

14. BRUNSBERGLAUF

in Holm-Seppensen

am Sonntag
7. September 2025



OPTIKER meins
 hören & sehen

Allen Läufern
viel Spaß und Erfolg!

Mo. - Fr. 9**bis 18**u. Sa. 9**bis 13**

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 / 31470 · Telefax 0 41 87 / 314719

REWE
Familie Geter
DEIN MARKT

REWE Vitali Geter oHG
Buchholzer Landstr. 66
21244 Buchholz/Holm-Seppensen
0 41 87 / 69 56

REWE.DE

Wir wünschen allen Teilnehmern und Besuchern viel Spaß!

Für Sie geöffnet: Mo.-Sa. von 7 bis 22 Uhr

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

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Ich wünsche allen Teilnehmern einen erfolgreichen Lauf und den Besuchern viel Spaß!

Gerlinde Schröder
Mediaberaterin
Tel.: 04181/2003-33
E-Mail: gerlinde.schroeder@kreiszeitung.net

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

Mit gutem Gewissen genießen!
Allen Läufern und Zuschauern wünschen wir viel Spaß!

HARMS
Fleischerei & Bistro
Lohbergweg 5 · 21244 Buchholz · Holm-Seppensen · Telefon 0 41 87 / 69 37

Feiern im Schafstall!

DER SCHAFSTALL
GENUSS & KULTUR
Für Firmen, Hochzeiten, Taufen, Trauerei
DER SCHAFSTALL
Cafe & Restaurant
Am Büsenbach 35 | 21256 Würme

Laufbegeisterte erobern den Brunsberg

Motto „Laufen und Gutes tun!“: Halbmarathon, Kinderläufe und Teamcup durch Wald und Heide

nw/tw. Holm-Seppensen. Am Sonntag, 7. September, verwandelt sich Holm-Seppensen wieder in ein Mekka für Laufsportfreunde. Ob beim Mitlaufen auf den 129 Meter hohen Brunsberg oder beim Anfeuern im „kleinen“ Stadion an der Mühlenschule – das sportliche Highlight des Spätsommers verspricht ein Erlebnis für Groß und Klein. Das Organisationsteam freut sich über viele Anmeldungen und ist sich sicher, dass die Marke von 1.000 Anmeldungen erneut geknackt wird. Wer sich noch nicht registriert hat, kann dies im Vorfeld online (www.brunsberglauf.de) oder sogar am Lauftag selbst direkt vor Ort. Damit bleiben die Türen für spontane Starterinnen und Starter bis zuletzt geöffnet.

Vielfältige Strecken durch Wald und Heide

Insgesamt stehen sieben Wettkämpfe auf dem Programm. Schon ab 9.30 Uhr starten die jüngsten Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei vier Kinderläufen mit Distanzen zwischen 300 Metern und 2,5 Kilometern. Ab 11.40 Uhr folgen die drei Hauptstrecken für Erwachsene: ein Fünf-Kilometer-Lauf, die 11,7-Kilometer-Strecke und der Halbmarathon über 21,1 Kilometer. Die Routen führen durch die abwechslungsreiche Landschaft mit Heideflächen, schattigen Waldpassagen und bekannten Highlights wie Brunsberg, Höllerschlucht, Mühlenteich und Zwergentunnel – eine reizvolle Mischung, die den Brunsberglauf auszeichnet.

Für Motivation im Zielbereich ist ebenfalls gesorgt: Die schnellsten



Die Strecke führt durch Wald und Heide – der Anstieg auf den Brunsberg ist einer der Höhepunkte
Fotos: Brunsberglauf e.V.



Damen und Herren werden mit Pokalen geehrt, die Siegerin und der Sieger der 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 die Möglichkeit, Laufshirts für Kinder direkt am Veranstaltungstag zu erwerben – ein schönes Andenken an den besonderen Tag.

Starke Beteiligung von Schulen und Kitas

Die Zahl der angemeldeten Schulen und Kitas ist dieses Jahr wieder bemerkenswert. Eine starke Beteiligung zeichnet sich bei den Grundschulen Mühlenschule, Handeloh, Steinbeck, Wiesenschule und Sprötsche/Trelde ab. Aber auch von der Waldschule, der Heideschule, der IGS Buchholz, der Christlichen Schule Nordheide, dem Gymnasium und der Realschule Am Kattenberge, der BBS Buchholz und dem AEG werden

wieder viele Teilnehmer erwartet. Besonders erfreulich ist die Beteiligung der Kita am Schoolsolt und der Montessori-Lernwelt, die wieder mit sehr großen Teams für Kleinsten starten.

Die gleiche Begeisterung für das Event zeigen immer noch alte und neue Sponsoren sowie die zahlreichen Helfer des Brunsberglaufs. Das Orga-Team spricht die zahlreichen Sponsoren aus der Region und den ehrenamtlichen Helfern vor Ort ein großes Dankeschön aus. Durch ihre tatkräftige und großzügige Unterstützung soll der Lauf wieder ein tolles Event werden, bei dem der Sport auch die Menschen, Schulen, Kitas und Unternehmen verbindet.

Es ist wieder geplant, den Gewinn aus der Veranstaltung an gemeinnützige Projekte und Organisationen in der Region zu spenden. Im letzten Jahr konnten so die Mühlenschule, das AEG, der Montessori Kindergarten und der SV Holm-Seppensen mit insgesamt 10.000 Euro unterstützt werden. Daher das Motto des Laufs: Laufen und Gutes tun!



Typisch für die Region: Die Läuferinnen und Läufer passieren auch die blühende Heide mit Heidschnucken

Sperrungen für den Brunsberglauf

Strecken des 14. Brunsberglaufs tangieren verschiedene Straßen in Holm-Seppensen. Deshalb werden Jungfernsteig, Weg zum Badeteich, Zum Mühlenteich sowie Seppenser Mühle bis zur Abzweigung „An der Mühle“ für den gesamten Veranstaltungszzeitraum von 9 bis 16 Uhr vollständig gesperrt. In zahlreichen weiteren Straßen Holm-Seppensens – unter anderem

Vesperweg, Niedersachsenweg und Lohbergweg wird es wegen des Sportereignisses zu Behinderungen durch die Läuferinnen und Läufer kommen. Umleitungen sind ausgeschieden. Auch der Buchholz Bus wird umgeleitet. Parkmöglichkeiten gibt es z. B. bei den Supermärkten Rewe und Penny. Es wird aber empfohlen, auch die öffentlichen Verkehrsmittel zu nutzen.