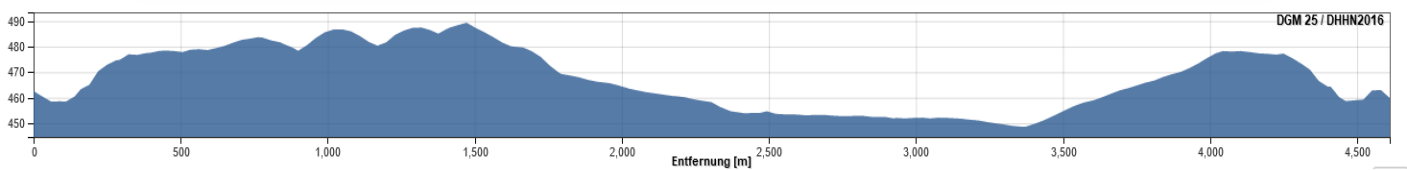
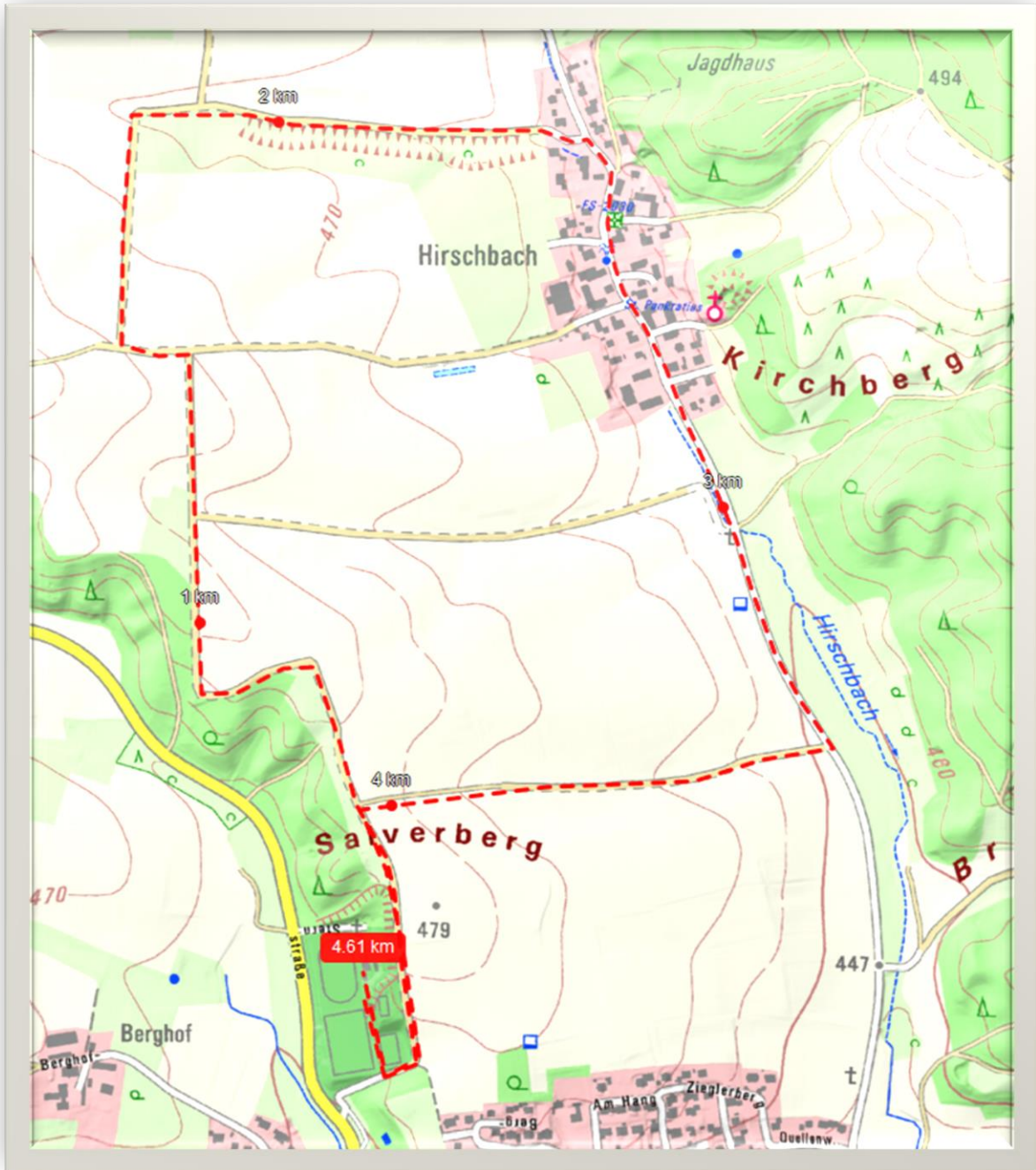


Laufstunden in und um Kirchdorf a.d. Amper

kurze Laufstunden

<u>Strecke:</u>	Hirschbachrunde, kurz Sportplatz- Salverberg - Hirschbach – Salverberg - Sportplatz		
<u>Start:</u>	Sportplatz; aber natürlich frei wählbar		
<u>Charakteristik:</u>	hügelige Strecke, mäßig anspruchsvoll, mit ausreichend Erholungspassagen ca. 35 % Asphalt		
<u>Länge</u>	4,6 Kilometer		
<u>Höhenmeter:</u>	ca. 55 m	<u>Tiefster Pkt:</u> ca. 448 m	<u>Höchster Pkt:</u> ca. 490 m



Kilometer	min/km und min/Laufstunde					
	4,00	4,50	5,00	5,50	6,00	6,50
4,60	18,40	20,70	23,00	25,30	27,60	29,90