

Elias Fröde

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (25) Personbästa: 04:04.95 AQUA-poäng: 650 Datum: 2018-11-14 Tävling: SM/JSM (25m) 2018

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
05:39.94	245	Final	2012-02-11	UGP 1 - 2012
05:23.89	283	Final	2012-11-10	SUM-SIM Region 2012 (25m)
05:22.83	286	Final	2012-10-14	UGP4
05:18.59	297	Final	2012-09-23	Speedo Ungdom Cup
05:11.41	318	Final	2013-02-17	Järfälla Nationella 2013
05:05.26	336	Final	2013-11-23	Höstsimiaden 23-24nov
05:01.17	352	Final	2013-10-13	UGP4 - 2013
04:58.75	361	Final	2013-09-21	Speedo Ungdom Cup 2013
04:58.61	359	Final	2014-01-26	UGP 1
04:51.99	384	Final	2013-11-09	Sum-Sim region nr
04:49.33	394	Final	2014-05-10	Vårsimiaden final
04:47.54	402	Final	2014-04-26	Vårsimiaden distrikt(försök)
04:47.02	404	Final	2014-09-07	Järfälla Nationella 2014
04:45.10	412	Final	2014-09-20	Speedo Ungdom Cup 2014
04:44.13	416	Final	2015-01-11	Seriesim deltävling 1 Div 1
04:42.52	424	Final	2014-11-08	Sum-Sim region 3
04:39.59	437	Final	2016-01-31	UGP 1 - 2016
04:37.59	447	Final	2015-01-25	UGP 1
04:33.07	469	Final	2015-10-11	UGP4 - 2015
04:32.99	470	Final	2014-12-06	Sum-Sim riksfinal 2014