

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
05:26.88	273	Final	2018-09-22	Speedo Swim Meet 2018
05:20.89	289	Final	2018-10-13	Medaljjakt A, T 181013
05:19.99	291	Final	2018-11-10	Sum-Sim (25m) 2018 regionfinal Skåne norra
05:03.73	341	Final	2019-03-23	Öresund Meeting 2019
04:55.94	368	Final	2019-05-04	Vårsimiade Distrikt 2019
04:51.69	385	Final	2019-05-25	Vårsimiaden Region
04:46.53	406	Final	2019-09-21	Speedo Swim Meet 2019
04:42.84	422	Final	2019-11-09	Sum-Sim (25m) 2019 regionfinal Skåne norra
04:41.79	427	Final	2020-01-26	UGP 2 2020
04:39.25	439	Final	2019-12-07	Sum-Sim (25m) 2019 riksfinal
04:33.48	467	Final	2020-06-28	Riksmästerskap (25m) 2020 Helsingborg
04:31.96	475	Final	2020-05-23	Medaljjakt 200523
04:28.77	492	Final	2021-05-08	Temporärrace 11
04:24.17	518	Final	2021-10-23	DM Sjöbo
04:19.09	549	Final	2021-12-12	Sum-Sim riksfinal 2021
04:14.23	581	Final	2022-03-05	Öresund Meeting 2022
04:13.61	586	Final	2022-05-09	Distanscupen 4 2022
04:10.13	611	Final	2022-10-22	DM/JDM/PARA DM
04:09.27	617	Final	2022-10-02	Speedo Swim Meet 2022
04:09.08	618	Final	2022-11-13	Sum-Sim regionfinal 2022 Ängelholm