

Roberta PANARA

Nata: Milano, 12/01/1984
Residenza: Cisliano (MI)
Altezza: 174cm Peso: 57kg

Società: DDS
Presidente: Sergio Gambrosier
Tecnico: Remo Sacchi



Primati italiani detenuti

vasca 50m:	50 rana	31.08	2009
vasca 25m:	50 rana	30.66	2008
	4x50 mista	1:47.05	2008

Titoli Italiani Assoluti

Estivi	(50m):	6 - 50 rana 100 rana	2003-2006-2007-2008-2009 2001
Primaverili	(50m):	6 - 50 rana 100 rana	2002-2006-2007-2008-2009 2008
Invernali	(50m):	3 - 50 rana 100 rana	2006*-2008 2006* * in vasca da 50m

Piazzamenti in carriera

EuroJunior 00	2 ^a - 50 rana
Mediterranei 01	3 ^a - 100 rana
Europei 06	5 ^a - 50 rana
Olimpiadi 08	14 ^a - 4x100 mista
Europei Corta 08	3 ^a - 4x50 mista; 5 ^a - 50 rana
Mediterranei 09	1 ^a - 100 rana, 4x100 mista ; 3 ^a - 50 rana
Mondiali 09	semifinali - 50 rana

Progressione vasca 50m

	50 rana	100 rana
2000	33.03	1:12.83
2001	32.26	1:11.00
2002	31.99	1:11.15
2003	32.22	1:11.52
2004	32.97	1:13.63
2005	32.58	1:12.77
2006	32.00	1:12.22
2007	31.77	1:09.60
2008	31.72	1:08.90
2009	31.08 pers	1:08.01 pers

<u>Altri personali vasca 50m:</u>	50 st.libero	26.47	2006
	100 st.libero	56.68	2008
	200 rana	2:35.67	2006

<u>Personali vasca 25m:</u>	50 st.libero	25.73	2008
	100 st.libero	55.38	2008
	200 st.libero	2:02.20	2002
	50 rana	30.69	2008
	100 rana	1:06.89	2008
	200 rana	2:30.46	2006

Primati ottenuti in carriera

(solo gare individuali)

Italiani assoluti in vasca da 50m

50m rana	31.72	Livorno	2 Apr 08
	31.28	Riccione	5 Mar 09
	31.08	Riccione	5 Mar 09
100m rana	1:08.01	Pescara	27 Mag 09

Italiani assoluti in vasca da 25m

50m rana	31.59	Imperia	21 Dic 01
	31.57	Imperia	8 Mar 02
	30.69	Genova	29 Nov 08
	30.66	Rijeka	11 Dic 08 (semifinale)
	30.66 eg	Rijeka	11 Dic 08 (finale)
100m rana	1:06.64	Rijeka	13 Dic 08