

## Helmi Heinonen

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 400m Vapaauinti (50) Henkilökohtainen ennätys: 04:46.15 FINA-pisteet: 564 Päivämäärä: 2018-03-30  
Kilpailu: Simmis Arena Meet

| Aika     | Fina | Kierros | Päivämäärä | Kilpailu                             |
|----------|------|---------|------------|--------------------------------------|
| 04:46.15 | 564  | Finaali | 2018-03-30 | Simmis Arena Meet                    |
| 04:48.25 | 552  | Finaali | 2018-02-10 | Viking Line -uinnit                  |
| 04:48.43 | 551  | Finaali | 2017-06-18 | Ikäkausimestaruusuinnit 2017         |
| 04:49.11 | 547  | Finaali | 2018-05-10 | Hela-uinnit                          |
| 04:54.56 | 517  | Finaali | 2019-02-09 | Viking Line -uinnit                  |
| 04:54.94 | 515  | Finaali | 2018-06-29 | Suomen mestaruuskilpailut 2018       |
| 04:54.95 | 515  | Finaali | 2017-05-13 | Grand Prix (50 m)                    |
| 04:57.70 | 501  | Finaali | 2019-05-11 | Distriktstandvården Neptuniaden 2019 |
| 05:06.91 | 457  | Finaali | 2017-02-11 | Viking Line -uinnit                  |
| 05:16.07 | 433  | Finaali | 2014-06-15 | Rollo-uinnit                         |
| 05:39.58 | 349  | Finaali | 2013-06-16 | Rollo-uinnit                         |
| 06:01.07 | 290  | Finaali | 2013-03-02 | Vantaa Junior Meet 2.-4.3.2013       |
| 06:07.27 | 276  | Finaali | 2013-04-20 | Särkänniemi Uinnit                   |