

## Sami Pönkä

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 50m Vapaauinti (25) Henkilökohtainen ennätys: 00:30.24 FINA-pisteet: 300 Päivämäärä: 2018-11-03  
Kilpailu: LR IKM 2018 alkukilpailut ES2

| Aika     | Fina | Kierros | Päivämäärä | Kilpailu                      |
|----------|------|---------|------------|-------------------------------|
| 00:30.24 | 300  | Finaali | 2018-11-03 | LR IKM 2018 alkukilpailut ES2 |
| 00:33.61 | 219  | Finaali | 2016-11-26 | Vanders-uinnit seurakilpailu  |
| 00:34.44 | 203  | Finaali | 2017-03-04 | Kevätkisat                    |
| 00:35.19 | 190  | Finaali | 2016-11-05 | LR IKM 2016 alkukilpailut ES2 |
| 00:35.55 | 185  | Finaali | 2016-09-10 | Speedo Cup                    |
| 00:36.51 | 171  | Finaali | 2015-09-12 | Vanders Cup                   |
| 00:37.95 | 153  | Finaali | 2014-10-18 | Toivo Virtasen Muistokilpailu |
| 00:38.47 | 146  | Finaali | 2014-11-01 | LR IKM 2014 alkukilpailut ES2 |
| 00:40.49 | 126  | Finaali | 2014-09-20 | VANTAAN SYYSUINNIT            |
| 00:43.16 | 104  | Finaali | 2014-04-26 | Vantaa Cup 2014 III           |
| 00:44.21 | 96   | Finaali | 2014-04-12 | TYR Games                     |