

Elias Fröde

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Medley (25) Personbästa: 04:30.15 AQUA-poäng: 662 Datum: 2018-11-18 Tävling: SM/JSM (25m) 2018

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
05:28.95	366	Final	2014-09-07	Järfälla Nationella 2014
05:11.01	434	Final	2016-01-30	UGP 1 - 2016
05:08.13	446	Final	2015-04-26	Järfälla Nationella 2015
05:08.20	446	Final	2015-10-11	UGP4 - 2015
05:01.48	476	Final	2015-09-19	Simkampen 2015
04:58.23	492	Final	2015-11-14	Sum-Sim Region 3
04:56.59	500	Final	2015-12-05	Sum-Sim Riksfinal 2015
04:54.58	510	Final	2017-09-24	Arena Cup 2017
04:48.72	542	Final	2017-05-27	Lövets Minne 2
04:47.11	551	Final	2017-12-10	Sum-Sim Riksfinal 2017
04:46.68	554	Final	2018-09-23	Arena Cup 2018
04:45.98	558	Final	2017-10-07	Swedish Swim Games 2017
04:45.57	560	Final	2017-11-12	Sum-Sim region 3
04:40.22	593	Final	2019-11-17	SM/JSM (25m) 2019
04:31.87	649	Final	2018-11-18	SM/JSM (25m) 2018
04:30.15	662	Final	2018-11-18	SM/JSM (25m) 2018