

Ruben Staaf

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Medley (25) Personbästa: 05:04.60 AQUA-poäng: 462 Datum: 2019-10-19 Tävling: KM 3

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
06:21.07	236	Final	2015-09-05	KM 3
05:41.96	326	Final	2016-09-10	KM 3
05:33.28	352	Final	2016-10-02	Blueseventy Simcup
05:20.49	396	Final	2017-09-09	KM 3
05:08.19	446	Final	2018-10-20	KM 3
05:05.96	452	Final	2021-09-04	KM3
05:05.79	452	Final	2020-09-05	KM 3
05:04.60	462	Final	2019-10-19	KM 3