

Pontus Hake

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (50) Personbästa: 04:23.93 AQUA-poäng: 579 Datum: 2018-07-08 Tävling: Bockstensdoppet 2018

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
05:23.52	314	Final	2015-07-04	NUSS Äldre och Yngre 50 m 2015
05:18.12	331	Final	2015-05-22	Laxaleken
05:17.48	333	Final	2015-06-06	UGP3 50m 2015
05:11.82	351	Final	2016-06-11	UGP3 50m 2016
05:02.87	383	Final	2016-05-27	Speedo Open 2016
04:55.16	414	Final	2017-05-26	Laxaleken 2017
04:53.38	422	Final	2017-04-09	Falkenberg Race 2017
04:43.17	469	Final	2022-04-10	Kungsbacka Spring Meet
04:35.49	509	Final	2018-04-08	Falkenberg Race 2018
04:35.25	511	Final	2019-04-14	Falkenberg Race 2019
04:33.72	519	Final	2018-06-03	DM-JDM
04:32.29	527	Final	2018-03-11	Kronborg Open 2018
04:31.84	530	Final	2019-05-26	Laxaleken 2019
04:29.53	544	Final	2018-06-18	Färsingadoppet 2018
04:27.94	554	Final	2019-01-26	Swedish Grand Prix 2019
04:26.82	561	Final	2019-06-08	Citadellsim 2019
04:25.76	567	Final	2019-06-30	Bockstensdoppet 2019
04:24.55	575	Final	2020-02-23	Borås Speedo Meet 2020
04:23.93	579	Final	2018-07-08	Bockstensdoppet 2018