

Tiia Puolakka

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 400m Vapaauinti (50) Henkilökohtainen ennätys: 04:31.59 AQUA-pisteet: 676 Päivämäärä:
2016-03-28 Kilpailu: Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2016

Aika	AQUA	Kierros	Päivämäärä	Kilpailu
04:31.59	676	Finaali	2016-03-28	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2016
04:32.29	675	Finaali	2015-04-24	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2015
04:33.06	649	Finaali	2018-06-29	Suomen mestaruuskilpailut 2018
04:34.82	652	Finaali	2016-04-24	Grand Prix 3
04:34.88	652	Finaali	2016-03-27	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2016
04:35.03	657	Finaali	2014-04-24	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2014
04:35.27	653	Finaali	2015-03-23	Grand Prix 3
04:35.34	633	Finaali	2018-06-29	Suomen mestaruuskilpailut 2018
04:35.67	652	Finaali	2015-02-07	Helmi-uinnit
04:36.05	647	Finaali	2015-07-05	Grand Prix Challenge
04:36.09	649	Finaali	2014-03-23	Grand Prix 3
04:36.18	627	Finaali	2017-07-07	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2017
04:36.20	649	Finaali	2014-04-24	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2014
04:36.21	646	Finaali	2015-04-24	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2015
04:36.91	622	Finaali	2017-05-25	Hela-uinnit
04:37.62	617	Finaali	2017-05-13	Grand Prix (50 m)
04:37.70	638	Finaali	2014-03-15	XXVIII Turku Super Games
04:38.07	636	Finaali	2014-03-01	TYR Vantaa Junior Meet 2014
04:38.74	625	Finaali	2016-07-02	Grand Prix Challenge

Aika	AQUA	Kierros	Päivämäärä	Kilpailu
04:39.10	608	Finaali	2017-07-07	Suomen mestaruuskilpailut ja nuorten mestaruuskilpailut 2017
