

Jonas Holmström

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (50) Personbästa: 04:07.68 AQUA-poäng: 701 Datum: 2015-05-23 Tävling: Citadellsim 2015

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
04:08.73	692	Final	2013-07-05	SM/JSM (50m) 2013
04:32.30	527	Final	2009-04-24	Grand Prix FINAL 2009
04:31.16	534	Final	2007-06-29	SUM-SIM 2007 (50m)
04:27.73	555	Final	2008-07-11	SUM-SIM 2008 (50m)
04:23.59	581	Final	2008-07-19	SM/JSM (50m) 2008
04:09.25	688	Final	2017-07-02	SM/JSM (50m) 2017
04:09.08	689	Final	2016-07-08	SM/JSM (50m) 2016
04:08.89	691	Final	2015-07-03	SM/JSM (50m) 2015
04:38.88	491	Final	2006-07-14	SUM-SIM 2006 (50m)
04:09.29	687	Final	2016-06-12	DM-JDM
04:12.72	660	Final	2017-06-04	DM-JDM
04:15.93	635	Final	2013-06-09	DM/JDM
04:22.98	586	Final	2008-06-10	Citadellsim
04:24.70	574	Final	2007-06-10	Citadellsim 2007
04:24.80	574	Final	2008-06-28	Skåne DM 50 m 2008
04:25.52	569	Final	2008-06-15	Ålasim
04:25.63	568	Final	2008-05-04	Sydsim Swim Meet 2008
04:26.99	560	Final	2007-04-13	CIJ - Meet 2007
04:30.02	541	Final	2009-06-13	DM/JDM
04:07.68	701	Final	2015-05-23	Citadellsim 2015