

# 23. EVERSTENER BRUNNENLAUF OLDENBURG · 25. MAI 2025



ab 10.00 Uhr:

- Schülerläufe 2000/2400 m
- 19. **ise** Firmenlauf mit Schnupperlauf und Schulwertung – 6300 m
- Volkslauf – 10 km

mit **ROCK AM BRUNNEN** und  
**VERKAUFSOFFENEM SONNTAG** der  
Werbegemeinschaft Hauptstraße

**bruns**  
MÄNNERMODE SEIT 1896

**Sparda-Bank**

**VIEROL**

**aktiv**  
**irma**

**EWE**



Stell Dir vor:

**FÜR DICH**

und Dein Leben!

**Sparda-Bank West eG**  
Peterstraße 45, 26121 Oldenburg  
Telefon: 0211 23 93 23 93  
[sparda-west.de/deinebank](https://sparda-west.de/deinebank)

**Sparda-Bank**

## ***Grußwort des Schirmherrn***

---

***Liebe Läuferinnen und Läufer,  
liebe Fans des „Everstener Brunnenlaufs“,***

ich freue mich sehr, auch in diesem Jahr Schirmherr des „Everstener Brunnenlaufs“ sein zu dürfen. Die beliebte und traditionsreiche Veranstaltung ist ein Volkslauf im besten Sinne: Läuferinnen und Läufer jeden Alters finden eine Strecke in für sie passender Länge, und wer nicht selbst sportlich aktiv sein will, fiebert und feiert am Streckenrand mit.

Die wunderschöne Naturkulisse der Laufstrecke im Eversten Holz trägt das Ihre zum besonderen Flair des Laufevents bei. Solo oder im Team sind Jahr für Jahr etwa 3.000 Laufbegeisterte unterwegs und genießen die lautstarke Unterstützung des Publikums: Annähernd 15.000 Menschen säumen stets den Streckenverlauf und sorgen für eine unvergleichliche Atmosphäre!

Der „Everstener Brunnenlauf“ ist ein mitreißendes Fest, das mit Fairness, Teamgeist sowie traditionellen, humorvoll ausgetragenen Rivalitäten gefeiert wird. Kreativ gestaltete Trikots sowie die Freude an sportlichen Herausforderungen prägen den Brunnenlauf, der von einem fröhlichen Straßenfest mit Musik und Kulinarik auf perfekte Weise abgerundet wird.

Das beliebte Event verdanken wir der engagierten Laufsport-Community Oldenburgs. Insbesondere dem Förderverein Brunnenlauf e.V. gebühren Respekt und Dank für den ehrenamtlichen und doch hochprofessionellen Kraftakt: Mit der Vorbereitung, Organisation und Durchführung des „Everstener Brunnenlaufs“ zeigt der Verein Jahr für Jahr ein vorbildliches gesellschaftliches Engagement. Herzlichen Dank dafür!



Als Schirmherr des „Everstener Brunnenlaufs“ ist es mir eine große Freude, gemeinsam mit vielen Angehörigen der Universität Jahr für Jahr beim Brunnenlauf Teamgeist zeigen zu dürfen. Ich wünsche allen Beteiligten eine sportlich und gemeinschaftlich gelungene Veranstaltung, viel Vergnügen auf und abseits der Strecke und ein unvergessliches Erlebnis!

Mit herzlichen Grüßen

***Prof. Dr. Ralph Bruder***

Präsident der  
Carl von Ossietzky Universität Oldenburg



Wie langsam du auch läufst,  
du schlägst alle, die zu Hause bleiben!

[www.hankens-apotheken.de](http://www.hankens-apotheken.de)



# Apotheken

AM JULIUS-MOSEN-PLATZ · AM PIUS HOSPITAL  
AM ALTEN POSTWEG · AM MELKBRINK · AM BAHNHOF SANDKRUG

## ***Grußwort des Oberbürgermeisters der Stadt Oldenburg***

---

***Liebe Läuferinnen und Läufer,  
liebe Sportbegeisterte,***

der Oldenburger Brunnenlauf 2024 hat uns einmal mehr gezeigt, wie vielseitig und mitreißend Sport in unserer Stadt sein kann. Mit über 3.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern war der Tag ein voller Erfolg. Als zweitgrößte Laufveranstaltung nach dem Oldenburg Marathon wird der Brunnenlauf auch 2025 wieder viele Sportlerinnen und Sportler aus Stadt und Region anziehen.

Mir gefällt vor allem die Vielfalt der Strecken: Hier ist für alle Altersgruppen und jedes Leistungsniveau etwas dabei. Zum Beispiel der Firmen- und Schnupperlauf über 6,3 Kilometer sowie der 10-Kilometer-Volkslauf, der sportlich ambitionierte Läuferinnen und Läufer herausfordert.

Ganz besonders möchte ich aber auf den Kinder- und Schülerlauf über 2 und 2,4 Kilometer hinweisen. Er ist eine wunderbare Gelegenheit, Kinder für Sport und Bewegung zu begeistern und ihnen das großartige Gefühl zu vermitteln, etwas geschafft zu haben. Ich kann Eltern und Schulen nur ans Herz legen: Machen Sie mit, motivieren Sie Ihre Kinder, diese ersten Schritte in die Welt des Laufsports zu wagen. Die leuchtenden Augen und der Stolz im Ziel sind unbezahlbar – und wer weiß, vielleicht wird damit der Grundstein für eine lebenslange Begeisterung gelegt.

Ein großes Dankeschön gilt den vielen Engagierten, ohne die der Brunnenlauf nicht



möglich wäre: dem Lauftreff TuS Eversten und dem Förderverein Brunnenlauf, den zahlreichen Helferinnen und Helfern sowie den Sponsoren. Sie alle tragen maßgeblich dazu bei, dass der Brunnenlauf weit mehr als ein sportliches Ereignis ist – nämlich ein echtes Gemeinschaftserlebnis!

Allen Sportlerinnen und Sportlern wünsche ich viel Erfolg, Spaß und Durchhaltevermögen beim 23. Oldenburger Brunnenlauf.

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Jürgen Krogmann'. The signature is stylized and fluid.

***Jürgen Krogmann***

Oberbürgermeister

Wer wir sind und was wir tun ...

## **Prävention. Rehabilitation. Entschädigung. Mit allen geeigneten Mitteln.**

Das ist unser gesetzlicher Auftrag (SGB VII) und die Motivation unseres Handelns.

- Seit über 85 Jahren.
- Als Träger der gesetzlichen Unfallversicherung im nordwestlichen Niedersachsen, dem „alten Oldenburger Land“.
- Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in puncto Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit und im Bildungsbereich für Städte, Kommunen, Landkreise und ihre Betriebe bzw. Einrichtungen.
- Zuständig für ca. 80.000 Beschäftigte (Allgemeine Unfallversicherung) und ca. 160.000 Kinder in kommunaler Tagespflege, Kita und Schule (Schülerunfallversicherung).

PS: ... und übrigens auch laufbegeisterter, attraktiver Arbeitgeber!

*Guten*

**LAUF!**



[www.guv-oldenburg.de](http://www.guv-oldenburg.de)

## **Grußwort des Veranstalters**

---

**Liebe Lauffreund\*innen,**

wenn wir beide den Tag des 23. Brunnenlaufs so entspannt angehen können wie im letzten Jahr, dann haben wir hoffentlich wieder vieles richtig gemacht. Dann hat die Vorbereitung durch das 25-köpfige Organisationsteam, welches sich bereits im November zur ersten Abstimmung und Verteilung der anstehenden Aufgaben getroffen hat, funktioniert. Dann haben auch die Suche nach helfenden Händen, immerhin agieren beim Brunnenlauf etwa 80 freiwillige Helfer, und die Aufbauarbeiten geklappt. Am Marktplatz, in der Wienstraße und im Eversten Holz sind die Absperrgitter verteilt und aufgebaut, um den Läufern ihren Weg durch die Zuschauerreihen zu ermöglichen. Die Werbebanner der treuen und der neu hinzugekommenen Sponsoren sind aufgehängt. Für den Durst der Läufer sind die Verpflegungsstationen entlang der Strecke und im Zielbereich eingerichtet und besetzt. Die Festhalle ist für die Zusammenkunft der Läufer nach der Anstrengung und für die Siegerehrung vorbereitet, der Platz vor der Halle bietet Steh- und Sitzmöglichkeiten für die Zuhörer des beliebten „Rock am Brunnen“-Musikfests.

Ohne all die Helfer bei der Vorbereitung und Durchführung des Brunnenlaufs und ohne die zahlreichen kleinen und großen Sponsoren wäre dieses Event nicht machbar. Daher ein großes Dankeschön auch in diesem Jahr wieder an alle, die den Brunnenlauf zu einem unvergesslichen Tag für alle Läufer\*innen machen.



Und natürlich auch ein Dank an euch, die ihr den Brunnenlauf aktiv durch die Teilnahme an den Läufen mit Leben ausfüllt. Beginnen werden wir am Vormittag wieder mit den Schülerläufen, dem Herzstück der Veranstaltung. All die jungen Menschen bringen so viel Freude mit sich, das macht uns am meisten Spaß beim Zuschauen. Anschließend startet der beliebte Firmen- und Schnupperlauf auf der 6,3 km Strecke. Und den Abschluss bildet wie immer der Volkslauf über die exakt vermessene 10 km Distanz.

Mit sportlichen Grüßen

**Agnes Reiher**  
(Lauffreund TuS Eversten) und

**Frank Lehnhof**  
(Förderverein Brunnenlauf /  
TuS Eversten e.V.)

**Krombacher**

ALKOHOLFREI

**0,0%**

**SCHMECKT**

**GRENZENLOS**

**ERFRISCHEND.**

Natürlich. Isotonisch. Alkoholfrei.



## Ausschreibung



**Veranstalter:** Förderverein Brunnenlauf/  
TuS Eversten e.V.

**Start und Ziel:** Everstener Brunnen  
(Wienstraße/Marktplatz)

### **Strecke und Vermessung:**

Die Laufstrecken führen durch das schöne, über 700 Jahre alte Eversten Holz über gut zu belaufende, flache Waldwege.

**Die 10 km Strecke wurde mit dem Jones Counter vermessen und stimmt exakt!**

### **Duschen, Anmeldung und Startnummernausgabe:**

Everstener Sporthalle, Feststraße

### **Allgemeine Hinweise/ Teilnahmebedingungen/Haftung:**

Die ausgewiesenen Wege dürfen während der Wettkämpfe nicht verlassen werden. Abkürzen über Rasenflächen führt zur Disqualifikation. Der Volkslauf ist vom NLV genehmigt. Veranstaltungs-Nr.: 25V09000660860000.

Er wird nach den Bestimmungen NLV/DLV verfahren. Die Startnummer ist vor der Brust zu tragen. Der/Die Teilnehmer/in ist damit einverstanden, dass die in der Anmeldung genannten Daten, die von ihm/ihr gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews in Rundfunk, Ergebnislisten, Werbung, Büchern, fotomechanischen Vielfältigungen ohne Vergütungsanspruch genutzt und weitergegeben werden dürfen. Bei Nichtantreten, Ausfall der Sportveranstaltung oder Unterbrechung durch

höhere Gewalt entsteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Organisationsgebühr. Für Schadensfälle jeder Art übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

### **Teilnehmerbegrenzung, Anmeldung und Zeitmessung:**

Pro Lauf werden 600 Teilnehmer/innen (im Ziel) zugelassen. Beim Firmenlauf werden 900 Teilnehmer/innen (im Ziel) zugelassen. Die Zeitnahme übernimmt die Firma Race-Result. Die Zeitnahme erfolgt elektronisch über einen Startnummern-Chip. Alle, die sich bis zum 25.04.2025 anmelden, bekommen eine Startnummer mit ihrem Vornamen. Die Startnummer ist nach dem Lauf in der Sporthalle Feststraße wieder abzugeben.

### **Startnummernausgabe:**

Ausgabe am Sonnabend von 15 bis 18 Uhr und am Sonntag ab 8 Uhr bis eine Stunde vor dem jeweiligen Lauf in der Sporthalle Eversten an der Feststraße. Die Startnummer ist gut sichtbar an der Brust zu tragen.

### **Nachmeldungen:**

Möglich bis Samstag, 24. Mai 2025, von 15 bis 18 Uhr in der Sporthalle Feststraße, aber nur, wenn die Läufe bis dahin nicht ausgebucht sind. Bitte die Hinweise in der Tagespresse bzw. im Internet beachten.

zur Webseite



23. Everstener Brunnenlauf 25.05.2025



zur Anmeldung



# JABBUSCHSIEKMANN & WASILJEFF



Patentanwälte - European Patent Attorneys  
European Trademark and Design Attorneys



- Schutz geistigen Eigentums
- Patente und Gebrauchsmuster
- Arbeitnehmererfinderrecht
- Lizenzverträge
- Domainrecht
- Marken
- Softwarepatente
- Designs

**Auszubildende (m/w/d) zum  
1. August 2025 gesucht.**

Hauptstraße 85  
26131 Oldenburg

Tel. 0441 25407  
Fax 0441 15780

oldenburg@jabbusch.de  
www.jabbusch.de

## Meldegelder/Meldewesen/Zeitplan

	Startzeit	Wettbewerbe	Länge	Startgeld
Lauf 1	10:00 Uhr	1. bis 2. Schulklasse (eine Runde)	2000 m	5,00 Euro
Lauf 2	10:45 Uhr	3. bis 4. Schulklasse (eine Runde)	2400 m	5,00 Euro
Lauf 3	11:30 Uhr	5. bis 8. Schulklasse (eine Runde)	2400 m	5,00 Euro
Lauf 4	12:30 Uhr	 Firmenlauf und Schnupperlauf (4 Läufer ein Team) (jeweils 2 Runden pro Teilnehmer/in) Startgeld ab dem 24.04.2025	6300 m	14,00 Euro  16,00 Euro
Lauf 5	14:30 Uhr	Volkslauf (drei Runden + 400 m) Startgeld ab dem 24.04.2025	10 km	14,00 Euro 16,00 Euro

### **Anmeldung:**

Die Anmeldung ist über das Internet: [www.brunnenlauf.de](http://www.brunnenlauf.de) mit Einwilligung zur Lastschrift möglich. Die Startnummer gibt es in der Sporthalle Feststraße.  
Bei der Anmeldung unterstützt uns die Firma RaceResult.  
**Online-Anmeldeschluss 20.05.2025**

### **Sammelanmeldung im Internet:**

Bei Sammelanmeldungen ist es möglich, die ganze Gruppe zu erfassen und in einer Zahlung zu begleichen.

### **Nachmeldegebühr:**

Nachmeldungen sind nur am Samstag in der Sporthalle Feststraße von 15 bis 18 Uhr möglich.  
Es wird jedoch eine Nachmeldegebühr von 5,00 Euro erhoben.

Bitte meldet Euch vorher an, da viele Nachmeldungen die Organisation der Veranstaltung erheblich erschweren. Wenn 600 Teilnehmer (im Ziel) pro Lauf und beim Firmen- und Schnupperlauf 900 Teilnehmer (im Ziel) erreicht sind, werden keine Nachmeldungen mehr entgegengenommen.

### **Rückzahlung oder Einzug der Startgebühr:**

Bei Nichtteilnahme **wegen Krankheit** wird das Startgeld bis zum 24.04.2025 zurücküberwiesen.

### **Organisationsteam:**

Lauftreff TuS Eversten und Förderverein Brunnenlauf/TuS Eversten e.V.



*ob steil oder flach, wir sind vom Fach!*

## Dachdeckerarbeiten aller Art

Steildach, Flachdach, Klempnerarbeiten, Wärmedämmung  
Reparaturen, Dachfenster, Balkonsanierung



**Telefon 0441 - 570 666 38**

**VELUX®**

**[www.munoz-dachdecker.de](http://www.munoz-dachdecker.de)**

**#ACTIVESUIT**



**bruns**  
MÄNNERMODE SEIT 1896

**MÄNNERMODE**  
Immer gut angezogen!

Foto: Diget

### **Siegerehrungen:**

finden im Anschluss an die jeweiligen Läufe in oder vor der Sporthalle Eversten an der Feststraße statt. Bitte die Informationstafeln und Ansagen beachten.

### **Urkunden:**

Am Veranstaltungstag kann man sich in der Halle seine Urkunde ausdrucken lassen. Alternativ kann man sich nach der Veranstaltung die Urkunde im Internet ausdrucken.

**Ehrungen und Sachpreise** werden nur an anwesende Teilnehmer vergeben! Ergebnislisten können kostenlos im Internet heruntergeladen werden.

### **Auszeichnungen:**

**10 km** – geehrt werden die ersten drei Frauen und Männer der Gesamtwertung des Laufs sowie alle Altersklassensieger/innen. Sie alle erhalten attraktive Sachpreise.

### **Neuer Sonderpreis:**

Bei Verbesserung des alten Streckenrekords beim 10 km Lauf (Frauen/Herren) gibt es einen Sonderpreis und zusätzlich ein Gravur-Schild mit Name und Zeit an einer Lampe an unserer Finnenlaufbahn auf dem Sportpark Eversten.

**6300 m** – Preise für die ersten drei Frauen und Männer der Gesamtwertung des Laufs und die Sieger der Altersklassenwertung!

**Firmenlauf** (siehe separate Seite „Firmenlauf“) – mit Mannschaftswertung. Es werden die jeweils die 4 schnellsten Läufer/innen einer Mannschaft gewertet.

**Schulmannschaftswertung** im Firmenlauf (siehe separate Seite „Schulwertung“)

**2000/2400 m Schülerläufe** (siehe separate Seite „Schulwertung“)

**2000/2400 m Schülerläufe** – (siehe separate Seite Schulwertung)

## **pohland** Projektsteuerung GmbH

Ihr Partner für:

- **schlüsselfertiges Bauen**
- **sanieren, modernisieren, renovieren**
- **Consulting zum schwedischen Markt**
- **Projektentwicklung**
- **Beratung**

Rheinstraße 2, 26135 Oldenburg

Telefon: 0049(0)441 361 89 31-0

Telefax: 0049(0)441 361 89 31-9

info@pohland-gmbh.de

www.pohland-gmbh.de

**TURM**



**Nach dem Lauf  
ist vor der *Mische***

[turm-sahne.de](http://turm-sahne.de)

# Schulwertung mit Klassenkassenpreis für alle Schulen

### **über 2.000 m (eine Runde)**

Lauf 1 Start um 10:00 Uhr 1. bis 2. Schulklasse, Startgeld 5,00 Euro

### **über 2.400 m (eine Runde)**

Lauf 2 Start um 10:45 Uhr 3. bis 4. Schulklasse, Startgeld 5,00 Euro

Lauf 3 Start um 11:30 Uhr 5. bis 8. Schulklasse, Startgeld 5,00 Euro

### **über 6300 m (zwei Runden)**

Lauf 4 Start um 12:30 Uhr, Startgeld 14 Euro (ab 24.04.2025/16 Euro)

Schülermannschaftswertung im Firmen- und Schnupperlauf über 6300 m

Ein Team darf aus 4 Schülern bzw. Schülerinnen aus allen Klassen **einer Schule** (gleichen Teamnamen angeben) bestehen.

**Neu:** Wer sich bis zum 24.04.2025 anmeldet, bekommt den Vornamen auf die Startnummer gedruckt!

## Preise und Siegerehrung

**Die Schule mit den meisten Teilnehmern/innen** erhält einen großen Wanderpokal. Da bei der Wertung die Größe der Schule berücksichtigt wird, haben auch kleinere Schulen eine Chance auf den großen Schulpokal!

Pokale und Preise erhalten die drei schnellsten Schülerinnen und Schüler in jedem Lauf.

### **Die schnellsten Schulklassen der**

- 1./2. Klasse mit mindestens 8 Schüler/innen aus einer Klasse
- 3./4. Klasse mit mindestens 8 Schüler/innen aus einer Klasse
- 5./8. Klasse mit mindestens 8 Schüler/innen aus einer Klasse

**erhalten jeweils 50,00 Euro für die Klassenkasse.**

**Gewertet werden die 8 Schnellsten einer Klasse über 2000 und 2400 m.**

### **Schülermannschaft im Firmen- und Schnupperlauf (4 Läufer ein Team)**

- Die schnellste Mannschaft erhält 50,00 Euro.

Bei allen Läufen dürfen natürlich auch einzelne Schüler und Schülerinnen teilnehmen.

**Bei der Anmeldung ist im Feld Verein/Schule/Firma exakt anzugeben, für welche Schule/Schulklasse/Team gestartet wird.**

Zum Beispiel: GS Staakenweg Sonnenblume 1a, GS Grundschule 1a, HS Hogenkamp 2c

Die Geldpreise werden nur an eine Lehrkraft oder Eltern der jeweiligen Klasse ausgehändigt.

Infos auch auf [www.brunnenlauf.de](http://www.brunnenlauf.de)

Für alle, die BEWEGUNG lieben:

# SPORTBRILLEN

- ✓ für alle Sportarten
- ✓ auch mit optischer Korrektur

- ✓ Brillentest im Windkanal
- ✓ Kontaktlinsen-Anpassung
- ✓ Zertifizierter Spezialist für Sportoptik



Augenoptikermeister Stephan Rakelmann

*Wir führen viele sportliche Marken:*

**Rakelmann**  
**Optik**   
**sport** [www.rakelmann-optik.de](http://www.rakelmann-optik.de)

 evil eye

  
**gloryfy**  
UNBREAKABLE

  
RUDY PROJECT  
Maurice Jim  
UNBREAKABLE

  
**RUDY PROJECT**  
"Inherently Cool Sponsor"

Bremer Str. 37 // Oldenburg-Osternburg // 0441 255 88  
[www.rakelmann-optik.de](http://www.rakelmann-optik.de) // [info@rakelmann-optik.de](mailto:info@rakelmann-optik.de)



Vielen Dank an alle Helfer/innen!



# EINEN TAG URLAUB ZUHAUSE

Entspannen in der O!antis SaunaWelt

Am 2. Samstag  
im Monat  
**Familiensauna**  
von 9 - 14 Uhr



4 INDOOR- UND 3 OUTDOOR-SAUNEN

DAMPFBAD · RUHERÄUME

AUFGUSSPROGRAMM



SAUNAGARTEN MIT AUSSENPOOL

SONNENDECK · GASTRONOMIE



Aktuelle Infos unter [www.olantis.com](http://www.olantis.com),  
Facebook & Instagram  

**O!antis**  
HUNTEBAD

Am Schloßgarten 15  
26122 Oldenburg  
Telefon 0441 - 36 13 16-0  
[info@baeder-oldenburg.de](mailto:info@baeder-oldenburg.de)

## Sponsoren

Der Lauftreff TuS Eversten **bedankt** sich bei den zahlreichen Sponsoren. Ohne ihre Unterstützung wäre die Ausrichtung dieser Veranstaltung nicht möglich.

**bruns**  
MÄNNERMODE SEIT 1896

**Sparda-Bank**

**aktiv**  
**irma**

**VIEROL**

**ise**

**EWE**

*Turm Sahne GmbH, Pohland Projekt & Bau GmbH, Firma Krombacher, Landessparkasse zu Oldenburg, Volksbank Oldenburg, Orthopädie und Schuhtechnik Evers, VW-Braasch, Haaren Apotheke, Gemeinde Unfallversicherungsverband Oldenburg, Opel Heidrich, energy & meteo, Bauunternehmen Heiko Husmann, Restaurant Elena, Rakelmann-Optik, Haskamp, Kuro Kunststoffe, Munoz-Dachdecker, ISE GmbH, Werbegemeinschaft Hauptstraße, Wäscherei Schwarting, Bodo Ahlers Klimatechnik, Patentanwälte Jabbusch Siekmann & Wasiljeff, Hankens Apotheken, CEWE, Marks Beerdigungsinstitut, Laufrausch.*

### **Sie möchten unseren Everstener Brunnenlauf unterstützen?**

*Es gibt viele Möglichkeiten, unseren Lauf zu unterstützen. Nehmen Sie Kontakt auf:  
Kontakt: Telefon: +49 441 505865, e-mail: [Rolf.Stamereilers@Brunnenlauf.de](mailto:Rolf.Stamereilers@Brunnenlauf.de)*

*Förderverein Brunnenlauf/TuS Eversten e.V. Geschäftsstelle, Wilhelm-Busch-Str. 16,  
26131 Oldenburg, Eintragung im Vereinsregister:*

*Registergericht: Amtsgericht Oldenburg Registernummer: 201428*

*Verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV: 1. Vorsitzender Frank Lehnhof*

*Der Förderverein Brunnenlauf/TuS Eversten e.V. fühlt sich lt. Satzung der Leichtathletikabteilung des TUS Eversten e.V. verbunden.*

# Never change a running system!



www.ise.de



Wir sind Informatiker, Physiker, Mathematiker und Technikbegeisterte aus der ganzen Welt und brennen für coole Soft- und Hardware und innovative Produkte im Bereich Smart Home.

Als IT-Unternehmen wissen wir, dass der Weg das Ziel ist und deshalb **spielt es keine Rolle, ob du ein erfahrener Läufer bist oder gerade erst mit dem Laufen anfängst. Gemeinsam wollen wir einen sportlichen und spaßigen Tag erleben!** Also, seid dabei wenn der Brunnenlauf am **25. Mai 2025** in die nächste Runde geht. Wir sehen uns!



**ise Individuelle Software und Elektronik GmbH**

Osterstraße 15, 26122 Oldenburg

Telefon +49 441 68006-0

E-Mail [info@ise.de](mailto:info@ise.de)

Folge uns!



## 19. OLDENBURGER

# ise FIRMENLAUF

*über 6,3 km - Start um 12:30 Uhr*

### **Informationen**

In die Wertung kommen nur vorangemeldete Firmen und Mannschaften! Vereinsteamts werden ebenfalls als Firmen- oder Hobbymannschaft gewertet.

Mit dem im 23. Brunnenlauf integrierten ISE Firmen- und Mannschaftslauf haben auch Hobbyläufer und -läuferinnen die Möglichkeit, eine Mannschaft zu stellen, z. B. Familien oder Straßengemeinschaften.

### **Teamstärke der Firmen- und Hobbymannschaften**

Jede Mannschaft besteht aus mindestens vier Läuferinnen und/oder Läufern (zum Beispiel kann eine Mannschaft aus 20 Personen bestehen, für die Mannschaft werden die schnellsten vier Läufer/innen gewertet). Eine Firma kann natürlich auch mehrere Mannschaften melden. Die Mannschaften müssen dann mit unterschiedlicher Bezeichnung angemeldet werden (z. B. X-Firma-1, X-Firma-2).

### **Wertung Firmen- und Hobbymannschaften**

Die Zeiten der vier Schnellsten Läufer/innen einer Mannschaft werden addiert und es gewinnt die Mannschaft mit der schnellsten Gesamtzeit.

Bei der Anmeldung ist darauf zu achten, dass die Bezeichnung für die Mannschaft einheitlich geschrieben wird.

### **Preise und Auszeichnungen für den Firmenlauf**

Die Urkunde kann man sich über das Internet ausdrucken.

Die drei schnellsten Firmenmannschaften bekommen einen Pokal und einen Preis.

Die größte Firmenmannschaft bekommt einen Wanderpokal.

Das Startgeld beim Lauf über 6,3 km beträgt 14 € und ab dem 24.05.2025 dann 16 € pro Starter/in.

### **6. Oldenburger TECIOL IT-City-Battle innerhalb des Brunnenlaufs**

Der 23. Everstener Brunnenlauf findet am 25.05.2025 statt und integriert in den Brunnenlauf ist der Oldenburger ISE Firmen- und Schnupperlauf über 6,3 km. Mit Sonderwertung 6. Oldenburger TECIOL IT-City-Battle. Für alle IT Unternehmen bzw. Abteilungen.

### **Gewertet werden beim IT City-Battle für alle IT Unternehmen bzw. Abteilungen:**

- die schnellste Firma/Abteilung. Dazu werden die **drei** Zeitschnellsten einer Firma/Abteilung gewertet.
- die größte Firma/Abteilung. Dazu werden alle Teilnehmer einer Firma/Abteilung gewertet.

# EWE läuft mit euch!

Die EWE Running Community startet in die neue Laufsaison. Sei dabei! Dich erwarten:

- Kostenlose Community-Trainings
- Trainings- und Ernährungstipps
- Facebook-Gruppe „EWE Lläuft“
- Verlosungsaktionen zu den Laufhighlights in der Region auf Facebook



## Anfahrt und Streckenplan vom Brunnenlauf



**Anreise:** Aus Richtung Bremen A28 Abfahrt Eversten, bitte (PKW) auf dem großen P+R Parkplatz (Prinzessinweg) parken unter der Autobahn (2 Minuten Fußweg zur Sporthalle). Aus Richtung Wilhelmshaven A28 Abfahrt Eversten bitte auf dem großen P+R Parkplatz (Prinzessinweg) parken unter der Autobahn (2 Minuten Fußweg zur Sporthalle)

**Sporthalle Feststraße:** Anmeldung, Startnummernausgabe, Umkleiden und Duschen, Toiletten, Kaffee und Kuchen, Siegerehrung und Informationsstände mehrerer Sponsoren.

### Start und Ziel

Start für alle Läufe auf der Wienstraße – Ziel im Eversten Holz.

**Achtung:** Die Hauptstraße ist gesperrt!

Bitte den P+R-Parkplatz unter der Autobahn nutzen.



*aktiv*

irma

WIR WÜNSCHEN ALLEN AKTIVEN

# VIEL SPASS UND ERFOLG

BEIM 23. EVERSTENER BRUNNENLAUF!



Entdecken Sie laufend frische Angebote unter [www.aktiv-irma.de](http://www.aktiv-irma.de)

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

„Juni mit wenig Sonne und viel Regen“ titelte die NWZ etwa einen Monat nach dem Brunnenlauf. Aufgrund des verregneten Samstags, der das Eversten Holz zeitweise unter Wasser gesetzt hat, kamen kurzzeitig bei manchem Sorgenfalten auf, was die Streckenbedingungen am Renntag anging. Der Sonntag blieb jedoch trocken und die Strecke – insbesondere der Zieleinlauf – auch aufgrund des unermüdlichen Einsatzes der Helfer in hervorragendem Zustand. Das gerade erst frisch revitalisierte Eversten Holz, welches durch die aufwendige, im November 2023 gestartete Entschlammung der Pferdetränke und der anschließenden Anpflanzung von heimischen Pflanzenarten an deren Ufer sowie der Installation von Teichinseln fit für die Zukunft gemacht wurde, hatte sich herausgeputzt für seine Gäste.



Insgesamt über 3.200 Läuferinnen und Läufern meldeten sich für die fünf verschiedenen Läufe bei der nach dem Oldenburg Marathon zweitgrößten Laufveranstaltung in Oldenburg an.

Die Wertung der größten teilnehmenden Schule gewann dabei die Herrmann-Ehlers-Schule, von deren Schülerschaft 83 % an dem Lauf teilnahmen. Den zweiten Platz errang die katholische Grundschule, von der 80 % fürs Laufen begeistert werden konnten. Prämiert wurde dies mit einem kostenfreien Schwimmtag im Olantis.

Den Firmen- und Schnupperlauf über die 6,3 km gewann bei den Männern Linus Roski vom Physio-Team Orthopädie Rehazentrum Oldenburg in 21:47 Min. Marc Prins vom SV Nordenham wurde in einer Zeit von 22:33 Min. Zweiter, während Emil Koziolok (mittlerweile im TuS Eversten) in 23:28 Min. den dritten Platz erreichte. Bei den Frauen kam Jule Prins vom SV Nordenham nach 23:37 Min. als Erste ins Ziel, während Eva-Sophie Detmers vom 1. TCO „Die Bären“ Oldenburg mit einer Zeit von 24:14 Min. den zweiten Platz belegte. Dritte wurde Laura Schmidt vom Team UNIted (25:15 Min.).



# HASKAMP

Metallbau · Fassadentechnik



**Wir suchen Dich!**  
**Unsere freien Ausbildungsstellen zum**  
**1. August 2025:**

**Metallbauer / -in (m/w/d)**  
Fachrichtung Konstruktionstechnik

**Technische(r) Systemplaner / -in**  
**Zeichner / -in (m/w/d)**  
Fachrichtung Stahl- und Metallbautechnik

**Industriekaufmann/-frau (m/w/d)**

**Fachinformatiker / -in (m/w/d)**  
Fachrichtung Systemintegration /  
Daten- und Prozessanalyse

Weitere Informationen findest Du unter:  
**[www.haskamp.de/Ausbildung](http://www.haskamp.de/Ausbildung)**

**Metall- und Elementbau HASKAMP GmbH & Co. KG**  
Industriestraße 34 • D-26188 Edewecht  
Tel. 04405 9288-0 • eMail [info@haskamp.de](mailto:info@haskamp.de)



## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Im Firmenranking wiederholte das Team energy&meteo systems seinen Sieg aus dem Vorjahr, dieses Mal mit einer Zeit von 1:43:49 Std. und verewies so das Team UNlited, welches mit 85 Läufern das mit Abstand größte Team stellte, auf den zweiten Platz (1:46:16 Std.). Den Bronzerang sicherte sich das Team „HFS Heinen Fokuhl und Partner sowie Kossen GmbH“ mit einer Zeit von 1:48:01 Std. Mit mehr als 1.000 Läuferinnen und Läufern zeigte sich hier erneut die große Beliebtheit der Mitteldistanzstrecke





# GEMEINSAM MACHEN WIR DICH STARK!

## Wir bilden aus:

- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)
- Industriekaufleute (m/w/d)

## Ausbildung oder Praktikum?

Sprich uns gerne an!

Ausbildlerin: Daniela Frerichs

Telefon: 04405/ 9888-23 | Mail: [karriere@kuro-kunststoffe.de](mailto:karriere@kuro-kunststoffe.de)



**Mehr Infos  
findest du hier:**



[kurokunststoffegmbh](https://www.kurokunststoffegmbh.de)

**KURO**  
KUNSTSTOFFE

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Den Hauptlauf über 10 km mit über 500 angemeldeten Läuferinnen und Läufern gewann bei den Männern Jesse Hinrichs vom 1. TCO „Die Bären“ Oldenburg in einer Zeit von 31:42 Min. Zweiter wurde Kevin Eisermann mit einer Zeit von 32:17 Min. vor Filimon Gezae (Streckenrekordhalter in 31:04 Min., 2022) von der LG Bremen Nord, der seinen Sieg aus dem Vorjahr nicht wiederholen konnte und nach 33:07 Min. ins Ziel kam. Ob dieses Jahr der Streckenrekord gebrochen wird?

Bei den Frauen siegte Jule Fröhlich vom Team UNited (38:33 Min.). Ariane Brems vom Wildeshauser Laufftreff erlief mit einer Zeit von 44:21 Min. wie bereits im Vorjahr den Silberrang. Malena Dietel von der SG skquinet Lemwerder lief nach 44:29 Min. als Dritte ins Ziel. Wir dürfen gespannt sein, ob sich dieses Jahr jemand anschickt, den Streckenrekord von Sabina Kruska (37:40 Min.), der nächstes Jahr ein Vierteljahrhundert alt werden würde, zu brechen!



# Laflabor Oldenburg



- Videolaufanalyse
- Aktiveinlagen CNC-gefräst oder 3D-gedruckt
- Laufschuhempfehlung
- Dehn- und Kräftigungsübungen



Alexanderstraße 53  
26121 Oldenburg  
0441/ 8 72 51  
Mo. - Fr. 8.00 - 18.00 Uhr  
[www.gesunde-schuhe.org](http://www.gesunde-schuhe.org)

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Im Anschluss an die Läufe war die große Halle in der Feststraße eine tolle Location für die Siegerehrungen und zum Auffüllen ihrer Energiespeicher. Auch vor der Halle war mit Rock am Brunnen einiges los.



An diesem Tag kamen aber nicht nur Laufbegeisterte auf ihre Kosten. Beim parallel stattfindenden Hauptstraßenfest öffneten die zahlreichen Geschäfte entlang der Hauptstraße ihre Türen für Besucher. Mit dem Aufbau von Kran-Gondel, Karussell und Hüpfburg waren verschiedene Attraktionen für jedes Alter vorhanden. Auch die Veranstaltung „Rock am Brunnen“, bei der regionale Bands auftraten, zog zahlreiche Besucher an. So war wirklich für jeden etwas dabei und natürlich gab es an jeder Ecke Würstchen, Pommes, Eis, Kaffee, Kuchen und vieles mehr!



## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf



Start Schülerlauf  
1./2. Schulklasse über 2,0 km



Auch im Ziel war einiges los!

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Start Schülerlauf  
3./4. Schulklasse über 2,4 km



Kurz vorm Zieleinlauf



Start Schülerlauf  
5./8. Klasse über 2,4 km

# UND NACH DEM LAUFEN INS ELENA!

RESTAURANT

ELENA

AM STADION

Marschweg 56

26122 Oldenburg

Telefon 04 41 - 50 14 24

[www.facebook.com/Restaurant-Elena](http://www.facebook.com/Restaurant-Elena)



## **Autohaus Heidrich GmbH**

Hundsmühler Str. 149  
26131 Oldenburg  
Tel. 0441 / 500440  
Fax 0441 / 5004422

**[www.opelheidrich.de](http://www.opelheidrich.de)**



**Wir leben Autos.**

Sie suchen Ihr Wunschauto?

So wollen fachkundige Beratung und professionellen Service?

Sie erwarten, daß die Leistung rundum stimmt?

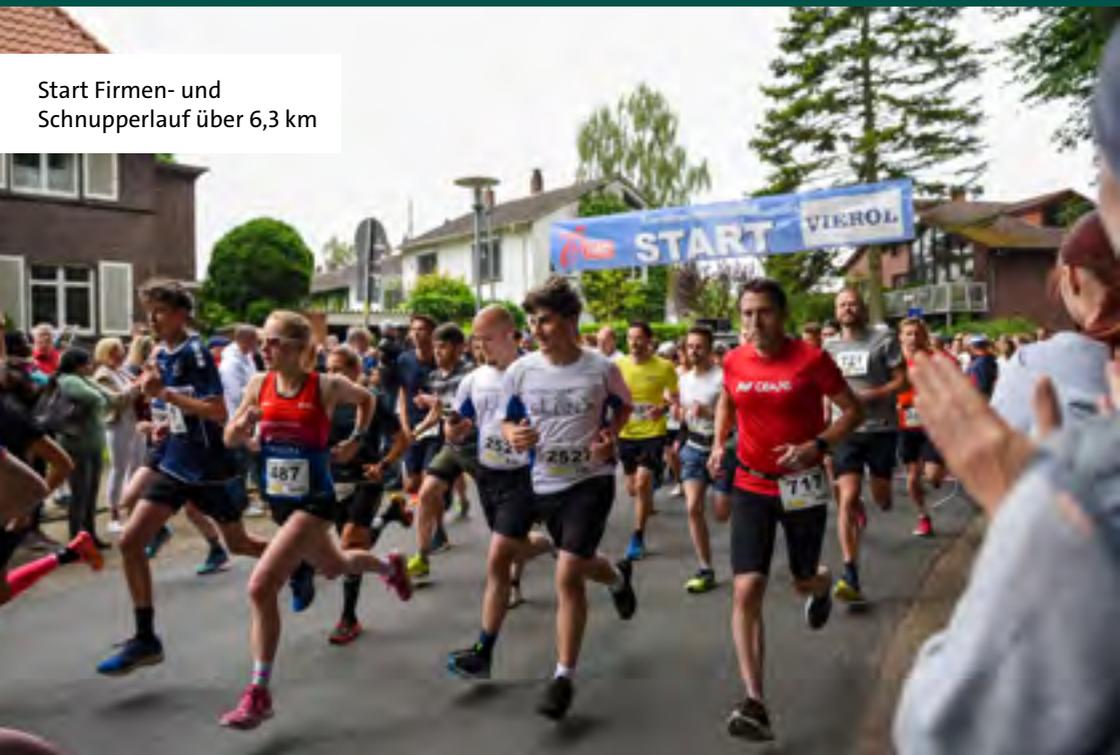
Dann sind Sie bei uns richtig. Schauen Sie doch mal rein.

Wir würden Sie gerne zur Probefahrt begrüßen!

**[www.opelheidrich.de](http://www.opelheidrich.de)**

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Start Firmen- und Schnupperlauf über 6,3 km



Endspurt! Emil Koziolok kurz vorm Ziel des Firmen- und Schnupperlaufs über 6,3km



Warum ein Girokonto  
bei der LzO?

# Weil Sternchen nicht mein Stil sind

Für nur 9,50 Euro im Monat bietet  
unser Girokonto einfach alles – außer  
Sternchentexte und versteckte Kosten.  
Zum Beispiel jede Menge Extras und  
eine ganze Welt voller Vorteile! Weil's  
um mehr als Geld geht.



Mehr dazu auf  
[lzo.com/girokonto](https://lzo.com/girokonto)

Unsere Nähe bringt Sie weiter.

 **LzO**  
meine Sparkasse

## Impressionen 22. Everstener Brunnenlauf 2024

Noch haben sich die führenden Läufer über 10 km im Blick!



Björn Cordes (217) noch gut drauf und (noch) kurz dahinter Dennis Osterfeld.



## Der Laufschuhspezialist in der Hauptstraße



Inhaber Arnold Frerichs



### Laufrausch

Hauptstraße 28

Eversten

direkt am Everstener Holz  
26122 Oldenburg

fon: 0441/ 998 75 96

fax: 0441/ 998 75 97

### ÖFFNUNGSZEITEN

Montag – Freitag

10.00 – 18.00 Uhr

Samstag

09.30 – 14.00 Uhr

## Ihre Immobilie – Unsere Leidenschaft!

Setzen Sie auf die **RE/MAX ImmobilienProfis** – Ihren zuverlässigen Partner rund um Immobilien. Ob beim Verkauf Ihres Hauses, der Vermietung Ihrer Wohnung oder der Suche nach einer neuen Immobilie, wir stehen Ihnen mit Kompetenz und Herz zur Seite.



### Unsere Leistungen für Sie:

- ✓ Preiseinschätzung Ihrer Immobilie
- ✓ Erstellung von Hochglanzexposés
- ✓ Umfangreiches Marketing: Social Media Postings, Flyer, Schilder, 360° Rundgang, u.v.m
- ✓ Wir inserieren Ihre Immobilie in allen Immobilienportalen
- ✓ Mehr als 800 RE/MAX Makler präsentieren Ihre Immobilien

**Ihr neues Kapitel beginnt mit uns – wir freuen uns auf Sie!**



Hauptstr. 56, 26122 Oldenburg - Tel: 0441 770 51 20 - [immobilienprofis@remax.de](mailto:immobilienprofis@remax.de)  
Oldenburger Str. 232, 26203 Wardenburg - Tel. 04407 999 90 50 - [immobilienprofis@remax.de](mailto:immobilienprofis@remax.de)

## Rückblick auf den 22. Everstener Brunnenlauf

Jule Fröhlich (Siegerin über 10 km)  
läuft in die letzte Runde.



Siegerehrung über 10 km  
in der Sporthalle Feststraße.



# Wäscherei Schwarting

Glüzeichenbetrieb

seit 1903

handwerklicher Meisterbetrieb

## Qualität spricht für sich

Seit über 120 Jahren sind wir die Qualitätswäscherei in Eversten.  
Wir beraten Sie gerne in allen Fragen rund um die Textilpflege.

Wir pflegen auch Oberbetten, Wasserbettbezüge,  
Schlafsäcke, Gardinen usw.

Heißmangel, Obergarderobe, Leder, Stuhlkissen und Teppiche  
geben wir an kompetente Spezialreinigungen weiter.

**Textilpflege • Mietwäsche • Fußmatten • Handtuchspender**

**NWD-ZENTRATEx-Partner**

Feststraße 6 • 26122 Oldenburg • Tel.: 0441-50 65 62 • Fax: 50 53 70  
[www.waescherei-schwarting.de](http://www.waescherei-schwarting.de) [info@waeschereischwarting.de](mailto:info@waeschereischwarting.de)

# Ergebnisse 22. Everstener Brunnenlauf 2024

Die Ergebnisse der ersten drei bei den verschiedenen Läufen.

Rang	SNR.	Name	JG	AK	Verein/Schule/Firma	Zeit/ Brutto / Netto		
<b>1./2. Klasse (2,0 km)</b>								
<b>W</b>								
1.	1258	KIANDZOK Lea/ Malin	1. w	2017	1. WUB	GS Petrusbahn 1a	8:04	
2.	2817	GLTNER Maja	2. w	2017	2. WUB	GS Handmühlm 7b	8:15	
3.	1224	SANWING Marlene	3. w	2016	1. WUB	GS Heiligengeistbr 7b	8:58	
<b>M</b>								
1.	15	ZACHEL Jan	1. m	2016	1. MUB	GS Staakenweg 2b	8:03	
2.	1557	SÜNDING Maxim	2. m	2015	2. MUB	Hermann-Ehlers-Schule 2c	8:30	
3.	1340	KMUR Johan	3. m	2015	3. MUB	GS Staakenweg 2a	8:57	
<b>3./4. Klasse (2,4 km)</b>								
<b>W</b>								
1.	491	MAYER Salma	1. w	2011	1. WU12	1. TCO "Die Bären" Oldenburg 4	9:59	
2.	5220	BRUNS Joriane	2. w	2014	2. WU12	GS Isaacvater 10B	10:44	
3.	2944	CAPPORUCCI Gala/Maria	3. w	2014	3. WU12	Kath. GS Mariägenstraße 4a	10:55	
<b>M</b>								
1.	2097	HÖLLER Jan Felix	1. m	2014	1. MUB	Kath. GS Eversten 4b	9:21	
2.	3129	PETRAUSCHKE Jonathan	2. m	2014	2. MUB		9:34	
3.	1431	PALLESSEN Marten	3. m	2013	3. MUB	Hermann-Ehlers-Schule 6b	9:31	
<b>5./8. Klasse (2,4 km)</b>								
<b>W</b>								
1.	757	BRANDKE Lisa	1. w	2013	1. WU14	Cäcilienchule Oldenburg 5c	9:34	
2.	492	ELTMERS Clara	2. w	2011	1. WU14	1. TCO "Die Bären" Oldenburg 5M	9:44	
3.	634	SERO THIMMAN Paula Marie	3. w	2012	2. WU14	1. TCO "Die Bären" Oldenburg 5a	9:47	
<b>M</b>								
1.	1475	FÖRSTER Lavin	1. m	2010	1. MUB	Hilbertsgymnasium 7g	7:57	
2.	2920	WOMHOLDT Finn	2. m	2010	2. MUB	8b	8:48	
3.	1820	FÖRSTER Euse	3. m	2010	3. MUB	105-Helmer-Lange-Schule 7d	9:01	
<b>Firmen- und Schnupperlauf (6,3 km)</b>								
<b>W</b>								
1.	2306	FRENZ Julia	1. w	1991	1. W20	SV Nordenham	23:37	
2.	481	DETMERS Eva-Sophie	2. w	2008	1. WU18	1. TCO "Die Bären" Oldenburg	24:14	
3.	2428	SCHMIDT Laura	3. w	1995	1. W20	Team Ulfsted	25:05	
<b>M</b>								
1.	2414	ROSKU Jona	1. m	1998	1. M20	Physio-Team/Orthopädie Refuzentren Oldenburg	25:47	
2.	2087	FRENZ Mare	2. m	1973	1. M20	SV Nordenham	22:33	
3.	1290	KÖHLER David	3. m	2007	1. MUB	Gymnasium Eversten	23:28	
<b>Volkslauf (10 km)</b>								
<b>W</b>								
1.	2483	FROHELICH Julia	1. w	1991	1. W20	Team Ulfsted	33:17	38:33
2.	2000	BRÜHS Ariane	2. w	1981	1. W48	Wildeshouser Lauftruff	44:16	44:21
3.	2458	DITTEL Malena	3. w	1991	1. W30	SG alquinet Lemwerder	44:23	44:29
<b>M</b>								
1.	8111	HARRICKS Jesse	1. m	1998	1. M20	1. TCO "Die Bären" Oldenburg	31:42	31:42
2.	2925	FISCHERMANN Kevin	1. m	2000	2. M20	(Oldenburg)	32:16	32:17
3.	2711	WZAE Timon	3. m	1995	3. M20	L.G. Bienen Nord	33:07	33:07

## Bilder aus der Sporthalle Feststrasse



## Testlauf vor dem Brunnenlauf auch 2025



Auch dieses Jahr findet der erfolgreiche Testlauf vor dem Brunnenlauf statt. Am Montag, den 19.05.2025, um 19:00 Uhr geht es im langsamen Dauerlauftempo über eine 6 km lange Strecke durch den Wald.

Es sind immer zwischen 80 – 100 Läufer/innen dabei.

Treffpunkt:  
Wienstraße/Ecke Hauptstraße beim Eber!

## Auch unser Ziel ist grün.

Wir von **energy & meteo systems**, **emsys VPP** und **emsys grid services** geben täglich unser Bestes, um die erneuerbaren Energien effizient in Stromnetze und -märkte zu integrieren. Stromhändler und Netzbetreiber weltweit schätzen unsere präzisen Solar- und Windstromvorhersagen und unsere Softwarelösungen für Vermarktung und Planungsprozesse.

Werde auch du Teil unseres einzigartigen Teams und leiste deinen Beitrag zur Energiewende! Schau dir unsere Ausschreibungen an:  
[www.emsys-renewables.de/jobs](http://www.emsys-renewables.de/jobs)



**energy & meteo systems GmbH**  
**emsys VPP GmbH**  
**emsys grid services GmbH**  
Oskar-Horn-Strasse 1  
26131 Oldenburg

**Drei Firmen, ein Ziel: 100 % Erneuerbare Energien!**

**Wir wünschen viel  
Spaß beim Brunnenlauf!**

**Morgen  
kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**

**Oldenburger  
Volksbank**



## Bilder aus der Sporthalle Feststrasse



Größte Schulmannschaft wurde die Herrmann Ehlers Schule und größte Firmenmannschaft die Universität Oldenburg.

Schön, dass unsere Turngruppe vom TuS Eversten da war.

## Sonderpreis für Streckenrekord 10 km 2025

### Neuer Sonderpreis:

Bei Verbesserung des alten Streckenrekords beim 10 km Lauf.

*Sabina Kruska* hält seit 2001 den Streckenrekord bei den Frauen mit 37:40 Min und *Filimon Gezae* verbesserte 2022 den alten Streckenrekord auf 31:04 Min.

Zusätzlich gibt es ein Gravur-Schild mit Name und Zeit an einer Lampe an unserer Finnenlaufbahn auf dem Sportpark Eversten.





CUPRA



VIEL ERFOLG  
BEIM BRUNNENLAUF,  
WÜNSCHT DIE  
SEAT & CUPRA GARAGE  
OLDENBURG.

WIR SIND CUPRA.

**SEAT & CUPRA Garage Oldenburg**  
**Braasch GmbH & Co. KG**  
Bremer Heerstr. 1 — 26135 Oldenburg

## Bestattungshaus Marks

Hundsmühler Straße 174  
D - 26131 Oldenburg

Fon 04 41 50 20 21

[kontakt@marks-bestattung.de](mailto:kontakt@marks-bestattung.de)  
[www.marks-bestattung.de](http://www.marks-bestattung.de)

**MARKS**  
seit 1928  
Andrea & Mario Janßen

## Lauftreff TuS Eversten (Oldenburg)

Der Lauftreff TuS Eversten in Oldenburg bietet Läuferinnen und Läufern ein Lauf- und Fitnessstraining. Unser Lauftreff fördert die Teilnahme an Laufveranstaltungen (Volks- und Marathonläufe) und motiviert alle, die Freude und Spaß am Laufen haben. Um das selbst gesteckte Ziel zu erreichen, gelingt das regelmäßige Lauftraining in der Gruppe oft besser. Verschiedene Möglichkeiten des Trainierens stehen zur Auswahl und es müssen nicht unbedingt Wettkämpfe sein, denn vielen geht es vorrangig um Gesundheit und Fitness. Teilnehmen kann jeder, der Mitglied im TuS Eversten ist und bereits die Vereinsangebote nutzt.

Alle, die nur laufen wollen, zahlen eine Jahreskursgebühr von 40 € und können somit an allen Terminen des Lauftrainings teilnehmen.

Wir treffen uns **Montag, Mittwoch, Freitag** und **Sonntag** regelmäßig an der Vereinshalle TuS Eversten, Sportpark Eversten, Tegelkamp 32 und laufen in den gewünschten Gruppen auf verschiedenen Strecken.

Das Tempotraining findet immer am **Dienstag** auf dem Uni-Sportplatz Wechloy statt.

**Montag ab 19 Uhr ruhiger Dauerlauf**, d.h. 8 km in ca. 60 Minuten. Auf unserer beleuchteten Finnenlaufbahn laufen wir am Anfang und Ende jeweils eine Runde, dann eine kleine Schleife in der Umgebung. Somit ist es kein Problem, etwas später zu beginnen oder früher das Lauftraining zu beenden. Unsere „Winterrunde“ ist zum größten Teil beleuchtet. Trotzdem während der dunklen Jahreszeit bitte reflektierende Laufkleidung tragen und die Lampe nicht vergessen.

**Dienstag ab 19 Uhr Tempotraining**, d.h. ein ambitioniertes alters- und leistungsgerechtes Lauftraining. Bevor wir mit dem Tempotraining starten, beginnen wir mit dem langsamen Einlaufen, danach noch ein wenig Lauf-ABC auf der Kunststoffbahn des Uni-Sportplatzes Wechloy. In den Wintermonaten haben wir dort auch Flutlicht.

**Mittwoch ab 18:30 Uhr langsamer Dauerlauf**, d.h. zwischen 8 und 10 km durch die Hunteniederung oder auch nach Vereinbarung einfach mal neue Strecken ausprobieren. Moderates Laufen in angenehmer Geschwindigkeit. Auch hier während der Wintermonate die passende Kleidung zur eigenen Sicherheit tragen.

**Freitag, ab 9 Uhr** – Wir starten von dort zu einer ca. einstündigen Runde von ca. 10 km im gemäßigten Tempo über die Deiche an der Hunte und am Osterburger Kanal. Mit dabei sind Läuferinnen und Läufer mit Tagesfreizeit – egal ob als Rentner, Student oder in der Ausbildung.

**Sonntag ab 9 Uhr langer Dauerlauf**, d.h. nach Absprache zwischen 12 und mehr km durch die Hunteniederung. Abkürzungen werden in der Gruppe vereinbart.

Weitere Informationen zum Lauftreff: **www.lauftreff-eversten.de**

**Neu! Bei Instagram: [https://www.instagram.com/tuseversten\\_running](https://www.instagram.com/tuseversten_running)**

### Fitnessstraining:

Eine sinnvolle Ergänzung zum Laufen ist das Fitnessstraining. Auch hier finden wir die verschiedensten Angebote in unserem Verein unter **www.tus-eversten.de**

## Kontakt Daten Lauftreff des TuS Eversten:

**Agnes Reiher**

Tel. 0441 – 55 45 7

[agnes.reiher@ewetel.net](mailto:agnes.reiher@ewetel.net)

**Dirk Spekker**

Tel. 0441 – 50 60 21

[dirk.spekker@t-online.de](mailto:dirk.spekker@t-online.de)

**Rolf Stamereilers**

Tel. 0441 – 50 58 65

[rolf.stamereilers@ewetel.net](mailto:rolf.stamereilers@ewetel.net)

Weitere Infos unter:

**www.lauftreff-eversten.de**



**25. Mai 2025**

**Straßenfest**

**(10 bis 18 Uhr)**

**mit verkaufsoffenem**

**Sonntag**

**(11:30 - 16:30 Uhr)**

# Brunnenlauf?

# Läuft bei uns!

**Einzelhändler & Klönschnack**

**Grün & blühend!**

**Handel & Gewerbe**

**Service & Dienstleistung**

**Zentral & lebendig!**

**Freundlich & offen!**

**WE!**

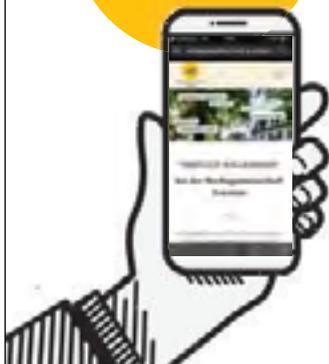
**Besuchen Sie unsere kreativen  
Fachgeschäfte und Firmen aus der**

# Werbegemeinschaft Eversten

**...auch online unter:**

**[www.werbegemeinschaft-eversten.de](http://www.werbegemeinschaft-eversten.de)**

**[www.facebook.com/werbegemeinschaft.eversten](https://www.facebook.com/werbegemeinschaft.eversten)**



## Vom öffentlichen Sportpark Eversten



Dieses Jahr wurde vom Lauffreff TuS Eversten und vom Förderverein des Brunnenlaufs das Springfield saniert.

Das Feld bekam einen neuen Kunststoffbelag und auf die Finnenlaufbahn kam eine neue Schicht Holzhackschnitzel.

Außerdem wurden drei defekte Lampen gegen LED-Lampen ausgetauscht.

Wir pflegen die Bahn das ganze Jahr über. Dabei fielen wieder viele ehrenamtliche Stunden an.



TuS Eversten  
*Lauffreff*



# Einzigartig.

Halten Sie Ihre schönsten Erinnerungen für immer in einem CEWE FOTOBUCH fest.



mein  
**cewe** fotobuch

**cewe.de**

# VIEROL

„Ich habe immer die Möglichkeit ein Teil spannender Projekte zu sein und mich persönlich zu entfalten.“

**Internationale Ausbildung und duales Studium!**

---

**DIREKT BEWERBEN!**



[www.vierol-ausbildung.de](http://www.vierol-ausbildung.de)