



8. Trefffurter Stadtlauf  
Treffurt / 10.09.2011

### Exploitation détaillée

**Zika, Heiko**

Association: Lauffreunde Gotha  
Dossard: 3064

Circuit: 10.60 km  
Geländelauf lang

Catégorie:  
Männer M40

Temps total: 54:56

Vitesse: 10.92 km/h  
Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 107 (de 199)  
Place par parcours/Hommes: 98 (de 160)  
Meilleur temps dans le parcours: 35:07  
Place par catégorie: 21(de 25)  
Meilleur temps dans la catégorie: 40:22