

## Helmi Räsänen

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 50m Vapaauinti (25) Henkilökohtainen ennätys: 00:28.70 FINA-pisteet: 509 Päivämäärä: 2020-11-01  
Kilpailu: IKM 2020 Etelä-Suomi 1

| Aika     | Fina | Kierros | Päivämäärä | Kilpailu                      |
|----------|------|---------|------------|-------------------------------|
| 00:32.50 | 351  | Finaali | 2019-02-03 | SGR Talviuinnit               |
| 00:34.73 | 299  | Finaali | 2018-02-10 | SGR Talviuinnit               |
| 00:36.03 | 268  | Finaali | 2017-09-30 | Vantaan Pärskeet              |
| 00:32.41 | 354  | Finaali | 2018-12-15 | Tonttu-Uinnit                 |
| 00:32.45 | 352  | Finaali | 2018-10-20 | Aquilan syysuinnit            |
| 00:29.43 | 472  | Finaali | 2020-08-30 | Cetus Kesäkisa 2              |
| 00:32.71 | 344  | Finaali | 2018-10-07 | Speedo Cup                    |
| 00:29.15 | 486  | Finaali | 2020-11-28 | Cetus time trial 112020       |
| 00:28.76 | 506  | Finaali | 2021-09-19 | Cetus GP VU 2021              |
| 00:28.77 | 506  | Finaali | 2021-10-31 | IKM 2021 Etelä-Suomi 1        |
| 00:30.73 | 415  | Finaali | 2019-04-14 | SGR Uintikilpailut            |
| 00:36.75 | 252  | Finaali | 2017-03-25 | Tuusula-Uinnit                |
| 00:32.32 | 357  | Finaali | 2018-12-08 | Tampereen Joulukisat 2018     |
| 00:28.70 | 509  | Finaali | 2020-11-01 | IKM 2020 Etelä-Suomi 1        |
| 00:34.31 | 310  | Finaali | 2017-12-16 | Tonttu-Uinnit                 |
| 00:39.20 | 208  | Finaali | 2016-11-27 | SGR Kisat                     |
| 00:29.19 | 484  | Finaali | 2021-10-16 | Espoo Swim Games              |
| 00:40.94 | 182  | Finaali | 2016-10-01 | Vantaan Pärskeet              |
| 00:29.52 | 468  | Finaali | 2021-05-28 | Time Trial - Vinstat          |
| 00:39.26 | 207  | Finaali | 2016-11-06 | LR IKM 2016 alkukilpailut ES1 |