

Marcus Holmquist

Se detaljerad information och personbästatider

Gren: 400m Frisim (25) Personbästa: 03:50.42 AQUA-poäng: 781 Datum: 2020-11-11 Tävling: JSS Open 8 2020

Tid	AQUA	Omgång	Datum	Tävling
06:44.83	145	Final	2011-01-29	NUSS Yngre (25m)
06:09.11	191	Final	2011-09-10	KM 3
06:05.89	196	Final	2011-09-24	Jönköpings Simmaraton
05:45.50	233	Final	2011-11-19	SUM-SIM Region 4 2011 (25m)
05:37.32	250	Final	2012-02-05	NUSS Yngre (25m)
05:19.95	294	Final	2012-09-29	Jönköpings Simmaraton
05:17.73	300	Final	2012-10-14	UGP 4
05:15.81	305	Final	2012-11-10	SUM-SIM Region 4 2012 (25m)
05:08.13	329	Final	2012-11-25	Höst Simiaden
05:05.57	337	Final	2013-02-02	NUSS Yngre (25m)
04:58.06	363	Final	2013-04-20	Vårsimiadens Distriktsfinaler
04:57.30	366	Final	2013-05-04	Vårsimiaden Regionsfinal 2013
04:50.75	389	Final	2013-11-09	Sum-Sim Region 4
04:51.10	390	Final	2013-10-07	Intersport Simcup Motala 2013
04:49.34	394	Final	2013-10-27	Östsvenska Mästerskapen/DM/JDM
04:49.34	394	Final	2013-10-27	Östsvenska Mästerskapen/DM/JDM 2013
04:49.12	398	Final	2013-10-13	UGP4
04:47.25	403	Final	2014-01-26	UGP 1
04:42.55	423	Final	2014-01-31	NUSS Äldre (25m) 2014
04:29.81	486	Final	2014-10-12	UGP 4