



Eifrig:
Das Startfeld geht auf die
Halbmarathon-Strecke.
Foto: Matthias
Abromeit

Es geht wieder los

Anmeldung für den **HIDDESTORFER RÜBENLAUF** ist im Internet möglich

HEMMINGEN. Hiddestorf läuft wieder: Am Sonntag, 20. September 2026, heißt es zum 28. Mal: Auf die Plätze, fertig, los! Der SV Eintracht Hiddestorf lädt alle Laufbegeisterten zum traditionellen Hiddestorfer Rübenlauf ein.

„Der Rübenlauf hat sich längst zu einer festen Größe im Calenberger Land entwickelt und ist die größte Leichtathletik-Veranstaltung in Hemmingen. Jahr für Jahr lockt das Event zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie viele Zuschauer an die Strecke“, sagt der Eintracht Lauftreffleiter Gerd Metje.

Der sportliche Höhepunkt ist der Halbmarathon über 21,1 Ki-

lometer. Die abwechslungsreiche Strecke führt durch sämtliche Hemminger Ortsteile. Wer es etwas entspannter angehen möchte, kann zwischen 5,2 Kilometern oder zehn Kilometern wählen. Auch der Nachwuchs kommt nicht zu kurz: Kinder im Alter von sieben bis zwölf Jahren messen sich auf einer 1,4 Kilometer langen Strecke.

Beim beliebten Möhrchenlauf über 500 Meter dürfen alle Kinder bis sechs Jahre ganz ohne Zeitmessung losflitzen. Auch Walking-Fans kommen auf ihre Kosten. Die 5,2-Kilometer-Strecke eignet sich laut Metje, um die Natur in gemütlichem Tempo zu genießen und dabei die

Walkingstöcke ordentlich zum Einsatz zu bringen.

Bis auf den Möhrchenlauf erfolgt die Zeitmessung elektronisch per Chip. Offizielle Rekorde gibt es allerdings nicht – „die Strecken sind bewusst nicht amtlich vermessen“, sagt Metje. „Schließlich stehen beim Rübenlauf nicht Weltrekorde im Mittelpunkt, sondern Freude an der Bewegung, sportlicher Ehrgeiz und das gemeinsame Erlebnis.“

Wer den Halbmarathon nicht völlig überraschend erleben möchte, kann die Strecke bereits vorher kennenlernen. Am Donnerstag, 20. August, startet um 18 Uhr ein kostenloser Son-

derlaufftreff am Sportplatz des SV Eintracht Hiddestorf an der Arnummer Landwehr 10.

Alle Informationen zu Strecken, Zeitplan, Rahmenprogramm und Online-Anmeldung gibt es im Internet unter www.ruebenlauf.de.

Die Anmeldung ist ausschließlich online bis Sonntag 20. September 2026, um 8.30 Uhr möglich. Nachmeldungen vor Ort am Veranstaltungstag sind nicht vorgesehen.

Wer am Sonderlaufftreff teilnehmen möchte, meldet sich bei Ecky Jankowski unter Telefon (0157) 58767204 oder per E-Mail an probehalber@ruebenlauf.de.

EDEKA Ladage Arnum bleibt erreichbar

Auch während der Baustellenzeit an der Göttinger Straße kann im Markt eingekauft werden

HEMMINGEN. Die vor kurzem begonnene Sanierung der Göttinger Straße in Arnums Ortsmitte bringt derzeit und zukünftig immer mal wieder Änderungen in der Verkehrsführung mit sich. Je nach Bauabschnitt können sich daher die Zufahrten und Wege zu EDEKA Ladage Arnum verändern.

„Unser Markt bleibt aber während der gesamten Bauzeit immer erreichbar. Ob Sie nun mit dem Auto kommen möchten, mit dem Fahrrad oder auch zu Fuß: Sie können weiterhin bequem bei uns einkaufen“, verspricht Steffen Döring, der Geschäftsführende Gesellschafter.

Auch wenn die Anfahrt gelegentlich etwas anders verläuft als gewohnt, oder aber ein kleiner Umweg nötig ist: Das 60-köpfige EDEKA Ladage Arnum-Team freut sich, seine Kundinnen und Kunden weiterhin im Markt an der Göttinger Straße begrüßen zu dürfen. „Unser Team sorgt jeden Tag dafür, dass Sie sich auf die gewohnte Frische, Qualität, Auswahl und



Auch zukünftig im Herzen Arnums immer erreichbar: EDEKA Ladage an der Göttinger Straße 43.
Foto: Torsten Lippelt

einen freundlichen Service verlassen können“, lädt Steffen Döring zum Einkaufsbesuch im 1760 Quadratmeter großen Marktein, der erst vor sechs Jahren eröffnet worden ist.

„Gerade in dieser besonderen Zeit freuen wir uns über jeden einzelnen Besuch. Mit Ihrem Einkauf unterstützen Sie unser Team und tragen dazu bei, dass wir auch während der Bauphase mit vollem Einsatz für Sie da sein

können“, betont er. „Vielen Dank für Ihre Treue, Ihr Verständnis und Ihre Geduld – Wir freuen uns auf Ihren Besuch“, ergänzt dieses seine Aussage. Dazu gehört auch die Bäckerei im Markt, mit der beliebten Sonnen-Terrasse für kleine Pausen bei Kaffee und Kuchen. Steffen Döring freut sich darüber hinaus, wenn sich nach Fertigstellung der Bauarbeiten der EDEKA Ladage-Markt optisch dann har-

monisch unter Bäumen ins gewünschte neue Arnummer Straßenbild einfügt.

EDEKA Ladage Arnum, an der Göttinger Straße 43, erwartet seinen Kundinnen und Kunden montags bis samstags, jeweils von 6.55 bis 21 Uhr. Für den entspannten Einkauf ist hier – zum Teil sogar überdacht – Platz für rund 80 Pkw. Zudem werden zahlreiche Fahrradabstellmöglichkeiten angeboten.

Feministischer Buchclub trifft sich

PATTENSEN. In Pattensen hat sich ein Feministischer Buchclub gegründet. Am Montag, 17. August, kommt dieser erstmals von 16 bis 17 Uhr in der Stadtbücherei, Marienstraße 2, zusammen.

Interessierte können gerne dabei sein, allerdings ist eine Anmeldung per E-Mail an ast.liebe@outlook.de erforderlich. Der Kreis soll auf acht Personen begrenzt werden.

Fahrradkurs für Frauen

PATTENSEN. Die Stadt Pattensen bietet gemeinsam mit dem ADFC einen kostenfreien Fahrradkurs für Frauen an. Der Kurs umfasst acht Termine und beginnt am Montag, 31. August. Die Kurseinheiten finden an den Werktagen von 14 bis 16.30 Uhr auf dem Schulhof der KGS Pattensen am Platz Saint Aubin 1

statt. Da die Übungen aufeinander aufbauen, ist eine Teilnahme nur ab dem ersten Kurstag möglich. Das Angebot richtet sich an erwachsene Frauen, die bisher nicht oder nur unsicher Fahrrad fahren können. Anmeldung und Informationen gibt es unter Telefon (05101) 1001377 und per E-Mail an sjd@pattensen.de.

Senioren-Kaffeetafel in Harkenbleck

HEMMINGEN. Der DRK-Ortsverein Harkenbleck bietet erstmals nach den Sommerferien wieder am Mittwoch, 26. Au-

gust, von 15 bis 17 Uhr die Senioren-Kaffeetafel im Harkenblecker Feuerwehrhaus, Hallerskamp 8a, an.

Schweine-Schulter ohne Knochen 1 kg 4.99	Schweinenaugen mit Knochen 1 kg 4.99
Schweine-Schulter mit Knochen 1 kg 3.50	Dicke Rippe vom Schwein 1 kg 3.50
Marinierte Schälrippen vom Schwein 1 kg 3.79	Marinierte Holzfallersteaks aus der Schweine-Schulter 1 kg 3.79
Schweine-Bauch mariniert in Scheiben 1 kg 3.79	Schweinenaugen mariniert mit Knochen in Scheiben 1 kg 4.99
Hähnchenflügel ohne Spitze 1 kg, Herkunft, KI.: laut Auszeichnung 3.29	Hähnchen-Leber oder -Magen je 1 kg, Herkunft, KI.: laut Ausz. 2.59
Putenunterkeule 1 kg, Herkunft, KI.: laut Auszeichnung 3.99	Putenflügel Hahn 1 kg, Herkunft, KI.: laut Auszeichnung 3.99
Hähnchenflügel mariniert 1 kg, Herkunft, KI.: laut Auszeichnung 3.79	Marinierte Hähnchenschenkel 1 kg, Herkunft, KI.: laut Auszeichnung 3.79

MIX Markt

Angebote gültig: Montag 17.08. - Samstag 22.08.2026*

1.79 pro 1 Liter	2.50 pro 1 Liter
Erfrischungsgetränk Kwass 1 L Fl.	Bier vom Fass versch. Sorten

Sparpaket: Buchweizen 6 Pack Karton, 1 Pack = 1,84

10.99
6 Packs

2.49

Lachskaviar „Krasnoye soloto“ 95 g Dose, 1 kg = 84,11

Teigtaschen mit Putenfleischfüllung, tiefgefroren 450 g Pack, 1 kg = 5,54

7.99

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro incl. MwSt. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Diese Angebote gelten nur in den nachfolgenden werbenden Märkten:

Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00	Mix Markt 18 OHG Vahrenheider Markt 6 30179 Hannover-Vahrenheide
Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00	Mix Markt 122 OHG Lange Weihe 65 30880 Laatzen
Mo - Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 19:00	Mix Markt Hannover Inhaber: Dmitri Kuschiy Schierholzstr. 128 30655 Hannover

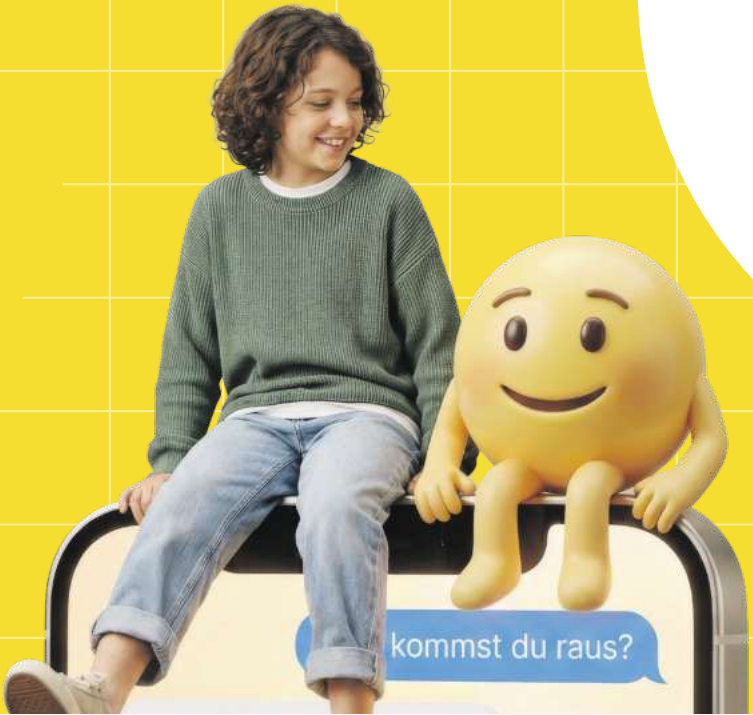
Im Internet finden Sie uns unter:

www.wochenblaetter.de

hallo
wochenende

Mach dein Kind fit für die digitale Welt on screen – der Newsletter

Bildschirmzeit führt bei euch zu Dauerstress? Du verstehst nicht, was dein Kind online so tut? Mit unserem Newsletter verhelfen wir dir in acht Wochen zu mehr Durchblick. Jede Woche beleuchten wir dabei ein Thema – ob KI oder Influencer-Bubbles. Mit Tipps, die wirklich helfen.



Jetzt kostenlos lesen:



HAZ