

Lilja Jämsä

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 400m Vapaauinti (25) Henkilökohtainen ennätys: 05:11.68 AQUA-pisteet: 428 Päivämäärä:
2009-09-20 Kilpailu: Oulu Cup 2009 - 2010 1

Aika	AQUA	Kierros	Päivämäärä	Kilpailu
05:11.68	428	Finaali	2009-09-20	Oulu Cup 2009 - 2010 1
05:15.22	413	Finaali	2011-10-01	Ruskauinnit 2011
05:25.66	375	Finaali	2010-09-24	Oulucup 1
05:25.66	375	Finaali	2011-09-24	Oulucup 1
05:28.89	364	Finaali	2010-08-31	Oulu Cup 1
05:28.89	364	Finaali	2010-09-26	Oulu Cup 1
05:38.49	334	Finaali	2011-11-05	Jätkänkynttiläuinnot
05:38.71	333	Finaali	2008-11-08	LR IKM 2008 alkukilpailut PS
05:38.90	333	Finaali	2008-10-12	Oulu Cup 1
05:39.49	331	Finaali	2009-01-18	Oulun Uinnit
05:42.41	322	Finaali	2008-09-27	Ruska-Uinnit
06:01.01	275	Finaali	2008-03-15	Hauki-uinnit
06:18.44	239	Finaali	2007-11-07	LR IKM 2007 alkukilpailut PS
07:06.92	166	Finaali	2007-03-17	Hauki-uinnit