

Viggo Holst

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (25) Personbästa: 03:59.62 AQUA-poäng: 694 Datum: 2023-12-01 Tävling: Nordic Championships

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
03:59.62	694	Final	2023-12-01	Nordic Championships
04:00.39	688	Final	2023-05-15	Distanscupen 4 2023
04:00.45	687	Final	2024-03-02	Öresund Meeting 2024
04:00.80	684	Final	2023-11-22	SM/JSM (25m) 2023
04:01.33	680	Final	2023-10-28	Ystad Grand Prix 2 / Swedish Grand Prix
04:02.36	671	Final	2022-12-18	Sum-Sim riksfinal 2022
04:02.55	670	Final	2023-10-20	NIU-Mästerskapen 2023
04:02.92	667	Final	2023-12-01	Nordic Championships
04:04.19	656	Final	2023-10-28	Ystad Grand Prix 2 / Swedish Grand Prix
04:09.08	618	Final	2022-11-13	Sum-Sim regionfinal 2022 Ängelholm
04:09.27	617	Final	2022-10-02	Speedo Swim Meet 2022
04:10.13	611	Final	2022-10-22	DM/JDM/PARA DM
04:13.61	586	Final	2022-05-09	Distanscupen 4 2022
04:14.23	581	Final	2022-03-05	Öresund Meeting 2022
04:19.09	549	Final	2021-12-12	Sum-Sim riksfinal 2021
04:24.17	518	Final	2021-10-23	DM Sjöbo
04:28.77	492	Final	2021-05-08	Temporärrace 11
04:31.96	475	Final	2020-05-23	Medaljjakt 200523
04:33.48	467	Final	2020-06-28	Riksmästerskap (25m) 2020 Helsingborg
04:39.25	439	Final	2019-12-07	Sum-Sim (25m) 2019 riksfinal