



**S E E L B A C H**  
**SCHWARZWALD**  
**S O N N W E N D L A U F**

**19. Juni 2026**

**Sporthalle Seelbach**

**16:30 Uhr - Kinderlauf**

**19:00 Uhr - 3 km LaufLOS Charity Run**

**20:00 Uhr - 10 km Hauptlauf**

**2x5 km Staffel**



**Alpirsbacher**  
**KLOSTERBRÄU**



**Infos & Anmeldung unter:**  
**[www.sonnwendlauf-seelbach.de](http://www.sonnwendlauf-seelbach.de)**

**Sonnwendhock... ab 17.00 Uhr bei der**  
**Sporthalle Seelbach.**  
*Es bewirten Sie Seelbacher Vereine mit einem*  
*vielfältigen Angebot. Große Kuchentheke!*  
*Viel Vergnügen!!!*

## Organisation

**TV Seelbach** mit freundlicher Unterstützung:

- Gemeinde Seelbach • FSV Seelbach • Pfadfinder Seelbach
- Feuerwehr Seelbach • DRK Seelbach • Tennisclub Seelbach
- Skiclub Seelbach • Musikvereine Seelbach und Wittelbach
- Kath. Pfarrgemeinde

## Ausschreibung

<b>Wann:</b>	Freitag, 19. Juni 2026
<b>Wo:</b>	Sporthalle Seelbach
<b>Startzeit:</b>	20.00 Uhr
<b>Strecke:</b>	2 Runden à 5 km = 10 km flache Strecke (offiziell vermessen)
<b>Zeitmessung:</b>	Automatische Zeiterfassung mit Startnummern-Chip der Firma Race Result Timing BW GmbH
<b>Wertungen:</b>	• Gesamtsieger Frauen und Männer • Altersklassen nach DLV • Teams • Staffeln
<b>Startberechtigung:</b>	Hauptlauf ab U14 Staffel ab U12
<b>Siegerehrung:</b>	Im Anschluss an den Lauf in der Sporthalle
<b>Preise:</b>	Preise für die »ersten 3 Plätze« aller Wertungen im Gesamtwert von über 3000,- €
<b>Preisgeld:</b>	Gesamtsieger Frauen und Männer: 1. Platz 100,- €, 2. Platz 75,- €, 3. Platz 50,- €
<b>Startgeld:</b>	Erwachsene 18,- € (inkl. DLV-Abgabe) Jugendl.* 14,- € (keine DLV-Abgabe) Staffel 28,- € Charity-Lauf 12,- € Kinderläufe 5,- €
<b>Startgeld</b>	
<b>Nachmeldung:</b>	Erwachsene 22,- € (inkl. DLV-Abgabe) Jugendl.* 17,- € (keine DLV-Abgabe) Staffel 30,- € Charity-Lauf 15,- € Kinderläufe 7,- €

\* bis einschließlich MJ U20

**Teilnehmerlimit:** 700 Läufer beim 10 km-Lauf  
2 x 100 Läufer beim Staffellauf

**Massageservice im Ziel durch Physiotherapieschule DAA Lahr**

## Anmeldung

Unter [www.sonnwendlauf-seelbach.de](http://www.sonnwendlauf-seelbach.de)  
Online-Anmeldung mit personalisierter Startnummer bis **14. Juni 2026** möglich.  
Alle online angemeldeten Läufer erhalten eine **attraktive Startertüte**.  
Nach erfolgter Zahlung der Startgebühr werden Sie in die Starterliste übernommen.  
Ab 15. Juni 2026 gilt die Nachmelde-Regelung.

### Nachmeldung:

Online ab 15. Juni 2026.  
Vor Ort am Veranstaltungstag zwischen 16.30 – 19.00 Uhr.

Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.  
Der Veranstalter haftet nicht für Schäden an dritten Personen.  
Teilnahmebedingungen siehe in der Online-Anmeldung.

## Staffel

2 Läufer(innen), jede(r) läuft eine Runde à 5 km.  
Es gibt vier Kategorien (Damen, Herren, Mixed, Jugend),  
geehrt werden die 3 schnellsten Staffelteams.

## Charity-Lauf

**Startzeit:** 19.00 Uhr  
**Strecke:** 3 km  
**Startberechtigung:** ab U10  
**Startgebühr:** 12 € (beinhaltet bei Online-Voranmeldung ein Erinnerungs-Shirt)  
**Nachmeldungen:** am Veranstaltungstag möglich  
**Keine Zeitmessung**

## Teams

Ein Team besteht aus 3–5 Läuferinnen/Läufern. Die jeweils »Besten 3« werden gewertet. Gewertet werden folgende Kategorien:

- Teamwertung Schuttertälere Vereine
- Teamwertung Externe Vereine
- Teamwertung Frauen
- Teamwertung Firmen
- Teamwertung Jugend

## Streckenrekorde

**100,-** Prämie für das Erreichen eines neuen Streckenrekords für Männer und Frauen.  
Diesen halten **Omar Tareq** mit **30:24 min.** (2025)  
und **Melina Wolf** mit **34:11 min.** (2025)



### Start:

16:30 Uhr	Jahrgang 2020 und jünger, weiblich u. männlich 1 x weiße Runde	●
16:45 Uhr	Jahrgang 2019, weiblich u. männlich 1 x weiße Runde	●
17:00 Uhr	Jahrgang 2018/2017, weiblich 1 x blaue Runde	●
17:15 Uhr	Jahrgang 2018/2017, männlich 1 x blaue Runde	●
17:30 Uhr	Jahrgang 2016/2015, weiblich 2 x blaue Runden	●
17:45 Uhr	Jahrgang 2016/2015, männlich 2 x blaue Runden	●
18:00 Uhr	Jahrgang 2014/2013, weiblich u. männlich 2 x rote Runden	●

**Weißer Runde = 333 m • Blaue Runde = 700 m • Rote Runde = 1000 m**

Ausführliche Informationen zur **Kinderlauf-Anmeldung** finden Sie unter [www.sonnwendlauf-seelbach.de](http://www.sonnwendlauf-seelbach.de)

**Startgeld: 5,- €**

**Die ersten 250 Anmeldungen erhalten ein tolles T-Shirt!**

## Sonnwendhock

... ab 17.00 Uhr bei der Sporthalle Seelbach.  
Es bewirten Sie Seelbacher Vereine mit einem vielfältigen Angebot. Große Kuchentheke!  
Viel Vergnügen!!!

# Willkommen in Seelbach

Seelbach ist der Mittelpunkt des Schuttertals und die größte Gemeinde mit knapp 5000 Einwohnern. Eingebettet in eine malerische Landschaft zwischen Wiesen, Wäldern und Tälern findet man in Seelbach eine gut entwickelte Infrastruktur mit Einzelhandel, Gewerbe, Bildungseinrichtungen, ärztlicher Versorgung und vielem mehr, was eine hohe Lebensqualität garantiert.

Neben dem Seelbach-Schwarzwald-Sonnwendlauf kann die Gemeinde mit einem äußerst engagierten Vereinsleben punkten und wartet mit einer Vielzahl weiterer kultureller Höhepunkte auf, so zum Beispiel der historische „Kätterlismärkt“ am Wochenende um den Totensonntag oder die Freilichtspiele im September.

Das Familienbad, die Burgruinen Hohengeroldseck und Lützelhardt sowie ein breites gastronomisches und touristisches Angebot mit dem Ferienparadies Schwarzwälder Hof, vielen Ferienwohnungen und Gaststätten locken Jahr für Jahr viele Touristen nach Seelbach.

**Zusammengefasst lässt sich sagen: Seelbach liegt richtig!**



## Strecke



## Anreise & Parken



### Fahrrad



Aus Richtung Lahr kommen dem Radweg Rhein – Schuttertal folgen. Der gesamte Radweg ist durch ein weißes Schild mit grünem Fahrrad ausgeschildert.

**Fahrradstellplätze** sind hinter der Sporthalle (Start – Zielbereich) vorhanden.

SEELBACH SCHWARZWALD SONNWENDLAUF

### Öffentliche Verkehrsmittel



**Bahnhof Lahr (Schwarzwald):** Mit der Bahn bis zum Bahnhof Lahr. Anschließend mit dem Linienbus L106 direkt nach Seelbach.

**ACHTUNG!:**

Die aktuellen Bahn- und Busverbindungen zwischen Ihrem Wohnort und Seelbach und für die Rückfahrt erfahren Sie bei der Fahrplanauskunft der Deutschen Bahn und der SWEG. Stand April 2024

### Auto



**A 5 (Karlsruhe - Basel):** Ausfahrt 56 (Lahr) – der Ausschilderung folgen bis Seelbach.

**A 81 (Stuttgart – Singen):** Ausfahrt 34 (Rottweil), anschließend auf den Bundesstraßen 462, 294, 33 und 415 durch das Kinzigtal. Die Ausfahrt Biberach Richtung Lahr nehmen und über den Schönberg bis zum Kreisverkehr Reichenbach fahren und die zweite Ausfahrt nach Seelbach nehmen.

- P1** **Parkplatz 1 – EDEKA Kohler:** Dieser Parkplatz befindet sich am Ortseingang (von Lahr kommend), die Zufahrt ist zeitlich uneingeschränkt frei.
- P2** **Parkplatz 2 – Firma Julabo:** Der Parkplatz ist über die Eisenbahnstraße zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.
- P3** **Parkplatz 3 – Hinter der Sporthalle:** Der Parkplatz ist über die Eisenbahnstraße und den Eisweiherweg zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.
- P4** **Parkplatz 4 – Firma Altenburger:** Die Anfahrt ist über die Hauptstraße, Tretenhofstraße, Dautensteinstraße, Litschentalstraße und den Schloßweg möglich – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.
- P5** **Parkplatz 5 – Am Sportplatz:** Dieser Parkplatz befindet sich beim Sportgelände des FSV Seelbach und ist über die Hauptstraße, Tretenhofstraße, Dautensteinstraße zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.

**ACHTUNG!:**

Bitte beachten Sie die am Lauftag eingerichteten Straßensperrungen vor, während und nach der Veranstaltung.

# LaufLOS

## Sonnwendlauf - Charity Run

Mit „LaufLOS – der Sonnwendlauf-Charity Run“ wurde 2023 ein zusätzliches Angebot mit in das Veranstaltungsprogramm aufgenommen. Der Lauf führt über die Distanz von drei Kilometer, findet ohne Zeitmessung statt und ganz nebenbei können alle Teilnehmer nicht nur etwas für die eigene Fitness tun, sondern unterstützen automatisch einen guten Zweck.

Start und Ziel ist wie bei allen anderen Distanzen an der Seelbacher Sporthalle Seelbach. Der Startschuss für den Charity Run fällt um 19 Uhr und damit eine Stunde vor dem Hauptlauf.

Wir freuen uns bereits jetzt wieder auf viele begeisterte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die miteinander einen unvergesslichen sportlichen Abend verbringen möchten. Gelaufen wird eine Strecke von 3,02 km ohne Zeitnahme und somit gänzlich ohne Druck. Alle Starter absolvieren einen Teil der Originalstrecke und kommen somit auch in den Genuss des einzigartigen Sonnwendlauf-Flairs!

In der Startgebühr von 12 Euro enthalten ist auch ein exklusives Charity Run-Shirt, das vor Beginn des Laufes verteilt wird und das alle Läuferinnen und Läufer auf der Strecke tragen werden.

Sei dabei - lauf die 3!

- für einen guten Zweck
- für Eure Gesundheit
- alleine für Euch zur Erfüllung von persönlichen Wünschen und Zielen
- oder gemeinsam mit der Familie, mit Freunden, Arbeitskollegen oder im Team!

2026 unterstützen wir die DKMS, 10 € der Startgebühr fließen direkt dem guten Zweck zu!

**Wir sehen uns in Seelbach!**

**LaufLOS – der Sonnwendlauf-Charity Run wird unterstützt von:**



Gemeinsam mit der



WIR BESIEGEN BLUTKREBS

Der 20. Seelbach-Schwarzwald-Sonnwendlauf steht nicht nur im Zeichen des Sports, sondern auch der Hilfe für Menschen mit Blutkrebs. Im Rahmen der Charity-Aktion „LaufLOS – der Sonnwendlauf-Charity Run“ wird in diesem Jahr die DKMS unterstützt. Begleitend dazu findet am Lauftag von 15:30 Uhr bis 20 Uhr in der Seelbacher Sporthalle eine Registrierungsaktion für neue Stammzellspenderinnen und Stammzellspender statt.

Alle gesunden Menschen zwischen 17 und 55 Jahren, die bislang noch nicht bei der DKMS registriert sind, können sich vor Ort unkompliziert als potenzielle Stammzellspender:innen aufnehmen lassen. Die Registrierung erfolgt per einfachem Wangenabstrich und dauert nur wenige Minuten. Ziel der Aktion ist es, möglichst viele neue potenzielle Lebensretter:innen zu gewinnen und auf die Bedeutung der Stammzellspende aufmerksam zu machen.

Weltweit sind bereits mehr als 13 Millionen Menschen bei der DKMS registriert, allein in Deutschland über acht Millionen. Dennoch warten viele Blutkrebspatient:innen weiterhin vergeblich auf ein passendes Match. Entscheidend für eine erfolgreiche Stammzelltransplantation ist die Übereinstimmung der sogenannten HLA-Gewebemerkmale zwischen Spender:in und Patient:in. Da es Millionen möglicher Kombinationen gibt, zählt jede einzelne Registrierung.

„Mit der Registrierungsaktion möchten wir die große Reichweite und die besondere Atmosphäre des Sonnwendlaufs nutzen, um gemeinsam ein starkes Zeichen gegen Blutkrebs zu setzen“, so Orgachef Dr. Thomas May vom ausrichtenden TV Seelbach.

Auch seitens der DKMS wird die Aktion ausdrücklich begrüßt. „Wir sind

sehr dankbar, dass der Seelbach-Schwarzwald-Sonnwendlauf unsere Arbeit unterstützt und den Menschen vor Ort die Möglichkeit gibt, sich direkt als potenzielle Stammzellspender:innen registrieren zu lassen. Jede einzelne Registrierung kann für Patientinnen und Patienten weltweit die Chance auf ein zweites Leben bedeuten“, sagt Olesia Schweizer, Veranstaltungsmanagerin für Spenderneugewinnung bei der DKMS.

Die DKMS informiert vor Ort außerdem über den Ablauf einer möglichen Stammzellspende. In rund 90 Prozent der Fälle erfolgt die Entnahme über das Blut mittels eines speziellen Verfahrens, ähnlich einer Dialyse. Nur in etwa zehn Prozent der Fälle wird Knochenmark aus dem Beckenkamm entnommen.



**Registrier dich  
und rette Leben!**



**Datum:** 19. Juni 2026  
**Uhrzeit:** 15:30 Uhr bis 20:00 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Seelbach  
Schwarzwald Sonnwendlauf

# Nachhaltigkeit

Unser Lauf soll nach den Kriterien der Nachhaltigkeit geplant, organisiert und umgesetzt werden.

Wir sind uns dessen bewusst, dass wir mit der Veranstaltung eines Volkslaufes auch eine Umweltbelastung auslösen. Um die Auswirkungen gering zu halten und eine ökologisch verträglichere Veranstaltung zu organisieren, haben wir uns selbst anhand einer Checkliste verschiedenen Qualitätskriterien gestellt.

## Die Checkliste umfasst Maßnahmen aus den Bereichen:

- A. Ressourcen
- B. Abfall
- C. Mobilität
- D. Verpflegung
- E. Energie
- F. Kommunikation
- G. Lärm
- H. Soziale Verantwortung und Bonus

Welche Punkte wir für ein „Green Event“ bereits umgesetzt haben, findest du auf unserer Homepage unter „Nachhaltigkeit“.

**Selbstverständlich sind wir nicht perfekt und wir haben es auch noch nicht geschafft, klimaneutral zu sein. Es ist aber unsere Motivation, besser zu werden, daran arbeiten wir.**

**Wenn du weitere Ideen und Anregungen hast, dann melde dich sehr gern bei uns.**

## Kontakt:

TV Seelbach von 1898 e.V.

Ludwig-Auerbach-Straße 2 | 77960 Seelbach

**Telefon:** +49 7823 960291 | **Telefax:** +49 7823 960292

**E-Mail:** [info@sonnwendlauf-seelbach.de](mailto:info@sonnwendlauf-seelbach.de)



Abbildung: Freepik