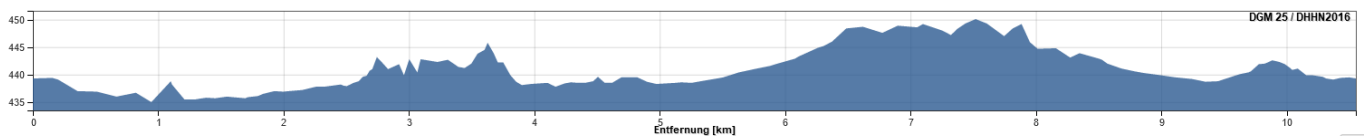
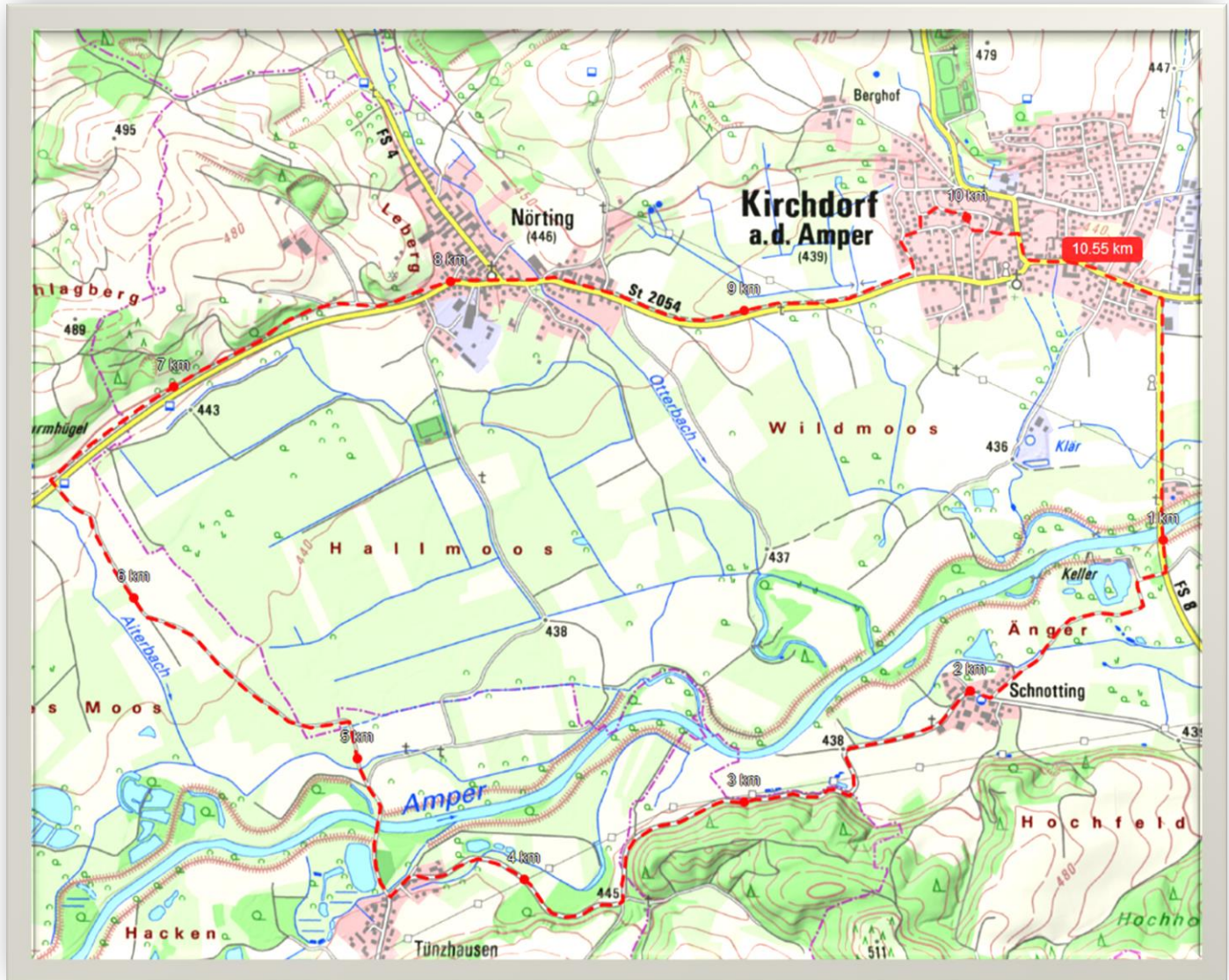


# Laufstunden in und um Kirchdorf a.d. Amper

## lange Laufstunden

<b>Strecke:</b>	Schnotting-Aiterbacher Ampertalrunde Rathausplatz–Amperbrücke–Schnotting–Tünzhausen–Aiterbach–Nörting–Kirchdorf-Zentrum–Rathausplatz		
<b>Start:</b>	Rathausplatz; aber natürlich frei wählbar		
<b>Charakteristik:</b>	flache Strecke, wenig anspruchsvoll ca. 70 % Asphalt		
<b>Länge</b>	10,55 Kilometer		
<b>Höhenmeter:</b>	ca. 30 m	<b>Tiefster Pkt:</b> ca. 435 m	<b>Höchster Pkt:</b> ca. 450 m



Kilometer	min/km und min/Laufstunde						
	4,00	4,50	5,00	5,50	6,00	6,50	7,00
10,55	42,20	47,48	52,75	58,03	63,30	68,58	73,85