

Josephine Ålenius

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (25) Personbästa: 04:49.24 AQUA-poäng: 533 Datum: 2018-11-11 Tävling: Sum-Sim (25m) 2018 regionfinal Västsvenska

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
04:49.24	533	Final	2018-11-11	Sum-Sim (25m) 2018 regionfinal Västsvenska
04:52.06	517	Final	2018-02-03	NUSS Äldre (25m) 2018
04:54.20	506	Final	2017-02-05	NUSS Äldre
04:55.30	500	Final	2017-11-12	Sum-Sim Region 5 VSSF 2017
04:58.56	484	Final	2017-01-13	Januarirace
04:59.33	480	Final	2017-09-10	Arena USO 2017
05:05.37	452	Final	2016-10-22	UGP 4
05:14.32	415	Final	2015-11-27	Køge Open, Køge
05:21.43	388	Final	2015-10-10	UGP 4 OLKA Sportresor
05:43.46	318	Final	2015-03-22	Öresund Meeting 2015
05:49.08	303	Final	2014-11-22	Höstsimiaden VSSF Alingsås
05:49.82	301	Final	2015-04-18	Vårsimiaden 2015 Stenungsund
05:51.37	297	Final	2015-03-08	UGP 2
06:00.34	275	Final	2014-10-11	UGP 4 OLKA Sportresor