

## Róland Toftum

Vís útgreinaðar upplýsingar og persónlig met

Kapping: 100m Frísvimjing (50) Persóligt met: 00:56.75 AQUA stig: 564 Dagfest: 2021-07-11 Stevna: JM-FM á Langgeil 2021

| Tíð      | AQUA | Umfar  | Dagfest    | Stevna                |
|----------|------|--------|------------|-----------------------|
| 00:58.07 | 527  | Finala | 2022-06-06 | JM-FM á Langgeil 2022 |
| 00:56.75 | 564  | Finala | 2021-07-11 | JM-FM á Langgeil 2021 |