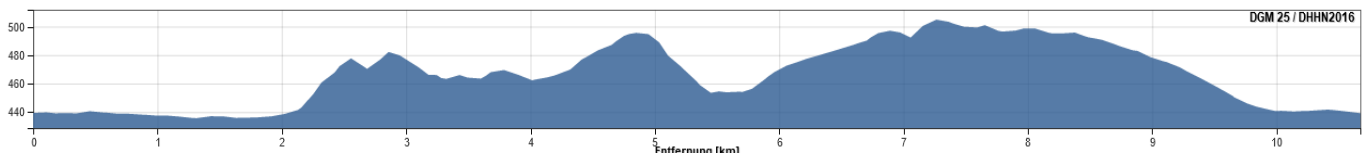
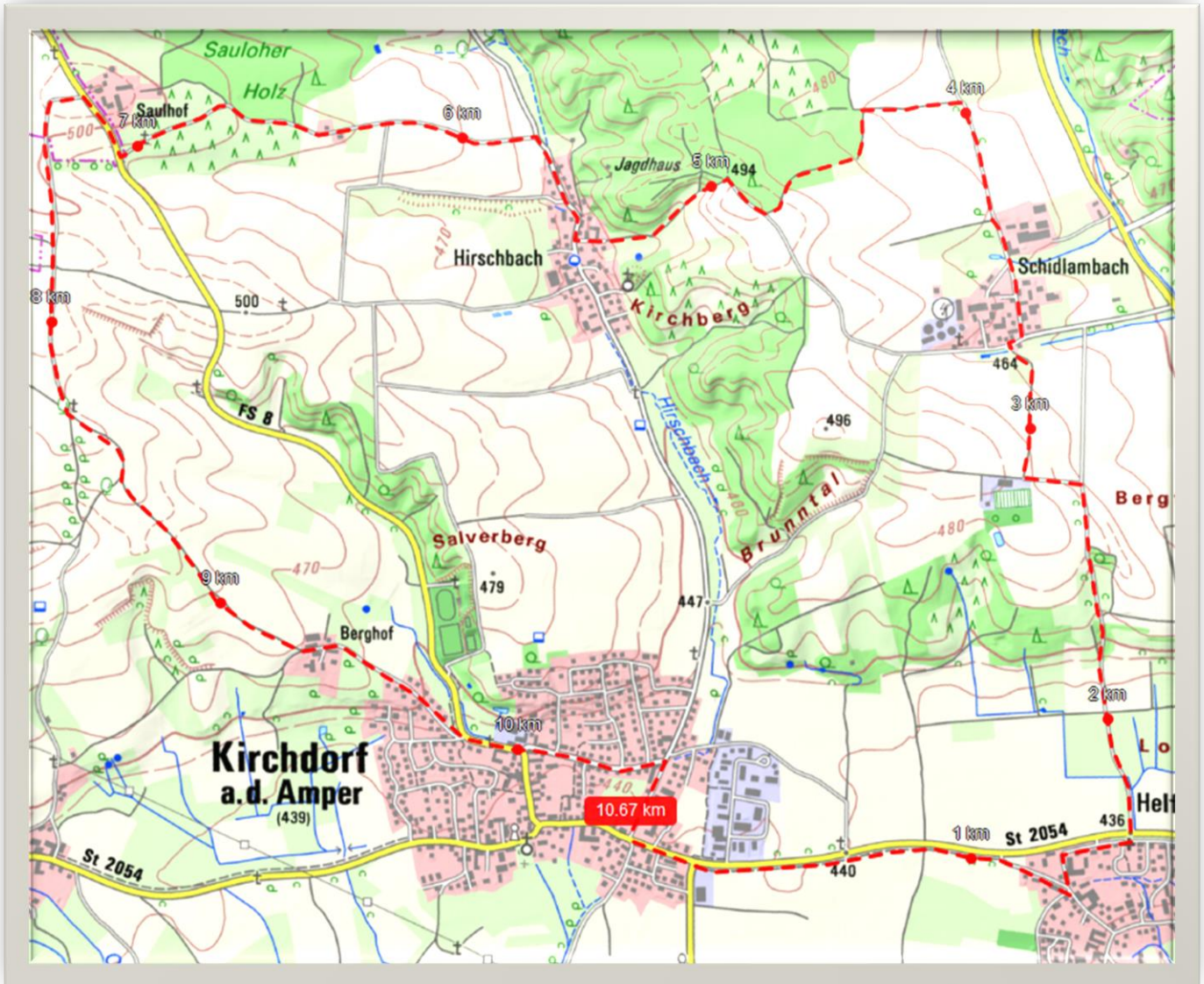


Laufstunden in und um Kirchdorf a.d. Amper

lange Laufstunden

Strecke:	Kirchdorfer Hügellandrunde (Hügelland erleben)		
	Rathausplatz–Helfenbrunn–Schidlambach–Hirschbach–Saulhof–Linde–Berghof–Kirchdorf		
Start:	Rathausplatz; aber natürlich frei wählbar		
Charakteristik:	hügelige Strecke, Schafberganstieg (nördliche Amperleiten bei Helfenbrunn durchaus anspruchsvoll), wenig Schatten und daher etwas für bewölkte und/oder kühle Tage ca. 20 % Asphalt		
Länge	10,7 Kilometer		
Höhenmeter:	ca. 130 m	Tiefster Pkt: ca. 436 m	Höchster Pkt: ca. 505 m



Kilometer	min/km und min/Laufrunde						
	4,00	4,50	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
10,70	42,80	48,15	53,50	58,85	64,20	69,55	74,90