

Hamburger Osterlauf 2026

Jahnkampfbahn

Linnering 3, 22299

20 179 U1 U3 

Anreise

Nutze die U1/U3, Buslinie 20/179 oder das Fahrrad. Parkplätze sind begrenzt.

Laufstrecken beachten

Abreise

Danke für eure Teilnahme!
Zum Abschied noch ein Foto in der Fotobox?

Startnummer

Entspannte Abholung am besten am Donnerstag, 02. April (17-19 Uhr) oder Ostersonntag, 05. April (15-17 Uhr). Alternativ am Ostermontag ab 8 Uhr.

Checkliste

- Tasche abgeben (ab 09.30 Uhr)
- Toilettenschlange einplanen
- Nur gesund an den Start gehen!

Startschuss

- 09.30 Uhr** 400 m Kükenlauf
- 09.40 Uhr** 800 m Schäfchenlauf
- 10.00 Uhr** 1600 m Hasenlauf
- 10.30 Uhr** 5 km & 10 km Osterlauf

Urkunden



Für alle Läufe auf der Tribüne.

Medaillen

Direkt im Ziel für alle Kinder und Erwachsene mit Vorbestellung.



Zielverpflegung

Wasser, Obst & Schokolade.








Viel Spaß beim Laufen!

↓ **Alle wichtigen Informationen** ↓

2 Anreise

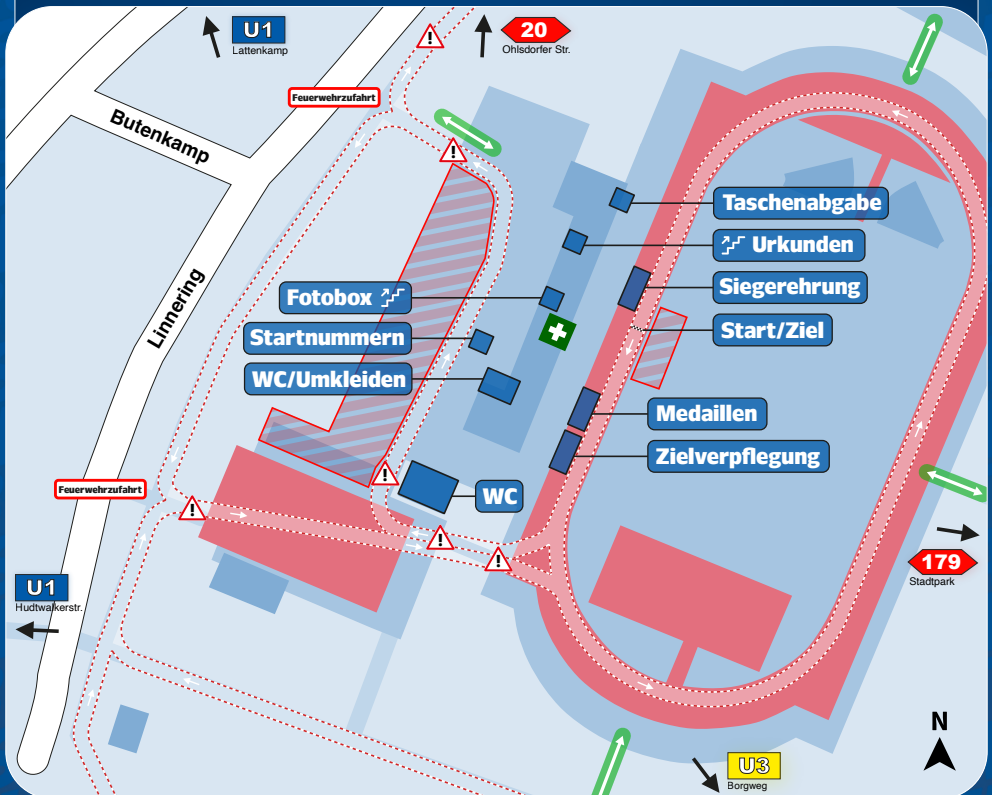
Jahnkampfbahn

Bitte reise mit dem ÖPNV oder Fahrrad an und nutze die empfohlenen Eingänge 

-  → Außerhalb der Strecken, auf der Sportanlage/im Park, abstellen
-  → Fußweg ca. **2 min**, Haltestelle Ohlsdorfer Straße (Planetarium)
-  → Fußweg ca. **8 min**, Haltestelle Stadtpark (Planetarium)
-  → Fußweg ca. **12 min**, Haltestelle Hudtwalkerstraße/Lattenkamp
-  → Fußweg ca. **16 min**, Haltestelle Borgweg

Vor der Jahnkampfbahn stehen nur sehr wenige PKW-Parkplätze zur Verfügung. Weitere Parkmöglichkeiten befinden sich an der Leichtathletikhalle (Krochmannstr. 55, Fußweg ca. **11 min**).

 → Laufstrecken von Fußgängern, Fahrrädern und Autos freihalten



3 Vor dem Lauf

Bitte plane **Wartezeiten** ein und nutze im besten Fall die Ausgabe am 02. / 05. April

Startnummernausgabe

Zur Ausgabe auf der **Jahnkampfbahn** bitte die eigene Startnummer kennen (z. B. aus der E-Mail oder Teilnehmerliste). Gerne kannst du auch Startnummern für weitere Personen abholen. Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor dem Start möglich – vorbehaltlich des Teilnehmerlimits.

Donnerstag, 02. April 17-19 Uhr

Ostersonntag, 05. April 15-17 Uhr

Ostermontag, 06. April ab 8 Uhr

Der Zeitmess-Chip ist in der Startnummer integriert und muss **nicht** zurückgegeben werden.



Taschenabgabe

Wir bewahren deine Tasche ab 09.30 bis spätestens 12.00 Uhr trocken auf. Wir können aber keine Haftung übernehmen.



Toiletten & Umkleiden

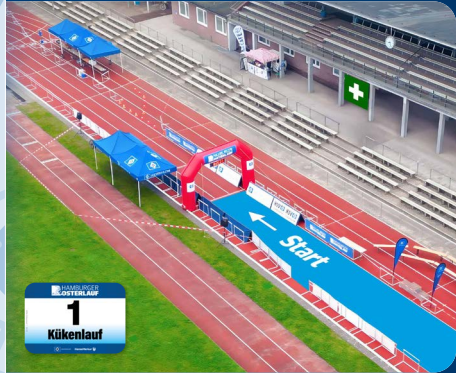
Die Toiletten, Umkleiden und Duschen auf der Jahnkampfbahn sind geöffnet.

Café Calamario

Das mobile Café freut sich über mitgebrachte Becher.



4

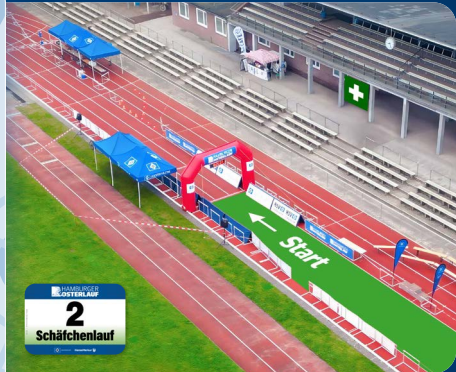
400 m Kükenlauf**09.30 Uhr**

Aufwärmen	Gemeinsam ab ca. 09.20 Uhr <u>im</u> Startbereich
Länge	400 m
Hinweise	Sehr junge Kinder dürfen von ihren Eltern unterstützt werden, solange keine anderen Kinder beim Laufen behindert werden.
Zeitmessung	Ohne Zeitmessung, nach Empfehlung des DLO-Reglements
Zielverpflegung	Obst & Schokolade (Wasser idealerweise aus eigener Trinkflasche von Eltern, sonst Becher)
Medaillen	Für alle Kinder, direkt nach dem Zieleinlauf
Siegerehrung	-
Ergebnisse	www.hamburger-osterlauf.de (nur Urkundendownload) Jedes Kind kann sich vor Ort eine Urkunde ausdrucken.

Bitte beachtet bei der Abreise die Laufstrecken der nachfolgenden Läufe

5 800 m Schäfchenlauf

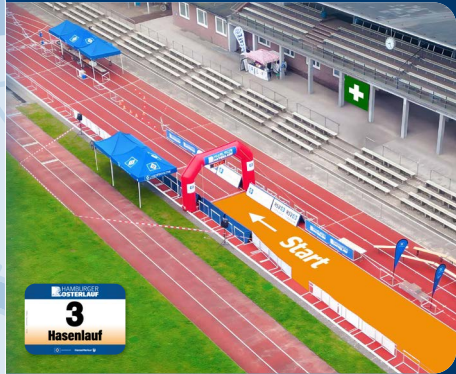
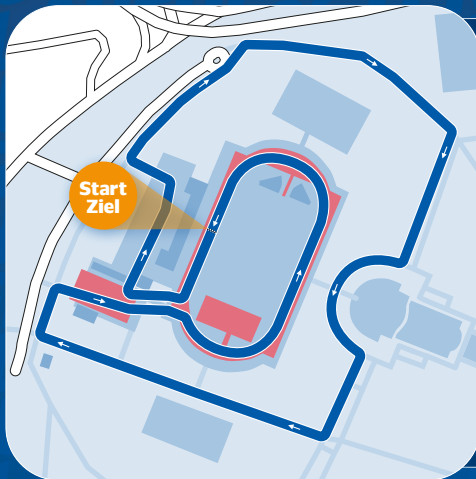
09.40 Uhr



Aufwärmen	Gemeinsam ab ca. 09.20 Uhr <u>neben</u> dem Startbereich
Länge	~ 800 m (754 m inoffiziell vermessen)
Hinweise	Streckenposten an jeder Kreuzung
Zeitmessung	Ohne Zeitmessung, nach Empfehlung des DLO-Reglements
Zielverpflegung	Obst & Schokolade (Wasser idealerweise aus eigener Trinkflasche von Eltern, sonst Becher)
Medaillen	Für alle Kinder, direkt nach dem Zieleinlauf
Siegerehrung	-
Ergebnisse	www.hamburger-osterlauf.de (nur Urkundendownload) Jedes Kind kann sich vor Ort eine Urkunde ausdrucken.

Bitte beachtet bei der Abreise die Laufstrecken der nachfolgenden Läufe

6

1600 m Hasenlauf**10.00 Uhr**

Aufwärmen	Gemeinsam ab ca. 09.50 Uhr <u>im</u> Startbereich
Länge	~ 1600 m (1554 m inoffiziell vermessen)
Hinweise	Streckenposten an jeder Kreuzung
Zeitmessung	Nur Netto-Zeitmessung
Zielverpflegung	Obst & Schokolade (Wasser idealerweise aus eigener Trinkflasche von Eltern, sonst Becher)
Medaillen	Für alle Kinder, direkt nach dem Zieleinlauf
Siegerehrung	Ehrung (ca. 10.40 Uhr) Plätze 1-3 (je Altersklasse) Auswertung erfolgt nach Netto-Zeitmessung .
Ergebnisse	www.hamburger-osterlauf.de (+ Urkundendownload) Jedes Kind kann sich vor Ort eine Urkunde ausdrucken.

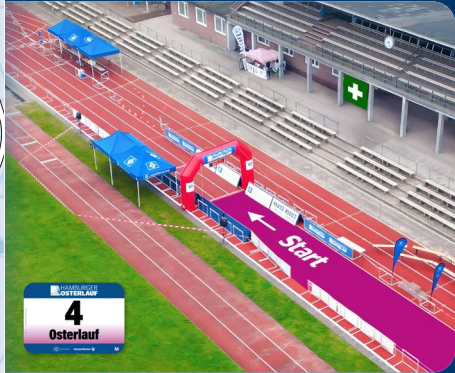
Bitte beachtet bei der Abreise die Laufstrecken der nachfolgenden Läufe

7 5 km & 10 km Osterlauf

10.30 Uhr



Der Stadtpark ist öffentlich, bitte aufmerksam laufen.



Aufwärmen

Selbstständig auf der Sportanlage, andere Läufe beachten

Länge

2500 m (inoffiziell vermessen) **2x oder 4x laufen:**
Das Zeitnahmesystem registriert automatisch die gelaufenen Runden und wertet dann 5 km oder 10 km. Die Jahrgänge 2016, 2015 & 2014 dürfen nach DLO-Reglement nur 5 km laufen !

Hinweise

Bei Notfällen an Streckenposten oder Begleitfahräder wenden. Sanitäter befinden sich unter der Tribüne der Jahnkampfbahn +. Pfeile, Schilder und Kleinstierstreu markieren die Laufstrecke.

Zeitmessung

Brutto- und Netto-Zeitmessung. Zielschluss ist **12.00 Uhr**.

Zielverpflegung

Wasser (auch Durchlaufversorgung), Obst & Schokolade

Medaillen

Kinder- und Jugendaltersklassen (bis Jg. 2007) & Erwachsene mit Vorbestellung:

Im Ziel mit Vorzeigen des „M“ auf der Startnummer.

Erwachsene ohne Vorbestellung:

Solange der Vorrat reicht für 5 € im Ziel.

Siegerehrung

Ehrung (ca. 11.15 Uhr) Männer und Frauen 1-3 (je Distanz). Auswertung erfolgt nach **Brutto-Zeitmessung**.

Ergebnisse

www.hamburger-osterlauf.de (+ Urkundendownload)
Jeder Finisher kann sich vor Ort eine Urkunde ausdrucken. Alle **Podestplatzierten ihrer Altersklasse** (s. Ergebnisliste) können sich beim Urkundendruck einen Magneten abholen.



9 **Hamburger Osterlauf 2027**

29. März 2027

Anmeldung bald auf www.hamburger-osterlauf.de

Das ganze Jahr am Start

Ehrenamtliche Planung und Organisation

Der Hamburger Osterlauf wird ehrenamtlich geplant, organisiert und durchgeführt. Das kleine Team kümmert sich über das ganze Jahr um alle wichtigen Deadlines. Am Ostermontag wird das Organisations-Team dann durch jede Menge tolle Volunteers unterstützt. Das sind Trainer:innen aus der Leichtathletik-Abteilung, aber auch Eltern, Fans, Freund:innen und Verwandte.

Kontakt

Ihr erreicht uns über die E-Mail-Adresse osterlauf@hsv-la.de.



Osterlauf-Gesichter

Ohne Ehrenamt läuft hier nichts!

Über 50 Menschen sorgen jedes Jahr am Ostermontag dafür, dass der Hamburger Osterlauf perfekt funktioniert und für alle Teilnehmenden zu einem unvergesslichen Erlebnis wird. Bei der Startnummernausgabe, beim Warm-Up, als Streckenposten, mit dem Startschuss oder im Zielbereich – überall sind engagierte Volunteers im Einsatz, die anfeuern, helfen, den Überblick behalten und mit viel Herzblut dabei sind.

Viele von ihnen begleiten den Osterlauf schon seit Jahren. Sie kommen aus der Leichtathletik-Abteilung des HSV, aber auch aus Familien, dem Freundeskreis und der Nachbarschaft. Hier seht ihr einige der Menschen, die den Osterlauf möglich machen. Natürlich stellvertretend für alle, die sich ehrenamtlich engagieren.

JEDE NUMMER
DIREKT PARAT

Jessi.



EIN KLEINES
WARM-UP

Bjarne.



AUF SEIN
KOMMANDO

Finn.



HIER VERLÄUFT
SICH NIEMAND

Fynn.



DAMIT EUER
WEG FREI IST

Iris. Thomas.



SIE BRINGT
ALLE INS ZIEL

Jolina.



HanseMerkur

Wieder am Start

Der Hamburger Versicherer engagiert sich umfassend für den Sportstandort Hamburg. Sie unterstützen beim HSV die Fußball-Bundesligateams der Herren und Frauen, den Fußball-Nachwuchs, die Young Fans, das eSports-Team sowie seit 2024 auch die HSV-Leichtathletik. Die HanseMerkur legt den Fokus hierbei nicht nur auf die Top-Athleten, sondern unterstützt auch die Familien-Events wie den Osterlauf 2026 und freut sich auf viele Läuferinnen und Läufer!



VIEL SPASS!