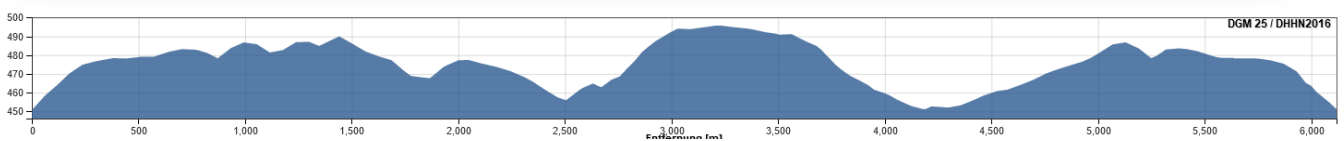
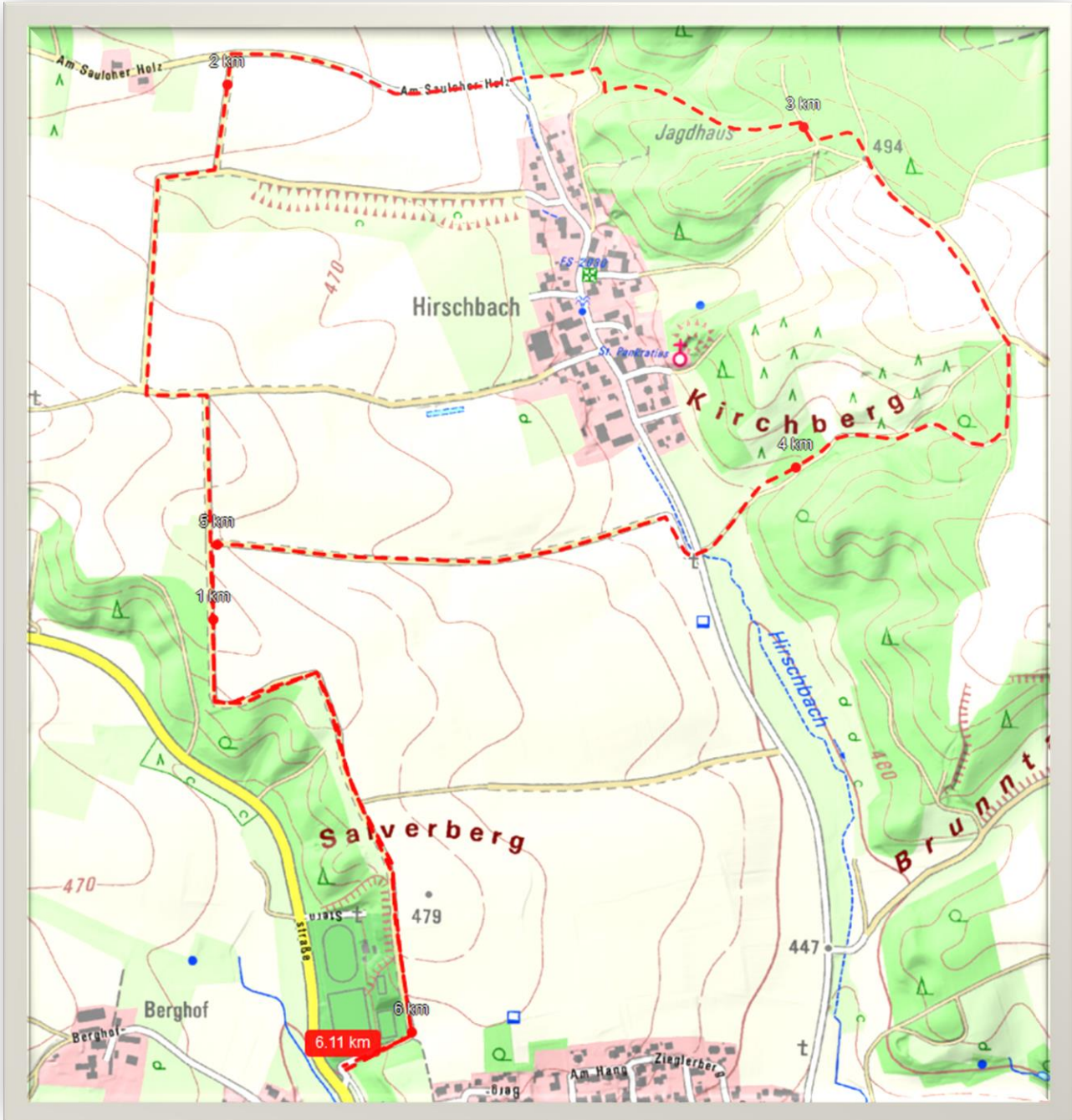


# Laufstunden in und um Kirchdorf a.d. Amper

## kurze Laufstunden

- Strecke:** das Eckfährchen – eine kleine Herausforderung  
Sportplatz – Salverberg-Am Sauloher Holz – Hirschbacher Wald – Kirchberg-Salverberg-Sportplatz
- Start:** Sportplatz; aber natürlich frei wählbar
- Charakteristik:** hügelige Strecke, anspruchsvoll, mit ausreichend Erholungspassagen ohne Asphalt
- Länge** 6,1 Kilometer
- Höhenmeter:** ca. 100 m      **Tiefster Pkt:** ca. 450 m      **Höchster Pkt:** ca. 495 m



Kilometer	min/km und min/Laufstunde						
	4,00	4,50	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
6,10	24,40	27,45	30,50	33,55	36,60	39,65	42,70