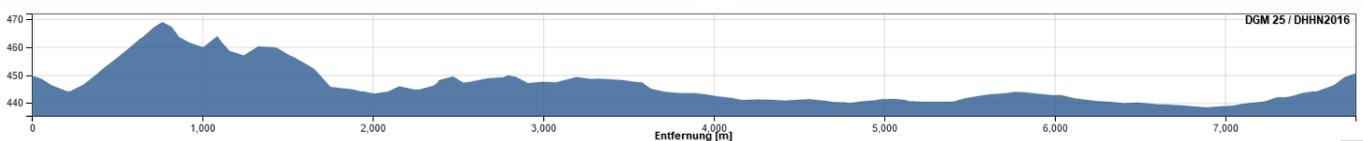
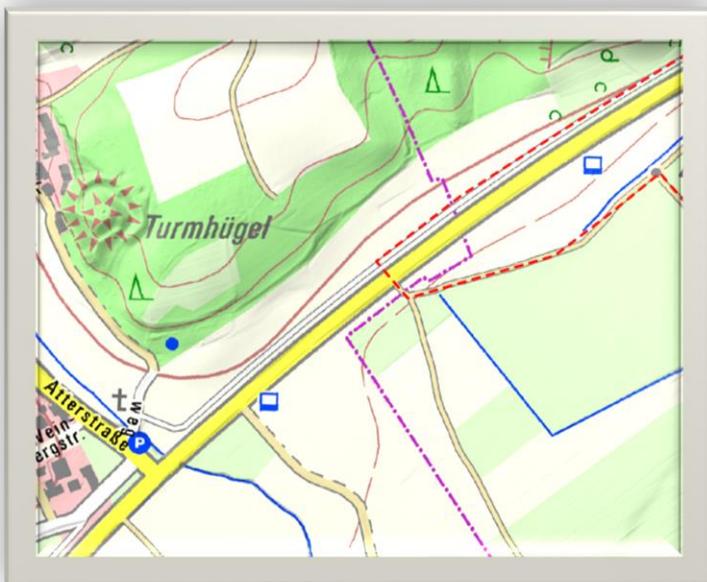
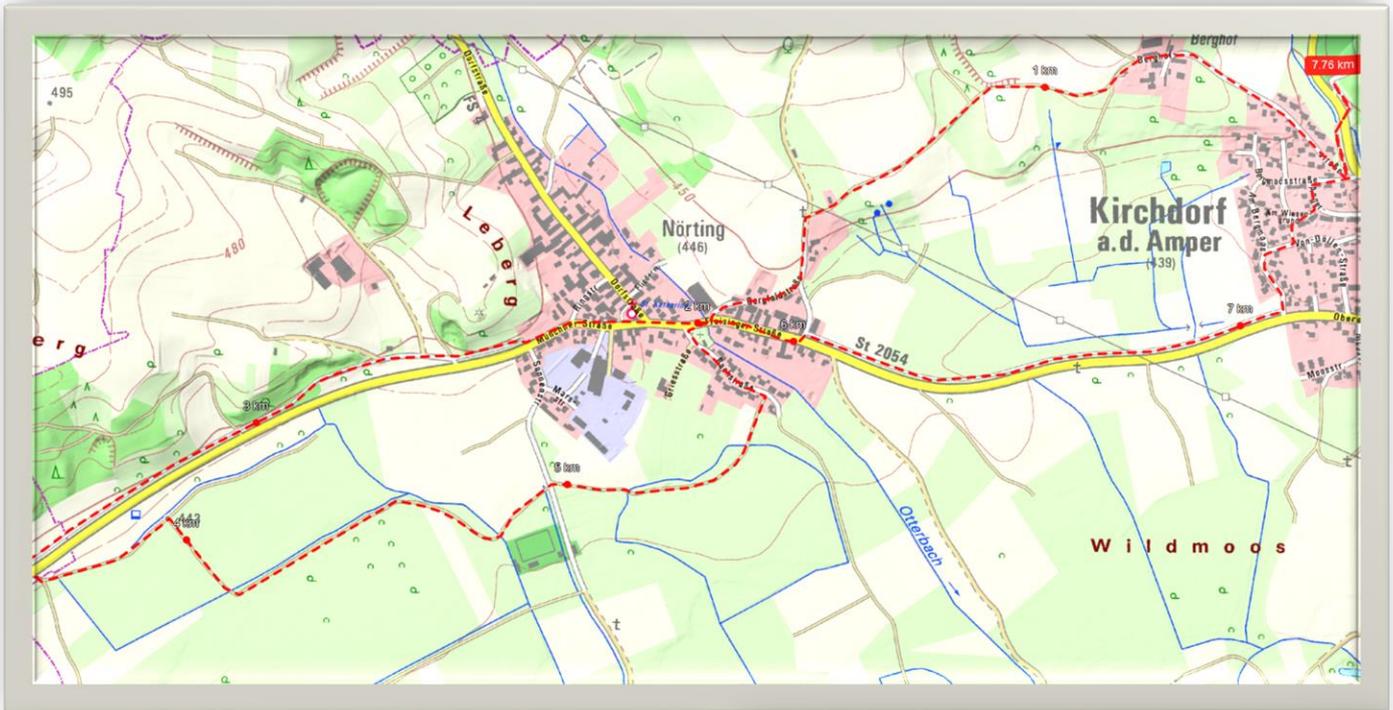


Laufstunden in und um Kirchdorf a.d. Amper

kurze Laufstunden

- Strecke:** die Fliege – weitgehend entpannt laufen
Sportplatz Kirchdorf–Berghof-Nörting-Radweg (bis zum Blumenfeld)–Moos- Sportplatz
Nörting-Bachstraße-Radweg-Kirchdorf
- Start:** Sportplatz; aber natürlich frei wählbar
- Charakteristik:** flache Strecke, anfangs mit einem Anstieg und dann nur noch flach dahin
ca. 50 % Asphalt
- Länge** 7,61 Kilometer
- Höhenmeter:** ca. 40 m **Tiefster Pkt:** ca. 439 m **Höchster Pkt:** ca. 469 m



Kilometer	min/km und min/Laufstunde						
	4,00	4,50	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
7,70	30,80	34,65	38,50	42,35	46,20	50,05	53,90