



15. BRUNSBERGLAUF in Holm-Seppensen

am Sonntag
6. September



Brunsborglauf bringt Bewegung in die Heide

Motto: „Laufen und Gutes tun!“ / Schöne Laufstrecken durch Wald und Heide

ah. Holm. Seppensen. Laufers freuen sich auf diese Veranstaltung: Am Sonntag, 6. September, wird Holm-Seppensen wieder zum Treffpunkt für Laufbegeisterte aus der gesamten Region.

Ob beim Mitlaufen auf den 129 Meter hohen Brunsberg oder beim Anfeuern im „kleinen Stadion an der Mühlschule“ – der sportliche Höhepunkt des Spätsommers verspricht ein Erlebnis für Groß und Klein. Der Lauf hat sich längst als fester Termin im regionalen Veranstaltungskalender etabliert. Im Mittelpunkt steht dabei nicht allein die sportliche Leistung, sondern vor allem das gemeinsame Erlebnis.

Das Organisationsteam freut sich über viele Anmeldungen und ist optimistisch, dass die Marke von 1.000 Anmeldungen erneut deutlich übertroffen wird. Wer sich noch nicht angemeldet hat, kann dies noch am Lauftag direkt vor Ort tun. Damit bleiben die Türen für spontane Starterinnen und Starter bis zuletzt geöffnet.

Auf abwechslungsreichen Strecken unterwegs

Die Teilnehmer können zwischen verschiedenen Distanzen wählen. Für die jüngsten Sportler stehen Kinderläufe mit Streckenlängen zwischen 300 Metern und 2,5 Kilometern auf dem Programm (ab 9.30 Uhr). Bei den Erwachsenen reicht das Angebot vom Fünf-Kilometer-Lauf am Mühleiteich bis zu den 11,7- und 21,1-Kilometer-Strecken, die über den Brunsberg führen (ab 11.40 Uhr). Die Routen gehen durch abwechslungsreiche Landschaften mit Heideflächen, schattigen Waldpassagen und bekannten Highlights wie Brunsberg, Höllenschlucht, Mühleiteich und Zwergentunnel – eine reizvolle Mischung, die den Brunsberglauf auszeichnet.

Der Anstieg auf den Brunsberg mit der Bergwertung bleibt die Besonderheit des Laufs.

Pokale, Medaillen, Bergtrikot und ein tolles Rahmenprogramm

Im Zielbereich wartet anschließend die Belohnung für die sportlichen Leistungen: Die Schnellsten werden mit Pokalen geehrt, die Siegerin und der Sieger der



Am Start warten die Läufer erwartungsvoll auf den Beginn der verschiedenen Laufstrecken. Hier erfolgt der Lauf der Kinder. Fotos: Verein

Bergwertung auf dem Brunsberg dürfen das traditionsreiche Bergtrikot überstreifen, und für alle Kinder gibt es Medaillen sowie Urkunden. Außerdem werden die besten Teams im Teamcup über fünf und 11,7 Kilometer ausgezeichnet.

Auch in diesem Jahr gibt es wieder ein buntes Rahmenprogramm mit z.B. Cafeteria, Tombola, Laufshirts für Kinder und einem Zelt u.a. mit Kindersminken für die Kids, das von der Kita Am Schoolsohl organisiert wird.

Gemeinsam für die Region

Der Brunsberglauf steht nicht nur für sportliche Herausforderungen, sondern auch für Gemeinschaft und soziales Engagement. Zahlreiche Sponsoren aus der Region und ehrenamtliche Helferinnen und Helfer tragen dazu bei, dass die Veranstaltung in dieser Form stattfinden kann. Mit ihrem Einsatz schaffen sie die Voraussetzungen für einen Sporttag, der Menschen, Schulen, Kitas und Unternehmen miteinander verbindet. Das Organisationsteam bedankt sich deshalb bei allen Unterstützern, die den Brunsberglauf möglich machen. Auch 2026 soll der Gewinn der Veranstaltung wieder gemeinnützigen Projekten und Organisationen in der Region zugutekommen. Im letzten Jahr konnten bereits die Kitas Am Schoolsohl und Montessori Lernwelt, der SV Holm-Seppensen, die DLRG und der Geschichts- und Museumsverein mit insgesamt 10.000 Euro unterstützt werden. Damit bleibt das Motto des Brunsberglaufs auch am 6. September: Laufen und Gutes tun!

Parken und Straßensperrung

Sperrungen für den Brunsberglauf:

Strecken des 15. Brunsberglaufes tangieren verschiedene Straßen in Holm-Seppensen. Deshalb werden Jungfernstieg und Weg zum Badeteich für den gesamten Veranstaltungszeitraum von 9 bis 16 Uhr vollständig gesperrt. In zahlreichen weiteren Straßen Holm-Seppensens – unter anderem Eidigweg, Vesperweg, Van-der-Smissen-Weg, Tiedemannsweg, Niedersachsenweg, Holmer Weg und Lohbergenweg – wird es wegen des Sportereignisses zu Behinderungen durch die Läuferinnen und Läufer kommen.

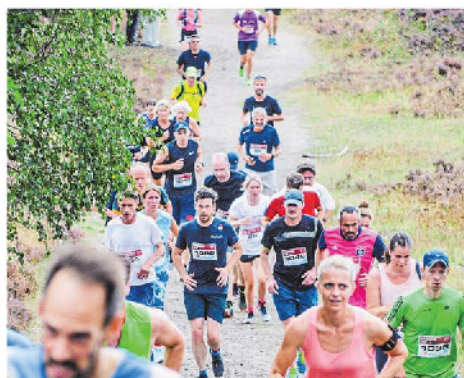
Hier kann geparkt werden
Parkmöglichkeiten gibt es z.B. bei den Supermärkten Rewe, Penny und in den Nebenstraßen. Es wird aber empfohlen, auch die öffentlichen Verkehrsmittel oder das Fahrrad für die Anreise zu nutzen.



Wo sonst die Heidschnucken die Vegetation kurz halten, führen die Laufstrecken entlang



Die Laufstrecken sind anspruchsvoll – die Anstiege müssen mit Bedacht absolviert werden



Jede Läuferin und jeder Läufer muss die Kräfte gut einteilen bei den diversen Strecken

Fleischerei & Bistro HARMs
Mit gutem Gewissen genießen!
Allen Läufern und Zuschauern wünschen wir viel Spaß!
Lohbergenweg 5 • 21244 Buchholz • Holm-Seppensen • Telefon 0 41 87 / 69 37

REWE Bonus
Mit dem REWE Abholservice Zeit sparen und jetzt auch Euros
Buchholzer Landstraße 66
21244 Buchholz/Holm-Seppensen
Für dich geöffnet:
Montag – Samstag von 7 bis 22 Uhr

Ihr Team der Mühlen-Apotheke wünscht allen viel Spaß auf und neben der Rennstrecke!
Mühlen-Apotheke
Apotheker B. Deisting
Niedersachsenweg 2 • 21244 Holm-Seppensen
Telefon 0 41 87 / 3 14 70 • Telefax 0 41 87 / 3 14 71 9

Wir wünschen allen Teilnehmern einen erfolgreichen Brunsberglauf und begrüßen die Läufer an unserer Massagestation im Stadion!
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE ANN-CHRISTIN HENN
Buchholzer Landstr. 62
21244 Buchholz
Tel: 0 41 87 - 600 258
Web: www.physio-henn.de

MEISTERWERK
Niedersachsenweg 3-5
21244 Holm-Seppensen
Tel.: 04187 / 908 980 9
Mobil: 0173 / 627 65 14
E-Mail: info@brillenmeisterwerk.com
Di-Fr. 9-18 Uhr • Sa. 9-13 Uhr
@brillenmeisterwerk
@brillenmeisterwerk
Meisterwerk

Wir wünschen allen Läufern eine gute Kondition sowie viel Spaß und Erfolg!
Der familienfreundliche Fahrradladen in Holm-Seppensen
FAHRRAD SCHLOSS
Buchholzer Landstr. 62 • Tel. 0 41 87 / 60 99 21
Öffnungszeiten: Di.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. 10-14 Uhr

buchholz STADTWERKE
Wer fördert das Laufen?
Zum 15. Brunsberglauf wünschen wir allen Teilnehmern viel Spaß und gute Kondition.
www.buchholz-stadtwerke.de
Wir sind's!