

MISTRZOSTWA POLSKI W PŁYWANIU – SZCZECIN 2015

Skarb Kibica


Przygotowany specjalnie na pływackie Mistrzostwa Polski Seniorów i Młodzieżowców w Szczecinie w 2015 roku przewodnik, w którym zawarte są wszystkie najważniejsze informacje dotyczące każdej konkurencji.

28.05-31.05.2014r.

MISTRZOSTWA POLSKI
W PŁYWANIU



SZCZECIN 2015

 omegating.pl

Szymon Gagattek

TO BĘDZIE WYJĄTKOWY CZAS!

Przed nami najważniejsza impreza pływacka tego roku w naszym kraju. Już w czwartek wystartują Główne Mistrzostwa Polski Seniorów i Młodzieżowców w szczecińskiej Floating Arenie. Po trzech latach rozgrywania krajowego czempionatu w olsztyńskiej Aquasferze, krajowa czołówka powalczy o medale w nowym otoczeniu. Gospodarze ze stolicy województwa zachodniopomorskiego, mający już za sobą doświadczenie z przygotowania mistrzostw Europy na krótkim basenie w 2011 roku, starannie zadbali o drobiazgi towarzyszące organizacji tegorocznej imprezy, które nadają jej wyjątkowy charakter: powstało unikatowe logo, nad wejściem na pływalnię umieszczono specjalny zegar odliczający dni, godziny, minuty i sekundy do oficjalnego otwarcia mistrzostw, uruchomiono też oficjalną stronę internetową zawodów (mppywanie2015.szczecin.eu).

Do tego dochodzi kolejny ważny aspekt. Po kilku latach przerwy krajowe pływanie ponownie zagości w telewizji! Transmisje z piątkowej, sobotniej i niedzielnej sesji finałowej będzie można zobaczyć na antenie TVP Sport.

Transmisje z Mistrzostw Polski w TVP Sport:

piątek, 29.05 **17:05 - 19:05** sesja finałowa - dzień 2. *[NA ŻYWO]*

sobota, 30.05 **17:05 - 19:15** sesja finałowa - dzień 3. *[NA ŻYWO]*

niedziela, 31.05 **20:15 - 21:45** sesja finałowa - dzień 4. *[PREMIERA]*

Teraz tylko pozostaje mieć nadzieję, że cała ta otoczka doda zawodnikom jeszcze więcej motywacji i doczekamy się zawodów obfitych w znakomite rezultaty. Na poprzednich mistrzostwach nie doczekaliśmy się ani jednego rekordu Polski seniorów w konkurencjach indywidualnych, tym razem szans nie powinno zabraknąć, trzeba je jednak będzie jeszcze wykorzystać. Nie wypada też zapominać o tym, że tegoroczny czempionat to tak naprawdę początek „drogi do Rio”. Zawodnicy, którzy w Szczecinie wywalczą kwalifikację na mistrzostwa świata w Kazaniu, już w sierpniu będą mogli zagwarantować sobie udział w igrzyskach w 2016 roku i przez kolejne dwanaście miesięcy ze spokojem przygotowywać się do najważniejszej imprezy sportowej czterolecia.

Ciekawych historii dotyczących najbliższego pływackiego „długiego weekendu” nie brakuje, o czym (mam nadzieję) przekonacie się, czytając zapowiedzi mistrzostw, które znajdują się na kolejnych stronach „Skarbu Kibica”. Konrad Czerniak przyjedzie do Polski jako lider światowych list na 100 m stylem motylkowym, ale w ojczyźnie czeka go nie lada wyzwanie i rywalizacja z Pawłem Korzeniowskim, który coraz lepiej prezentuje się na krótkich dystansach. Świetną dyspozycję z ostatnich miesięcy będzie chciała potwierdzić Anna Dowgiert, a Katarzyna Baranowska spróbuje wrócić na najwyższy stopień podium krajowego czempionatu po siedmiu latach przerwy. Na mistrzostwach Polski seniorów zadebiutuje w końcu były juniorski mistrz USA, Michał Domagała, a inny zawodnik trenujący na co dzień w Stanach Zjednoczonych, Marcin Cieślak, dostanie kolejną okazję, by udowodnić, że tytuł „czwartego muszkietera” polskiego pływania nie jest w kontekście jego osoby przypadkowy.

„Skarb Kibica” to również garść statystyk i zestawień. Kto znajduje się na szczycie tegorocznych rankingów w naszym kraju? Do kogo należą najlepsze wyniki w historii polskiego pływania? Jak wyglądały składy podium podczas ubiegłorocznej rywalizacji i co trzeba było zrobić, by zakwalifikować się do sesji finałowej? Kto naszym zdaniem ma największe szanse na złote medale w Szczecinie? Przekonajcie się sami! Dobrej zabawy!

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 28.05

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)

16:40 – Uroczyste otwarcie zawodów

17:00 – finały

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 (najszybsza seria)
1500 m stylem dowolnym mężczyzn (najszybsza seria)
4x200 m stylem dowolnym kobiet
4x200 m stylem dowolnym mężczyzn

Piątek 29.05

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

16:30 – Uroczyste odsłonięcie tablicy pamięci Ferdynanda „Freda” Kaczyńskiego

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 30.05

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 2014 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 31.05

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

18:30 – Uroczyste zakończenie zawodów

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

Wielki rewanż za Opole

W tym roku rywalizacja na krótkich dystansach w stylu dowolnym zapowiada się niezwykle ciekawie. W Szczecinie pojawią się główne bohaterki pierwszej części sezonu w naszym kraju - **Anna Dowgiert** i **Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk**, nie zabraknie też przybywającej prosto ze Stanów Zjednoczonych **Katarzyny Wilk**.

W zmaganiach na 50 metrów stylem dowolnym faworytką będzie Urbańczyk, która na tym dystansie na mistrzostwach Polski zdobywa złote medale nieprzerwanie od 2011 roku. Łodzianka na pewno będzie dobrze przygotowana do zawodów, które mogą znacznie skrócić jej drogę do wymarzonego startu na igrzyskach olimpijskich. W Szczecinie nie będzie mogła jednak zlekceważyć świetnie spisującej się w tym sezonie Dowgiert. Reprezentantka Śląska Wrocław pokonała już podopieczną Bartosza Olejarczyka podczas Grand Prix w Opolu, przerywając jej niesamowitą (trwającą ponad trzy lata) passę aż trzydziestu czterech kolejnych zwycięstw na tym dystansie podczas krajowych zawodów. Dowgiert przystąpi do rywalizacji z najlepszym w tym roku wynikiem w naszym kraju i bez wątpienia będzie miała ochotę na pierwszy złoty medal mistrzostw Polski w tej konkurencji w swojej karierze.

Główną kandydatką do złota na dwukrotnie dłuższym dystansie będzie natomiast po raz kolejny Katarzyna Wilk. Zawodniczka AZS AWF Katowice na 100 m stylem dowolnym w mistrzostwach Polski jest niepokonana od 2008 roku! Już miesiąc temu pokazała, że do sezonu letniego, nawet po wymagających zmaganiach w lidze NCAA, powinna być przygotowana znakomicie. Podczas zawodów w kalifornijskiej miejscowości La Mirada uzyskała najlepszy w tym roku czas w naszym kraju (56.25 s), lepszy o jedną setną od wyniku Anny Dowgiert z Grand Prix w Opolu. Co ważne, zawodniczka wrocławskiego Śląska nie zdecydowała się na start w tej konkurencji w Szczecinie, ułatwiając tym samym krakowiance drogę do ósmego z rzędu złota mistrzostw Polski.

Wilk w stolicy województwa zachodniopomorskiego wystąpi również na 200 m stylem dowolnym. To właśnie ona jest ostatnią zawodniczką, której udało się obronić tytuł w tej konkurencji. Dwa zwycięstwa z rzędu zapewniła sobie w 2009 i 2010 roku. Od tej pory co roku królową tego dystansu zostaje inna pływaczka. Podobnie będzie również tym razem, ponieważ w Szczecinie nie pojawi się triumfatorka sprzed dwunastu miesięcy, Donata Kilijańska. Czy to może oznaczać, że Wilk po pięciu latach wróci na szczyt? Niekoniecznie. Wytypowanie tegorocznej złotej medalistki może przyprawić o ból głowy, a wyrównana stawka gwarantuje zaciętą walkę nawet o samo znalezienie się wśród dziesięciu uczestniczek wielkiego finału.

Mówiąc o rywalizacji krawlistek na krótkich dystansach nie można w tym roku pominąć **Anny Kaweckiej**. Zawodniczka AZS AGH Kraków podczas zawodów Grand Prix w Gorzowie Wielkopolskim i Opolu wyraźnie zgłosiła chęć dołączenia do ścisłej krajowej czołówki, poprawiając swoje rekordy życiowe zarówno na 50, jak i na 100 metrów. Zwłaszcza w tej drugiej konkurencji powinna się liczyć w walce o miejsca na podium. Pod nieobecność Dowgiert, lepsze rezultaty na liście zgłoszonych zawodniczek mają tylko Wilk i **Alicja Tchórz**. Kaweczka będzie też bardzo ważnym ogniwem sztafet swojego klubu, zwłaszcza tej, która popłynie na dystansie 4x200 m stylem dowolnym i w Szczecinie będzie bronić wywalzonego przed rokiem tytułu.

50 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	25.23 s
Minimum na Uniwersjadę:	25.42 s
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	27.47 s

Rekord Polski: Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk 25.01 s (3.08.2013, Barcelona)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Katarzyna Wilk	25.31 s (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Katarzyna Wilk	25.31 s (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Agata Korc	25.54 s (3.08.2002, Berlin)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Agata Korc	25.84 s (10.07.2001, La Valetta)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Diana Sokołowska	26.53 s (3.06.2010, Gliwice)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	25.39 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.53 s
3. Anna Kawecka (AZS AGH Kraków)	25.99 s
4. Natalia Fryckowska („15” Bydgoszcz)	26.06 s
5. Ada Niewiadomska (GOS Raszyn)	26.33 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	25.39 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.53 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.65 s
4. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.78 s
5. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	25.88 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. Nikola Petryka (Śląsk Wrocław)	25.96 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
9. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.31 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.45 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	25.84 s
3. Nikola Petryka (Śląsk Wrocław)	25.96 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 26.85 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 27.51 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	25.45 s
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

100 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	55.05 s
Minimum na Uniwersjadę:	55.69 s
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	59.22 s

<u>Rekord Polski:</u>	Katarzyna Wilk	54.95 s (10.08.2010, Budapeszt)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Katarzyna Wilk	54.95 s (10.08.2010, Budapeszt)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Katarzyna Wilk	55.29 s (24.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Katarzyna Wilk	56.48 s (9.07.2008, Monterrey)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Agata Korc	56.75 s (27.05.2001, Warszawa)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Diana Sokołowska	57.34 s (10.12.2010, Belgrad)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice)	56.25 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	56.26 s
3. Anna Kawecka (AZS AGH Kraków)	57.31 s
4. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	57.59 s
5. Ada Niewiadomska (GOS Raszyn)	57.73 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice)	56.25 s
1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	56.26 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	56.78 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	56.93 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	57.12 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 2014:

Podium:

1. Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice)	55.83 s
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	56.69 s
3. Natalia Pawlaczek (AZS AGH Kraków)	57.41 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 59.02 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 59.60 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Katarzyna Wilk (AZS AWF Katowice)	55.83 s
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

200 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:58.93
Minimum na Uniwersjadę:	2:00.45
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	2:08.18

Rekord Polski:	Otylia Jędrzejczak	1:57.15 (3.08.2006, Budapeszt)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Paulina Barzycka	1:58.62 (17.08.2004, Ateny)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Karolina Szczepaniak	2:00.40 (30.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Diana Sokołowska	2:01.17 (07.07.2012, Antwerpia)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Diana Sokołowska	2:01.95 (17.04.2011, Corfu)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Diana Sokołowska	2:04.55 (28.03.2010, Coimbra)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	2:03.13
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:04.00
3. Klaudia Jankowska (Ursynów Warszawa)	2:04.41
4. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	2:05.33
5. Kamila Kunka (Unia Oświęcim)	2:05.42

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	2:03.13
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:04.00
3. Klaudia Jankowska (Ursynów Warszawa)	2:04.41
4. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	2:04.43
5. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	2:05.33

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 2014:

Podium:

1. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.)	2:02.08
2. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn)	2:03.29
3. Katarzyna Kasperek (MKP Szczecin)	2:04.14

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:07.88

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:10.86

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.)	2:02.08
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

Styl dowolny – długie dystanse – zapowiedź

Chybił-trafił

Metoda skreślenia liczb w zakładach Totalizatora Sportowego spokojnie mogła by posłużyć w tym roku również do wytypowania zwycięzczyń poszczególnych konkurencji na długich dystansach w stylu dowolnym. Stawka zawodniczek liczących się w walce o medale już w ubiegłym roku była bardzo szeroka, a w ostatnich miesiącach do ścisłej czołówki dołączyła jeszcze chociażby **Paula Żukowska**, która już w Szczecinie będzie jedną z poważniejszych pretendentek do miejsc na podium.

Zawodniczka Juwenii Wrocław, uczestniczka mistrzostw świata w Rzymie w 2009 roku, po zawieszeniu za doping i rozbracie ze sportem, w kwietniu wróciła do pływania w świetnym stylu. Zdążyła już odnieść kilka zwycięstw podczas cyklu Grand Prix Pucharu Polski, a w Opolu poprawiła nawet swój rekord życiowy na 800 m stylem dowolnym. We Floating Arenie wystąpi w pięciu konkurencjach: 200, 400 i 800 m stylem dowolnym, 200 m stylem motylkowym i 400 m stylem zmiennym.

Udany początek sezonu ma za sobą również **Monika Czerniak**. Zawodniczka, która na co dzień trenuje we Francji pod okiem Philippe'a Lucasa, poprawiła już w tym sezonie swoje rekordy życiowe na 100, 200, 400 i 800 m stylem dowolnym, a na najdłuższym dystansie udało jej się złamać barierę siedemnastu minut. Dodatkowo jej wynik z mistrzostw Francji w Limoges na 400 metrów był gorszy tylko o niespełna trzy sekundy od minimum na mistrzostwa świata w Kazaniu. Taka forma zawodniczki Kormorana Olsztyn może jej dawać nadzieję na to, że w końcu zdobędzie pierwszy w życiu złoty krążek krajowego czempionatu w rywalizacji indywidualnej, a może nawet spróbuje powalczyć o wyjazd do Rosji.

Po niezwykle efektownym występie na zimowych mistrzostwach kraju, kolejny sprawdzian czeka **Justynę Burską**. Zawodniczka Piątki Konstantynów Łódzki w grudniu była bliska poprawienia rekordu Polski na dystansie 1500 m stylem dowolnym i z Ostrowca Świętokrzyskiego wróciła z dwoma złotymi i dwoma srebrnymi medalami. W ubiegłym roku, po problemach z barkiem i poddaniu się operacji, start w Olsztynie zupełnie jej nie wyszedł, tym razem wszystko powinno być już w porządku.

W stawce kandydatek do medali nie można też pominąć klubowej koleżanki Burskiej, **Mileny Karpisz** oraz trenującej w Krakowie **Wioletty Orczykowskiej**. Obie pływaczki rozgrzewały trybuny podczas swojej fantastycznej rywalizacji na zimowych mistrzostwach Polski 17- i 18-latków w Gliwicach i teraz dostaną wyjątkową okazję do rewanżu na najważniejszej pływackiej imprezie w kraju. Do tego dochodzą dwie podpory sztafety 4x200 m stylem dowolnym AZS UWM Olsztyn: **Joanna Zachoszcz** i **Manuela Wikieł**. Tą pierwszą w Szczecinie czeka walka o obronę tytułów wywalczonych w 2014 roku w Aquasferze na dystansach 800 i 1500 metrów.

Wciąż rozwija się też talent szesnastoletniej **Pauliny Piechoty**. Zawodniczka z Pabianic tym razem została zgłoszona do startu w aż sześciu konkurencjach, wszystkich w stylu dowolnym. Najgroźniejsza dla rywalek będzie oczywiście na dłuższych dystansach, jednak jej dyspozycja podczas mistrzostw Polski będzie wielką niewiadomą. Wszystko ze względu na fakt, że już za niespełna miesiąc czeka ją rywalizacja na pierwszych w historii Igrzyskach Europejskich i start w Szczecinie będzie dla niej tylko kolejnym przystankiem w drodze do Baku. To właśnie w stolicy Azerbejdżanu ma osiągnąć szczyt formy.

400 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	4:12.47
Minimum na Uniwersjadę:	4:13.24
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	4:27.30

Rekord Polski:	Otylia Jędrzejczak	4:04.23 (25.03.2007, Melbourne)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Paula Żukowska	4:12.62 (9.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Paula Żukowska	4:12.62 (9.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paula Żukowska	4:12.62 (9.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Donata Kilijańska	4:16.54 (20.07.2009, Tampere)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Donata Kilijańska	4:16.54 (20.07.2009, Tampere)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	4:15.14
2. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.)	4:17.73
3. Manuela Wikieł (AZS UWM Olsztyn)	4:17.92
4. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	4:18.52
5. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	4:18.67

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	4:15.14
2. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	4:17.64
3. Justyna Burska (Piątka Konstantynów Ł.)	4:17.73
4. Manuela Wikieł (AZS UWM Olsztyn)	4:17.92
5. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	4:18.11

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.)	4:15.00

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 2014:

Podium:

1. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.)	4:15.00
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	4:15.96
3. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn)	4:16.50

10. miejsce w kwalifikacjach: 4:25.97

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:37.91

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.)	4:15.00
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

800 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	8:35.99
Minimum na Uniwersjadę:	8:42.97
Minimum na EYOF (dz.: 01-02; ch.: 99-00):	9:10.07

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 8:35.73 (25.03.2007, Melbourne)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Magdalena Dyszkiewicz 8:37.87 (13.07.2000, Minnesota)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Donata Kilijańska	8:40.48 (6.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Donata Kilijańska	8:40.48 (6.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Donata Kilijańska	8:40.48 (6.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Donata Kilijańska	8:44.81 (16.07.2010, Helsinki)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Donata Kilijańska	8:47.93 (12.12.2009, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	8:47.49
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	8:48.30
3. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	8:50.11
4. Manuela Wikeł (AZS UWM Olsztyn)	8:51.58
5. Milena Karpisz (Piątka Konstantynów Ł.)	8:51.91

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	8:47.49
2. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	8:48.30
3. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn)	8:50.11
4. Manuela Wikeł (AZS UWM Olsztyn)	8:51.58
5. Milena Karpisz (Piątka Konstantynów Ł.)	8:51.91

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. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	8:45.11

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	8:45.11
2. Manuela Wikeł (AZS UWM Olsztyn)	8:48.99
3. Donata Kilijańska (KSZO Ostrowiec Św.)	8:50.39

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn)	8:45.11
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

1500 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 16:33.61

Minimum na Uniwersjadę: 16:34.36

Rekord Polski:	Magdalena Dyszkiewicz	16:30.50 (13.07.2000, Minnesota)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:38.90 (8.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Donata Kilijańska	16:39.03 (14.07.2010, Helsinki)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Milena Karpisz	17:52.89 (19.05.2011, Ostrowiec Św.)

Najlepsze zawodniczki w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn) 16:59.81
2. Kamila Kunka (Unia Oświęcim) 17:45.30

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Monika Czerniak (Kormoran Olsztyn) 16:59.81
2. Kamila Kunka (Unia Oświęcim) 17:45.30

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 2014:

Podium:

1. Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 16:48.26
2. Barbara Wasilewska (Omega Kleszczów) 16:55.74
3. Monika Czerniak (AZS UWM Olsztyn) 16:56.82

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

- 2014: Joanna Zachoszcz (AZS UWM Olsztyn) 16:48.26
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

Styl grzbietowy - zapowiedź

Potrójna korona dla Tchórz?

Czy zmagania w stylu grzbietowym podczas mistrzostw Polski w Szczecinie będą stały pod znakiem całkowitej dominacji Alicji Tchórz? Absolutnie nie można tego wykluczyć. Przemawia za tym kilka faktów. Pierwszy to oczywiście zdecydowana przewaga nad rywalkami na dystansach 100 i 200 metrów. Reprezentantka Juwenii Wrocław zdobywa złote medale w obu tych konkurencjach nieprzerwanie od 2011 roku, a na najdłuższym dystansie spróbuje w tym roku wywalczyć już siódme złoto z rzędu. Porażka Tchórz w którymkolwiek z tych wyścigów byłaby prawdziwą sensacją.

Dużo trudniej będzie jej o znalezienie się na najwyższym stopniu podium w sprinterskiej rywalizacji, gdzie czeka ją pojedynek z Aleksandrą Urbańczyk-Olejarczyk. W Szczecinie zawodniczka łódzkiego AZS będzie żądna rewanżu na Tchórz za dwie tegoroczne porażki podczas Grand Prix Pucharu Polski w Gorzowie Wielkopolskim i Opolu. To właśnie na obiektach w tych miastach podopieczna Grzegorza Widanki udowodniła, że wcale nie musi być skazana w tej konkurencji na srebro.

Tchórz w Szczecinie będzie mogła ponownie, po niemal półrocznej przerwie, zmierzyć się również ze swoją klubową koleżanką, Klaudią Naziębło. Już za kilka dni przekonamy się na ile wrocławianka była w stanie przygotować się do mistrzostw kraju po debiutanckim sezonie w NCAA. Za oceanem Naziębło startowała w barwach Virginia Tech i, co warto podkreślić, już jako „pierwszorocznik” zdołała się zakwalifikować do kończącego sezon ligowego czempionatu. We Floating Arenie będzie jedną z najbardziej zapracowanych zawodniczek. Powinna wystartować w aż sześciu konkurencjach indywidualnych (50, 100 i 200 m stylem grzbietowym, oraz 50, 100 i 200 m stylem motylkowym), a do tego dojdzie przecież także rywalizacja w sztafetach.

W walce o medale wśród grzbiecistek nie będzie można lekceważyć również Katarzyny Baranowskiej, która na letnich mistrzostwach Polski pojawi po siedmiu latach przerwy. Oprócz występów w stylu zmiennym, podopieczna Michaela Bryji skupi się również na startach na 100 i 200 m stylem grzbietowym. W tym roku lepsze rezultaty w obu tych konkurencjach spośród zawodniczek z naszego kraju notowała jedynie Tchórz.

50 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 28.60 s

Minimum na Uniwersjadę: 28.70 s

Rekord Polski:	Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk	28.21 s (15.06.2013, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Alicja Tchórz	28.96 s (23.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Alicja Tchórz	28.96 s (23.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Katarzyna Górniak	29.13 s (8.07.2011, Belgrad)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębło	29.62 s (1.08.2008, Belgrad)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Anna Porzelska	30.18 s (23.05.2009, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.70 s
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.88 s
3. Maja Zawiszewska (Śląsk Wrocław)	29.36 s
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin)	29.94 s
5. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	30.06 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.70 s
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.88 s
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.89 s
4. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.90 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.91 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	28.65 s
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.74 s
4. Katarzyna Górniak (Unia Oświęcim)	29.13 s
5. Maja Zawiszewska (Śląsk Wrocław)	29.36 s

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.21 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.25 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.25 s
4. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.36 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.37 s
8. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.40 s
9. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.41 s
10. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.44 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.25 s
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	28.66 s
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	28.74 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 30.67 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 31.40 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	28.25 s
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

100 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:01.25
Minimum na Uniwersjadę:	1:01.91
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	1:04.72

Rekord Polski:	Alicja Tchórz	1:01.02 (13.05.2012, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Klaudia Naziębło	1:01.49 (11.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Klaudia Naziębło	1:01.49 (11.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Klaudia Naziębło	1:01.49 (11.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębło	1:03.13 (13.07.2008, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Iwona Lefanowicz	1:03.37 (24.11.2006, Gorzów Wlkp.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.76
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin)	1:03.41
3. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk)	1:03.62
4. Maja Zawiszewska (Śląsk Wrocław)	1:03.92
5. Agata Naskręt (Astoria Bydgoszcz)	1:04.44

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.76
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.09
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.11
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.76
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:02.80

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.02
2. Klaudia Naziębło (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)	1:01.21
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.44
4. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	1:01.49
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.52
6. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.53
7. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.54
8. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.75
9. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.76
10. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	1:01.77

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.21
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	1:01.81
3. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz)	1:03.47

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:04.80

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:06.66

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:01.21
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 Naziębło (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

200 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	2:12.14
Minimum na Uniwersjadę:	2:12.72
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	2:21.42

Rekord Polski:	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.2009, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Alicja Tchórz	2:10.34 (5.06.2014, Olsztyn)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Alicja Tchórz	2:09.74 (31.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Klaudia Naziębło	2:12.36 (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Klaudia Naziębło	2:14.24 (11.07.2008, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Iwona Lefanowicz	2:16.83 (18.05.2006, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:13.36
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin)	2:17.72
3. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk)	2:18.01
4. Agata Magner (Jordan Kraków)	2:19.40
5. Agata Naskręt (Astoria Bydgoszcz)	2:19.74

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:13.36
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:14.40
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:16.73
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin)	2:17.72
5. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk)	2:18.01

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)	2:10.34
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.38
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.63
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.85
6. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.92
7. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.06
8. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.57
9. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.67
10. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:11.68

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.34
2. Agata Magner (Jordan Kraków)	2:15.70
3. Ludwika Szynal (Skarpa Lublin)	2:17.17

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:21.61

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:27.73

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:10.34
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

Styl klasyczny - zapowiedź

Amerykański styl klasyczny

Polski kobiecy styl klasyczny wciąż próbuje ruszyć z miejsca. Nadzieję na dobre wyniki podczas mistrzostw Polski będziemy w znacznym stopniu wiązać z postawą zawodniczek, które na co dzień uczą się i trenują w Stanach Zjednoczonych: **Kingą Cichowską** i **Weroniką Paluszek**.

Jednak w rywalizacji sprinterek faworytką będzie trenująca w naszym kraju **Dominika Sztandera**. Utalentowana zawodniczka Juvenii Wrocław jest niepokonana na dystansie 50 m stylem klasycznym od listopada 2013 roku i nic nie wskazuje na to, by jej fantastyczna seria zwycięstw miała zostać przerwana. W tym roku barierę trzydziestu trzech sekund złamały jeszcze tylko **Paulina Zachoszcz** z AZS UWM Olsztyn, która będzie zapewne najgroźniejszą rywalką Sztandery oraz Aleksandra Urbańczyk-Olejarczyk, która jednak nie zdecydowała się na starty w tej konkurencji.

Sztandera i Zachoszcz włączą się na pewno do walki o zwycięstwa również na dwukrotnie dłuższym dystansie. Tu jednak czeka je zdecydowanie trudniejsze zadanie. Bardzo dobrą dyspozycję na zawodach w USA prezentowała na początku tego roku trzykrotna mistrzyni Polski, Kinga Cichowska, która jest zdecydowaną liderką zestawienia najszybszych pływaczek ostatnich miesięcy w tej konkurencji w naszym kraju i jeżeli tylko zdoła przełożyć rezultaty zza oceanu na dobre starty w ojczyźnie, będzie mogła liczyć na powrót na krajowy szczyt po dwóch latach przerwy. Być może do rywalizacji spróbuje się też wmieszać **Paulina Uryga**, która niespodziewanie wygrała zmagania na 100 m stylem klasycznym podczas Grand Prix w Opolu, uzyskując swój nowy rekord życiowy. W tym sezonie zawodniczka AZS AGH Kraków prezentuje się bardzo solidnie i na pewno łatwo nie odpuści swoim rywalkom.

W czołówce obu tych konkurencji na pewno znajdą się również **Weronika Paluszek** i **Agnieszka Ostrowska**. Zawodniczka Virginia Tech i była reprezentantka Uniwersytetu Drury największe szanse na sukces we Floating Arenie powinny mieć jednak na najdłuższym żabkarskim dystansie. Paluszek zdążyła już w tym roku pokazać swoje możliwości, uzyskując na zawodach w Stanach Zjednoczonych, które odbyły się tuż po mistrzostwach Atlantic Coast Conference, rezultat 2:30.86. Żadna inna polska pływaczka nie była w stanie w ostatnim czasie choćby zbliżyć się do tego wyniku.

50 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 31.50 s

Minimum na Uniwersjadę: 31.50 s

Rekord Polski:	Ewa Ścieszko	31.61 s (10.07.2009, Belgrad)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Beata Kamińska	31.93 s (20.05.2005, Dębica)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	31.75 s (8.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	31.75 s (8.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	31.75 s (8.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	32.36 s (11.07.2008, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Paulina Ożóg	33.14 s (5.07.2013, Gorzów Wlkp.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	32.43 s
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	32.65 s
3. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	32.94 s
4. Paulina Uryga (AZS AGH Kraków)	33.59 s
5. Agnieszka Ostrowska (PWSZ Racibórz)	33.63 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	32.43 s
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	32.65 s
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	32.83 s
4. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	33.16 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS UŁ Łódź)	33.24 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 Sztandera (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 Sztandera (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 2014:

Podium:

1. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	32.37 s
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	32.89 s
3. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	33.22 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 33.92 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 34.91 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	32.37 s
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

100 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:08.36
Minimum na Uniwersjadę:	1:09.20
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	1:13.58

Rekord Polski:	Beata Kamińska	1:08.54 (25.07.2005, Montreal)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Katarzyna Dulian	1:08.89 (25.07.2005, Montreal)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:09.19 (12.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:09.19 (12.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	1:10.43 (13.07.2008, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Justyna Otremba	1:12.20 (12.12.2009, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów)	1:10.53
2. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.20
3. Paulina Uryga (AZS AGH Kraków)	1:11.93
4. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	1:12.12
5. Agnieszka Ostrowska (PWSZ Racibórz)	1:12.30

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów)	1:10.53
2. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów)	1:10.70
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.20
4. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.21
5. Kinga Cichowska (Słowianka Gorzów)	1:11.55

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 2014:

Podium:

1. Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	1:09.93
2. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	1:10.75
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	1:11.28

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:15.07

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:16.49

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Dominika Sztandera (Juvenia Wrocław)	1:09.93
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

200 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	2:28.12
Minimum na Uniwersjadę:	2:28.12
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	2:41.31

Rekord Polski:	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.2009, Praga)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Katarzyna Dulian	2:27.85 (29.07.2005, Montreal)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Wiktoria Bieńkowska	2:26.84 (10.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Paulina Zachoszcz	2:29.47 (12.07.2008, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Justyna Otremba	2:34.33 (20.07.2009, Tampere)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	2:30.86
2. Kinga Cichowska (Śląsk Wrocław)	2:33.01
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:33.30
4. Agnieszka Ostrowska (PWSZ Racibórz)	2:33.51
5. Angelika Wikieł (UŚKS Ostrołęka)	2:36.22

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	2:30.86
2. Kinga Cichowska (Śląsk Wrocław)	2:33.01
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:33.30
4. Agnieszka Ostrowska (PWSZ Racibórz)	2:33.51
5. Agnieszka Ostrowska (PWSZ Racibórz)	2:34.33

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 2014:

Podium:

1. Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	2:29.41
2. Paulina Majszutowicz (MKP Szczecin)	2:33.49
3. Paulina Zachoszcz (MKP Szczecin)	2:33.77

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:40.26

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:44.53

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Weronika Paluszek (Śląsk Wrocław)	2:29.41
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

Styl motylkowy - zapowiedź

Kolejny rekord Dowgiert

Rywalizacja na dystansach 50 i 100 m stylem motylkowym powinna w Szczecinie przebiegać pod dyktando **Anny Dowgiert**. Zawodniczka Śląska Wrocław, po niezbyt udanym 2014 roku, w ostatnich miesiącach pokazała, że wraca do wielkiej formy, która kiedyś pozwoliła jej chociażby na występ na igrzyskach olimpijskich czy czwarte miejsce w Europie w delfinowym sprincie.

W ostatnich tygodniach Dowgiert zdążyła już między innymi poprawić rekord Polski na 50 m stylem motylkowym. Dokonała tego podczas niezwykle udanych dla siebie zawodów Grand Prix, które zakończyły się pierwszym w jej życiu zwycięstwem w klasyfikacji punktowej. Białostoczanka poprawia się ze startu na start i jest wielce prawdopodobne, że czas 26.25 s zostanie w Szczecinie jeszcze bardziej wyśrubowany.

Problemów z odniesieniem zwycięstwa Dowgiert nie powinna mieć również na dwukrotnie dłuższym dystansie, na którym podczas majowych zawodów w opolskiej „Wodnej Nucie” zdołała nawet złamać barierę jednej minuty, co wcześniej udało jej się tylko raz. W całej historii polskiego pływania tej sztuki dokonały jeszcze tylko Mirela Olczak i oczywiście wielokrotnie Otylia Jędrzejczak. Powtórzenie tego wyczynu we Floating Arenie powinno gwarantować pierwsze miejsce.

W zmaganiach na najdłuższym dystansie, które w czwartek rano otworzą zmagania podczas całych mistrzostw Polski w Szczecinie, faworytką będzie **Klaudia Nazieźbło**. W ubiegłym roku zawodniczka Juvenii Wrocław również była stawiana w roli tej, która miała stanąć na najwyższym stopniu podium, wtedy jednak dość niespodziewanie złoto wywalczyła **Mirela Olczak**. We Floating Arenie reprezentantka AZS AWF Warszawa nie stanie jednak do obrony tytułu, skupiając się na rywalizacji na krótszych dystansach. To oczywiście zdecydowanie zwiększa szanse Nazieźbło na wywalczenie drugiego krążka z najcenniejszego kruszcu w tej konkurencji, po triumfie w 2013 roku. Wrocławianka, która ostatni rok spędziła w USA, ma za sobą między innymi bardzo dobry występ na mistrzostwach NCAA właśnie w tej konkurencji. W Greensboro udało jej się przebrnąć kwalifikacje i ostatecznie uplasowała się na trzynastym miejscu na najważniejszych akademickich zawodach w Stanach Zjednoczonych.

Swoje medalowe aspiracje na pewno będzie miała również **Paulina Sikora** z AZS AWF Warszawa czy **Paula Żukowska** z Juvenii Wrocław. Być może miejsce na podium w końcu uda się wywalczyć **Orianie Kowalińskiej**. Zawodniczka Kormorana Olsztyn nie ma jeszcze na swoim koncie żadnego krążka z seniorskich mistrzostw Polski, a przez ostatnie trzy lata kończyła wyścigi finałowe w tej konkurencji na najgorszym dla sportowca, czwartym miejscu.

50 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 26.54 s

Minimum na Uniwersjadę: 26.52 s

Rekord Polski:	Anna Dowgiert	26.25 s (9.05.2015, Opole)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Aleksandra Urbańczyk	26.94 s (20.03.2005, Praga)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Agata Korc	27.04 s (30.07.2002, Berlin)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Agata Korc	27.04 s (30.07.2002, Berlin)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Natalia Fryckowska	28.00 s (19.07.2014, Gliwice)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Diana Sokołowska	28.40 s (3.07.2010, Dębica)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.25 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	26.67 s
3. Paulina Nogaj (Wodnik Radom)	27.74 s
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin)	27.94 s
5. Natalia Fryckowska („15” Bydgoszcz)	28.28 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.25 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.37 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.46 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.55 s
5. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	26.67 s

Najlepsze 5 zawodniczek w historii:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.25 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)	26.25 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.36 s
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.37 s
4. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.38 s
5. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.42 s
6. Agata Korc (AZS AWF Wrocław)	26.45 s
6. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.45 s
8. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.46 s
9. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.50 s
10. Agata Korc (AZS AWF Wrocław)	26.55 s
10. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.55 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.60 s
2. Aleksandra Urbańczyk (AZS Uł Łódź)	26.69 s
3. Anna Kozłowska („15” Bydgoszcz)	27.97 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 28.69 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 29.39 s

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	26.60 s
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

100 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	59.18 s
Minimum na Uniwersjadę:	59.92 s
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	1:04.44

Rekord Polski: Otylia Jędrzejczak 57.84 s (14.08.2004, Ateny)

Rekord Polski 18-latków: Otylia Jędrzejczak 58.66 s (16.09.2000, Sydney)

Rekord Polski 17-latków: Otylia Jędrzejczak 58.66 s (16.09.2000, Sydney)

Rekord Polski 16-latków: Mirela Olczak 59.74 s (12.12.2009, Doha)

Rekord Polski 15-latków: Paulina Nogaj 1:01.43 (30.08.2013, Dubaj)

Rekord Polski 14-latków: Mirela Olczak 1:02.90 (14.04.2007, Doha)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	59.75 s
2. Paulina Nogaj (Wodnik Radom)	1:01.50
3. Wiktoria Musioł (Unia Oświęcim)	1:03.32
4. Joanna Szczepanik (Unia Oświęcim)	1:03.42
5. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa)	1:03.80

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	59.75 s
2. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	1:00.85
3. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	1:01.39
4. Paulina Nogaj (Wodnik Radom)	1:01.50
5. Anna Dowgiert (Śląsk Wrocław)	1:01.93

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 2014:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:00.87
2. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa)	1:01.46
3. Paulina Nogaj (Wodnik Radom)	1:01.78

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:04.17

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:07.14

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	1:00.87
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

200 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	2:11.14
Minimum na Uniwersjadę:	2:12.86
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	2:25.70

Rekord Polski:	Otylia Jędrzejczak	2:05.61 (28.07.2005, Montreal)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Otylia Jędrzejczak	2:07.81 (16.09.2000, Sydney)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Otylia Jędrzejczak	2:07.81 (16.09.2000, Sydney)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Mirela Olczak	2:08.72 (29.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Mirela Olczak	2:11.36 (30.07.2008, Belgrad)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Mirela Olczak	2:16.27 (8.07.2007, Drzonków)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:14.53
2. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa)	2:16.26
3. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław)	2:19.15
4. Wiktoria Musioł (Unia Oświęcim)	2:19.88
5. Joanna Szczepanik (Unia Oświęcim)	2:19.89

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:14.53
2. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa)	2:16.26
3. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:16.93
4. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław)	2:16.97
5. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa)	2:17.97

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 2014:

Podium:

1. Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa)	2:12.63
2. Klaudia Naziębło (Juvenia Wrocław)	2:12.87
3. Paulina Sikora (AZS AWF Warszawa)	2:13.15

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:23.91

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:38.39

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Mirela Olczak (AZS AWF Warszawa)	2:12.63
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

Tron czeka na królową

Mistrzostwa Polski w 2005, 2006 i 2008 roku – podczas tych trzech edycji krajowego czempionatu **Katarzyna Baranowska** wywalczyła łącznie dziewięć złotych medali. Dominowała w stylu zmiennym, wygrywając zarówno na 200 metrów, jak i na dwukrotnie dłuższym dystansie, nie dawała też szans swoim rywalkom na 800 m stylem dowolnym. Po igrzyskach olimpijskich w Pekinie problemy z kręgosłupem i brak motywacji do treningów sprawiły, że rekordzistka Polski postanowiła zakończyć karierę. Stopniowo zaczynała jednak zmieniać swoją decyzję, wyjechała do Niemiec, zaczęła treningi w nowym otoczeniu, wróciła chęć do pływania. Choć uzyskiwanie wyników na wysokim poziomie nie przyszło od razu, to jednak teraz można powiedzieć, że warto było czekać. Po siedmiu latach Baranowska znów wystąpi na mistrzostwach Polski jako jedna z kandydatek do złotych medali w stylu zmiennym.

Już podczas zimowego czempionatu wróciła na podium, zajmując trzecie miejsce na 200 m stylem zmiennym. Tym razem powinno być jeszcze lepiej, co Baranowska pokazała już podczas mistrzostw Niemiec, gdzie wystartowała niemal z marszu, a i tak na 400 m stylem zmiennym była już bardzo blisko osiągnięcia wyniku na poziomie minimum mistrzostw świata. W tej konkurencji w Szczecinie zapewne zabraknie dla niej równorzędnej rywalki, tym bardziej, że tytułu nie będzie bronić **Alicja Tchórz**.

Zawodniczka Juventii Wrocław będzie najgroźniejszą przeciwniczką Baranowskiej na o połowę krótszym dystansie, na którym legitymuje się w tym roku najlepszym wynikiem w naszym kraju. Ich potencjalny wyścig w sobotniej sesji finałowej może się okazać jednym z najciekawszych wydarzeń trzeciego dnia mistrzostw.

Za ich plecami powinna się toczyć interesująca walka o pozostałe czołowe lokaty. Na 200 metrów najpoważniejszą kandydatką do miejsca na podium wydaje się być **Jowita Sińczyk**. Zawodniczka klubu Żak Biała Podlaska, trenująca w Szkole Mistrzostwa Sportowego w Krakowie, wysoko powinna być również na dwukrotnie dłuższym dystansie. Tam jednak będzie musiała przeciwstawić się pływającej na co dzień w Stanach Zjednoczonych Karolinie Szczepaniak, która przed rokiem była w tej konkurencji druga oraz Michalinie Zbrojewskiej i Pauli Żukowskiej, które prezentowały się najlepiej podczas majowych zawodów z cyklu Grand Prix.

200 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	2:13.98
Minimum na Uniwersjadę:	2:15.57
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	2:25.45

Rekord Polski: Katarzyna Baranowska 2:12.13 (12.08.2008, Pekin)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Katarzyna Baranowska 2:12.53 (5.08.2007, Paryż)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Baranowska 2:13.86 (24.07.2005, Montreal)
Rekord Polski 17-latków: Aleksandra Urbańczyk 2:16.48 (8.05.2004, Oświęcim)
Rekord Polski 16-latków: Aleksandra Urbańczyk 2:17.28 (20.07.2003, Barcelona)
Rekord Polski 15-latków: Karolina Szczepaniak 2:17.63 (1.12.2007, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków: Karolina Szczepaniak 2:21.14 (20.05.2006, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:16.46
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:16.75
3. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław) 2:21.63
4. Gabriela Wójtowicz (AZS AWFIS Gdańsk) 2:23.37
5. Paulina Nogaj (Wodnik Radom) 2:23.89

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:16.46
2. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:16.75
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:17.30
4. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 2:18.56
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:21.06

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) 2:15.20
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 2014:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.20
2. Jowita Sieńczyk (Żak Biała Podlaska) 2:18.58
3. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Katowice) 2:20.58

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:26.84

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:30.99

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 2:15.20
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

400 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	4:44.50
Minimum na Uniwersjadę:	4:46.18
Minimum na EYOF (dz.: 2001-2002):	5:10.55

Rekord Polski: Katarzyna Baranowska 4:36.95 (9.08.2008, Pekin)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Katarzyna Baranowska 4:39.92 (30.11.2007, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 18-latków: Katarzyna Baranowska 4:43.39 (20.05.2005, Dębica)
Rekord Polski 17-latków: Karolina Szczepaniak 4:45.13 (2.08.2009, Rzym)
Rekord Polski 16-latków: Agnieszka Czopek 4:48.17 (26.07.1980, Moskwa)
Rekord Polski 15-latków: Karolina Szczepaniak 4:49.27 (30.11.2007, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków: Karolina Szczepaniak 4:56.38 (19.05.2006, Ostrowiec Św.)

Najlepsze 5 zawodniczek w 2015 roku:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:46.84
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:50.52
3. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław) 4:57.08
4. Paulina Piechota (UKS 190 Łódź) 4:59.84
5. Agata Magner (Jordan Kraków) 5:04.08

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:46.84
2. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:50.52
3. Katarzyna Baranowska (MKP Szczecin) 4:52.71
4. Paula Żukowska (Juvenia Wrocław) 4:57.08
5. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:58.83

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 2014:

Podium:

1. Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:49.84
2. Karolina Szczepaniak (AZS AWF Katowice) 4:49.99
3. Jowita Sieńczyk (Żak Biała Podlaska) 4:54.69

10. miejsce w kwalifikacjach: 5:09.80

20. miejsce w kwalifikacjach: 5:21.18

Mistrzyni Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Alicja Tchórz (Juvenia Wrocław) 4:49.84
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

MĘŻCZYŹNI

Styl dowolny – krótkie dystanse - zapowiedź

Walka o miejsca w sztafetach

Jedną z największych gwiazd mistrzostw Polski będzie oczywiście **Konrad Czerniak**. Puławianin pojawi się w kraju będąc jedynym zawodnikiem w stawce, który ma już pewną kwalifikację na czempionat globu. Wywalczył ją podczas mistrzostw Hiszpanii w Maladze i nie ulega wątpliwości, że przy takim układzie start w Szczecinie będzie dla niego tylko kolejnym etapem przygotowań do walki o medale i minimum na igrzyska w Rio podczas najważniejszej imprezy tego sezonu w Kazaniu. Zmagania we Floating Arenie to dla podopiecznego Bartosza Kizierowskiego także dopiero drugi start w kraju w barwach nowego klubu, AZS AWF Katowice, któremu na pewno pomoże w konkurencjach sztafetowych.

Czerniak indywidualnie wystąpi tradycyjnie na 50 i 100 m stylem dowolnym oraz motylkowym. Identyczny plan startów ma również **Paweł Korzeniowski**, co już na papierze gwarantuje spore emocje. Być może na sprinterskim dystansie do walki o złoto włączy się również **Filip Wypych**, który w grudniu niespodziewanie pokonał Czerniaka w tej konkurencji, po świetnym pojedynku na mistrzostwach Polski w Ostrowcu Świętokrzyskim.

Do grona medalowych pretendentów trzeba też zaliczyć **Sebastiana Szczepańskiego**, **Jana Hołuba** i **Kacpra Majchrzaka**. Cała trójka powinna również włączyć się do walki na dwukrotnie dłuższym dystansie, gdzie zapewne dodatkowo wyłonieni zostaną reprezentanci naszego kraju na mistrzostwa świata w sztafecie 4x100 m stylem dowolnym. Hołub i Majchrzak wystąpią w Szczecinie także na 200 m stylem dowolnym. Wiele wskazuje na to, że ta konkurencja też wyłoni uczestników drużynowej rywalizacji w Kazaniu. Faworytem zmagania będzie **Jan Świtkowski** ze Skarpy Lublin, ale nie można zapominać o Dawidzie Zielińskim, który ma już za sobą start na mistrzostwach Europy w Berlinie czy Polakach trenujących na co dzień w Stanach Zjednoczonych: **Pawle Wernerze** i **Michale Szubie**.

Gdzieś za ich plecami, po cichu, do ataku przygotowuje się **Michał Domagała**. Niespełna dwudziestoletni zawodnik Uniwersytetu Południowej Kalifornii, juniorski mistrz USA i były rekordzista Stanów Zjednoczonych w kategorii wiekowej 15-16 lat właśnie na 200 m stylem dowolnym, w końcu zadebiutuje na seniorskich mistrzostwach Polski. Podopieczny Dave'a Salo ma za sobą całkiem udany sezon akademicki. Wraz z Pawłem Furtkiem i kolegami z ekipy Trojans wywalczył niespodziewany tytuł najlepszej drużyny Konferencji Pacific-12, zadebiutował też na mistrzostwach I Dywizji NCAA, gdzie został najwyższym sklasyfikowanym polskim pływakiem (trzynasta lokata na 200 jardów stylem motylkowym). Kto wie, być może już w Szczecinie zaprezentuje się na tyle dobrze, że znajdzie dla siebie miejsce w zespole sztafetowym naszego kraju, który zapewne powalczy o kwalifikację olimpijską na mistrzostwach świata na dystansie 4x200 m stylem dowolnym.

50 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	22.25 s
Minimum na Uniwersjadę:	22.71 s
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	23.79 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	21.72 s (31.07.2009, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Bartosz Kizierowski	21.88 s (6.08.2006, Budapeszt)
	Konrad Czerniak	21.88 s (24.08.2014, Berlin)
Rekord Polski 18-latków:	Jan Hołub	22.45 s (13.07.2014, Dordrecht)
Rekord Polski 17-latków:	Jan Hołub	22.69 s (29.08.2013, Dubaj)
Rekord Polski 16-latków:	Marcin Tarczyński	23.48 s (23.11.2006, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 15-latków:	Filip Bujoczek	23.84 s (12.12.2009, Ostrowiec Św.)
Rekord Polski 14-latków:	Jakub Smoliński	24.76 s (4.07.2014, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.13 s
2. Sebastian Szczepański (Korner Zielona G.)	22.89 s
3. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	23.12 s
4. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	23.16 s
5. Paweł Juraszek (MKS 9 Dzierżoniów)	23.18 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.13 s
2. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.14 s
3. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.40 s
4. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.52 s
5. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	22.73 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
2. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.88 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.93 s
5. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	21.94 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.94 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.95 s
8. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.98 s
9. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.00 s
10. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa)	22.03 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.94 s
2. Filip Wypych (AZS Uł Pł Łódź)	22.51 s
3. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	22.55 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 23.48 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 23.95 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	21.94 s
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

100 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	49.39 s
Minimum na Uniwersjadę:	49.59 s
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	52.44 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	48.22 s (29.07.2009, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Konrad Czerniak	48.43 s (18.08.2014, Berlin)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Jan Hołub	49.38 s (08.06.2014, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Jan Hołub	50.06 s (26.08.2013, Dubaj)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paweł Werner	50.48 s (11.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Filip Bujoczek	51.59 s (11.12.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Piotr Przyborowski	54.02 s (2.12.2007, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	48.99 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.89 s
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	50.18 s
4. Sebastian Szczepański (Korner Zielona G.)	50.21 s
5. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	50.57 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	48.99 s
2. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	49.15 s
3. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	49.80 s
4. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	49.87 s
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.89 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.22 s
2. Łukasz Gąsior (AZS AWF Warszawa)	49.16 s
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	49.18 s
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.26 s
5. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	49.28 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)	48.43 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.44 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.48 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.49 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.50 s
8. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.61 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.67 s
10. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.76 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.89 s
2. Jan Hołub (Śląsk Wrocław)	49.38 s
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	49.50 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 51.31 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 52.68 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	48.89 s
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

200 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:48.37
Minimum na Uniwersjadę:	1:49.05
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	1:54.95

Rekord Polski:	Paweł Korzeniowski	1:46.59 (31.07.2009, Rzym)
<u>Najlepszy wynik w stroju tekstylnym:</u>	Paweł Korzeniowski	1:46.87 (14.06.2013, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Paweł Werner	1:49.39 (17.08.2011, Lima)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Michał Domagała	1:49.88 (16.08.2012, Indianapolis)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paweł Werner	1:52.06 (11.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Filip Bujoczek	1:53.87 (13.12.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Mateusz Arndt	1:58.75 (15.12.2012, Magdeburg)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:49.12
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.54
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	1:49.58
4. Michał Domagała (MKP Szczecin)	1:51.24
4. Mateusz Arndt (Delfin Gdynia)	1:51.88

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:49.12
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.54
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	1:49.58
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:49.60
5. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:49.87

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)	1:47.96
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. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.40
6. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:47.66
7. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.78
8. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.79
9. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.90
10. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	1:47.96

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.78
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	1:48.35
3. Kacper Majchrzak (Warta Poznań)	1:49.43

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:53.02

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:55.38

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	1:47.78
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

Egzamin dojrzałości

Ostatnie tygodnie przed mistrzostwami Polski nie były łatwe dla wielu zawodników z krajowej czołówki. Maj nierozłącznie wiąże się z maturami, które trzeba było jakoś pogodzić z przygotowaniem do krajowego czempionatu. W tym roku egzamin dojrzałości zdawał między innymi **Wojciech Wojdak**, który w Szczecinie będzie bronił tytułu mistrza Polski na dystansie 1500 m stylem dowolnym. Zawodnik Unii Oświęcim, po bardzo udanym 2014 roku, stanie przed kolejnym trudnym sprawdzianem.

Wojdak w ostatnich miesiącach pływał bardzo szybko. Znalazł się między innymi w gronie zawodników, którzy notowali już wyniki lepsze od minimum na przyszłoroczne igrzyska. Wywalczył też kwalifikację na mistrzostwa Europy, na które jednak nie pojechał, wybierając start na Młodzieżowych Igrzyskach Olimpijskich w Nankinie. We Floating Arenie powalczy więc o pierwsze w swoim życiu miejsce w kadrze na wielkiej seniorskiej imprezie. Szans będzie miał sporo, wystąpi na 400, 800 i 1500 m stylem dowolnym.

Jego najgroźniejszymi konkurentami powinni być, tak jak przed rokiem, reprezentanci gospodarzy **Filip Zaborowski** i **Paweł Furtek**. Pierwszy z nich będzie bronił tytułów wywalczonych na dystansach 400 i 800 m stylem dowolnym, drugi powalczy o kolejne medale na 400, 800 i 1500 metrów. Zaborowski znajduje się na czele tegorocznej listy najszybszych zawodników na 400 metrów i wydaje się, że docelowo to właśnie na tej konkurencji skupi się aż do przyszłorocznych igrzysk. Z kolei dyspozycja Furtka po pierwszym roku studiów za oceanem pozostaje wielką niewiadomą.

Niezlą formę w zawodach z cyklu Grand Prix prezentował natomiast **Mateusz Sawrymowicz**, który być może nie powiedział jeszcze ostatniego słowa na najdłuższym kraulowym dystansie. W tym roku szybciej od niego na 1500 m stylem dowolnym pływał jedynie Wojciech Wojdak.

400 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	3:50.87
Minimum na Uniwersjadę:	3:53.46
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	4:03.88

Rekord Polski:	Przemysław Stańczyk	3:45.71 (21.08.2007, Chiba)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Wojciech Wojdak	3:49.21 (9.07.2014, Dordrecht)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Wojciech Wojdak	3:51.80 (10.07.2013, Poznań)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	3:57.20 (1.12.2007, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Wojciech Wojdak	4:01.28 (16.07.2011, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Sebastian Bernatowicz	4:08.01 (5.07.2008, Oświęcim)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:53.67
2. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	3:56.22
3. Michał Szuba (Śląsk Wrocław)	3:56.25
4. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	3:57.02
5. Adam Staniszewski (Trójka Łódź)	3:57.53

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:53.67
2. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:55.17
3. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	3:56.22
4. Michał Szuba (Śląsk Wrocław)	3:56.25
5. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	3:57.02

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. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	3:47.38
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	3:47.70
6. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:47.77
7. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	3:48.02
8. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:48.10
9. Artur Wojdat (Olimpia Poznań)	3:48.10
10. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	3:48.11

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:49.66
2. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	3:51.20
3. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	3:52.83

10. miejsce w kwalifikacjach: 3:58.46

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:03.45

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	3:49.66
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

800 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 7:57.69

Minimum na Uniwersjadę: 7:59.31

Rekord Polski:	Przemysław Stańczyk	7:47.91 (28.03.2007, Melbourne)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Wojciech Wojdak	7:57.48 (12.07.2014, Dordrecht)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Wojciech Wojdak	8:01.28 (13.07.2013, Poznań)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	8:08.01 (29.11.2007, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	8:24.31 (23.11.2006, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Roger Kurant	8:39.29 (17.05.2008, Ostrowiec Św.)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	8:02.87
2. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	8:06.50
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	8:12.08
4. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	8:13.40
5. Marcin Kaczmarek (MKP Szczecin)	8:16.25

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	8:02.87
2. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	8:06.50
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	8:12.08
4. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	8:13.40
5. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	8:14.86

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 2014:

Podium:

1. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	7:57.91
2. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	7:57.99
3. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	7:58.45

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	7:57.91
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	

1500 m stylem dowolnym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	15:13.98
Minimum na Uniwersjadę:	15:25.31
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	16:02.33

Rekord Polski:	Mateusz Sawrymowicz	14:45.94 (1.04.2007, Melbourne)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Mateusz Sawrymowicz	14:59.38 (31.07.2005, Montreal)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Maciej Hreniak	15:11.93 (8.07.2006, Palma de Mallorca)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Pielowski	15:35.41 (2.12.2007, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Maciej Zoniuk	16:00.15 (10.05.2009, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Sebastian Bernatowicz	16:19.81 (6.07.2008, Oświęcim)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:15.57
2. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:24.31
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	15:32.07
4. Krzysztof Pielowski (Kormoran Olsztyn)	15:40.96
5. Marcin Kaczmarek (MKP Szczecin)	15:59.04

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:15.57
2. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:24.31
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:26.93
4. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:31.19
5. Filip Zaborowski (MKP Szczecin)	15:32.07

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	14:45.94
2. Przemysław Stańczyk (MKP Szczecin)	14:51.06
3. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:09.97
4. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:10.30
5. Maciej Hreniak (Ruch Grudziądz)	15:10.78

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 2014:

Podium:

1. Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:09.97
2. Paweł Furtek (MKP Szczecin)	15:15.10
3. Mateusz Sawrymowicz (MKP Szczecin)	15:21.19

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Wojciech Wojdak (Unia Oświęcim)	15:09.97
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

Styl grzbietowy - zapowiedź

Trafić z formą

W ubiegłym roku wydawało się, że nic nie powstrzyma **Tomasza Polewki** przed wywalceniem kwalifikacji na mistrzostwa Europy. Zawodnik AZS AWF Katowice zaliczył świetny występ na zawodach z cyklu Grand Prix Pucharu Polski w Opolu, poprawił rekord Polski na 50 m stylem grzbietowym (25.12 s) i podczas mistrzostw Polski miał tylko potwierdzić swoją dyspozycję. Próbował, walczył, zdobył złoto w swojej koronnej konkurencji, ale minimum nie uzyskał i o starcie w Berlinie musiał zapomnieć. Tym razem ma być inaczej.

Polewka w ostatnich miesiącach prezentuje się bardzo dobrze, wygrał nawet klasyfikację generalną opolskiego przystanku Grand Prix. W „Wodnej Nucie” uzyskał najlepsze wyniki w tym roku w naszym kraju na 50 i 100 m stylem grzbietowym, dodatkowo jedną długość basenu pokonał w czasie równym minimum na mistrzostwa świata. W Szczecinie będzie musiał powtórzyć ten wyczyn i jego pierwszy start na seniorskiej imprezie międzynarodowej na długim basenie, na rok przed igrzyskami w Rio, stanie się faktem.

Właśnie w związku z ewentualnym olimpijskim występem bardzo cieszą dobre wyniki Polewki na dystansie 100 metrów. W Opolu zabrakło mu zaledwie jednej dziesiątej sekundy do wyrównania rekordu życiowego w tej konkurencji i kto wie, być może w tym roku na mistrzostwach Polski będzie już w stanie nawiązać wyrównaną, równorzędną walkę z aktualnym i byłym rekordzistą kraju: **Radosławem Kawęckim** oraz **Marcinem Tarczyńskim**, a także z **Krzysztofem Jankiewiczem**, który w ubiegłym roku zajął miejsce na drugim stopniu podium.

Na najdłuższym dystansie faworyt może być tylko jeden. Kawęcki będzie mógł zrehabilitować się za ubiegłoroczną wpadkę i dyskwalifikację w finale swojej koronnej konkurencji, która spowodowała, że tytuł mistrzowski trafił do **Mateusza Wysoczyńskiego**. Zawodnik AZS AGH Kraków był wtedy bardzo bliski złamania bariery dwóch minut, co do tej pory w historii naszego kraju udało się jedynie Kawęckiemu. Niewiele do tej magicznej granicy zabrakło również **Krzysztofowi Morawskiemu**. Być może obaj w końcu zdołają dokonać tej sztuki właśnie we Floating Arenie.

50 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 25.52 s

Minimum na Uniwersjadę: 25.38 s

Rekord Polski: Tomasz Polewka 25.12 s (4.05.2014, Opole)

Rekord Polski 18-latków: Radosław Kawęcki 25.52 s (23.05.2009, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 17-latków: Adam Mączewski 26.08 s (1.12.2007, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 16-latków: Adam Mączewski 26.50 s (25.11.2006, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 15-latków: Jakub Skierka 26.96 s (21.12.2013, Berlin)

Rekord Polski 14-latków: Kacper Stokowski 27.87 s (30.11.2013, Warszawa)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.52 s
2. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 26.31 s
3. Rafał Bugdol (PWSZ Racibórz) 26.78 s
4. Dawid Murzyn (Jordan Kraków) 26.85 s
5. Michał Brzuś (Orka Zamość) 27.02 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.52 s
2. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.69 s
3. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 26.31 s
4. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 26.57 s
5. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 26.59 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. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.45 s
5. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.46 s
6. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 25.52 s
6. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.52 s
6. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.52 s
9. Bartosz Kizierowski (Polonia Warszawa) 25.53 s
10. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.55 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.55 s
2. Jakub Jończyk (Warta Poznań) 25.81 s
3. Maksymilian Zgierski (AZS UŁ PŁ Łódź) 25.85 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 26.82 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 27.76 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2014: Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 25.55 s
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

*Złoty medal w 2013 roku zdobył Jakub Jończyk (25.42 s), ale później został zawieszony za stosowanie niedozwolonych środków.

100 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	54.72 s
Minimum na Uniwersjadę:	54.72 s
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	58.08 s

Rekord Polski: Radosław Kawęcki 53.82 s (29.07.2013, Barcelona)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Radosław Kawęcki	54.66 s (27.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Mateusz Wysoczyński	56.48 s (12.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Mateusz Wysoczyński	56.48 s (12.12.2009, Doha)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Kacper Stokowski	58.42 s (6.12.2014, Praga)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Kacper Stokowski	59.50 s (29.11.2013, Warszawa)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.17 s
2. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 55.78 s
3. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 56.21 s
4. Jakub Skierka (Trops Kartuzy) 56.68 s
5. Marcin Tarczyński (Anprel-Armexim Pruszków) 56.79 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.17 s
2. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.43 s
3. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 55.78 s
4. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 56.07 s
5. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 56.10 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) 55.07 s
5. Krzysztof Jankiewicz (Nawa Skierniewice) 55.32 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) 54.35 s
7. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.53 s
8. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.59 s
9. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.65 s
10. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.66 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.35 s
2. Krzysztof Jankiewicz (Nawa Skierniewice) 55.32 s
3. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 55.39 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 57.98 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 59.23 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2014: Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 54.35 s
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

200 m stylem grzbietowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:59.19
Minimum na Uniwersjadę:	1:59.80
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	2:07.65

Rekord Polski:	Radosław Kawęcki	1:54.24 (2.08.2013, Barcelona)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Radosław Kawęcki	1:55.60 (31.07.2009, Rzym)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Radosław Kawęcki	2:00.72 (13.07.2008, Monterrey)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Radosław Kawęcki	2:02.82 (29.11.2007, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Jakub Skierka	2:05.41 (21.12.2013, Berlin)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Jakub Skierka	2:09.94 (16.12.2012, Berlin)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 2:00.29
2. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:02.60
3. Jakub Skierka (Trops Kartuzy) 2:02.75
4. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:02.95
5. Tomasz Polewka (AZS AWF Katowice) 2:03.60

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 2:00.29
2. Radosław Kawęcki (AZS AWF Warszawa) 2:01.19
3. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:02.60
4. Jakub Skierka (Trops Kartuzy) 2:02.75
5. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:02.95

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:54.24
2. Bartosz Sikora (Flota Gdynia) 2:00.05
3. Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:00.13
4. Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:00.36
5. Jakub Jasiński (Korner Zielona Góra) 2:00.75

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) 1:56.02
7. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
7. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.14
9. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.45
10. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra) 1:56.65

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. **Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:00.13**
2. **Krzysztof Morawski (AZS AWF Warszawa) 2:00.36**
3. **Krzysztof Jankiewicz (Nawa Skierniewice) 2:00.47**

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:06.37

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:11.60

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2014: Mateusz Wysoczyński (AZS AGH Kraków) 2:00.13
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

Skradną show?

Rywalizacja żabkarzy w Szczecinie może się okazać jedną z najbardziej emocjonujących jakie czekają nas podczas czterodniowych mistrzostw Polski. Niesamowitą walkę powinniśmy zobaczyć na dystansie 100 metrów. Walkę, w której nagrodą będzie zapewne miejsce w kadrze na mistrzostwa świata i występ w sztafecie 4x100 m stylem zmiennym. W Kazaniu będzie ona miała jeden, jakże ważny cel – wywalczenie olimpijskiej kwalifikacji. Mając w składzie Radosława Kawęckiego, Pawła Korzeniowskiego i Konrada Czerniaka, potrzebujemy jeszcze tylko czwartego mocnego ogniwa.

Wciąż czekamy na zawodnika, który pokona dwie długości basenu stylem klasycznym na tyle szybko, że zbliży się do złamania bariery jednej minuty. W historii polskiego pływania najbliższym tego był **Dawid Szulich**, którego rekord Polski z mistrzostw świata w Barcelonie wynosi 1:00.54. Forma zawodnika Delfina Legionowo, po lekkim kryzysie w 2014 roku, w tym sezonie wydaje się być coraz lepsza i być może pokusi się on o świetny wynik już we Floating Arenie. Na pewno będzie chciał pokazać, że ubiegłoroczna porażka z **Mikołajem Machnikiem** w tej konkurencji była tylko wypadkiem przy pracy.

Wygląda jednak na to, że Szulichowi wyrasta bardzo groźny rywal. **Krzysztof Tokarski** już w trakcie zawodów Grand Prix pływał niewiele gorzej od swoich rekordów życiowych i w Szczecinie na pewno będzie jednym z kandydatów do medali, nie tylko na 100 metrów, ale także na o połowę krótszym dystansie, na którym przecież w ubiegłym roku wywalczył tytuł wicemistrza Europy juniorów.

W sprinterskiej rywalizacji kwestia podziału medali wydaje się sprawą otwartą. W zmaganiach wezmą udział chociażby doświadczony **Filip Wypych**, mający za sobą dobre występy w tym sezonie **Maciej Hołub** czy ubiegłoroczny mistrz Australii w tej konkurencji na krótkim basenie, **Michał Zawadka**. Z kolei wspomniany wcześniej Machnik, a także utalentowany **Marcin Stolarski** większe szanse powinni mieć na dłuższych dystansach.

50 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 27.58 s

Minimum na Uniwersjadę: 27.90 s

Rekord Polski:	Dawid Szulich	27.48 s (30.07.2013, Barcelona)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Maciej Hołub	28.18 s (30.08.2013, Dubaj)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Krzysztof Tokarski	28.20 s (30.08.2013, Dubaj)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Krzysztof Tokarski	28.69 s (13.05.2012, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Łukasz Kulesza	29.94 s (10.12.2010, Warszawa)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Maciej Hołub	30.41 s (3.07.2009, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.98 s
2. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	28.32 s
3. Michał Zawadka (Ursynów Warszawa)	28.69 s
4. Maciej Hołub (AZS AGH Kraków)	28.85 s
5. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz)	29.11 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.98 s
2. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	28.32 s
3. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	28.49 s
4. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	28.62 s
5. Michał Zawadka (Ursynów Warszawa)	28.69 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. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.95 s
6. Adam Plutecki (Korner Zielona Góra)	27.97 s
6. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.97 s
8. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.98 s
9. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk)	28.01 s
10. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	28.03 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.97 s
2. Filip Wypych (AZS UŁ PŁ Łódź)	28.54 s
3. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	28.60 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 29.34 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 29.89 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	27.97 s
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

100 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:00.44
Minimum na Uniwersjadę:	1:01.25
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	1:04.93

Rekord Polski: Dawid Szulich 1:00.54 (28.07.2013, Barcelona)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Piotr Gałka	1:02.18 (21.05.2006, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Krzysztof Tokarski	1:02.25 (27.08.2013, Dubaj)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Mikołaj Machnik	1:02.45 (24.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Mikołaj Machnik	1:05.05 (6.04.2008, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Mikołaj Machnik	1:07.05 (8.07.2007, Drzonków)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	1:02.63
1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:02.63
3. Marcin Stolarski (UKS Żoliborz)	1:03.58
4. Jacek Arentewicz (Shark Rudna)	1:03.81
5. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice)	1:04.01

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	1:02.63
1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:02.63
3. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	1:02.68
4. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:02.97
5. Krzysztof Tokarski (Victoria Racibórz)	1:03.50

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:00.54
2. Sławomir Wolniak (AZS AWFIS Gdańsk)	1:00.66
3. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice)	1:01.61
4. Mariusz Winogrodzki (AZS AWF Warszawa)	1:01.79
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. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice)	1:01.61
9. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:01.73
10. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:01.76

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice)	1:01.61
2. Dawid Szulich (Delfin Legionowo)	1:01.76
3. Marcin Stolarski (Żoliborz Warszawa)	1:02.86

10. miejsce w kwalifikacjach: 1:04.57

20. miejsce w kwalifikacjach: 1:05.90

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice)	1:01.61
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

200 m stylem klasycznym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	2:11.71
Minimum na Uniwersjadę:	2:12.79
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	2:23.49

Rekord Polski: Sławomir Wolniak 2:10.90 (23.05.2009, Ostrowiec Św.)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Sławomir Kuczko 2:11.78 (25.11.2006, Gorzów Wlkp.)

Rekord Polski 18-latków: Marcin Stolarski 2:13.48 (07.06.2014, Olsztyn)
Rekord Polski 17-latków: Mikołaj Machnik 2:15.63 (21.07.2009, Tampere)
Rekord Polski 16-latków: Mikołaj Machnik 2:15.63 (21.07.2009, Tampere)
Rekord Polski 15-latków: Karol Zbutowicz 2:18.70 (19.07.2013, Utrecht)
Rekord Polski 14-latków: Piotr Siemiński 2:24.39 (5.07.2014, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:18.15
2. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:18.38
3. Jacek Arentewicz (Shark Rudna) 2:18.67
4. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 2:18.68
5. Maciej Olszewski (Ursynów Warszawa) 2:18.74

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:18.15
2. Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:18.38
3. Jacek Arentewicz (Shark Rudna) 2:18.67
4. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 2:18.68
5. Dawid Szulich (Delfin Legionowo) 2:18.74
5. Maciej Olszewski (Ursynów Warszawa) 2:18.74

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) 2:13.48
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 2014:

Podium:

1. **Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:12.63**
2. **Marcin Stolarski (Żoliborz Warszawa) 2:13.48**
3. **Marcin Hulbój (MKP Szczecin) 2:14.94**

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:19.24

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:27.72

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Mikołaj Machnik (AZS AWF Katowice) 2:12.63
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

Styl motylkowy - zapowiedź

Początek nowej ery

Jedną z najbardziej niesamowitych pływackich serii w historii naszego kraju w tym roku oficjalnie dobiegnie końca. Chodzi oczywiście o nieprzerwaną dominację **Pawła Korzeniowskiego** na dystansie 200 m stylem motylkowym. W tej konkurencji podopieczny Roberta Białeckiego na mistrzostwach Polski był niepokonany od 2003 roku, wygrywając kolejnych dwanaście złotych medali! Po upływie ponad dekady nadszedł czas na zmiany, tytuł mistrzowski zgarnie ktoś inny. Kto?

Chętnych do miejsca na najwyższym stopniu podium będzie wielu. W pierwszych miesiącach tegorocznego sezonu letniego najlepiej prezentował się **Jan Świtkowski** i to właśnie zawodnik Skarpy Lublin przystąpi do zmagania w stolicy województwa zachodniopomorskiego z najlepszym wynikiem w kraju w tej konkurencji, niewiele gorszym od minimum na mistrzostwa świata. Groźnych rywali w osobach czy to **Marcina Cieślaka** czy niespodziewanego wicemistrza kraju z ubiegłego roku, **Marcina Opalskiego**, na pewno mu jednak nie zabraknie. Być może do formy zdąży też wrócić **Michał Poprawa**, który przecież reprezentował nasz kraj na poprzednich mistrzostwach świata, które odbyły się w Barcelonie.

Ciekawych rozstrzygnięć możemy oczekiwać również na krótszych dystansach. Konrad Czerniak przyjedzie do Szczecina jako lider tegorocznych światowych list na 100 m stylem motylkowym (51.37 s uzyskane podczas mistrzostw Hiszpanii) i będzie najpoważniejszym kandydatem do zdobycia dwóch złotych medali w rywalizacji delfinistów. Nie będzie jednak zapewne optymalnie przygotowany, mając już w kieszeni kwalifikację na czempionat globu. Czy z takiego obrotu spraw skorzysta chociażby Paweł Korzeniowski? Podopieczny Roberta Białeckiego coraz lepiej czuje się zarówno na dystansie 50, jak i 100 metrów i na pewno łatwo nie odpuści swojemu młodszemu koledze, a ich rywalizacja na dwóch długościach basenu, chociażby ze względu na tegoroczną pozycję Czerniaka na świecie, powinna mieć dla obu dodatkowy prestiżowy charakter.

Kandydatów do wysokich miejsc w rywalizacji w stylu motylkowym nie brakuje. Wystarczy tu wymienić nazwiska **Oskara Krupeckiego**, **Mateusza Wysoczyńskiego**, **Dominika Ciężowskiego**, **Jerzego Twarowskiego**, a także juniorów: **Pawła Sendyka** i **Michała Chudego**. To wszystko sprawia, że zaciętą walkę w każdej konkurencji gwarantują nam już same kwalifikacje, które będą wyłaniać grono finalistów. Niespodzianek i zaskakujących wyników na pewno nie zabraknie.

50 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata: 23.53 s

Minimum na Uniwersjadę: 23.70 s

Rekord Polski:	Konrad Czerniak	23.41 s (16.06.2013, Olsztyn)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Michał Chudy	24.37 s (9.07.2014, Dordrecht)
	Paweł Sendyk	24.37 s (28.03.2015, Netanja)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Michał Chudy	24.37 s (9.07.2014, Dordrecht)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Paweł Werner	25.05 s (24.05.2009, Ostrowiec Św.)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Kacper Stokowski	25.20 s (19.07.2014, Gliwice)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Michał Brzuś	25.88 s (2.07.2008, Dębica)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.43 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 23.98 s
3. Paweł Sendyk (MKP Szczecin) 24.37 s
4. Michał Chudy (Wodnik Rawicz) 24.39 s
5. Oskar Krupecki (MKP Szczecin) 24.47 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.43 s
2. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.68 s
3. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.72 s
4. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.95 s
5. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.98 s
5. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 23.98 s

Najlepszych 5 zawodników w historii:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.41 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 23.98 s
3. Oskar Krupecki (MKP Szczecin) 24.03 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 (AZS AWF Katowice) 23.43 s
3. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.46 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.48 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.50 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.52 s
7. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.59 s
8. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.62 s
9. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.68 s
10. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.72 s
10. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice) 23.72 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.76 s
2. Oskar Krupecki (MKP Szczecin) 24.20 s
3. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 24.37 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 25.07 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 25.36 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

- 2014: Konrad Czerniak (Wisła Puławy) 23.76 s
- 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

100 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	52.52 s
Minimum na Uniwersjadę:	52.72 s
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	56.92 s

Rekord Polski: Konrad Czerniak 51.15 s (30.07.2011, Szanghaj)

<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Marcin Cieślak	53.00 s (12.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Marcin Cieślak	53.00 s (12.07.2009, Praga)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Michał Domagała	54.99 s (4.08.2011, Stanford)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Kacper Stokowski	56.13 s (18.07.2014, Gliwice)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Piotr Łuczak	57.66 s (7.07.2006, Gdynia)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	51.37 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	52.38 s
3. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	53.55 s
4. Oskar Krupecki (Śląsk Wrocław)	53.78 s
5. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice)	54.25 s

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	51.37 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	52.38 s
3. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	52.40 s
4. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	52.42 s
4. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	52.42 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 (AZS AWF Katowice)	51.37 s
3. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	51.38 s
4. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.46 s
5. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.54 s
6. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.55 s
7. Konrad Czerniak (AZS AWF Katowice)	51.58 s
8. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	51.75 s
9. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.78 s
10. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.79 s

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.89 s
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa)	52.33 s
3. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	52.73 s

10. miejsce w kwalifikacjach: 54.82 s

20. miejsce w kwalifikacjach: 56.25 s

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Konrad Czerniak (Wisła Puławy)	51.89 s
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

200 m stylem motylkowym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:57.37
Minimum na Uniwersjadę:	1:59.44
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	2:07.39

Rekord Polski: Paweł Korzeniowski 1:53.23 (29.07.2009, Rzym)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Paweł Korzeniowski 1:54.93 (21.08.2007, Chiba)

Rekord Polski 18-latków: Marcin Cieślak 1:56.13 (10.07.2009, Praga)
Rekord Polski 17-latków: Marcin Cieślak 1:56.13 (10.07.2009, Praga)
Rekord Polski 16-latków: Marcin Cieślak 1:59.36 (7.12.2008, Praga)
Rekord Polski 15-latków: Piotr Łuczak 2:03.33 (7.07.2007, Łódź)
Rekord Polski 14-latków: Piotr Łuczak 2:07.12 (9.07.2006, Gdynia)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin) 1:57.55
2. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:58.97
3. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka) 2:00.49
4. Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 2:02.37
5. Maciej Kuświk (Śląsk Wrocław) 2:02.42

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin) 1:57.55
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin) 1:57.76
3. Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:58.97
4. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka) 2:00.49
5. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka) 2:00.53

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. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin) 1:57.55

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 2014:

Podium:

1. **Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.60**
2. **Marcin Opalski (Ursynów Warszawa) 1:58.78**
3. **Michał Poprawa (AZS AWF Katowice) 1:59.65**

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:04.53

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:08.92

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Paweł Korzeniowski (AZS AWF Warszawa) 1:55.60
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

Styl zmienny - zapowiedź

Czwarty do brydża

Marcin Cieślak ma za sobą bardzo udany rok 2014. W jego trakcie został finalistą sierpniowych mistrzostw Europy, bił też rekord za rekordem w trakcie zimowego czempionatu globu na krótkim basenie w Dausze. Te występy zagwarantowały mu pozycję tuż za trzema tuzami polskiego pływania: Kawęckim, Czerniakiem i Korzeniowskim. W tym roku podopieczny Gregga Troy'a stanie przed wyzwaniem potwierdzenia swojej świetnej dyspozycji w drodze do igrzysk w Rio de Janeiro. Przepustkę na mistrzostwa świata na dystansie 200 m stylem zmiennym zapewni mu w Szczecinie tylko występ w granicach rekordu Polski. By myśleć o wyjeździe do Rosji, trzeba będzie bowiem złamać barierę dwóch minut, a to Cieślakowi udało się w karierze tylko raz, cztery lata temu w Szanghaju.

Na dwukrotnie dłuższym dystansie sprawdzi się **Karol Zbutowicz**. Zawodnik Kormorana Olsztyn pokazał już w tym roku, że będzie w naszej juniorskiej reprezentacji jednym z najpoważniejszych kandydatów do medali podczas zbliżających się wielkimi krokami Igrzysk Europejskich w Baku. Zbutowicz legitymuje się w tym momencie drugim w Europie czasem na 400 m stylem zmiennym wśród pływaków urodzonych w 1997 i 1998 roku. Wynik ten, który dał mu również pozycję zdecydowanego lidera krajowego rankingu, uzyskał w trakcie wielomeczu w Netanji (4:21.87). Lepszym rezultatem wśród juniorów na Starym Kontynencie może się pochwalić jedynie o rok starszy Hiszpan, brązowy medalista ubiegłorocznych mistrzostw Europy juniorów, Joan Casanovas Skoubo.

Pozostaje pytanie w jakiej dyspozycji będzie niespodziewany złoty medalista ubiegłorocznych zimowych mistrzostw Polski i czy w obszarze jego marzeń nie pojawi się na przykład start na czempionacie globu w Kazaniu. Rezultat z marcowych zawodów w Izraelu jest przecież gorszy jedynie o trochę ponad dwie sekundy od minimum wymaganego przez Polski Związek Pływacki. Obecność Zbutowicza w kadrze, która wystąpi w Rosji, byłaby absolutnie wyjątkowym wydarzeniem. Chociażby ze względu na fakt, że w XXI wieku nie zdarzyła się jeszcze sytuacja, by jakikolwiek zawodnik w tak młodym wieku reprezentował nas na wielkiej międzynarodowej imprezie seniorskiej na długim basenie.

Walki o złoto mistrzostw Polski na pewno nie odpuści jednak również **Karol Zaczyński**. Pływak Śląska Wrocław dominował na dystansie 400 m stylem zmiennym podczas trzech ostatnich edycji krajowego czempionatu, a w 2013 roku popłynął na tyle szybko, że omal nie wywalczył kwalifikacji do Barcelony. Warto jednak zauważyć, że gdyby w tym roku powtórzył tamten wyczyn, zapewniłby sobie start w Kazaniu.

200 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	1:59.99
Minimum na Uniwersjadę:	2:02.18
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	2:08.63

Rekord Polski:	Marcin Cieślak	1:59.77 (27.07.2011, Szanghaj)
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Michał Poprawa	2:03.18 (19.07.2012, Oświęcim)
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	Karol Zbutowicz	2:04.06 (29.03.2015, Netanja)
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:04.29 (7.12.2008, Praga)
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:07.56 (1.12.2007, Gorzów Wlkp.)
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Marcin Cieślak	2:11.40 (25.11.2006, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:02.55
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	2:03.93
3. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn)	2:04.06
4. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:04.44
5. Krystian Bałabuch (AZS AGH Kraków)	2:07.28

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:02.55
2. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	2:03.93
3. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn)	2:04.06
4. Jan Świtkowski (Skarpa Lublin)	2:04.07
5. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:04.44

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
5. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:01.85

Najlepsze 10 wyników w historii:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	1:59.77
2. Łukasz Wójt (PZP)	2:00.32
2. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.32
4. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.45
5. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.65
6. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:00.68
7. Łukasz Wójt (PZP)	2:00.72
8. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:00.81
9. Marcin Tarczyński (Polonia Warszawa)	2:00.89
10. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:01.11

Mistrzostwa Polski 2014:

Podium:

1. Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:01.11
2. Marcin Suzin (AZS AGH Kraków)	2:02.97
3. Radosław Kawęcki (Korner Zielona Góra)	2:03.35

10. miejsce w kwalifikacjach: 2:08.33

20. miejsce w kwalifikacjach: 2:11.56

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Marcin Cieślak (MUKP Warszawianka)	2:01.11
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

400 m stylem zmiennym

Minimum na Mistrzostwa Świata:	4:19.21
Minimum na Uniwersjadę:	4:21.91
Minimum na EYOF (ch.: 1999-2000):	4:35.01

Rekord Polski: Mateusz Matczak 4:12.28 (11.07.2009, Belgrad)
Najlepszy wynik w stroju tekstylnym: Paweł Korzeniowski 4:16.52 (20.05.2011, Ostrowiec Św.)

Rekord Polski 18-latków: Mateusz Matczak 4:18.40 (22.07.2007, Antwerpia)
Rekord Polski 17-latków: Mateusz Matczak 4:20.27 (6.07.2006, Palma de Mallorca)
Rekord Polski 16-latków: Karol Zbutowicz 4:26.97 (18.07.2014, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 15-latków: Marcin Cieślak 4:32.62 (30.11.2007, Gorzów Wlkp.)
Rekord Polski 14-latków: Marcin Cieślak 4:42.16 (24.11.2006, Gorzów Wlkp.)

Najlepszych 5 zawodników w 2015 roku:

1. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 4:21.87
2. Dawid Szwedzki (Śląsk Wrocław) 4:28.41
3. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 4:29.81
4. Karol Zaczyński (Śląsk Wrocław) 4:30.12
5. Adam Dubiel (AZS AWF Warszawa) 4:31.31

Najlepsze 5 wyników w 2015 roku:

1. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 4:21.87
2. Karol Zbutowicz (Kormoran Olsztyn) 4:26.42
3. Dawid Szwedzki (Śląsk Wrocław) 4:28.41
4. Filip Zaborowski (MKP Szczecin) 4:29.81
5. Dawid Szwedzki (Śląsk Wrocław) 4:30.09

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 2014:

Podium:

1. Karol Zaczyński (Śląsk Wrocław) 4:22.10
2. Dawid Szwedzki (Piątka Konstantynów Ł.) 4:22.37
3. Adam Dubiel (Korner Zielona Góra) 4:26.03

10. miejsce w kwalifikacjach: 4:36.87

20. miejsce w kwalifikacjach: 4:46.26

Mistrzowie Polski w ostatnich 10 latach:

2014: Karol Zaczyński (Śląsk Wrocław) 4:22.10
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

Sztafety

Klubowe rekordy Polski

KOBIETY:

4x100 m stylem dowolnym:

<u>Rekord Polski:</u>	Śląsk Wrocław	3:49.74 (6.06.2014, Olsztyn)
	<i>(Anna Dowgiert, Karolina Dyrda, Paulina Żelazna, Nikola Petryka)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Śląsk Wrocław	3:54.45 (19.07.2014, Drzonków)
	<i>(Karolina Dyrda, Paulina Haczkiewicz, Oliwia Okaj, Nikola Petryka)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	KKS Polonia Warszawa	3:58.30 (19.05.2006, Ostrowiec Św.)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Marta Kokot, Karolina Szczepaniak)</i>	
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	Unia Oświęcim	4:00.74 (16.07.2011, Ostrowiec Św.)
	<i>(Małgorzata Frenke, Natalia Kącka, Anna Kruk, Katarzyna Górniak)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Jordan Kraków	4:02.92 (16.07.2011, Oświęcim)
	<i>(Agnieszka Pabian, Paulina Dworaczek, Marta Sowa, Luigia Sirignano)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Piętnastka Bydgoszcz	4:07.99 (6.07.2013, 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 (12.04.2007, Dębica)
	<i>(Otylia Jędrzejczak, Karolina Szczepaniak, Angelika Oleksy, Paulina Barzycka)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	8:29.27 (29.11.2007, Gorzów Wlkp.)
	<i>(Joanna Budzis, Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Aleksandra Kamińska)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	KKS Polonia Warszawa	8:40.03 (18.05.2006, Ostrowiec Św.)
	<i>(Katarzyna Ptasieńska, Anna Kwiatkowska, Marta Kokot, Karolina Szczepaniak)</i>	
<i>Rekord Polski 16-latków:</i>	BUKS Warszawa	8:41.35 (18.05.2006, Ostrowiec Św.)
	<i>(Aleksandra Kamińska, Anna Traczewska, Maria Karkuszevska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	BUKS Warszawa	8:45.87 (20.05.2005, Dębica)
	<i>(Aleksandra Kamińska, Anna Traczewska, Maria Karkuszevska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Warta Poznań	8:58.38 (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
	<i>(Joanna Cieślak, Sylwia Ciesielska, Katarzyna Kasperek, Alicja Taczała)</i>	

4x100 m stylem zmiennym:

<u>Rekord Polski:</u>	Śląsk Wrocław	4:10.27 (8.06.2014, Olsztyn)
	<i>(Maja Zawiszewska, Weronika Paluszek, Anna Dowgiert, Nikola Petryka)</i>	
<i>Rekord Polski 18-latków:</i>	Słowianka Gorzów Wlkp.	4:15.76 (6.06.2010, Gliwice)
	<i>(Alicja Tchórz, Paulina Zachoszcz, Mirela Olczak, Joanna Zachoszcz)</i>	
<i>Rekord Polski 17-latków:</i>	MKS Polonia Warszawa	4:20.44 (09.07.2006, 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 (09.07.2006, Palma de Mallorca)
	<i>(Jagoda Piechocka, Anna Janczewska, Katarzyna Ptasieńska, Joanna Budzis)</i>	
<i>Rekord Polski 15-latków:</i>	Unia Oświęcim	4:24.74 (13.07.2008, Gorzów Wlkp.)
	<i>(Aleksandra Nitka, Karolina Lewińska, Paulina Sikora, Aleksandra Zagrodnik)</i>	
<i>Rekord Polski 14-latków:</i>	Wodnik Radom	4:34.56 (8.07.2012, Szczecin)
	<i>(Adrianna Mendyk, Magdalena Sonta, Paulina Nogaj, Aleksandra Przybysławska)</i>	
	Juvenia Wrocław	4:34.56 (6.07.2014, Dębica)
	<i>(Weronika Górecka, Aleksandra Iwanowska, Anna Lazopoulos, Marta Brzozowska)</i>	

Sztafety

Klubowe rekordy Polski

MĘŻCZYŹNI:

4x100 m stylem dowolnym:

Rekord Polski: AZS AWF Warszawa 3:21.03 (4.04.2008, Ostrowiec Św.)
(Łukasz Gąsior, Michał Rokicki, Michał Witkowski, Paweł Korzeniowski)

Rekord Polski 18-latków: Juvenia Wrocław 3:28.40 (22.05.2009, Ostrowiec Św.)
(Bartłomiej Bogulski, Paweł Werner, Julian Soboń, Emil Bening)

Rekord Polski 17-latków: Juvenia Wrocław 3:28.40 (22.05.2009, Ostrowiec Św.)
(Bartłomiej Bogulski, Paweł Werner, Julian Soboń, Emil Bening)

Rekord Polski 16-latków: Juvenia Wrocław 3:34.54 (27.06.2009, Dębica)
(Paweł Werner, Adrian Kłusek, Maciej Widanka, Emil Bening)

Rekord Polski 15-latków: BUKS Warszawa 3:39.68 (2.12.2005, Warszawa)
(Marcin Tarczyński, Bartosz Romanowicz, Filip Rowiński, Mariusz Mikołajewski)

Rekord Polski 14-latków: Shark Rudna 3:47.89 (3.07.2010, Dębica)
(Mateusz Chaba, Damian Wertepny, Bartłomiej Taczański, Piotr Ludwiczak)

4x200 m stylem dowolnym:

Rekord Polski: AZS AWF Warszawa 7:23.41 (29.11.2007, Gorzów Wlkp.)
(Łukasz Gąsior, Łukasz Gimiński, Michał Rokicki, Paweł Korzeniowski)

Rekord Polski 18-latków: Śląsk Wrocław 7:33.51 (22.07.2011, Warszawa)
(Michał Szuba, Maciej Zoniuk, Dawid Rybiński, Filip Bujoczek)

Rekord Polski 17-latków: Juvenia Wrocław 7:46.22 (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
(Emil Bening, Bartłomiej Bogulski, Marek Stachowicz, Paweł Werner)

Rekord Polski 16-latków: Śląsk Wrocław 7:47.47 (21.05.2009, Ostrowiec Św.)
(Dawid Rybiński, Maciej Zoniuk, Jakub Brzoza, Michał Szuba)

Rekord Polski 15-latków: Olimpijczyk Aleksandrów Łódzki 8:02.67 (18.07.2014, Gliwice)
(Konrad Szpucha, Marcel Wągrowski, Kamil Kaźmierczak, Michał Cukanow)

Rekord Polski 14-latków: Śląsk Wrocław 8:18.57 (4.07.2014, Dębica)
(Amadeusz Kiełczewski, Wojciech Dutkowiak, Wiktor Łaś, Patryk Dąbrowski)

4x100 m stylem zmiennym:

Rekord Polski: AZS AWF Katowice 3:40.09 (8.06.2014, Olsztyn)
(Tomasz Polewka, Mikołaj Machnik, Jerzy Twarowski, Michał Poprawa)

Rekord Polski 18-latków: Victoria Racibórz 3:48.36 (21.07.2013, Drzonków)
(Wojciech Gabryś, Krzysztof Tokarski, Tomasz Kurtok, Rafał Bugdol)

Rekord Polski 17-latków: Polonia Warszawa 3:52.83 (2.12.2007, Gorzów Wlkp.)
(Sebastian Karaś, Filip Rowiński, Marcin Tarczyński, Mariusz Mikołajewski)

Rekord Polski 16-latków: AZS AWF Katowice 3:59.07 (17.07.2011, Ostrowiec Św.)
(Jakub Świerczyński, Patryk Nowak, Łukasz Kudła, Szymon Warwas)

Rekord Polski 15-latków: BUKS Warszawa 3:59.84 (2.12.2005, Warszawa)
(Bartosz Romanowicz, Filip Rowiński, Marcin Tarczyński, Mariusz Mikołajewski)

Rekord Polski 14-latków: BUKS Warszawa 4:13.13 (4.12.2004, Warszawa)
(Marcin Tarczyński, Filip Rowiński, Piotr Gruzewski, Mariusz Mikołajewski)

Sztafety

Mistrzostwa Polski 2014:

MĘŻCZYŹNI:

4x100 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AWF Warszawa** 3:22.37
(Paweł Korzeniowski, Maciej Certa, Filip Szarliński, Jakub Pasula)
- Śląsk Wrocław** 3:25.45
(Jan Hołub, Kacper Klich, Michał Szuba, Karol Zaczyński)
- AZS UŁ PŁ Łódź** 3:25.73
(Filip Wypych, Maksymilian Zgierski, Gracjan Breś, Bartłomiej Lassek)

4x200 m stylem dowolnym:

Podium:

- Śląsk Wrocław** 7:25.98
(Michał Szuba, Kacper Klich, Karol Zaczyński, Jan Hołub)
- Korner Zielona Góra** 7:29.29
(Mikołaj Ptaszyński, Adam Dubiel, Filip Kołodziejski, Radosław Kawęcki)
- AZS AWF Warszawa** 7:33.44
(Filip Szarliński, Patryk Gąsior, Daniel Biś, Paweł Korzeniowski)

4x100 m stylem zmiennym:

Podium:

- AZS AWF Katowice** 3:40.09
(Tomasz Polewka, Mikołaj Machnik, Jerzy Twarowski, Michał Poprawa)
- AZS AWF Warszawa** 3:42.45
(Krzysztof Morawski, Mateusz Gula, Paweł Korzeniowski, Jakub Pasula)
- Korner Zielona Góra** 3:45.74
(Radosław Kawęcki, Mateusz Kołodziejski, Sebastian Szczepański, Adam Dubiel)

KOBIETY:

4x100 m stylem dowolnym:

Podium:

- Śląsk Wrocław** 3:49.74
(Anna Dowgiert, Karolina Dyrda, Paulina Żelazna, Nikola Petryka)
- Juvenia Wrocław** 3:52.97
(Dominika Sztandera, Klaudia Naziębło, Beata Pożarowszczyk, Alicja Tchórz)
- AZS AGH Kraków** 3:53.25
(Anna Kawecka, Marcelina Radlińska, Jagoda Piechocka, Natalia Pawlaczek)

4x200 m stylem dowolnym:

Podium:

- AZS AGH Kraków** 8:25.09
(Anna Kawecka, Marcelina Radlińska, Luigia Sirignano, Natalia Pawlaczek)
- AZS UWM Olsztyn** 8:25.29
(Joanna Zachoszcz, Manuela Wikieł, Monika Chodyna, Monika Czerniak)
- Juvenia Wrocław** 8:37.03
(Klaudia Naziębło, Beata Pożarowszczyk, Dagmara Bogucka, Alicja Tchórz)

4x100 m stylem zmiennym:

Podium:

- Śląsk Wrocław** 4:10.27
(Maja Zawiszewska, Weronika Paluszek, Anna Dowgiert, Nikola Petryka)
- Juvenia Wrocław** 4:17.57
(Klaudia Naziębło, Dominika Sztandera, Alicja Tchórz, Beata Pożarowszczyk)
- Unia Oświęcim** 4:19.64
(Katarzyna Górniak, Urszula Michalczyk, Joanna Szczepanik, Joanna Janiczek)

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	Monika Czerniak	
400 m stylem dowolnym	Monika Czerniak	
800 m stylem dowolnym	Justyna Burska	
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	Dominika Sztandera	
200 m stylem klasycznym	Weronika Paluszek	
50 m stylem motylkowym	Anna Dowgiert	
100 m stylem motylkowym	Anna Dowgiert	
200 m stylem motylkowym	Klaudia Naziębło	
200 m stylem zmiennym	Alicja Tchórz	
400 m stylem zmiennym	Katarzyna Baranowska	
4x100 m stylem dowolnym	Śląsk Wrocław	
4x200 m stylem dowolnym	AZS AGH Kraków	
4x100 m stylem zmiennym	Śląsk Wrocław	

Typuj z nami Mistrzów!

Mężczyźni	Typ megatiming.pl	Twój typ
50 m stylem dowolnym	Konrad Czerniak	
100 m stylem dowolnym	Paweł Korzeniowski	
200 m stylem dowolnym	Jan Świtkowski	
400 m stylem dowolnym	Filip Zaborowski	
800 m stylem dowolnym	Wojciech Wojdak	
1500 m stylem dowolnym	Wojciech Wojdak	
50 m stylem grzbietowym	Tomasz Polewka	
100 m stylem grzbietowym	Tomasz Polewka	
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	Konrad Czerniak	
200 m stylem motylkowym	Jan Świtkowski	
200 m stylem zmiennym	Marcin Cieślak	
400 m stylem zmiennym	Karol Zbutowicz	
4x100 m stylem dowolnym	AZS AWF Warszawa	
4x200 m stylem dowolnym	Śląsk Wrocław	
4x100 m stylem zmiennym	AZS AWF Katowice	