

## Helmi Birgitta Ahonen

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 200m Selkäuinti (25) Henkilökohtainen ennätys: 02:38.85 FINA-pisteet: 422 Päivämäärä: 2018-11-04  
Kilpailu: LR IKM 2018 alkukilpailut ES1

| Aika     | Fina | Kierros | Päivämäärä | Kilpailu                      |
|----------|------|---------|------------|-------------------------------|
| 02:38.85 | 422  | Finaali | 2018-11-04 | LR IKM 2018 alkukilpailut ES1 |
| 02:39.67 | 416  | Finaali | 2018-10-06 | Speedo Cup                    |
| 02:39.95 | 414  | Finaali | 2017-11-05 | LR IKM 2017 alkukilpailut ES1 |
| 02:40.48 | 410  | Finaali | 2016-11-06 | LR IKM 2016 alkukilpailut ES1 |
| 02:44.67 | 379  | Finaali | 2018-12-16 | Hss cup 5                     |
| 02:45.15 | 376  | Finaali | 2016-10-02 | Espoo Swim Games              |
| 02:45.95 | 370  | Finaali | 2019-03-03 | HSS Cup 2                     |
| 02:56.45 | 308  | Finaali | 2017-03-19 | Hss-cup 2                     |