

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
04:04.95	650	Final	2018-11-14	SM/JSM (25m) 2018
04:06.85	635	Final	2019-11-13	SM/JSM (25m) 2019
04:11.78	599	Final	2018-09-30	Södertälje Meet 2018
04:13.15	589	Final	2019-09-28	Swedish Swim Games
04:14.05	583	Final	2017-10-07	Swedish Swim Games 2017
04:16.19	568	Final	2017-12-09	Sum-Sim Riksfinal 2017
04:17.86	557	Final	2017-10-22	U-GP 1 2017/2018
04:20.11	543	Final	2017-11-12	Sum-Sim region 3
04:20.93	538	Final	2016-09-17	Arena Cup 2016
04:26.58	504	Final	2016-03-13	UGP 2
04:29.90	486	Final	2016-10-07	Polisen HEAD to Head 2016
04:32.99	470	Final	2014-12-06	Sum-Sim riksfinal 2014
04:33.07	469	Final	2015-10-11	UGP4 - 2015
04:37.59	447	Final	2015-01-25	UGP 1
04:39.59	437	Final	2016-01-31	UGP 1 - 2016
04:42.52	424	Final	2014-11-08	Sum-Sim region 3
04:44.13	416	Final	2015-01-11	Seriesim deltävling 1 Div 1
04:45.10	412	Final	2014-09-20	Speedo Ungdom Cup 2014
04:47.02	404	Final	2014-09-07	Järfälla Nationella 2014
04:47.54	402	Final	2014-04-26	Vårsimiaden distrikt(försök)