



4. Schlaubetal-Marathon

Eisenhüttenstadt / 23.10.2010

□□□□

Matthus, Ilona

□□: Frankfurter Ruderclub von 1882 e.V.
 □□: 348

□□: 21.10 km
 Cross-Halbmarathon

□□□□:
 Frauen W50

□□□: 2:23:03

□□: 8.85 km/h
 □□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 115 (of 127)

□□□□□/□: 20 (of 26)

□□□□□□: 1:44:43

□□□□□: 5(of 9)

□□□□□□□: 1:55:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□ 1	10.60	1:09:15	6:31	5	10:47	20	16:10	10.60	1:09:15	6:31	5	10:00	8	3:57
□□□ □□	10.50	1:13:48	7:01	5	17:13	20	22:10	21.10	2:23:03	6:46	5	27:13	20	38:20