radom i Paulina Peda z AZS AWF Katowice.

Najciekawiej zapowiada się jednak walka sprinterek. Na sześć ostatnich finałów mistrzostw Polski, aż pięć wygrywała Dowgiert. Zawodniczka Śląska Wrocław stanie jednak w tym roku przed wyjątkowo trudnym zadaniem. Wszystko za sprawą świetnych majowych występów Aleksandry Urbańczyk. Reprezentantka łódzkiego AZS-u po ośmiu latach (!) poprawiła rekord życiowy w tej konkurencji, jedną długość szczecińskiego basenu podczas Grand Prix pokonując w 26.57 s. Jest to rezultat lepszy o pięć setnych sekundy od tego, który w ubiegłym roku dał Dowgiert złoto na krajowym czempionacie i gorszy o dokładnie tyle samo od minimum na mistrzostwa Europy w Berlinie.

50 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 26.52 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 26.73 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 27.51 s

Rekord Polski: Anna Dowgiert 26.36 s (21.05.12, Debreczyn)

Rekord Polski 18-latków: Aleksandra Urbańczyk 26.94 s (20.03.05, Praga)

Rekord Polski 17-latków: Agata Korc 27.04 s (30.07.02, Berlin)

Rekord Polski 16-latków: Agata Korc 27.04 s (30.07.02, Berlin)

Rekord Polski 15-latków: Paulina Nogaj 28.18 s (20.07.13, Oświęcim)

Rekord Polski 14-latków: Diana Sokołowska 28.40 s (3.07.10, Dębica)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 26.57 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.77 s
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 28.15 s
4. Paulina Nogaj (Wodnik Radom) 28.19 s
5. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz) 28.26 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 26.57 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 26.75 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.77 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.87 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 27.07 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.36 s
2. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 26.45 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 26.57 s
4. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 27.02 s
5. Małgorzata Gembicka (AZS AWF Wrocław) 27.58 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.36 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.38 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.42 s
4. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 26.45 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.45 s
6. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.50 s
7. Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 26.55 s
8. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź) 26.57 s
9. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.62 s
10. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.67 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.62 s
2. Klaudia Nازیębto (Juvenia Wrocław) 27.96 s
3. Maja Zawiszewska (Śląsk Wrocław) 28.16 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 28.85 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 29.21 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.62 s
- 2012: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 26.50 s
- 2011: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 27.16 s
- 2010: Agata Korc (AZS AWF Wrocław) 27.30 s
- 2009: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 27.03 s
- 2008: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 27.81 s
- 2007: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 27.67 s
- 2006: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 26.83 s
- 2005: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 27.16 s
- 2004: Agata Nowak (Kormoran Olsztyn) 27.92 s

100 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 59.14 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 59.57 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 1:01.89

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 57.84 s (14.08.04, Ateny)

Rekord Polski 18-latków: Otylia Jędrzejczak 58.66 s (16.09.00, Sydney)

Rekord Polski 17-latków: Otylia Jędrzejczak 58.66 s (16.09.00, Sydney)

Rekord Polski 16-latków: Mirela Olczak 59.74 s (12.12.09, Doha)

Rekord Polski 15-latków: Paulina Nogaj 1:01.43 (30.08.13, Dubaj)

Rekord Polski 14-latków: Mirela Olczak 1:02.90 (14.04.07, Doha)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 1:01.41
2. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 1:01.69
3. Paulina Nogaj (Wodnik Radom) 1:02.13
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 1:02.26
5. Paulina Peda (AZS AWF Katowice) 1:02.76

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 1:01.41
2. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 1:01.69
3. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 1:02.11
4. Paulina Nogaj (Wodnik Radom) 1:02.13
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 1:02.26

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 57.84 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 59.59 s
3. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 59.74 s
4. Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 1:00.04
5. Marcelina Radlińska (Orka Zamość) 1:00.74

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 57.84 s
1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 57.84 s
3. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 57.97 s
4. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.10 s
5. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.19 s
6. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.22 s
7. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.33 s
8. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.44 s
9. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.53 s
10. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.57 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 59.59 s
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 1:00.85
3. Joanna Szczepanik (Unia Oświęcim) 1:01.31

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:04.42

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:05.43

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław) 59.59 s
- 2012: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 59.21 s
- 2011: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 59.91 s
- 2010: Mirela Olczak (Słowianka Gorzów Wlkp.) 1:00.96
- 2009: Mirela Olczak (Słowianka Gorzów Wlkp.) 1:01.06
- 2008: Małgorzata Gembicka (AZS AWF Wrocław) 1:02.03
- 2007: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 59.62 s
- 2006: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 1:00.64
- 2005: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 59.42 s
- 2004: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 58.63 s

200 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:11.31

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 2:14.75

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:17.51

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 2:05.61 (28.07.05, Montreal)

Rekord Polski 18-latków: Otylia Jędrzejczak 2:07.81 (16.09.00, Sydney)

Rekord Polski 17-latków: Otylia Jędrzejczak 2:07.81 (16.09.00, Sydney)

Rekord Polski 16-latków: Mirela Olczak 2:08.72 (29.07.09, Rzym)

Rekord Polski 15-latków: Mirela Olczak 2:11.36 (30.07.08, Belgrad)

Rekord Polski 14-latków: Mirela Olczak 2:16.27 (8.07.07, Drzonków)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:12.80
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:13.00
3. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 2:13.69
4. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa) 2:14.84
5. Anna Mikołajczak (SMS Szczecin) 2:18.79

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:12.80
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:13.00
3. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 2:13.69
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:14.07
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:14.59

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:05.61
2. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 2:08.72
3. Paulina Sikora (Unia Oświęcim) 2:11.47
4. Anna Uryniuk (Wisła Puławy) 2:12.01
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:12.13

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:05.61
2. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:05.78
3. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:05.92
4. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.05
5. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.15
6. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.47
7. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.78
8. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.90
9. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:06.91
10. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:07.02

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:12.13
2. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa) 2:14.33
3. Joanna Szczepanik (Unia Oświęcim) 2:14.49

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:23.03

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:33.84

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:12.13
- 2012: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:09.36
- 2011: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:09.34
- 2010: Mirela Olczak (Słowianka Gorzów Wlkp.) 2:11.56
- 2009: Mirela Olczak (Słowianka Gorzów Wlkp.) 2:12.54
- 2008: Agnieszka Gapińska (AZS AWF Warszawa) 2:14.37
- 2007: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:07.23
- 2006: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:08.63
- 2005: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:10.71
- 2004: Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:08.49

Styl zmienny - zapowiedź

Rywalizacja w stylu zmiennym w naszym kraju nie stoi ostatnio na najwyższym poziomie. W gronie najlepszych zawodniczek zdecydowanie wybija się Alicja Tchórz i to ona będzie najpoważniejszą kandydatką do złotych medali w obu konkurencjach. W tym sezonie, zarówno na 200 metrów, jak i na dwukrotnie dłuższym dystansie, notowała już wyniki o kilka sekund lepsze od swoich rywalek. Dodatkowo, podczas Grand Prix w Szczecinie ustanowiła swój nowy rekord życiowy na 400 metrów, płynąc znacznie szybciej od minimum Polskiego Związku Pływackiego na mistrzostwa Europy w Berlinie.

Pozostaje jednak pytanie jak zawodniczka Juvenii poradzi sobie z niesłuchanie napiętym harmonogramem startów. Łącznie została zgłoszona aż w siedmiu indywidualnych konkurencjach (oprócz stylu zmiennego także na wszystkich dystansach w stylu grzbietowym, na 100 m stylem dowolnym i 100 m stylem motylkowym), a do tego dojdą jeszcze wyścigi sztafet. Finał 400 m stylem zmiennym wypada w piątek, kilka minut po zakończeniu walki o medale na 100 m stylem grzbietowym, gdzie również będzie faworytką. Do tego dochodzi późniejszy start w wyścigu sztafet 4x100 m stylem dowolnym. Pogodzenie tych wszystkich występów nie będzie sprawą łatwą.

Na takim układzie odrobinę skorzystać mogą inne zawodniczki. Podobnie jak w stylu grzbietowym, razem z Tchórz popłynie jej klubowa koleżanka, Klaudia Naziębło, ze Stanów Zjednoczonych wraca Karolina Szczepaniak, a nie można też zapominać o najmłodszej zawodniczce w gronie faworytek, Jowicie Sieńczyk. Trenująca w SMS-ie Kraków pływaczka klubu Żak Biała Podlaska ma za sobą dobre występy na juniorskich mistrzostwach Europy, teraz będzie chciała przekuć je na kolejne medale krajowego czempionatu. W ubiegłym roku była trzecia na 200 metrów i druga na dwukrotnie dłuższym dystansie. Czy teraz uda jej się poprawić te osiągnięcia?

200 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:14.25

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 2:16.05

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:20.08

Rekord Polski: Katarzyna Baranowska 2:12.13 (12.08.08, Pekin)

Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Katarzyna Baranowska 2:12.53 (5.08.07, Paryż)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Baranowska 2:13.86 (24.07.05, Montreal)

Rekord Polski 17-latków: Aleksandra Urbańczyk 2:16.48 (8.05.04, Oświęcim)

Rekord Polski 16-latków: Aleksandra Urbańczyk 2:17.28 (20.07.03, Barcelona)

Rekord Polski 15-latków: Karolina Szczepaniak 2:17.63 (1.12.07, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 14-latków: Karolina Szczepaniak 2:21.14 (20.05.06, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.65
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:22.66
3. Jowita Sieńczyk (SMS Kraków) 2:22.67
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:22.84
5. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz) 2:22.85

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.65
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:17.73
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:17.93
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:19.49
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 2:22.66

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:12.13
2. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 2:14.06
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.37
4. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 2:16.19
5. Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 2:16.32

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:12.13
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:12.47
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:12.53
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.15
5. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.20
6. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.33
7. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.36
7. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.36
9. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.68
10. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:13.86

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.69
2. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Katowice) 2:18.42
3. Jowita Sieńczyk (Żak Biała Podlaska) 2:18.76

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:25.60

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:29.25

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.69
- 2012: Paula Żukowska (Zryw Opole) 2:19.81
- 2011: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:16.92
- 2010: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 2:17.21
- 2009: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 2:16.19
- 2008: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:15.18
- 2007: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 2:17.59
- 2006: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:15.18
- 2005: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:14.56
- 2004: Aleksandra Urbańczyk (Trójka Łódź) 2:17.84

400 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 4:49.31

Minimum na Mistrzostwa Europy (97-99): 4:52.31

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 4:59.94

Rekord Polski: Katarzyna Baranowska 4:36.95 (9.08.08, Pekin)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Katarzyna Baranowska 4:39.92 (30.11.07, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Baranowska 4:43.39 (20.05.05, Dębica)
Rekord Polski 17-latków: Karolina Szczepaniak 4:45.13 (2.08.09, Rzym)
Rekord Polski 16-latków: Agnieszka Czopek 4:48.17 (26.07.80, Moskwa)
Rekord Polski 15-latków: Karolina Szczepaniak 4:49.27 (30.11.07, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków: Karolina Szczepaniak 4:56.38 (19.05.06, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:46.15
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 4:51.38
3. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 4:58.52
4. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa) 5:03.36
5. Paulina Piechota (UKS 190 Łódź) 5:03.94

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:46.15
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:50.19
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:50.74
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 4:51.38
5. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław) 4:52.82

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:36.95
2. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 4:45.13
3. Otylia Jędrzejczak (AZS AWF Warszawa) 4:45.69
4. Katarzyna Żołnowska (MZOS Płock) 4:45.94
5. Ewa Synowska (Korona Kraków) 4:46.00

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:36.95
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:39.92
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:40.02
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:40.16
5. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:40.26
6. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:40.93
7. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:41.52
8. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:43.28
9. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:43.39
10. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:43.89

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Katowice) 4:52.90
2. Jowita Sieńczyk (Żak Biała Podlaska) 4:57.00
3. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa) 4:57.74

10. miejsce w kwalifikacjach: 5:10.30

20. miejsce w kwalifikacjach: 5:22.34

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Katowice) 4:52.90
2012: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 4:48.59
2011: Karolina Urbańska (AZS AWFIS Gdańsk) 4:52.55
2010: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 4:50.41
2009: Karolina Szczepaniak (AZS AWF Warszawa) 4:47.78
2008: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:45.61
2007: Katarzyna Żołnowska (MZOS Płock) 4:52.88
2006: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:48.19
2005: Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:43.39
2004: Katarzyna Siuda (Unia Oświęcim) 4:59.94

MĘŻCZYŹNI

Styl dowolny – krótkie dystanse - zapowiedź

Faworytem do tytułu najszybszego zawodnika mistrzostw jest oczywiście Konrad Czerniak. Na dystansie 50 metrów wydaje się być bezdyskusyjnym numerem jeden, za którego plecami będzie się toczyć walka o drugą lokatę pomiędzy Filipem Wypychem, Sebastianem Szczepański, Kacprem Majchrzakiem i Janem Hołubem. Ten ostatni powalczy w Olsztynie nie tylko o medale, ale także o kwalifikację na Mistrzostwa Europy w Dordrechcie, a być może również o start na II Młodzieżowych Igrzyskach Olimpijskich w Nankinie. Liczba miejsc w kadrze, która poleci do Chin jest jednak ograniczona. Polskę będą reprezentować jedynie dwie zawodniczki i dwaj zawodnicy.

Na 100 metrów walka będzie bardziej wyrównana i Czerniakowi nie będzie już tak łatwo o kolejny, szósty z rzędu sukces. Do wspomnianej piątki zawodników dołączy jeszcze Paweł Korzeniowski, który bez wątplenia tak łatwo nie odpuści „królewskiej” konkurencji. Przed rokiem był drugi, ze stratą jedynie trzech dziesiątych sekundy do podopiecznego Bartosza Kizierowskiego. Również Kacper Majchrzak prezentuje się w tym sezonie bardzo dobrze.

Sporo emocji może wzbudzić również rywalizacja o podium na dystansie 200 metrów stylem dowolnym. Zdecydowanym faworytem jest Korzeniowski, ale wielką zagadką będzie dyspozycja zawodników, którzy na co dzień uczą się i trenują za oceanem: Jana Świtkowskiego, Pawła Wernera, Michała Szuby czy Filipa Bujoczka. W walce o medal z pewnością będzie się liczył również Dawid Zieliński. Na start w nietypowej dla siebie konkurencji zdecydował się Marcin Cieślak. Jeżeli zawodnik Uniwersytetu Florydy prezentowałby taką formę jak podczas ostatnich Mistrzostw NCAA, moglibyśmy spodziewać się niespodzianki. Jego dyspozycja jest jednak w tym momencie wielką niewiadomą.

50 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy:	22.37 s
Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97):	22.49 s
Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów:	23.25 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	21.72 s (31.07.09, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Bartosz Kizierowski	21.88 s (6.08.06, Budapeszt)
Rekord Polski 18-latków:	Daniel Rządowski	22.69 s (12.05.12, Olsztyn)
	Jan Hołub	22.69 s (29.08.13, Dubaj)
Rekord Polski 17-latków:	Jan Hołub	22.69 s (29.08.13, Dubaj)
Rekord Polski 16-latków:	Marcin Tarczyński	23.48 s (23.11.06, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 15-latków:	Filip Wypych	23.84 s (12.12.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 14-latków:	Igor Bielecki	24.89 s (3.07.10, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Sebastian Szczepański (SMS Zielona Góra)	22.69 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.76 s
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	23.07 s
4. Filip Wypych (AZS UŁ PŁ Łódź)	23.32 s
5. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	23.36 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Sebastian Szczepański (SMS Zielona Góra)	22.69 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.76 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.83 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.87 s
5. Sebastian Szczepański (SMS Zielona Góra)	22.91 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.72 s
2. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	21.88 s
3. Łukasz Gąsior (AZS AWF Warszawa)	22.08 s
4. Kajetan Załuski (Korner Zielona Góra)	22.29 s
5. Filip Wypych (Trójka Łódź)	22.42 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.72 s
2. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	21.88 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.93 s
4. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	21.94 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.95 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.98 s
7. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.00 s
8. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.03 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.04 s
10. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.05 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.95 s
2. Filip Wypych (AZS UŁ PŁ Łódź)	22.58 s
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	22.73 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 23.39 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 23.95 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.95 s
2012: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.04 s
2011: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.11 s
2010: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.98 s
2009: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	22.11 s
2008: Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.60 s
2007: Łukasz Gąsior (AZS AWF Warszawa)	22.41 s
2006: Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.40 s
2005: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	22.14 s
2004: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	23.40 s

100 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 49.38 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 49.56 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 50.96 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	48.22 s (29.07.09, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Konrad Czerniak	48.44 s (31.07.12, Londyn)
Rekord Polski 18-latków:	Sebastian Szczepański	49.90 s (30.08.13, Dubaj)
Rekord Polski 17-latków:	Jan Hołub	50.06 s (26.08.13, Dubaj)
Rekord Polski 16-latków:	Paweł Werner	50.48 s (11.12.09, Doha)
Rekord Polski 15-latków:	Filip Bujoczek	51.59 s (11.12.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 14-latków:	Piotr Przyborowski	54.02 s (2.12.07, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	49.89 s
2. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	50.02 s
3. Sebastian Szczepański (SMS Zielona Góra)	50.33 s
4. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	50.65 s
5. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	51.43 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	49.89 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	49.91 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	49.99 s
4. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	50.02 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	50.11 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.22 s
2. Łukasz Gąsior (AZS AWF Warszawa)	49.16 s
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.26 s
4. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	49.35 s
4. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	49.35 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.22 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.32 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.44 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.48 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.49 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.50 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.61 s
8. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.67 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.76 s
10. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.78 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.96 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.26 s
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	49.45 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 51.73 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 52.76 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.96 s
2012: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	49.35 s
2011: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.76 s
2010: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.98 s
2009: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.49 s
2008: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	50.10 s
2007: Kajetan Załuski (Korner Zielona Góra)	49.99 s
2006: Michał Witkowski (AZS AWF Warszawa)	50.25 s
2005: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	49.16 s
2004: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	50.73 s

200 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:49.25

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 1:49.57

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 1:51.72

Rekord Polski:	Paweł Korzeniowski	1:46.59 (31.07.09, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Paweł Korzeniowski	1:46.87 (14.06.13, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Paweł Werner	1:49.39 (17.08.11, Lima)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Michał Domagała	1:49.88 (16.08.12, Indianapolis)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paweł Werner	1:52.06 (11.12.09, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Filip Bujoczek	1:53.87 (13.12.09, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Mateusz Arndt	1:58.75 (15.12.12, Magdeburg)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:48.53
2. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	1:50.89
3. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	1:51.22
4. Dawid Zieliński (MKP Szczecin)	1:52.46
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	1:52.49

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:48.53
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.64
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	1:50.89
4. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	1:51.22
5. Dawid Zieliński (MKP Szczecin)	1:52.46

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.59
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:47.66
3. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	1:48.02
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	1:48.22
5. Łukasz Gąsior (AZS AWF Warszawa)	1:48.52

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.59
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.87
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.91
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.97
5. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:47.66
6. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.79
7. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:48.02
7. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	1:48.02
9. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	1:48.10
10. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:48.11

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.87
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:47.66
3. Dawid Zieliński (MKP Szczecin)	1:49.30

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:53.04

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:55.98

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:46.87
2012: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:50.02
2011: Mateusz Sławiński (Śląsk Wrocław)	1:50.56
2010: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	1:50.01
2009: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	1:48.22
2008: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	1:48.68
2007: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.44
2006: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.09
2005: Łukasz Gąsior (Polonia Warszawa)	1:49.15
2004: Łukasz Drzewiński (AZS AWF Warszawa)	1:50.66

Styl dowolny - długie dystanse - zapowiedź

Długie dystanse nudne i monotonne? Nic bardziej mylnego! Na Mistrzostwach Polski w Olsztynie to właśnie w rywalizacji mężczyzn na 400, 800 i 1500 m stylem dowolnym powinno dojść do najciekawszych konfrontacji zawodów.

Najważniejszym powodem takiego obrotu spraw jest wewnętrzna rywalizacja zawodników MKP Szczecin, która wpływa znakomicie na poziom polskiego pływania długodystansowego. Niesamowicie mocna ekipa z województwa zachodniopomorskiego na pewno zgarnie w tych trzech konkurencjach w stylu dowolnym sporo medali. Na dystansach 400 m stylem dowolnym Filip Zaborowski będzie bronił tytułu w rywalizacji ze swoimi klubowymi kolegami: Pawłem Furtkiem i Marcinem Kaczmarskim, który w tej samej konkurencji triumfował podczas zimowych mistrzostw kraju. Broni nie złoży również srebrny medalista z ubiegłego roku, Kacper Klich, a pierwszy seniorski krążek na krajowym czempionacie będzie chciał w końcu założyć na szyi również Wojciech Wojdak, który wydaje się być jednym z najpoważniejszych kandydatów do wyjazdu do Nankinu. Podobnie sytuacja będzie wyglądać zapewne na dwukrotnie dłuższym dystansie. Z kolei na 1500 metrów to Furtek stanie przed szansą powtórzenia spektakularnego sukcesu sprzed roku, który dał mu kwalifikację na Mistrzostwa Świata w Barcelonie.

Nie można też zapominać o Mateuszu Sawrymowiczu, dla którego coraz większym priorytetem stają się starty na wodach otwartych. W Olsztynie powalczy jednak o powrót na krajowy szczyt na 50-metrowym basenie.

W stolicy województwa warmińsko-mazurskiego dwóch zawodników powalczy również na dystansie 1500 m stylem dowolnym o wyjazd na Mistrzostwa Europy juniorów na otwartym akwenu. Będą to Konrad Zapalski z Fali Kraśnik i Radosław Sinitchine z Kormorana Olsztyn. Czekają im zadanie pokonania trzydziestu długości basenu w czasie lepszym niż 16 minut i 30 sekund. Obaj będą więc musieli znacznie poprawić swoje rekordy życiowe. Najlepszy wynik Zapalskiego to w tej chwili 16:48.00, natomiast Sinitchine legitymuje się czasem 16:53.47.

400 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 3:52.80

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 3:54.04

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 3:57.14

Rekord Polski:	Przemysław Stańczyk	3:45.71 (21.08.07, Chiba)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Mateusz Sawrymowicz	3:49.72 (15.07.05, Budapeszt)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Wojciech Wojdak	3:51.80 (10.07.13, Poznań)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	3:57.20 (1.12.07, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Wojciech Wojdak	4:01.28 (16.07.11, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Sebastian Bernatowicz	4:08.01 (5.07.08, Oświęcim)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Marcin Kaczmarski (SMS Szczecin)	3:53.27
2. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	3:56.16
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:56.45
4. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim)	3:56.66
5. Krzysztof Pielowski (AZS UWM Olsztyn)	3:58.61

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Marcin Kaczmarski (SMS Szczecin)	3:53.27
2. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	3:56.16
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:56.45
4. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim)	3:56.66
5. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	3:56.89

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:45.71
2. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	3:47.34
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:47.70
4. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	3:48.02
5. Mariusz Podkościelny (AZS AWFIS Gdańsk)	3:48.59

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:45.71
2. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:46.72
3. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	3:47.34
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:47.70
5. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:47.77
6. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	3:48.02
7. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:48.10
7. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	3:48.10
9. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:48.11
10. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:48.13

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:50.64
2. Kacper Klich (AZS AWF Katowice)	3:52.65
3. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	3:52.76

10. miejsce w kwalifikacjach: 3:59.28

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:05.49

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:50.64
2012: Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:52.79
2011: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:51.70
2010: Maciej Hreniak (MKP Szczecin)	3:53.12
2009: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:51.27
2008: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:50.13
2007: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:50.09
2006: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	3:48.52
2005: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:50.00
2004: Paweł Korzeniowski (Unia Oświęcim)	3:50.15

800 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 7:59.90

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 8:04.00

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 8:08.16

Rekord Polski: Przemysław Stańczyk 7:47.91 (28.03.07, Melbourne)

Rekord Polski 18-latków: Paweł Furtek 7:58.33 (28.08.13, Dubaj)

Rekord Polski 17-latków: Wojciech Wojdak 8:01.28 (13.07.13, Poznań)

Rekord Polski 16-latków: Krzysztof Pielowski 8:08.01 (29.11.07, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 15-latków: Krzysztof Pielowski 8:24.31 (23.11.06, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 14-latków: Roger Kurant 8:39.29 (17.05.08, Ostrowiec Św.)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Paweł Furtek (MKP Szczecin) 8:01.53
2. Marcin Kaczmarek (SMS Szczecin) 8:05.01
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 8:05.19
4. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim) 8:06.86
5. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 8:07.00

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paweł Furtek (MKP Szczecin) 8:01.53
2. Marcin Kaczmarek (SMS Szczecin) 8:05.01
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 8:05.19
4. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim) 8:06.86
5. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 8:07.00

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:47.91
2. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 7:51.78
3. Łukasz Drzewiński (AZS AWF Warszawa) 7:53.33
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 7:53.67
5. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 7:55.65

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:47.91
2. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:50.83
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 7:51.78
4. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 7:52.17
5. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:52.40
6. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:52.56
7. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 7:52.86
8. Łukasz Drzewiński (AZS AWF Warszawa) 7:53.33
9. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 7:53.67
9. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:53.67

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 7:57.40
2. Paweł Furtek (MKP Szczecin) 7:58.99
3. Marcin Kaczmarek (KSZO Ostrowiec Św.) 8:01.79

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 7:57.40
2012: Marcin Kaczmarek (MKP Szczecin) 8:04.10
2011: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 8:02.76
2010: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 7:59.78
2009: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin) 8:00.08
2008: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin) 7:52.86
2007: nie rozgrywano
2006: nie rozgrywano
2005: nie rozgrywano
2004: nie rozgrywano

1500 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 15:19.50

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 15:26.52

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 15:49.85

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów w pływaniu na wodach otwartych (98/99): 16:30.00

Rekord Polski:	Mateusz Sawrymowicz	14:45.94 (1.04.07, Melbourne)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Mateusz Sawrymowicz	14:59.38 (31.07.05, Montreal)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Maciej Hreniak	15:11.93 (8.07.06, Palma de Mallorca)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	15:35.41 (2.12.07, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Maciej Zoniuk	16:00.15 (10.05.09, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Sebastian Bernatowicz	16:19.81 (6.07.08, Oświęcim)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:19.68
2. Marcin Kaczmarski (SMS Szczecin)	15:29.36
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:32.88
4. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim)	15:35.82
5. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	15:35.85

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:19.68
2. Marcin Kaczmarski (SMS Szczecin)	15:29.36
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:32.88
4. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:34.16
5. Wojciech Wojdak (SMS Oświęcim)	15:35.82

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:45.94
2. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	14:51.06
3. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:10.30
4. Maciej Hreniak (Ruch Grudziądz)	15:10.78
5. Mariusz Podkościelny (AZS AWFIS Gdańsk)	15:11.19

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:45.94
2. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:50.30
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:50.72
4. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	14:51.06
5. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:52.76
6. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:54.32
7. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:56.47
8. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:56.65
9. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:57.59
10. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:58.78

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:10.30
2. Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice)	15:31.11
3. Marcin Kaczmarski (KSZO Ostrowiec Św.)	15:32.44

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:10.30
2012: Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice)	15:22.95
2011: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:00.82
2010: Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	15:22.71
2009: Maciej Hreniak (MKP Szczecin)	15:27.21
2008: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:09.59
2007: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:09.76
2006: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:08.78
2005: Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:07.66
2004: Paweł Korzeniowski (Unia Oświęcim)	15:37.17

Styl grzbietowy - zapowiedź

Kolejny rok z rzędu mówiąc o stylu grzbietowym, myślimy – Radosław Kawęcki. Rekordzista Europy na dystansie 200 m stylem grzbietowym będzie w Olsztynie bronił w tej konkurencji tytułu wywalczonego przed rokiem i wydaje się, że nikt nie będzie w stanie mu zagrozić. Gdyby nie dyskwalifikacja, która przytrafiła mu się przed dwoma laty, w czwartek miałby okazję wywalczyć szósty złoty medal z rzędu. Wciąż czekamy jednak na drugiego Polaka w historii, któremu uda się w tej konkurencji złamać barierę dwóch minut. Być może przynajmniej zbliżyć się do tej granicy dadzą radę Mateusz Wysoczyński i Krzysztof Morawski, którzy, obok wicemistrza świata, prezentują się w tym sezonie najlepiej z krajowej czołówki.

Kawęckiemu dużo trudniej może być na dystansie 100 m stylem grzbietowym. Do startu w tej konkurencji solidnie przygotowany powinien być Marcin Tarczyński, były rekordzista kraju, któremu zawodnik Kornera Zielona Góra odebrał najlepszy wynik w historii krajowego pływania w ubiegłym roku, na Mistrzostwach Świata w Barcelonie. Występ na 100 metrów może się okazać dla pływaka trenującego w słonecznej Kalifornii najlepszą okazją na wywalczenie przepustki do Berlina.

Szyki może pokrzyżować im jeden z najbardziej dynamicznie rozwijających się zawodników młodego pokolenia. Tomasz Polewka z AZS AWF Katowice imponował już w ubiegłym roku, zdobywając złoto mistrzostw Polski w Ostrowcu Świętokrzyskim na dystansie 50 m stylem grzbietowym. W tym sezonie zdążył już chyba przekonać wszystkich, że w rywalizacji sprinterów na długim basenie również nie będzie miał sobie równych. Podczas Grand Prix w Opolu odebrał Bartoszowi Kizierowskiemu ostatni należący do niego rekord kraju. Szybciej od tego wyniku pływał również przed dwoma tygodniami w Olsztynie. Z czasem 25.12 s zajmuje dziesiąte miejsce w Europie i piętnaste na świecie. Nadszedł czas na jego pierwszy seniorski start w imprezie międzynarodowej na 50-metrowym basenie.

50 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 25.25 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 25.54 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 26.35 s

Rekord Polski: Tomasz Polewka 25.12 s (4.05.14, Opole)

Rekord Polski 18-latków: Radosław Kawęcki 25.52 s (23.05.09, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 17-latków: Adam Mączewski 26.08 s (1.12.07, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 16-latków: Adam Mączewski 26.50 s (25.11.06, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 15-latków: Jakub Skierka 26.96 s (21.12.13, Berlin)

Rekord Polski 14-latków: Kacper Stokowski 27.87 s (30.11.13, Warszawa)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.12 s
2. Miłosz Mikicin (AZS AWF Warszawa) 26.13 s
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 26.25 s
4. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 26.49 s
5. Maksymilian Zgierski (AZS UŁ PŁ Łódź) 26.70 s
- Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 26.70 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.12 s
2. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.20 s
3. Miłosz Mikicin (AZS AWF Warszawa) 26.13 s
4. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 26.25 s
5. Miłosz Mikicin (AZS AWF Warszawa) 26.32 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.12 s
2. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.27 s
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 25.52 s
4. Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 25.56 s
5. Adam Mania (PZP) 25.69 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.12 s
2. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.20 s
3. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.27 s
4. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 25.52 s
4. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.52 s
6. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.53 s
7. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 25.56 s
7. Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 25.56 s
9. Adam Mania (PZP) 25.69 s
10. Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 25.71 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra)* 25.56 s
2. Mateusz Wysoczyński (Jordan Kraków) 26.15 s
3. Tomasz Polewka (Ruch Grudziądz) 26.19 s

*Złoty medal w ubiegłym roku zdobył Jakub Jończyk (25.42 s), ale później został zawieszony za stosowanie niedozwolonych środków.

10. miejsce w kwalifikacjach: 26.75 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 27.62 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra)* 25.56 s
- 2012: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 25.94 s
- 2011: Krzysztof Jankiewicz (Nawa Skierniewice) 26.01 s
- 2010: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 26.18 s
- 2009: Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.27 s
- 2008: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 25.71 s
- 2007: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 26.48 s
- 2006: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 26.45 s
- 2005: Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 26.74 s
- Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 26.74 s
- 2004: Adam Mania (PZP) 25.69 s

100 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 54.82 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 55.01 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 57.10 s

Rekord Polski: Radosław Kawęcki 53.82 s (29.07.13, Barcelona)

Rekord Polski 18-latków: Radosław Kawęcki 54.66 s (27.07.09, Rzym)

Rekord Polski 17-latków: Mateusz Wysoczyński 56.48 s (12.12.09, Doha)

Rekord Polski 16-latków: Mateusz Wysoczyński 56.48 s (12.12.09, Doha)

Rekord Polski 15-latków: Jakub Skierka 58.68 s (22.12.13, Berlin)

Rekord Polski 14-latków: Kacper Stokowski 59.50 s (29.11.13, Warszawa)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 55.15 s
2. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.32 s
3. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 55.89 s
4. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 57.17 s
5. Maciej Falaciński (SMS Kraków) 57.21 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 55.15 s
2. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 55.25 s
3. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.32 s
4. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.87 s
5. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 55.89 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 53.82 s
2. Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 54.12 s
3. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 55.04 s
4. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.32 s
5. Adam Mania (PZP) 55.45 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 53.82 s
2. Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 54.12 s
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.17 s
4. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.20 s
5. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.28 s
6. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.53 s
7. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.65 s
8. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.66 s
9. Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 54.82 s
10. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.84 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.28 s
2. Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 55.35 s
3. Mateusz Wysoczyński (Jordan Kraków) 55.75 s

*Srebrny medal w ubiegłym roku zdobył Jakub Jończyk (55.17 s), ale później został zawieszony za stosowanie niedozwolonych środków.

10. miejsce w kwalifikacjach: 57.75 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 59.06 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.28 s
2012: Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 54.12 s
2011: Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 54.82 s
2010: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 56.20 s
2009: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.93 s
2008: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 55.71 s
2007: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 55.97 s
2006: Marcin Unold (AZS AWF Katowice) 56.63 s
2005: Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 56.84 s
2004: Adam Mania (PZP) 55.59 s

200 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:58.74

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 2:00.04

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:03.73

Rekord Polski:	Radosław Kawęcki	1:54.24 (2.08.13, Barcelona)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Radosław Kawęcki	1:55.60 (31.07.09, Rzym)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Radosław Kawęcki	2:00.72 (13.07.08, Monterrey)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Radosław Kawęcki	2:02.82 (29.11.07, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Jakub Skierka	2:05.41 (21.12.13, Berlin)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Jakub Skierka	2:09.94 (16.12.12, Berlin)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:58.81
2. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:01.92
3. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:02.90
4. Maciej Falaciński (SMS Kraków) 2:05.36
5. Łukasz Wójt (PZP) 2:05.47

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:58.81
2. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:58.89
3. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:01.92
4. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:02.90
5. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:04.11

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:54.24
2. Bartosz Sikora (Flota Gdynia) 2:00.05
3. Jakub Jasiński (Korner Zielona Góra) 2:00.75
4. Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 2:00.81
4. Jan Konarzewski (Polonia Warszawa) 2:00.81

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:54.24
2. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:55.28
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:55.59
4. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:55.60
5. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:55.62
6. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
6. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
8. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.65
9. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.68
10. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.74

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
2. Mateusz Wysoczyński (Jordan Kraków) 2:01.71
3. Tomasz Polewka (Ruch Grudziądz) 2:03.86

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:07.08

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:09.40

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
2012: Krzysztof Jankiewicz (Nawa Skierniewice) 2:01.72
2011: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.90
2010: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:58.82
2009: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:58.74
2008: Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 2:00.81
2007: Jakub Jasiński (Korner Zielona Góra) 2:00.94
2006: Wojciech Betlej (Bobry Dębica) 2:02.15
2005: Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 2:03.47
2004: Tomasz Rumianowski (Korner Zielona Góra) 2:03.29

Styl klasyczny - zapowiedź

Rok 2013 był w stylu klasycznym rokiem przełomowym. Dawid Szulich zdominował rywalizację na krajowym podwórku na 50 i 100 metrów, dodatkowo poprawiając w Barcelonie rekordy Polski w obu konkurencjach. Niesamowity postęp zanotował również Mikołaj Machnik. Zawodnik AZS AWF Katowice najpierw sprawił olbrzymią niespodziankę, pokonując Sławomira Kuczko w finale mistrzostw Polski na dystansie 200 metrów i wypełniając minimum na czempionat globu w stolicy Katalonii, a później potwierdził, że to zwycięstwo nie było przypadkowe. Zaliczył świetny start na Pucharze Świata w Moskwie, pojechał do Herning na mistrzostwa Europy na krótkim basenie, a na zimowych mistrzostwach kraju (pod nieobecność Szulicha) wywalczył cztery złote krążki, w tym dwa indywidualne: na 100 i 200 m stylem klasycznym.

W tym roku obaj będą już zdecydowanymi faworytami do zwycięstw w swoich koronnych konkurencjach, a ich konfrontacja na 100 m stylem klasycznym zapowiada się wyjątkowo ciekawie. Szulich i Machnik nie spotkają się niestety na dwukrotnie dłuższym dystansie. Z udziału w walce o medale zrezygnował zawodnik Delfina Legionowo, który w tym roku wciąż legitymuje się lepszym rezultatem od Machnika także w tej konkurencji. Głównym rywalem pływaka katowickiej AWF będzie zatem Marcin Stolarski z Żoliborza Warszawa, który w sezonie letnim zaliczył już jeden fantastyczny występ. Na wielomeczu w Aleksandroupoli poprawił rekord Polski 18-latków, płynąc jedną dziesiątą sekundy szybciej od poprzedniego najlepszego rezultatu w historii juniorskiego pływania w naszym kraju, należącego do Sławomira Wolniaka.

Do Dziś wynik 2:14.64 daje Stolarskiemu zdecydowane prowadzenie na krajowej liście w tej konkurencji i czwarte miejsce wśród juniorów na Starym Kontynencie. Wypełnienie minimum na Mistrzostwa Europy w Dordrechcie nie powinno być dla niego problemem, ale czy będzie w stanie nawiązać walkę ze swoim starszym kolegą? A może powalczy o wypełnienie kryterium Polskiego Związku Pływackiego na berliński czempionat?

Najlepsze wyniki juniorów w Europie w 2014 roku:

1. Max Pilger (1996, Niemcy) 2:13.27
2. Jean Dencausse (1997, Francja) 2:13.73
2. Anton Chupkov (1997, Rosja) 2:13.73
- 4. Marcin Stolarski (1996, Polska) 2:14.64**

50 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 27.82 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 28.01 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 28.81 s

Rekord Polski: Dawid Szulich 27.48 s (30.07.13, Barcelona)

Rekord Polski 18-latków: Maciej Hołub 28.18 s (30.08.13, Dubaj)

Rekord Polski 17-latków: Krzysztof Tokarski 28.20 s (30.08.13, Dubaj)

Rekord Polski 16-latków: Krzysztof Tokarski 28.69 s (13.05.12, Olsztyn)

Rekord Polski 15-latków: Łukasz Kulesza 29.94 s (10.12.10, Warszawa)

Rekord Polski 14-latków: Maciej Hołub 30.41 s (3.07.09, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.06 s
2. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz) 28.89 s
3. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 28.96 s
4. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 29.03 s
5. Filip Wypych (AZS UŁ PŁ Łódź) 29.09 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.06 s
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.14 s
3. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.18 s
4. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.22 s
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.41 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.48 s
2. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 27.86 s
3. Adam Plutecki (Korner Zielona Góra) 27.97 s
4. Przemysław Gorczyca (AZS AWFIS Gdańsk) 28.15 s
5. Maciej Hołub (Orlik Przeworsk) 28.18 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.48 s
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.53 s
3. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 27.86 s
4. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.91 s
5. Adam Plutecki (Korner Zielona Góra) 27.97 s
6. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 28.01 s
7. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.03 s
8. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.06 s
9. Adam Plutecki (Korner Zielona Góra) 28.07 s
10. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.08 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.91 s
2. Michał Zawadka (Ursynów Warszawa) 28.32 s
3. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz) 28.46 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 28.77 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 29.79 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 27.91 s
- 2012: Przemysław Gorczyca (AZS AWFIS Gdańsk) 28.24 s
- 2011: Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 28.20 s
- 2010: Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 28.50 s
- 2009: Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa) 28.41 s
- 2008: Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa) 28.84 s
- 2007: Piotr Gałka (MZOS Płock) 29.13 s
- 2006: Mariusz Winogrodzki (Polonia Warszawa) 28.48 s
- 2005: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 28.83 s
- 2004: Sławomir Kuczko (Znicz Koszalin) 29.69 s

100 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:01.29

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 1:01.66

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 1:03.67

Rekord Polski: Dawid Szulich 1:00.54 (28.07.13, Barcelona)

Rekord Polski 18-latków: Piotr Gałka 1:02.18 (21.05.06, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 17-latków: Krzysztof Tokarski 1:02.25 (27.08.13, Dubaj)

Rekord Polski 16-latków: Mikołaj Machnik 1:02.45 (24.05.09, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 15-latków: Mikołaj Machnik 1:05.05 (6.04.08, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 14-latków: Mikołaj Machnik 1:07.05 (8.07.07, Drzonków)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.90
2. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 1:02.91
3. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 1:03.28
4. Maciej Hołub (SMS Kraków) 1:03.57
5. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz) 1:04.17

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.90
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:02.06
3. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:02.26
4. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:02.79
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:02.82

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:00.54
2. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 1:00.66
3. Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa) 1:01.79
4. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 1:01.89
5. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 1:02.03

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:00.54
2. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 1:00.66
3. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.18
4. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.21
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.32
6. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 1:01.39
7. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.51
8. Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa) 1:01.79
9. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.82
10. Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa) 1:01.89

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.21
2. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 1:01.89
3. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 1:02.13

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:04.04

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:05.48

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.21
- 2012: Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.82
- 2011: Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 1:01.18
- 2010: Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 1:02.45
- 2009: Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 1:00.66
- 2008: Piotr Gałka (AZS AWF Warszawa) 1:02.81
- 2007: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 1:02.32
- 2006: Piotr Gałka (MZOS Płock) 1:02.25
- 2005: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 1:02.21
- 2004: Sławomir Kuczko (Znicz Koszalin) 1:03.85

200 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:12.23

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 2:12.58

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:18.81

Rekord Polski: Sławomir Wolniak 2:10.90 (23.05.09, Ostrowiec Św.)

Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Sławomir Kuczko 2:11.78 (25.11.06, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 18-latków: Marcin Stolarski 2:14.64 (12.04.14, Aleksandroupoli)

Rekord Polski 17-latków: Mikołaj Machnik 2:15.63 (21.07.09, Tampere)

Rekord Polski 16-latków: Mikołaj Machnik 2:15.63 (21.07.09, Tampere)

Rekord Polski 15-latków: Karol Zbutowicz 2:18.70 (19.07.13, Utrecht)

Rekord Polski 14-latków: Michał Rokita 2:24.78 (7.07.07, Drzonków)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 2:14.64
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:16.50
3. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:16.80
4. Marcin Hulbój (SMS Zielona Góra) 2:19.44
5. Maciej Certa (AZS AWF Warszawa) 2:20.49

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 2:14.64
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:16.50
3. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:16.80
4. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:16.89
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:16.09

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 2:10.90
2. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:11.51
3. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:11.98
4. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 2:14.64
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:14.69

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 2:10.90
2. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:11.51
3. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:11.78
4. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:11.98
5. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.12
6. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.14
7. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.21
8. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.34
8. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.34
10. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.35

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:12.44
2. Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.71
3. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz) 2:15.97

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:20.23

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:23.48

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:12.44
- 2012: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.75
- 2011: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:13.68
- 2010: Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 2:13.77
- 2009: Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk) 2:10.90
- 2008: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:14.51
- 2007: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:13.31
- 2006: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:14.47
- 2005: Sławomir Kuczko (AZS AWF Warszawa) 2:12.14
- 2004: Sławomir Kuczko (Znicz Koszalin) 2:17.64
- Łukasz Boral (Delfin Połaniec) 2:17.64

Styl motylkowy - zapowiedź

Jeżeli chcielibyśmy mówić o najważniejszych wydarzeniach tegorocznych Mistrzostw Polski, to zmagania w stylu motylkowym będą zapewne należeć do tych, które zapamiętamy na długo. Delfin to od lat mocna strona Polaków i w Olsztynie powinniśmy dostać potwierdzenie tego stanu rzeczy.

Wyścigiem zawodów może okazać się walka o medale na dystansie 100 m stylem dowolnym. Na liście startowej tej konkurencji znajdują się znakomite nazwiska i wyjątkowo nie można być już tak bardzo pewnym tego, że Konrad Czerniak po raz piąty z rzędu (i ósmy w ostatnich dziesięciu latach) zdobędzie tytuł mistrzowski. Rywali będzie miał bowiem wyjątkowo mocnych. Paweł Korzeniowski coraz bardziej nastawia się właśnie na dobre występy na 100 metrów. Dodatkowo po raz kolejny miał okazję potrenować w Hiszpanii, pod okiem Bartosza Kizierowskiego, razem z Czerniakiem. W ubiegłym roku takie przygotowania dały zawodnikowi AZS AWF Warszawa srebrny medal Uniwersjady i poprawiony rekord życiowy. Teraz może być jeszcze szybszy. Do tego dochodzą dwaj pływacy, którzy na co dzień trenują za oceanem: Marcin Tarczyński i Marcin Cieślak. Ich forma jest wielką zagadką, obaj nie startowali od marcowych mistrzostw NCAA (na których Cieślak okazał się zresztą, między innymi, najlepszy właśnie w tej konkurencji), ale powinni włączyć się do walki o miejsca na podium. A przecież nie można zapominać o tym, że groźni mogą być również Oskar Krupecki i Michał Poprawa. Miejsca na podium tylko trzy, bilety do Berlina cztery, a chętnych... Niemal dwa razy więcej! Będzie co oglądać!

Poprawa i Krupecki staną w Olsztynie przed trudnym zadaniem pokrzyżowania szyków swoim bardziej utytułowanym rywalom. W rywalizacji sprinterów zdecydowanym faworytem wydaje się być Czerniak, ale obaj jego młodszy koledzy nie dadzą za wygraną.

Z kolei na najdłuższym dystansie w stylu motylkowym Korzeniowski będzie chciał przedłużyć swoje panowanie w kraju. Zawodnik AZS AWF Warszawa jest w tej konkurencji niepokonany od jedenastu lat! Żaden z pływaków startujących w Olsztynie nie może się pochwalić tak wspaniałą serią. Szkoda tylko, że nie doczekamy się powtórki znakomitego finału sprzed roku, w którym mocno naciskali na niego Poprawa i Cieślak. Zawodnik Florida Gators tym razem zrezygnował ze startu na 200 metrów.

50 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 23.53 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 23.84 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 24.70 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	23.41 s (16.06.13, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Konrad Czerniak	24.51 s (2.12.07, Gorzów Wlkp.)
	Michał Poprawa	24.51 s (21.05.12, Debrzeczyn)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Dominik Ciężkowski	24.57 s (10.07.13, Poznań)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paweł Werner	25.05 s (24.05.09, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paweł Sendyk	25.39 s (15.05.12, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Michał Brzuś	25.88 s (2.07.08, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.25 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.65 s
3. Mateusz Chaba (Śląsk Wrocław)	24.68 s
4. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	24.71 s
5. Oskar Krupecki (MKP Szczecin)	24.74 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.25 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.44 s
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.65 s
4. Mateusz Chaba (Śląsk Wrocław)	24.68 s
5. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	24.71 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.41 s
2. Oskar Krupecki (MKP Szczecin)	24.03 s
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.05 s
4. Maciej Lewandowski (AZS AWF Warszawa)	24.11 s
5. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	24.12 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.41 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.46 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.48 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.52 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.62 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.72 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.02 s
8. Oskar Krupecki (MKP Szczecin)	24.03 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.04 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.04 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.46 s
2. Oskar Krupecki (MKP Szczecin)	24.03 s
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	24.12 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 25.09 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 25.51 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	23.46 s
2012: Oskar Krupecki (MKP Szczecin)	24.32 s
2011: Marcin Babuchowski (Trójka Łódź)	24.58 s
2010: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	24.36 s
2009: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.11 s
Maciej Lewandowski (AZS AWF Warszawa)	24.11 s
2008: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.56 s
2007: Maciej Lewandowski (AZS AWF Warszawa)	24.81 s
2006: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	24.62 s
2005: Bartłomiej Miziak (AZS AWF Warszawa)	24.60 s
2004: Bartłomiej Miziak (Polonia Warszawa)	25.34 s

100 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 52.65 s

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 52.91 s

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 54.79 s

Rekord Polski: Konrad Czerniak 51.15 s (30.07.11, Szanghaj)

Rekord Polski 18-latków: Marcin Cieślak 53.00 s (12.07.09, Praga)

Rekord Polski 17-latków: Marcin Cieślak 53.00 s (12.07.09, Praga)

Rekord Polski 16-latków: Michał Domagała 54.99 s (4.08.11, Stanford)

Rekord Polski 15-latków: Mateusz Chaba 56.20 s (15.07.11, Oświęcim)

Rekord Polski 14-latków: Piotr Łuczak 57.66 s (7.07.06, Gdynia)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 53.16 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 53.22 s
3. Sebastian Szczepański (SMS Zielona Góra) 53.92 s
4. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 53.94 s
5. Jerzy Twarowski (SMS Kraków) 54.09 s

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 53.16 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 53.22 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 53.53 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 53.70 s
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 53.71 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.15 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 51.75 s
3. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa) 52.56 s
4. Marcin Babuchowski (Trójka Łódź) 52.60 s
5. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 52.67 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.15 s
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.46 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.54 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.55 s
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 51.75 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.78 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.79 s
8. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 51.85 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.85 s
10. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 51.93 s

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.79 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 51.93 s
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 52.67 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 55.41 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 56.46 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 51.79 s
- 2012: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 52.28 s
- 2011: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 52.56 s
- 2010: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 52.03 s
- 2009: Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa) 52.56 s
- 2008: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 53.18 s
- 2007: Marcin Babuchowski (Trójka Łódź) 53.97 s
- 2006: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 53.34 s
- 2005: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 53.34 s
- 2004: Paweł Korzeniowski (Unia Oświęcim) 54.49 s

200 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 1:58.13

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 1:59.25

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:02.61

Rekord Polski: Paweł Korzeniowski 1:53.23 (29.07.09, Rzym)

Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Paweł Korzeniowski 1:54.93 (21.08.07, Chiba)

Rekord Polski 18-latków: Marcin Cieślak 1:56.13 (10.07.09, Praga)

Rekord Polski 17-latków: Marcin Cieślak 1:56.13 (10.07.09, Praga)

Rekord Polski 16-latków: Marcin Cieślak 1:59.36 (7.12.08, Praga)

Rekord Polski 15-latków: Piotr Łuczak 2:03.33 (7.07.07, Łódź)

Rekord Polski 14-latków: Piotr Łuczak 2:07.12 (9.07.06, Gdynia)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:58.17
2. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 2:00.97
3. Dominik Ciężkowski (SMS Kraków) 2:01.74
4. Jerzy Twarowski (SMS Kraków) 2:02.45
5. Marcin Opalski (Ursynów Warszawa) 2:02.91

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:58.17
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:58.23
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 2:00.97
4. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 2:01.73
5. Dominik Ciężkowski (SMS Kraków) 2:01.74

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:53.23
2. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka) 1:56.13
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 1:56.69
4. Marcin Babuchowski (Trójka Łódź) 1:57.53
5. Łukasz Drzewiński (AZS AWF Warszawa) 1:57.69

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:53.23
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:53.75
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.30
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.33
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.38
6. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.41
7. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.60
8. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.93
9. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.00
10. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.01

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.26
2. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 1:56.69
3. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka) 1:57.16

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:03.89

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:07.05

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2013: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.26
2012: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:56.64
2011: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.64
2010: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.73
2009: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.65
2008: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:54.41
2007: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.99
2006: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.78
2005: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:56.36
2004: Paweł Korzeniowski (Unia Oświęcim) 1:56.27

Styl zmienny - zapowiedź

Styl zmienny rządzi się swoimi prawami, ale - choć często zdarzają się tu niespodzianki - w tym roku powinno być bardziej przewidywalnie. Na dystansie 200 metrów wystąpi Marcin Cieślak, co automatycznie czyni go faworytem, zważywszy chociażby na jego świetne występy na zakończenie przygody z NCAA. Co ciekawe, rekordzista naszego kraju jeszcze nigdy nie wywalczył złotego medalu mistrzostw Polski w tej konkurencji. W tym roku stanie zatem przed wyjątkową szansą, tym bardziej, że na starcie zabraknie obrońcy tytułu z poprzedniego roku, Jana Świtkowskiego, a także złotego medalisty z 2011 i 2012 roku, Marcina Tarczyńskiego, który w wywiadzie z naszym portalem przyznał, że na razie nie będzie pływał 200 m stylem zmiennym na długim basenie. W nietypowej dla siebie konkurencji wystąpi z kolei Radosław Kawęcki, mający czwarty czas na liście zgłoszonych zawodników. Na jej czele znajduje się Marcin Suzin z AZS AGH Kraków. Zaraz za nim jest pływak Polonii Warszawa, Kacper Ćwiek, który w zeszłym roku bardzo dobrze spisał się na Mistrzostwach Europy Juniorów w Poznaniu, zajmując szóste miejsce w tej konkurencji. Nie można zapominać o Karolu Zaczyńskim, który również ma spore szanse na medal.

Zawodnik Śląska Wrocław jest natomiast zdecydowanym faworytem na dwukrotnie dłuższym dystansie. Już w ubiegłym roku był bardzo bliski wywalczenia minimum na Mistrzostwa Świata w Barcelonie. Zabrakło mu zaledwie siedemnastu setnych sekundy! Żeby wywalczyć przepustkę do Berlina, będzie musiał ponownie wznieść się na wyżyny swoich umiejętności i poprawić rekord życiowy sprzed roku, który w tym momencie jest gorszy od rezultatu dającego prawo startu na czempionacie Starego Kontynentu o dokładnie 0.39 s. Jego głównym przeciwnikiem, który może próbować nawiązać z nim walkę, powinien być Dawid Szwedzki z Piątki Konstantynów Łódzki. O medale powalczą też na pewno Suzin, Bartłomiej Kubkowski i urodzony w 1996 roku Konrad Stępień, który będzie starał się popłynąć w Aquasferze lepiej od minimum na Mistrzostwa Europy Juniorów w Dordrechcie.

Daniel Biś/Szymon Gagattek

200 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 2:01.17

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 2:02.01

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 2:05.54

Rekord Polski:	Marcin Cieślak	1:59.77 (27.07.11, Szanghaj)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Michał Poprawa	2:03.18 (19.07.12, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:04.13 (9.12.09, Doha)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:04.29 (7.12.08, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:07.56 (1.12.07, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:11.40 (25.11.06, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:05.77
2. Łukasz Wójt (PZP)	2:06.31
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra)	2:06.40
4. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	2:06.48
5. Bartłomiej Kubkowski (Śląsk Wrocław)	2:07.18

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:05.77
2. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:06.23
3. Łukasz Wójt (PZP)	2:06.31
4. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra)	2:06.40
5. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	2:06.48

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	1:59.77
2. Łukasz Wójt (PZP)	2:00.32
3. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:00.81
4. Mateusz Matczak (Trójka Łódź)	2:01.23
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	2:01.85

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	1:59.77
2. Łukasz Wójt (PZP)	2:00.32
3. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.45
4. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.68
5. Łukasz Wójt (PZP)	2:00.72
6. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:00.81
7. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:00.89
8. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:01.12
9. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:01.14
10. Mateusz Matczak (Trójka Łódź)	2:01.23

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	2:02.09
2. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:02.89
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	2:05.73

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:09.59

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:13.68

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	2:02.09
2012: Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków)	2:01.12
2011: Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków)	2:01.31
2010: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	2:02.16
2009: Mateusz Matczak (Trójka Łódź)	2:01.23
2008: Jakub Jasiński (Korner Zielona Góra)	2:03.76
2007: Jakub Jasiński (Korner Zielona Góra)	2:04.14
2006: Łukasz Wójt (PZP)	2:03.84
2005: Jakub Jasiński (Jordan Kraków)	2:04.59
2004: Krzysztof Żołdak (AZS AWF Katowice)	2:04.22

400 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Europy: 4:18.77

Minimum na Mistrzostwa Europy (95-97): 4:21.70

Minimum na Mistrzostwa Europy juniorów: 4:28.49

Rekord Polski: Mateusz Matczak 4:12.28 (11.07.09, Belgrad)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Paweł Korzeniowski 4:16.52 (20.05.11, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 18-latków: Mateusz Matczak 4:18.40 (22.07.07, Antwerpia)
Rekord Polski 17-latków: Mateusz Matczak 4:20.27 (6.07.06, Palma de Mallorca)
Rekord Polski 16-latków: Marcin Cieślak 4:27.40 (6.12.08, Praga)
Rekord Polski 15-latków: Marcin Cieślak 4:32.62 (30.11.07, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków: Marcin Cieślak 4:42.16 (24.11.06, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2014 roku:

1. Łukasz Wójt (PZP) 4:27.28
2. Dawid Szwedzki (Piątka Konstantynów Ł.) 4:30.58
3. Bartłomiej Kubkowski (Śląsk Wrocław) 4:31.42
4. Adam Dubiel (Korner Zielona Góra) 4:32.03
5. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 4:32.54

Najlepsze 5 wyników w 2014 roku:

1. Łukasz Wójt (PZP) 4:27.28
2. Dawid Szwedzki (Piątka Konstantynów Ł.) 4:30.58
3. Bartłomiej Kubkowski (Śląsk Wrocław) 4:31.42
4. Adam Dubiel (Korner Zielona Góra) 4:32.03
5. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 4:32.54

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:12.28
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 4:16.52
3. Łukasz Wójt (PZP) 4:17.36
4. Marcin Maliński (Flota Gdynia) 4:18.32
5. Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice) 4:19.16

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:12.28
2. Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:14.12
3. Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:14.57
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 4:16.52
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 4:17.06
6. Łukasz Wójt (PZP) 4:17.36
7. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 4:17.96
8. Marcin Maliński (Flota Gdynia) 4:18.32
9. Marcin Maliński (Flota Gdynia) 4:18.34
10. Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:18.40

Mistrzostwa Polski 2013:

Podium:

1. Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice) 4:19.16
2. Dawid Szwedzki (Piątka Konstantynów Ł.) 4:23.98
3. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków) 4:27.62

10. miejsce w kwalifikacjach: 4:33.74

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:43.96

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2013: Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice) 4:19.16
2012: Karol Zaczyński (AZS AWF Katowice) 4:23.63
2011: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 4:16.52
2010: Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:25.94
2009: Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:14.12
2008: Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:19.91
2007: Mateusz Matczak (Trójka Łódź) 4:21.11
2006: Łukasz Wójt (PZP) 4:22.40
2005: Adrian Styrzyński (Korner Zielona Góra) 4:27.63
2004: Krzysztof Żołdak (AZS AWF Katowice) 4:26.33

Sztafety

Klubowe rekordy Polski

KOBIETY:

4x100 m stylem dowolnym:

<u>Rekord Polski:</u>	AZS AWF Warszawa	3:50.23 (13.05.12, Olsztyn)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Agata Kowalska, Karolina Szczepaniak, Otylia Jędrzejczak)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	3:55.57 (13.04.07, Dębica)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Marta Kokot, Weronika Wąsiakowska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	KKS Polonia Warszawa	3:58.30 (19.05.06, Ostrowiec Św.)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Marta Kokot, Karolina Szczepaniak)</i>	
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Unia Oświęcim	4:00.74 (16.07.11, Ostrowiec Św.)
	<i>(Małgorzata Frenke, Natalia Kącka, Anna Kruk, Katarzyna Górniak)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Jordan Kraków	4:02.92 (16.07.11, Oświęcim)
	<i>(Agnieszka Pabian, Paulina Dworaczek, Marta Sowa, Luigia Sirignano)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Piętnastka Bydgoszcz	4:07.99 (6.07.13, Gorzów Wlkp.)
	<i>(Natalia Fryckowska, Oliwia Mytlewska, Roksana Słupek, Julia Gus)</i>	

4x200 m stylem dowolnym:

<u>Rekord Polski:</u>	AZS AWF Warszawa	8:17.07 (12.04.07, Dębica)
	<i>(Otylia Jędrzejczak, Karolina Szczepaniak, Angelika Oleksy, Paulina Barzycka)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	8:29.27 (29.11.07, Gorzów Wlkp.)
	<i>(Joanna Budzis, Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Aleksandra Kamińska)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	KKS Polonia Warszawa	8:40.03 (18.05.06, Ostrowiec Św.)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Marta Kokot, Karolina Szczepaniak)</i>	
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	BUKS Warszawa	8:41.35 (18.05.06, Ostrowiec Św.)
	<i>(Aleksandra Kamińska, Anna Traczewska, Maria Karkuszewska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	BUKS Warszawa	8:45.87 (20.05.05, Dębica)
	<i>(Aleksandra Kamińska, Anna Traczewska, Maria Karkuszewska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Warta Poznań	8:58.38 (21.05.09, Ostrowiec Św.)
	<i>(Joanna Cieślak, Sylwia Ciesielska, Katarzyna Kasperek, Alicja Taczata)</i>	

4x100 m stylem zmiennym:

<u>Rekord Polski:</u>	Słowianka Gorzów Wlkp.	4:12.11 (22.05.11, Ostrowiec Św.)
	<i>(Anna Porzelska, Paulina Zachoszcz, Mirela Olczak, Alicja Tchórz)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Słowianka Gorzów Wlkp.	4:15.76 (6.06.10, Gliwice)
	<i>(Alicja Tchórz, Paulina Zachoszcz, Mirela Olczak, Joanna Zachoszcz)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	4:20.44 (09.07.06, Palma de Mallorca)
	<i>(Jagoda Piechocka, Anna Janczewska, Katarzyna Ptasieńska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	4:20.44 (09.07.06, Palma de Mallorca)
	<i>(Jagoda Piechocka, Anna Janczewska, Katarzyna Ptasieńska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Unia Oświęcim	4:24.74 (13.07.08, Gorzów Wlkp.)
	<i>(Aleksandra Nitka, Karolina Lewińska, Paulina Sikora, Aleksandra Zagrodnik)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Wodnik Radom	4:34.56 (8.07.12, Szczecin)
	<i>(Adrianna Mandyk, Magdalena Sonta, Paulina Nogaj, Aleksandra Przybysławska)</i>	

Sztafety

Klubowe rekordy Polski

MĘŻCZYŹNI:

4x100 m stylem dowolnym:

Rekord Polski:	AZS AWF Warszawa (Łukasz Gąsior, Michał Rokicki, Michał Witkowski, Paweł Korzeniowski)	3:21.03 (4.04.08, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 18-latków:	Juvenia Wrocław (Bartłomiej Bogulski, Paweł Werner, Julian Soboń, Emil Bening)	3:28.40 (22.05.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 17-latków:	Juvenia Wrocław (Bartłomiej Bogulski, Paweł Werner, Julian Soboń, Emil Bening)	3:28.40 (22.05.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 16-latków:	Juvenia Wrocław (Paweł Werner, Adrian Kłusek, Maciej Widanka, Emil Bening)	3:34.54 (27.06.09, Dębica)
Rekord Polski 15-latków:	BUKS Warszawa (Marcin Tarczyński, Bartosz Romanowicz, Filip Rowiński, Mariusz Mikołajewski)	3:39.68 (2.12.05, Warszawa)
Rekord Polski 14-latków:	Shark Rudna (Mateusz Chaba, Damian Wertepny, Bartłomiej Taczański, Piotr Ludwiczak)	3:47.89 (3.07.10, Dębica)

4x200 m stylem dowolnym:

Rekord Polski:	AZS AWF Warszawa (Łukasz Gąsior, Łukasz Gimiński, Michał Rokicki, Paweł Korzeniowski)	7:23.41 (29.11.07, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 18-latków:	Śląsk Wrocław (Michał Szuba, Maciej Zoniuk, Dawid Rybiński, Filip Bujoczek)	7:33.51 (22.07.11, Warszawa)
Rekord Polski 17-latków:	Juvenia Wrocław (Emil Bening, Bartłomiej Bogulski, Marek Stachowicz, Paweł Werner)	7:46.22 (21.05.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 16-latków:	Śląsk Wrocław (Dawid Rybiński, Maciej Zoniuk, Jakub Brzoza, Michał Szuba)	7:47.47 (21.05.09, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 15-latków:	MKP Szczecin (Paweł Kleszczyński, Krzysztof Witkowski, Daniel Kandulski, Adrian Kornienko)	8:03.38 (23.11.06, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków:	Kormoran Olsztyn (Krzysztof Pielowski, Sebastian Najmowicz, Bartosz Hura, Jarosław Krawczyk)	8:21.84 (3.12.05, Warszawa)

4x100 m stylem zmiennym:

Rekord Polski:	Korner Zielona Góra (Radosław Kawęcki, Mateusz Kołodziejewski, Szymon Golczyk, Sebastian Szczepański)	3:41.99 (16.06.13, Olsztyn)
Rekord Polski 18-latków:	Victoria Racibórz (Wojciech Gabrysz, Krzysztof Tokarski, Tomasz Kurtok, Rafał Bugdol)	3:48.36 (21.07.13, Drzonków)
Rekord Polski 17-latków:	Polonia Warszawa (Sebastian Karaś, Filip Rowiński, Marcin Tarczyński, Mariusz Mikołajewski)	3:52.83 (2.12.07, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 16-latków:	AZS AWF Katowice (Jakub Świerczyński, Patryk Nowak, Łukasz Kudła, Szymon Warwas)	3:59.07 (17.07.11, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 15-latków:	BUKS Warszawa (Bartosz Romanowicz, Filip Rowiński, Marcin Tarczyński, Mariusz Mikołajewski)	3:59.84 (2.12.05, Warszawa)
Rekord Polski 14-latków:	BUKS Warszawa (Marcin Tarczyński, Filip Rowiński, Piotr Gruzewski, Mariusz Mikołajewski)	4:13.13 (4.12.04, Warszawa)

Sztafety

Mistrzostwa Polski 2013:

MĘŻCZYŹNI:

4x100 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AWF Warszawa** 3:23.10
(Paweł Korzeniowski, Maciej Certa, Paweł Pulwin, Jakub Pasuła)
- Korner Zielona Góra** 3:23.11
(Sebastian Szczepański, Radosław Bor, Mateusz Kołodziejski, Radosław Kawęcki)
- AZS AWF Katowice** 3:24.10
(Karol Zaczyński, Kajetan Załuski, Kacper Klich, Michał Poprawa)

4x200 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AWF Katowice** 7:27.92
(Karol Zaczyński, Kacper Klich, Wojciech Głyk, Michał Poprawa)
- Śląsk Wrocław** 7:28.89
(Filip Bujoczek, Michał Szuba, Bartłomiej Kubkowski, Mateusz Nachtman)
- AZS AWF Warszawa** 7:39.46
(Paweł Pulwin, Jakub Pasuła, Marcin Jaszewski, Paweł Korzeniowski)

4x100 m stylem zmiennym:

Podium:

- Korner Zielona Góra** 3:41.99
(Radosław Kawęcki, Mateusz Kołodziejski, Szymon Golczyk, Sebastian Szczepański)
- AZS AWF Warszawa** 3:43.93
(Miłosz Mikicin, Sławomir Kuczko, Paweł Korzeniowski, Jakub Pasuła)
- AZS AWF Katowice** 3:44.11
(Karol Zaczyński, Mikołaj Machnik, Michał Poprawa, Kacper Klich)

KOBIETY:

4x100 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AGH Kraków** 3:52.38
(Anna Kawecka, Marcelina Radlińska, Jagoda Piechocka, Natalia Pawlaczek)
- Juvenia Wrocław** 3:54.20
(Klaudia Naziębło, Dominika Sztandera, Paulina Kłopocka, Alicja Tchórz)
- AZS AWF Katowice** 3:54.65
(Katarzyna Wilk, Joanna Bartoszek, Marta Lempart, Karolina Szczepaniak)

4x200 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AWF Katowice** 8:29.23
(Karolina Szczepaniak, Joanna Bartoszek, Paulina Klimas, Katarzyna Wilk)
- AZS AGH Kraków** 8:29.36
(Anna Kawecka, Marcelina Radlińska, Jagoda Piechocka, Natalia Pawlaczek)
- AZS UWM Olsztyn** 8:32.39
(Monika Czerniak, Manuela Wikieł, Joanna Zachoszcz, Oriana Kowalińska)

4x100 m stylem zmiennym:

Podium:

- Śląsk Wrocław** 4:13.57
(Maja Zawiszewska, Weronika Paluszek, Anna Dowgiert, Paulina Żelazna)
- Juvenia Wrocław** 4:14.37
(Alicja Tchórz, Dominika Sztandera, Paulina Kłopocka, Klaudia Naziębło)
- Unia Oświęcim** 4:17.79
(Katarzyna Górniak, Olimpia Prochownik, Joanna Szczepaniak, Kamila Kunka)

Typuj z nami Mistrzów!

Kobiety	Typ megatiming.pl	Twój typ
50 m stylem dowolnym	Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk	
100 m stylem dowolnym	Katarzyna Wilk	
200 m stylem dowolnym	Katarzyna Wilk	
400 m stylem dowolnym	Joanna Zachoszcz	
800 m stylem dowolnym	Donata Kilijańska	
1500 m stylem dowolnym	Joanna Zachoszcz	
50 m stylem grzbietowym	Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk	
100 m stylem grzbietowym	Alicja Tchórz	
200 m stylem grzbietowym	Alicja Tchórz	
50 m stylem klasycznym	Dominika Sztandera	
100 m stylem klasycznym	Paulina Zachoszcz	
200 m stylem klasycznym	Weronika Paluszek	
50 m stylem motylkowym	Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk	
100 m stylem motylkowym	Anna Dowgiert	
200 m stylem motylkowym	Klaudia Naziębło	
200 m stylem zmiennym	Alicja Tchórz	
400 m stylem zmiennym	Karolina Szczepaniak	
4x100 m stylem dowolnym	AZS AGH Kraków	
4x200 m stylem dowolnym	AZS UWM Olsztyn	
4x100 m stylem zmiennym	Juvenia Wrocław	

Typuj z nami Mistrzów!

Mężczyźni	Typ megatiming.pl	Twój typ
50 m stylem dowolnym	Konrad Czerniak	
100 m stylem dowolnym	Konrad Czerniak	
200 m stylem dowolnym	Paweł Korzeniowski	
400 m stylem dowolnym	Filip Zaborowski	
800 m stylem dowolnym	Filip Zaborowski	
1500 m stylem dowolnym	Paweł Furtek	
50 m stylem grzbietowym	Tomasz Polewka	
100 m stylem grzbietowym	Radosław Kawęcki	
200 m stylem grzbietowym	Radosław Kawęcki	
50 m stylem klasycznym	Dawid Szulich	
100 m stylem klasycznym	Dawid Szulich	
200 m stylem klasycznym	Mikołaj Machnik	
50 m stylem motylkowym	Konrad Czerniak	
100 m stylem motylkowym	Paweł Korzeniowski	
200 m stylem motylkowym	Paweł Korzeniowski	
200 m stylem zmiennym	Marcin Cieślak	
400 m stylem zmiennym	Karol Zaczyński	
4x100 m stylem dowolnym	AZS AWF Warszawa	
4x200 m stylem dowolnym	Śląsk Wrocław	
4x100 m stylem zmiennym	AZS AWF Katowice	