

## helmi jouhten

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 400m Vapaauinti (25) Henkilökohtainen ennätys: 04:46.79 FINA-pisteet: 546 Päivämäärä: 2017-10-07  
Kilpailu: Ruska uinnit 2017

| Aika     | Fina | Kierros | Päivämäärä | Kilpailu                     |
|----------|------|---------|------------|------------------------------|
| 05:29.76 | 359  | Finaali | 2016-04-09 | Zimmari-Cup 3                |
| 05:28.47 | 363  | Finaali | 2016-05-14 | Lappi-Uinnit 2016            |
| 05:06.25 | 449  | Finaali | 2016-10-01 | Ruska uinnit 2016            |
| 05:05.81 | 451  | Finaali | 2016-11-06 | LR IKM 2016 alkukilpailut PS |
| 04:50.59 | 525  | Finaali | 2017-11-05 | LR IKM 2017 alkukilpailut PS |
| 04:47.17 | 544  | Finaali | 2017-12-03 | LRIKM loppukilpailut 2017    |
| 04:46.79 | 546  | Finaali | 2017-10-07 | Ruska uinnit 2017            |