

Tiia Puolakka

Näytä yksityiskohtaisemmat tiedot ja henkilökohtaiset ennätykset

Laji: 400m Sekainti (25) Henkilökohtainen ennätys: 04:56.24 AQUA-pisteet: 674 Päivämäärä:
2015-11-18 Kilpailu: Suomen lyhyen radan mestaruuskilpailut 2015

Aika	AQUA	Kierros	Päivämäärä	Kilpailu
04:56.24	674	Finaali	2015-11-18	Suomen lyhyen radan mestaruuskilpailut 2015
04:58.14	669	Finaali	2014-11-19	Lyhyen radan SM ja NSM 2014
05:00.78	644	Finaali	2016-06-18	SFI mästerskapen
05:00.83	651	Finaali	2014-11-19	Lyhyen radan SM ja NSM 2014
05:02.90	640	Finaali	2013-12-14	LR IKM loppukilpailut 2013
05:05.10	624	Finaali	2014-10-11	UGP4 - 2014
05:06.21	611	Finaali	2015-11-18	Suomen lyhyen radan mestaruuskilpailut 2015
05:06.85	615	Finaali	2013-11-23	LR IKM 2013 alkukilpailut VS
05:08.86	603	Finaali	2013-11-03	Grand Prix 1
05:12.70	581	Finaali	2012-12-08	LR IKM loppukilpailut 2012
05:12.97	569	Finaali	2017-02-04	SFI mästerskapen
05:14.05	563	Finaali	2016-11-20	Suomen lyhyen radan mestaruuskilpailut 2016
05:20.06	542	Finaali	2012-09-08	Simkampen 2012
05:20.21	541	Finaali	2013-01-27	Nuorten lyhyen radan mestaruus
05:22.14	532	Finaali	2011-12-09	LR IKM 2011 loppukilpailut
05:23.12	527	Finaali	2013-09-14	Simkampen 2013
05:27.49	506	Finaali	2012-11-24	LR IKM 2012 alkukilpailut VS
05:30.43	493	Finaali	2011-10-15	NääsSpeedot
05:31.13	489	Finaali	2011-11-19	LR IKM 2011 alkukilpailut VS
05:33.28	480	Finaali	2011-06-18	Ikäkausimestaruusuinnit, VS